

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Київський національний університет будівництва і архітектури

**СПОРТИВНІ ІГРИ: ФУТБОЛ ТА ФУТЗАЛ**

Методичні вказівки  
до вивчення курсу для студентів  
спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»,  
галузі знань  
01 Освіта/Педагогіка

Київ 2022

УДК 796.332  
К–17

Укладачі: Р.А. Калениченко, кандидат психологічних наук,  
доцент  
Є.О. Наумець, ст. викладач

Рецензент О.А. Озерова, кандидат наук з фізичного виховання і  
спорту, доцент

Відповідальний за випуск О.М. Шамич, доктор психологічних  
наук, професор

*Затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту,  
протокол № 5 від 18 травня 2022 року.*

**Спортивні ігри: футбол та футзал / уклад. Р.А. Калениченко,  
Є.О. Наумець. – Київ: КНУБА, 2022. – 24 с.**

Розглянуто вимоги до підготовки до практичних занять та самостійної підготовки, змістовні модулі, ключові слова тем, література для самостійної підготовки, а також вимоги до написання і оформлення індивідуальних робіт (рефератів).

Призначено для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка».

© КНУБА, 2022

## Загальні положення

Мета навчальної дисципліни «Спортивні ігри: футбол та футзал» є полягає в тому, щоб студенти оволоділи теоретичним матеріалом, практичними вміннями і навичками навчання основним прийомам гри у футбол та футзал, методикою організації та проведення занять, змагань і фізкультурно-масових заходів з футболу і футзалу необхідних для роботи фахівцем у сфері фізичного виховання.

Вивчення дисципліни проводиться після засвоєння курсів «Психологія», «Психологія спорту» та «Професійна майстерність тренера».

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми **студенти повинні:**

### **Знати:**

1. теоретичні аспекти застосування футболу та футзалу, як видів спорту в системі фізичного виховання населення, системі загальної середньої та позашкільної освіти;
2. засоби і методи футболу та футзалу;
3. правила гри у футбол та футзал;
4. методика застосування засобів футболу та футзалу у загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах при роботі з вихованнями різного віку, стану здоров'я і фізичної підготовленості;
5. методика організації та проведення занять і змагань з футболу та футзалу необхідних для роботи менеджером у сфері фахівцем у сфері фізичного виховання.

### **Вміти:**

1. застосовувати знання з футболу та футзалу в системі фізичного виховання населення, системі загальної середньої та позашкільної освіти, як засіб заохочення населення до здорового образу життя;
2. застосовувати засоби футболу та футзалу у загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах при роботі з вихованцями різного віку, стану здоров'я і фізичної підготовленості;
3. скласти конспект начально-тренувального заняття з футболу та футзалу;
4. організувати та провести заняття або змагання з футболу та футзалу у загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах, спортивно-оздоровчих клубах та таборах; організувати роботу секції з футболу або футзалу у загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах.

Зміст методичних вказівок підготовлено у відповідності до навчальної робочої програми відповідної дисципліни. Розглянуто основні характеристики футболу та футзалу; техніки, систематику і термінологію

гри у футбол та міні-футбол; тактику і тактичну підготовку футболістів, особливості їх фізичної підготовки.

Вивчення навчального матеріалу передбачає активну самостійну роботу магістрів в тому числі під керівництвом викладача. Її результати контролюються і оцінюються під час практичних занять.

Під час вивчення навчальної дисципліни застосовуються наступні форми навчання: практичні заняття, а також самостійна робота студентів.

***Навчальна програма складається з двох змістовних модулів «Техніка і технічна підготовка футболістів» та «Тактика і тактична підготовка футболістів. Фізична підготовка футболістів», які включають 15 практичних занять.***

