

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДОНБАСЬКА ДЕРЖАВНА МАШИНОБУДІВНА АКАДЕМІЯ

Кафедра фізичного виховання і спорту

ПРАКТИКУМ З ФУТЗАЛУ

Дидактичне забезпечення самостійної роботи студентів

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка
спеціальність 017 Фізична культура і спорт
ОПП «Фізична культура і спорт»
Освітній рівень перший (бакалаврський)
Вид дисципліни вибіркова
Факультет інтегрованих технологій і обладнання

Розробник:
Єрмоленко О.В. викладач кафедри
фізичного виховання і спорту

Розглянуто і схвалено на засідання кафедри фізичного виховання і спорту. Протокол № 21 від 30.08.2022 р.

Краматорськ-Тернопіль
2022 р.

Під час самостійної роботи студенти вивчають як матеріал аудиторних занять курсу, так і питання винесенні на самостійне вивчення.

Самостійна робота планується на кожну годину аудиторного часу і на питання винесенні на самостійне вивчення.

Розподіл часу самостійної роботи виконується згідно плану навчального процесу та робочого плану дисципліни.

Під час самостійної роботи студенти звертаються до літератури теоретичного курсу та допоміжної методичної літератури в разі необхідності.

Зміст самостійної (індивідуальної) роботи:

Тема № 1. Історія зародження та розвитку гри у футзал. Футзал як вид спорту (основні терміни і поняття).

Зміст теми:

- історія світового футзалу.
- історія футзалу України;
- основні терміни та поняття у футзалі.

Література: [О:1,2,5].

Тема № 2. Основні положення та класифікація техніки та тактики гри у футзал.

Зміст теми:

- основні положення та класифікація техніки гри у футзал;
- основні положення та класифікація тактики гри у футзал;
- принципи гри у футзал.

Література: [О:1-3,5,8,12,14,18-21; Д:2,3,5].

Тема № 3. Методика навчання та вдосконалення техніки та тактики гри у футзал. Контроль фізичного стану та техніко-тактичної майстерності у футзалі.

Зміст теми:

- форми, методи та засоби формування техніки гри у футзал;
- підготовка плану-конспекту тренувального заняття з футзалу;
- вправи для навчання та вдосконалення техніки гри у футзал;
- вправи для навчання та вдосконалення тактики гри у футзал;
- тестовий контроль стану фізичної та технічної підготовленості футзалістів різних вікових груп.

Література: [О:1-3,5,8,12,14,18-21; Д:2,3,5].

Тема № 4. Офіційні правила гри у футзал.

Зміст теми:

- сигнали арбітра;
- фоли і неналежна поведінка, 6-метровий удар;
- штрафні та вільні удари;
- удар з бокової лінії.

Література: [О:15].

Тема № 5. Загальні поняття про фізичну підготовку у футзалі.

Зміст теми:

- загальна фізична підготовка у футзалі;
- розвиток фізичних якостей у футзалі;
- спеціальна фізична підготовка у футзалі.

Література: [О:1-3,5,7,8,12,14,16,18-21; Д:2,3,5].

Тема № 6. Технічна підготовка у футзалі.

Зміст теми:

- методика початкового навчання та вдосконалення стійок та переміщень у футзалі;
- техніка володіння м'ячем (аналіз техніки та методика навчання та вдосконалення ударів по м'ячу, зупинок м'яча, ведення м'яча, фінтів);
- методика початкового навчання та вдосконалення відбору м'яча;
- методика початкового навчання та вдосконалення техніки гри воротаря.

Література: [О:1-3,5,8,12,14,18-21; Д:2,3,5].

Тема № 7. Тактична підготовка у футболі.

Зміст теми:

- методика початкового навчання та вдосконалення індивідуальних дій в нападі та захисті у футзалі;
- методика навчання та вдосконалення групових дій в нападі та захисті у футзалі;
- методика початкового навчання та вдосконалення командним діям в нападі та захисті у футзалі.

Література: [О:1-3,5,8,12,14,18-21; Д:2,3,5].

Тема № 8. Організація та проведення змагань з футзалу.

Зміст теми:

- види змагань;
- положення про змагання;
- системи розіграшу;
- виявлення переможців змагань;
- правила проведення змагань з футзалу;
- суддівство.

Література: [О:1,2,5,8,12].

Тема № 9. Основні положення сучасної системи тренування у футзалі. Управління тренувальною та змагальною діяльністю у футзалі.

Зміст теми:

- мета і завдання спортивного тренування у футзалі;
- сторони підготовки у футзалі;

- закономірності та принципи спортивного тренування у футзалі;
- засоби та методи спортивного тренування у футзалі;
- тренувальні ефекти;
- етапне, поточне та оперативне управління спортивного тренування у футзалі;

- управлінська діяльність тренера.

Література: [О:1,2,4,7-14,16-19,21; Д:1-3].

