



Федерація футболу України

***Навчальна програма підготовки
тренерів дитячо-юнацького та
аматорського футболу на
курсах С-диплому ФФУ***

Київ – 2016



«ЗАТВЕРДЖЕНО»
Виконавчий комітет
Федерації футболу України

« »

2016 р.

НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА

підготовки тренерів дитячо-юнацького та аматорського футболу на курсах
С-диплому ФФУ дисципліна «Теорія і методика викладання футболу»



«ПОГОДЖЕНО»
Голова Науково-методичної ради
Федерації футболу України
[Signature] Віхров К.Л.
«16» вересня 2016 р.

«ПОГОДЖЕНО»
Директор департаменту розвитку
Федерації футболу України
[Signature] Чорно-Іванов В.С.
«16» вересня 2016 р.

НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА

підготовки тренерів дитячо-юнацького та аматорського футболу на курсах
С-диплому ФФУ дисципліна «Теорія і методика викладання футболу»



ЗМІСТ

Пояснювальна записка	6
Розподіл годин за програмою «С» - диплому ФФУ	9
Навчальний план на I сесію	10
Навчальний план на II сесію	15
Навчальний план на III сесію	20
Вимоги щодо проведення рольової гри з технічної підготовки.....	24
Вимоги щодо проведення рольової гри з тактичної підготовки.....	28
Вимоги щодо проведення рольової гри з фізичної підготовки.....	30
Вимоги щодо складання практичного іспиту (тест-заняття) за видами підготовки.....	40
Рекомендовані теми контрольних робіт	43
Завдання щодо складання письмового тесту з Правил гри	45
Перелік екзаменаційних питань	54
Рекомендована література	58
Додатки	



ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма «С» диплому ФФУ щодо навчання тренерів масового футболу, затверджена Виконкомом Федерації Футболу України . .2016 р.

Дана програма розроблена, відповідно до вимог Хартії масового футболу УЄФА та Тренерської конвенції УЄФА (редакція 2015 р.), робочою групою Науково-методичної ради Федерації футболу України у складі:

Віхров К.Л – Голова Науково-методичної ради ФФУ, професор.

Бобаріко О.Є. – Секретар Науково-методичної ради ФФУ, відповідальний за «С»-диплом у ФФУ.

Боднар Я.Б. – Член Науково-методичної ради ФФУ, кандидат наук.

Гончаренко В.І. – Член Науково-методичної ради ФФУ, перший віце-президент федерації футболу Сумщини, професор.

Джус О.М. – Член Науково-методичної ради ФФУ, професор.

Дорошенко Е.Ю. – Член Науково-методичної ради ФФУ, доктор наук.

Лизогуб В.С. – Член Науково-методичної ради ФФУ, професор.

Марченко Р.В. – Член Науково-методичної ради ФФУ, виконавчий директор Федерації футболу м. Києва.

Шинкарук О.А. – Член Науково-методичної ради ФФУ, Директор Науково-дослідного інституту Національного університету фізичного виховання і спорту України, професор.

Програма спрямована на навчання тренерів масового футболу в регіональних федераціях та передбачає вивчення дисципліни: «Теорія і методика викладання футболу», в тому числі базове викладання теоретичних, методичних і практичних основ багаторічної підготовки футболістів.

Мета програми – сприяти підготовці кваліфікованих тренерів масового футболу, які працюють в українських дитячо-юнацьких і аматорських командах.

Реалізація програми передбачає вирішення наступних **завдань**:



- 1.Отримання необхідного обсягу знань і інформації з питань теорії та практики сучасного футболу.
- 2.Формування вмінь та навичок у практичній діяльності тренера.
- 3.Отримання знань та формування умінь проводити відбір футболістів на різних етапах багаторічної підготовки.
- 4.Формування вміння готувати команду до змагальної діяльності, матчу.
- 5.Формування вміння управляти навчально-тренувальним процесом у відповідності з сучасними тенденціями розвитку футболу.
- 6.Формування вміння використовувати засоби технічного та медико-біологічного забезпечення для оптимізації процесу навчання і тренування.

Програма складається з 3-х основних блоків обсягом 86 год:

1. Теоретичний блок – 39 годин.
2. Практичний блок – 35 годин.
3. Оцінка знань – 12 годин.