***Методичні вказівки складаються з таких розділів:***

I. Методичні рекомендації щодо підготовки і проведення практичних занять.

II. Практичні заняття з курсу «Спортивні ігри: футбол та футзал».

III. Методичні рекомендації до виконання індивідуальних робіт (рефератів).

IV. Тематика рефератів.

V. Перелік типових питань з дисципліни «Спортивні ігри: футбол та футзал».

VI. Список літератури до курсу «Спортивні ігри: футбол та футзал».

## **Розділ I. Методичні рекомендації щодо підготовки і проведення практичних занять**

Практичне заняття (п. 3.) – це форма навчального заняття, при якому педагог організує детальний розгляд студентами окремих теоретичних положень навчального предмета й формує в них уміння та навички їх практичного застосування шляхом індивідуального практичного виконання відповідно сформульованих завдань. П. 3. можуть існувати у виді спеціальних, технічних і ряду інших. Особливе та надзвичайно важливе місце серед них посідають спеціальні заняття, які безпосередньо формують, розвивають і вдосконалюють майстерність. П. 3. проводяться із використанням сучасних інноваційних та інтерактивних методів, а саме: рольових ігор, педагогічної практики, мозкового штурму, стажування, лабораторних робіт, тренування, які передбачають глибоку, всебічну і різноманітну підготовку їх учасників, уміння здійснити складні розумові дії та вимагають від них значних емоційно-вольових зусиль.

Більш якісному проведенню практичних занять сприяє методично правильно проведений інструктаж – короткі, лаконічні та чіткі вказівки науково-педагогічного працівника щодо виконання тих чи інших дій. Він, як правило, передуює проведенню різних вправ, практичних робіт і

характеризується дуже стислою формою викладання вказівок про місце, час і послідовність виконання певних практичних дій.

Інструктаж є важливою складовою частиною забезпечення високого рівня проведення заняття. Тому він вимагає відповідної змістовної та методичної підготовленості. Для якісного проведення інструктажу, виходячи з передового педагогічного досвіду, можна запропонувати такий алгоритм дій:

- чітке формулювання теми, мети та послідовності інструктажу;
- визначення правил, методів, прийомів, способів, засобів проведення даного заняття, всебічне обґрунтування методики його організації;
- визначення критерії оцінки опанування суб'єктами учіння відповідних знань, навичок та умінь;
- нагадування теоретичних основ практичних дій: докладне пояснення запланованих навчальних дій, які буде виконувати суб'єкт учіння, використовуючи водночас відповідні засоби наочності;
- визначення найбільш ефективних і оптимальних способів та прийомів реалізації навчальних дій і завдань (бажано демонструвати їх певними дидактичними прийомами та засобами показу);
- ознайомлення студентів з тими педагогічними ситуаціями та предметами, які будуть використовуватися під час занять;
- показ моделі певних дій;
- перевірка правильного розуміння мети, сутності й ролі заняття і моделі та методів їх реалізації;
- уточнення питань, які можуть викликати певні труднощі під час проведення практичних занять;
- перевірка глибини сприйняття і способів виконання основних елементів дій суб'єктами учіння, зазначення причин і характеру помилок, які найчастіше мають місце під час проведення цього заняття, та способів їх уникнення;
- доведення до свідомості студентів заходів безпеки, яких вони повинні дотримуватися під час заняття;
- надання допомоги студентам у виборі літератури, наочних матеріалів, матеріальної бази та способів їх використання;
- зазначення місця, змісту, методу та форми самостійної праці над проблемами майбутнього заняття.

Практичне заняття включає проведення попереднього контролю знань, умінь і навичок тих, хто навчається, постановку загальної проблеми викладачем та її обговорення, розв'язування контрольних завдань, їх перевірку і оцінювання.

## **Розділ II. Практичні заняття з курсу «Спортивні ігри: футбол та футзал»**

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 1. Навчання техніці гри: техніка нападу (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Переміщення: різновиди ходьби і бігу, зупинки, повороти, стрибки.
2. Поєднання вивчених дій.
3. Різновиди ударів по м'ячу ногою.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.
2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.
3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.
4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Гра, техніка гри, техніка нападу, переміщення, вивчені дії.

#### Завдання до самопідготовки

1. Опрацюйте теоретичні питання. Розкрийте зміст основних понять з теми.
2. Скажіть, які існують різновиди ударів по м'ячу ногою?

#### Методичний практикум

1. З'ясуйте особливості переміщення: різновидів ходьби і бігу, зупинки, поворотів, стрибків.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 2. Техніка нападу, переміщення (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Навчання ударам по м'ячу ногою.
2. Навчання ударам по м'ячу головою.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.
2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу:

навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Напад, техніка нападу, переміщення, навчання, удари по м'ячу.