Тема № 10. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Зміст теми:

- структура тренувального процесу;
- вікові особливості раціональної побудови багаторічної підготовки;
- режим роботи та наповнення навчальних груп;
- планування та зміст занять у річному циклі підготовки;
- основний програмний матеріал з видів підготовки.

Література: [О:21].

Рекомендована література

Основна:

1. Байрачий О.В. Фізичне виховання. Міні-футбол: практикум для студентів усіх спеціальностей / О.В.Байрачий, Є.М.Петренко, В.М.Тимошкін – Київ.:НАУ, 2014 – 52с.
2. Братусь В.И. Страницы истории футзала в Украине. Киев.: Логос. 2013. – 237с.
3. Вознюк, Т.В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Навчальний посібник. / Т.В. Вознюк. – Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2016. – 240 с.
4. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта /Л.В.Волков. - К.: Олімпійська література, 2002. – 294 с.
5. Губа В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала) / В. П. Губа – «Спорт», 2016.
6. Евгеньева Л. Я. Комплексный контроль подготовленности футболистов по морфофункциональным показателям / Л. Я. Евгеньева. – Киев: Научно-методический комитет Федерации футбола Украины, 2002. – 64 с.
7. Келлер, В.С. Індивідуальне тренування футболіста / В.С. Келлер, В. В. Соломонко. – К.: Здоров'я, 1975. –78 с.
8. 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.
9. Костюкевич В.М. Построение тренировочных занятий в футболе. / В.М.Костюкевич – Винница: Планер, 2013 – 194 с.
10. Костюкевич, В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на

прикладі командних ігрових видів спорту): навчальний посібник / В. М. Костюкевич. – Вінниця: «Планер», 2014. – 616 с.

11. Костюкевич В.М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки: Монография / В.М. Костюкевич. – Винница: Планер, 2006. – 683 с.

12. Левчук В.С. Міні-футбол: вправи, ігри, стандарти: Метод. посібник. Л.: Українські технології, 2006. – 116 с.

13. Лисенчук, Г. А. Управление подготовкой футболистов / Г. А. Лисенчук. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 271 с.

14. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

15. Правила гри 2020/21. Футзал. Міжнародна Рада футбольних асоціацій. Mupstergasse 9, 8001 Zurich, Switzerland, 2020. – 149 с.

16. Пшибыльский Войцех. Физическая подготовка футболистов высокого класса: монография / В. Пшибыльский, В. С. Мищенко. – К.: Наук. світ, 2004. – 158 с.

17. Сіренко, Р. Р. Комплексний контроль працездатності юних футболістів: методика, оцінка та корекція / Р. Р. Сіренко. – К.: Федерація футболу України, ВКФ «Комбі ЛТД», 2006. – 116 с.

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

19. Франков А. В. Футбол. – Харків: Фактор, 2009. – 192 с. ISBN 978-966-312-885

20. Футбол у школі : посіб. для вчителів і школярів / Соломонко В. В., Лисенчук Г. А., Соломонко О. В., Пилюпенко В. О. – 2-ге вид., перероб. і допов. – К. : Навчальний друк , 2014. – 296 с. – ISBN 978-966-611-958-5

21. Футзал. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. В.І. Воронова, В.І.Гончаренко, В.М. Дараган та ін. К. Республіканський науково-методичний кабінет Міністерства молоді та спорту України, 2015. – 111 с.

Додаткова:

1. Воронова В. І. Психологія спорту: навч. посібник / В. І. Воронова. – К.: Олімпійська література, 2007. – 298 с.

2. Веселовський А.П. Спортивні ігри з методикою навчання/– Дрогобич: Редакційно – видавничий відділ ДДПУ імені Івана Франка, 2008. – 216 с.

3. Вихров К.Л. Разминка футболистов: Методическое пособие. / К.Л. Вихров, А.В. Дулибский. – К.: Федерация футбола Украины, Комби ЛТД, 2005. – 192 с.

4. Смульский В.Л. Питание в системе подготовки спортсменов /В.Л.Смульский, В.Д.Моногаров, М.М.Булатова. - К.: Олімпійська література, 1996. - 266 с.

5. Шамардин В. Н. Научно-методическое обеспечение подготовки

футболистов высокой квалификации. / В. Н. Шамардин. – К.: Научно-методический (технический) комитет Федерации футбола Украины, 2001. – 65 с.

Електронні ресурси з дисципліни

1. <https://futsal.com.ua>
2. <https://uaf.ua/files/biblioteka/футза-правила-гри-2020-2021.pdf>
3. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0119-15#Text>
4. <https://mms.gov.ua/sport/dityacho-yunackij-ta-rezervnij-sport/navchalni-programi-dlya-zakladiv-fizichnoyi-kulturi-i-sportu-z-vidiv-sportu/neolimpijski-vidi-sportu>