Теоретичний блок включає в себе 5 розділів:

- а) теоретико-методичні основи футболу;
- б) система підготовки футболістів у дитячо-юнацьких і аматорських командах;
- в) види підготовки спортсменів в дитячо-юнацькому і аматорському футболі;
- г) управління процесом спортивної підготовки футболістів;
- д) медико-біологічне забезпечення та психологічний супровід підготовки футболістів.

Практичний блок включає в себе 3 розділи:

- а) основи навчання техніки і тактики гри у футбол;
- б) розвиток рухових якостей юних футболістів з урахуванням чутливих періодів; в) проведення слухачами окремих вправ навчально-тренувального заняття.

Контроль та оцінка знань й практичних умінь:

- а) складання трьох конспектів навчально-тренувальних занять за видами підготовки;
- б) проведення рольових ігор за видами підготовки;
- в) проведення навчальної практики за видами підготовки;
- г) захист контрольної роботи;
- д) письмовий тест з Правил гри;
- е) практичний іспит (тест-заняття);
- є) теоретичний іспит.

Навчальну роботу пропонується проводити у вигляді лекційних, методичних, практичних, семінарських (рольові ігри) занять, навчальної практики та самостійної роботи.

На лекційних заняттях повідомляються: теоретичні відомості на базі сучасних тлумачень теорії і практики спортивного навчання і тренування юних футболістів та футболістів аматорів у сфері технічної, тактичної, фізичної і психологічної підготовки; про активні методи навчання та виховання; про фізичні механізми адаптації під час інтенсивної м'язової діяльності; про гігієнічні норми харчування спортсменів; про педагогічний та лікарський контроль; про методи управління футбольною командою тощо.

На методичних заняттях розширюються знання про технічну, тактичну, фізичну і психологічну підтовку футболістів до змагань, вдосконалюються навички та вміння планування навчально-тренувального процесу, засвоюється матеріал про ефективні методики проведення комплексного контролю стану тренуваності.

На практичних заняттях поглиблюються знання і отримуються вміння в методах тренування і виховання рухових якостей, навчання технічним прийомам і тактичним діям футболістів.



Рольові ігри проводяться з метою формування у слухачів професійно-педагогічних вмінь і навичок з підготовки футболістів і команди до змагань.

Навчальна практика передбачає вдосконалення умінь і навичок управління підготовкою футболістів у навчально-тренувальному процесі. Слухачі повинні засвоїти методичні прийоми навчання і тренування футболістів, вміти підготувати план-конспект заняття за видами підготовки, з адекватним підбором засобів і методів, відповідно до поставлених завдань. Вміти оцінювати виконання вправ, виявляти причину походження помилок та шляхи їх виправлення, чітко і методично вірно організовувати учнів.

Самостійна робота слухачів передбачає вивчення програмного матеріалу з навчальних посібників і додаткових джерел, представлених у рекомендованій літературі та інтернет сайтах.

Розподіл годин за програмою «С»-диплом

№	ФОРМИ ЗАНЯТЬ	СЕСІЇ			ВСЬОГО ГОДИН
		I	II	III	
Теоретичний розділ					39
1.	Лекційні заняття	10	12	2	24
2.	Методичні заняття	6	6	3	15
Практичний розділ					35
1.	Семінарські заняття (рольові ігри)	3	3	3	9
2.	Практичні заняття	6	4	4	14
3.	Навчальна практика	4	4	4	12
Заліки та іспити					12
1.	Захист контрольної роботи			3	3
2.	Практичний іспит (тест-заняття)			4	4
3.	Письмовий тест з Правил гри			1	1
4.	Теоретичний іспит			4	4
Всього за програмою		29	29	28	86