#### Завдання для самопідготовки

1. Охарактеризуйте основні фази рухів, які є загальними для багатьох способів удару по м'ячу ногою.

#### Методичний практикум

1. Визначте та опишіть основні способи виконання удару по м'ячу ногою та головою. Опишіть особливості навчання цим способам виконання удару.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 3. Техніка нападу, зупинка м'яча (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Техніка зупинки м'яча, що котиться.
2. Техніка зупинки м'яча, що летить.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.

2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Напад, техніка нападу, техніка зупинки м'яча, вдосконалення техніки зупинки м'яча.

#### Завдання для самопідготовки

1. Для виконання самостійної роботи з даної теми необхідно з'ясувати особливості навчання техніці зупинка м'яча, який котиться або летить (письмово).

#### Методичний практикум

1. Опишіть техніку і методику вдосконалення зупинки м'яча в футболі.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 4. Техніка нападу, ведення м'яча, фінти (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Основи техніки гри польового гравця у нападі.
2. Прийоми техніки і особливості пересувань польового гравця.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.

2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Напад, техніка гри, техніка нападу, ведення м'яча, фінти, пересування польового гравця.

#### Завдання до самопідготовки

1. Опрацюйте теоретичні питання. Розкрийте зміст основних понять з теми.
2. Назвіть, які фінти (відволікальні дії) існують ?(письмово).

#### Методичний практикум

1. Розгляньте систематику техніки гри, проаналізуйте її за схемою: розділи, підрозділи, способи виконання прийомів.

## **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 5. Техніка захисту. Навчання техніці гри в захисті (2 год.)**

### Теоретичні питання

1. Техніка захисту.
2. Навчання техніці гри в захисті.

### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.
2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.
3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.
4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

### Основні поняття

Захист, техніка захисту, гра в захисті, навчання техніці.

### Завдання до самопідготовки

1. Ознайомтеся з особливостями відбору м'яча випадом, поштовхом плеча в плече суперника, підкатом.

### Методичний практикум

1. Проаналізуйте техніку виконання конкретного прийому гри, методику його навчання та вдосконалення, розкрийте причини виникнення помилок, визначте способи їх усунення.

## **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 6. Техніка гри воротаря (2 год.)**

### Теоретичні питання

1. Стійка воротаря.
2. Переміщення воротаря.
3. Особливості ловлі та відбивання м'яча воротарем.

### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.
2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.
3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.:

НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Техніка, гри воротаря, стійка воротаря, переміщення воротаря.

#### Завдання до самопідготовки

1. З'ясуйте, особливості техніки гри воротаря.

#### Методичний практикум

1. Визначте структуру методики навчання і вдосконалення техніки гри воротаря.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 7. Індивідуальна тактика нападу (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Дії у нападі без м'яча.
2. Дії у нападі з м'ячем.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.

2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Напад, дії у нападі, індивідуальна тактика, маневрування.

#### Завдання до самопідготовки

1. Поясніть, що таке маневрування. Для чого і за рахунок яких дій воно здійснюється

#### Методичний практикум

1. З'ясуйте, як відбувається створення чисельної переваги при нападі.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 8. Групова тактика нападу (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Комбінації при стандартних положеннях та при вкиданні м'яча з-за бокової лінії.
2. Комбінації при кутових та штрафних ударах.
3. Комбінації при вільних ударах та ударах від воріт.
4. Комбінації в ігрових епізодах.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.
2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.
3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.
4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Тактика, напад, комбінації. стандартні положення, вкиданні м'яча, кутові удари, штрафні удари, ігрові епізоди.

#### Завдання до самопідготовки

1. Охарактеризуйте відомі комбінації, визнані найбільш ефективними засобами ведення наступальних тактичних дій.
2. Визначте основні вправи для тренування групі тактичних дії футболістів.

#### Методичний практикум

1. Охарактеризувати методи удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів з обліком їх особистісних особливостей при груповій грі в нападі.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 9. Командна тактика нападу (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Тактика командної гри.
2. Швидкий і поступовий напад.
3. Ефективні засоби посилення атаки.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.

2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Тактика, напад, командна гра, посилення атаки, засоби.

#### Завдання до самопідготовки

1. Скажіть, які існують методи моделювання з урахуванням особливостей змагальної діяльності в практиці підготовки футбольних команд?

#### Методичний практикум

1. Обґрунтуйте основні принципи ведення гри та певні тактичні правила розвитку і завершення атаки при командній тактиці нападу.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 10. Змішана тактика гри (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Основи змішаної тактики гри.
2. Комбінації при стандартних положеннях.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. - К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.

2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Гра, тактика, змішана тактика гри, комбінації.

#### Завдання до самопідготовки

1. Визначте основні технічні прийоми, індивідуальні та групові дії, які використовуються при застосуванні змішаної тактики гри.

#### Методичний практикум

1. З'ясуйте особливості методики навчання змішаній тактиці гри.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 11. Індивідуальна тактика захисту (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Індивідуальні тактичні дії у захисті.
2. Відкривання, вибір позиції у захисті, закривання гравця.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.
2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.
3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.
4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Тактика, захист, індивідуальні тактичні дії, відкривання, вибір позиції у захисті, закривання гравця.

#### Завдання до самопідготовки

1. Ознайомтеся, що таке коефіцієнти значущості техніко-тактичних дій гравців різних амплуа.

#### Методичний практикум

1. Покажіть та поясніть дії, що відвертають увагу суперника, і які гравець використовує для того, щоб створити вигідну позицію для партнера чи щоб самому отримати м'яч у вигідному положенні.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 12. Групова тактика захисту (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Групові тактичні дії у захисті.
2. Особистий (персональний), зонний і змішаний захист.
3. Забезпечення взаємного страхування захисних ліній.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.

2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Тактика, захист, групові тактичні дії у захисті, особистий (персональний), зонний і змішаний захист, страхування захисних ліній.

#### Завдання до самопідготовки

1. Ознайомтеся з особливостями створення штучного положення "поза грою".

2. Ознайомтеся, з особливостями побудови "стінки" командою, у ворота якої призначений вільний чи штрафний удар.

#### Методичний практикум

1. З'ясуйте, як організувати позиції і дії гравців з метою запобігти чи ускладнити атакуючі можливості наблизитися до воріт і завдати точного удару.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 13 Командна тактика захисту (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Захист проти швидкого розгортання нападу.
2. Захист проти поступового розгортання нападу.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.

2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і

допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Тактика, захист, швидке розгортання нападу, поступове розгортання нападу.

#### Завдання до самопідготовки

1. З'ясуйте, як застосовується протидія комбінаціям «схрещування» та «пропуск м'яча»?

#### Методичний практикум

1. Обґрунтуйте основні принципи ведення гри та певні тактичні правила розвитку і завершення атаки при командній тактиці захисту.

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 14. Змішана тактика захисту (2 год.)**

#### Теоретичні питання

1. Основи змішаної тактики гри у захисті.
2. Комбінації при стандартних положеннях у захисті.

#### Список літератури

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.

2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

#### Основні поняття

Тактика, захист, змішана тактики гри у захисті, комбінації при стандартних положеннях.

#### Завдання до самопідготовки

1. Опрацюйте теоретичні питання. Розкрийте зміст основних понять з теми.

#### Методичний практикум

2. Визначте, якими навичками повинен володіти футболіст при стандартних положеннях у захисті?

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 15. Залік (2 год.)**

### **Розділ III. Методичні рекомендації щодо виконання індивідуальних робіт (рефератів)**

#### **Вимоги до змісту реферату**

Під час аналізу змісту реферату кафедра звертає увагу на використання автором нових досягнень науки, передового інноваційного педагогічного досвіду, переконливість і достовірність поданих фактів, обґрунтованість висновків і узагальнень, коректність використання наукової літератури, науково-практичну цінність роботи. Хоча розробка реферату не передбачає результату, який є вкладом в науку, проте нові дані, факти, думки, новації, інновації, своєрідна їх інтерпретація і несхожа на попередні систематизація повинні в роботі бути.

При виконанні реферату необхідно обґрунтувати актуальність, викласти історію питання, інтерпретувати дані досліджень, які проводились вченими (або особисто автором), проаналізувати літературні джерела. Іноді при розробці теми штучно “притягують” такий матеріал, який має другорядне значення або і зовсім не потрібен для даної конкретної роботи. Матеріал слід висвітлювати ґрунтовно, логічно, але уникаючи зайвих відступів, дрібних, не характерних фактів.

Робота повинна завершитися чіткими і конкретними висновками. При цьому потрібно звертати увагу на оформлення роботи згідно з Держстандартом її грамотність, правильний запис використаної літератури, цитат і посилань на джерела. Студенті працюють під керівництвом викладача кафедри.

#### **Вибір теми і складання плану реферату**

Першим, дуже відповідальним кроком є вибір студентами теми реферату, яка повинна відповідати сучасному стану розвитку педагогічної теорії та практики, відповідати програмі навчальної дисципліни, потребам освітнього процесу у ВНЗ. Кафедра пропонує студентам тематику рефератів. Слід виходити також з того, що студенті повинні дати згоду на розробку запропонованої їм теми. Старости груп складають списки, де вказують: номер групи, прізвище та ініціали студента, назву теми і подають їх на кафедру. Студент може просити дозволу на власну тему, яка викликає в нього інтерес. Недоцільно вибирати теми, які добре і всебічно висвітлені в літературних джерелах. Їх важко доповнити новими думками, фактами. В цьому випадку виклад змісту роботи може звестися до звичайного копіювання (компіляції).

Нова, маловивчена тема відкриває більше можливостей для прояву самостійності і виявлення творчих здібностей студента. Після вибору і

схвалення теми роботи студент розробляє графік її виконання. Він передбачає такі етапи:

I) вибір теми реферату, з'ясування ступеня її досліджуваності в літературі;

II) підбір літератури, складання бібліографічного списку;

III) вивчення літератури та інших джерел;

IV) написання роботи;

V) подання роботи викладачеві;

VI) захист реферату.

Після ознайомлення із загальною і спеціальною літературою складається попередній варіант плану роботи. По ходу накопичення матеріалу та його систематизації план удосконалюється й корегується. Після завершення підготовчої роботи складається його остаточний варіант.

Структура роботи передбачає такий вигляд: зміст, вступ, основна частина, висновки, список використаних джерел, додатки (за необхідністю).

Після складання графіка, вивчення літературних та інших джерел рекомендується розробити план роботи, який може обговорюватися із викладачем.

Форма плану може бути різною. Як правило, він включає вступ, основну частину, висновки і список використаної літератури. Можна вмістити також і додатки.

У вступі розкриваються актуальність і важливість теми, висвітлюються вихідні методологічні положення, які визначають підхід до теми, дається історіографія і характеристика джерел для того, щоб виявити ступінь дослідження теми, аспекти, які потребують вивчення.

ступ дає загальне уявлення про роботу й має містити такі основні моменти:

а) обґрунтування теми;

б) актуальність обраної теми, ступінь її досліджуваності;

в) визначення мети та завдань роботи, виділення кола питань, які слід розглянути для найповнішого розкриття теми;

г) стислий огляд літератури та інших джерел.

Основна частина роботи присвячується розгортанню центральної ідеї і розв'язанню означених у виступі завдань.

Змістом реферату можуть бути:

1. аналіз актуальних проблем педагогіки вищої школи за спеціальністю (інформатика, металознавство, тощо), освітніх або психолого-педагогічних проблем;

2. аналіз і характеристика існуючих проблем в педагогіці вищої школи

3. аналіз комплексу науково-методичних проблем та явищ теорії та практики педагогіки вищої школи (власного досвіду, досвіду досвідчених колег).

Основна частина роботи складається з двох-чотирьох параграфів, у свою чергу розбитих на підрозділи (параграф має включати більше 2–х підрозділів). Кожний параграф має висвітлювати самостійне питання поставленої проблеми, підрозділ — окрему частину цього питання. Надзвичайно важливим є збереження логічного зв'язку між параграфами (підрозділами в параграфі) і послідовність переходу від одного параграфу до іншого. Зміст параграфів і підрозділів має відповідати їхній назві, закінчуватися стислими висновками.

Робота завершується загальними висновками. Вони мають бути чіткими, місткими й короткими за формою. Нових фактичних даних, теоретичних положень у цій частині подавати не слід, доречно підкреслити перспективу розвитку проблеми в освітній практиці, а також запропонувати власні практичні рекомендації. Висновки констатують ступінь реалізації мети і завдань, які були визначені у вступі, а також теоретичну цінність виконаної роботи.

### **Оформлення роботи**

Допускається оформлення реферату в рукописному або надрукованому варіантах. Приблизний обсяг реферату 25-35 сторінок тексту комп'ютерного друку.

Стандартний лист, набраний на комп'ютері, має до 30 рядків, надрукованих через 1,5 інтервали на одному боці (розмір шрифту 14 пунктів). Довжина кожного рядка — 62-66 знаків, новий абзац починається з відступу не менше 15 мм. Лист має такі поля: верхній — не менше 20 мм, нижній — 20 мм, правий — 15 мм, лівий — 25 мм.

Вписувати в текст окремі іншомовні слова, формули чи умовні позначення можна пастою, чорнилом лише чорного кольору.

Друкарські помилки, описки, які виявилися після написання реферату, можна виправляти підчищенням або зафарбовуванням коректором і нанесенням правильного тексту. Допускається наявність не більше двох виправлень на одній сторінці.

Текст основної частини реферату поділяють на параграфи та підрозділи.

Параграф не слід починати з нової сторінки. Заголовки структурних частин реферату, а саме „Зміст”, „Вступ”, „Основна частина” „Список

використаних джерел”, „Додатки” (за необхідністю), друкуються з нової сторінки, з вирівнюванням по центру і виділенням жирним шрифтом.

Заголовки параграфів і підрозділів друкуються маленькими літерами (окрім першої великої) з абзацу, крапку в кінці заголовку не ставлять. Відстань між заголовком та текстом має становити 2 інтервали.

Не допускається розміщення назви параграфу або підрозділу в нижній частині сторінки, якщо далі подається лише рядок тексту.

Нумерацію сторінок подають арабськими цифрами у правому нижньому куті без крапки. Титульний аркуш вважається за першу сторінку, але нумерація на ньому не проставляється. Наступні сторінки нумерують починаючи з другої.

Такі структурні частини проекту як зміст, вступ, основна частина, висновки, перелік використаних літературних джерел, додатки не мають порядкового номеру.

Номер параграфу позначають арабською цифрою з крапкою, а після цього у цьому ж рядку друкують його назву.

Підрозділи нумеруються в межах розділу: «1.,1, 1.2, тощо.», тобто перший та другий підрозділ першого параграфу, причому крапка проставляється і між цифрами і після останньої, а далі в тому ж рядку подається назва підрозділу.

Робота відкривається титульним листом, на якому послідовно вказується: назва університету, факультету, кафедра, тема роботи, прізвище, ім'я, по батькові студента, спеціальність, номер навчальної групи, посада, вчений ступінь і вчене звання викладача, місто і рік написання роботи.

За титульним листом розміщується зміст роботи, в якому послідовно вказується вступ (без номера), назви параграфів і підрозділів (з відповідною нумерацією), висновки (без номера), список використаних джерел (без номера), додатки (без номера). Навпроти кожного елемента змісту зазначаються номери сторінок його розташування у змісті реферату.

Важливу інформаційну роль у тексті роботи відіграє бібліографічний апарат — посилання на джерела й літературу, а також список джерел.

Кожне висловлювання, положення, статистичний матеріал, які цитуються, слід обов'язково підтвердити посиланням на джерела.

Для того, щоб грамотно оформити посилання, студентам необхідно дотримуватися таких положень.

При написанні реферату посилання на джерела дають змогу відшукати документи і перевірити достовірність відомостей про цитування документа, дають необхідну інформацію щодо нього, допомагають з'ясувати його зміст, мову тексту, обсяг. Посилатися бажано на останні видання публікацій.

Посилання в тексті реферату на джерела слід зазначати порядковим номером за переліком посилань, виділеним двома квадратними дужками, наприклад, «... у працях [1-7]...».

Коли в тексті реферату необхідно зробити посилання на складову частину чи конкретні сторінки відповідного джерела, можна наводити посилання у виносках, при цьому номер посилання має відповідати його бібліографічному опису за переліком посилань.

Приклад: цитата в тексті: «... незважаючи на пріоритетне значення мовних каналів зв'язку між діловими партнерами, ні в якому разі не можна ігнорувати найбільші канали передачі інформації [6, с. 84]».

Відповідний опис у переліку посилань:

6. Ананьев Б. Г. О человеке как объекте и субъекте воспитания / Б. Г. Ананьев // Избран. психол. труды / под ред.: А. А. Бодалева, Б. Ф. Ломова, И. В. Кузьмина. – М., 1980. – Т. 2. – С. 82–90.

Бібліографічний опис складають безпосередньо за друкованим твором або виписують з каталогів і бібліографічних покажчиків повністю без пропусків будь-яких елементів, скорочення назв т.ін. (при цьому враховують відповідність бібліографічного опису вимогам чинного міжнародного стандарту ГОСТ 7.1-84, за винятком вимог Изм. N8 4 (ІПС №2 2001)). Завдяки цьому можна уникнути повторних перевірок, вставок пропущених відомостей.

Джерела можна розміщувати одним із таких способів: у порядку появи посилань у тексті, в алфавітному порядку прізвищ перших авторів або заголовків, у хронологічному порядку.

Відомості про джерела, включені до списку, необхідно давати відповідно до вимог міжнародних і державного стандартів з обов'язковим наведенням назв праць.

### **Приклади бібліографічного опису та оформлення посилань, запису джерел у списку використаної літератури**

1. Абдугулов М. А. Эстетическое самовоспитание будущих учителей музыки в системе профессиональной подготовки : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Абдугулов Мусабек Алешаевич ; Киев. ун-т им. Т. Г. Шевченко. – К. : [Б. и.], 1994. – 173 с.

2. Агрессия и психическое здоровье / под. ред.: Т. Б. Дмитриевой, Б. В. Шостаковича. – К.: Изд-во «Юрид. центр Пресс», 2002. – 464 с.

3. Олійник Ю.С. Порівняльний аналіз виникнення та подальшого розвитку тестування у деяких країнах світу [Електронний ресурс] // Режим доступу:

[http://www.rusnauka.com/12\\_kpsn\\_2010/Pedagogica/63601.doc.htm](http://www.rusnauka.com/12_kpsn_2010/Pedagogica/63601.doc.htm).

## **Розділ V. Тематика індивідуальної роботи (рефератів)**

1. Навчання техніці гри: техніка нападу.
2. Переміщення: різновиди ходьби і бігу, зупинки, повороти, стрибки.
3. Різновиди ударів по м'ячу ногою, головою.
4. Навчання ударам по м'ячу ногою, головою.
5. Основні фази рухів, які є загальними для багатьох способів удару по м'ячу ногою.
6. Особливості навчання техніці зупинка м'яча, який котиться або летить.
7. Методика вдосконалення зупинки м'яча в футболі.
8. Основи техніки гри польового гравця у нападі.
9. Прийоми техніки і особливості пересувань польового гравця.
10. Особливості навчання техніці фінтів (відволікальних дій).
11. Навчання техніці гри в захисті.
12. Особливості відбору м'яча випадом, поштовхом плеча в плече суперника, підкатом.
13. Техніка гри воротаря.
14. Методика навчання і вдосконалення техніки гри воротаря.
15. Індивідуальна тактика нападу.
16. Дії у нападі без м'яча та з м'ячем.
17. Маневрування. Для чого і за рахунок яких дій воно здійснюється.
18. Групова тактика нападу.
19. Основні комбінації.
20. Відомі комбінації, визнані найбільш ефективними засобами ведення наступальних тактичних дій.
21. Основні вправи для тренування групі тактичних дії футболістів.
22. Тактика командної гри.
23. Швидкий і поступовий напад.
24. Ефективні засоби посилення атаки.
25. Основи змішаної тактики гри.
26. Комбінації при стандартних положеннях..
27. Індивідуальна тактика захисту.
28. Групова тактика захисту.
29. Командна тактика захисту.
30. Змішана тактика захисту.

## **Розділ VI. Перелік типових питань з дисципліни**

### **“Спортивні ігри: футбол та футзал”**

1. Конспект начально-тренувального заняття з футболу та футзалу.
2. Навчання техніці гри: техніка нападу.

3. Переміщення: різновиди ходьби і бігу, зупинки, повороти, стрибки.
4. Різновиди ударів по м'ячу ногою, головою.
5. Навчання ударам по м'ячу ногою, головою.
6. Основні фази рухів, які є загальними для багатьох способів удару по м'ячу ногою.
7. Особливості навчання техніці зупинка м'яча, який котиться або летить.
8. Методика вдосконалення зупинки м'яча в футболі.
9. Основи техніки гри польового гравця у нападі.
10. Прийоми техніки і особливості пересувань польового гравця.
11. Особливості навчання техніці фінтів (відволікальних дій).
12. Навчання техніці гри в захисті.
13. Особливості відбору м'яча випадом, поштовхом плеча в плече суперника, підкатом.
14. Техніка гри воротаря.
15. Методика навчання і вдосконалення техніки гри воротаря.
16. Індивідуальна тактика нападу.
17. Дії у нападі без м'яча та з м'ячем.
18. Маневрування. Для чого і за рахунок яких дій воно здійснюється.
19. Групова тактика нападу.
20. Основні комбінації.
21. Відомі комбінації, визнані найбільш ефективними засобами ведення наступальних тактичних дій.
22. Основні вправи для тренування групові тактичних дії футболістів.
23. Тактика командної гри.
24. Швидкий і поступовий напад.
25. Ефективні засоби посилення атаки.
26. Основи змішаної тактики гри.
27. Комбінації при стандартних положеннях..
28. Індивідуальна тактика захисту.
29. Групова тактика захисту.
30. Командна тактика захисту.
31. Змішана тактика захисту.

## **Розділ VII. Список літератури до курсу «Спортивні ігри: футбол та футзал»**

### **Основна**

1. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. -К.: ТОВ «ВБ Аванпост-Прим», 2011. - 300 с.
2. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. – 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О.

А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ: КНТ, 2017 – 310 с.

3. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов, О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. - 87 с.

4. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – Київ : Олімпійська література, 2014. – 304 с.

### **Допоміжна**

1. Жилін Є. І. Особливості навчання руховим діям школярів молодших класів на прикладі футболу/ Є. І. Жилін //Теорія та методика фізичного виховання. - 012. № 8. - С. 18-38.

2. Коломоець Г. Розвиток рухових якостей та зміцнення здоров'я школярів засобами футболу / Г. Коломоець // Теорія та методика фізичного виховання. - 2007. № 11. - С. 30 -32.

3. Конох О. Є. Методика проведення занять фізичної культури з дітьми 5-6 років з використанням елементів футболу / О. Є. Конох // Вісник Запорізького національного університету. -2011. - № 2 (6). - С. 12 - 16.

4. Основи професійної освіти: Підручник / М.В. Руденко, Р.А. Калениченко, Г.В. Капосльоз, Г.Л. Корчова. – К.: КНУБА, 2018. – 615 с.

5. Руденко М.В., Смірнов В.М.; Калениченко Р.А., Гаврилук В.О. Психолого-педагогічне забезпечення навчально-виховного процесу: Навч. посібник / В.М. Смірнов; М.В. Руденко, Р.А. Калениченко, В.О. Гаврилук. – К.: КНУБА, 2014. – 432 с.

6. Шаленко В.В. Формування рухових якостей та технічної підготовленості школярів протягом безперервної футбольної підготовки: автореф дис на здобуття наук ступеня канд наук з фіз вих і спорту: 24 00 04 «Олімпійський і професійний спорт» / В.В. Шаленко - Харків, 2005 - 20 с.

### **14. Інформаційні ресурси**

1. <http://www.ua-football.com/>
2. <http://football.ua/>
3. <http://www.ffu.org.ua/>
4. <http://www.pfl.ua/>
5. <http://library.knuba.edu.ua/>
6. <http://org2.knuba.edu.ua/course/view.php?id=3058>
7. <https://uni-sport.edu.ua/content/biblioteka-3>

Навчально-методичне видання

Методичні вказівки  
до вивчення курсу “Спортивні ігри: футбол та футзал”  
для студентів  
спеціальності 017 “ Фізична культура і спорт ”,  
галузі знань  
01 Освіта/Педагогіка

Укладачі: КАЛЕНИЧЕНКО Руслан Арсенович  
НАУМЕЦЬ Євген Олександрович

Комп'ютерне верстання