Навчальний план на I сесію

№	ТЕМИ	ВСЬОГО ГОДИН	ЗАНЯТТЯ				НАВЧАЛЬНА ПРАКТИКА	ФОРМИ КОНТРОЛЮ
			ЛЕКЦІЙНІ	МЕТОДИЧНІ	СЕМІНАРСЬКІ	ПРАКТИЧНІ		
1.	Вступ до дисципліни «Теорія і методика викладання футболу» за програмою С-диплом ФФУ.	2		2				
2.	Характеристика педагогічних принципів побудови навчально-тренувального заняття. Завдання навчання і тренування.	2	2					
3.	Теоретико-методичні основи спортивного тренування.	2	2					
4.	Основи організації та планування багаторічної підготовки футболістів.	2	2					
5.	Особливості підготовки футболістів різної кваліфікації та віку.	2	2					
6.	Правила гри. Послідовність їх застосування у навчально-тренувальному процесі.	2		2				
7.	Основи техніки гри у футбол і методика навчання.	2	2					
8.	Аналіз виконання технічних прийомів та їх застосування в різних ігрових ситуаціях.	2		2				
9.	Методика навчання техніці володіння м'ячем польового гравця.	2				2		
10.	Методика навчання техніці володіння м'ячем воротаря.	2				2		
11.	Методика навчання техніці пересувань у футболі.	2				2		
12.	Рольова гра щодо моделювання спеціальних та ігрових вправ з технічної підготовки.	3			3			
13.	Проведення слухачами тренувальних вправ з навчання техніки гри у футбол.	4					4	План-конспект з техніки гри
Загальна кількість годин.		29	10	6	3	6	4	

I сесія

1. Методичне заняття (2 год.) Вступ до дисципліни «Теорія і методика викладання футболу» за програмою С-диплом ФФУ.

Вимоги і методика виконання завдань щодо підготовки до семінарських занять (рольова гра), навчальної практики, практичного іспиту (тест-заняття), написанню контрольної роботи, складання письмового тесту з Правил гри. Визначення термінів футболу які застосовуються в організації проведення навчально-тренувального процесу в футболі.

2. Лекційне заняття (2 год.) Характеристика педагогічних принципів побудови навчально-тренувального процесу. Завдання навчання і тренування.

Структура розучування технічних і тактичних прийомів гри. Завдання фаз навчання: ознайомити, навчити, закріпити. Моделювання спеціальних та ігрових вправ у фазах навчання, в залежності від завдань заняття. Завдання загальної і спеціальної підготовки та вибір засобів і методів. Типи занять, форми, методи і засоби. Завдання підготовчої, основної та заключної частини навчально-тренувального заняття. Характеристика форм організації навчання у футболі – групова, парна, індивідуальна.

3. Лекційне заняття (2 год.) Теоретико-методичні основи спортивного тренування.

Структура спортивного тренування у футболі. Види підготовки. Технічна, тактична, фізична, інтегральна, теоретична та психологічна підготовка футболістів. Команда як система вищого рівня організації. Особливості управління командою в дитячо-юнацькому і масовому футболі.

4. Лекційне заняття (2 год.) Основи організації та планування багаторічної підготовки футболістів.

Характеристика етапів багаторічної підготовки, управління тренувальним процесом футболістів. Роль і значення планування як основи управління тренувальним процесом. Перспективне, поточне і оперативне планування. Періодизація навчально-тренувального процесу в річному циклі



підготовки футболістів. Характеристика етапів і періодів. Організація навчально-тренувальної роботи в дитячо-юнацькому і масовому футболі на етапах багаторічної підготовки та в різні періоди річного тренувального циклу.

5. Лекційне заняття (2 год.) Особливості підготовки футболістів різної кваліфікації та віку.

Підготовка футболістів у молодшому шкільному, підлітковому та юнацькому віці. Підготовка футболістів у масовому футболі.

6. Методичне заняття (2 год.) Правила гри. Послідовність їх застосування у навчально-тренувальному процесі.

Загальні положення та аналіз Правил гри. Історія розвитку Правил гри. Особливості проведення теоретичних занять з навчання футболістів Правилам гри. Послідовне застосування знань тренером Правил гри в організації та проведенні тренувальних занять і навчальних ігор.

7. Лекційне заняття (2 год.) Основи техніки гри у футбол і методика навчання.

Загальна характеристика і поняття техніки гри у футбол. Класифікація техніки. Техніка володіння м'ячем польового гравця. Техніка володіння м'ячем воротаря. Техніка пересування. Біомеханічний аналіз основних технічних прийомів. Критерії ефективності і надійності виконання технічних прийомів. Зміст, завдання, методи і засоби технічної підготовки в період становлення спортивної майстерності.

8. Методичне заняття (2 год.) Аналіз виконання технічних прийомів та їх застосування в різних ігрових ситуаціях.

Критерії ефективності та надійності техніки. Стійкість техніки проти «збиваючих» чинників. Умови виконання технічних прийомів в ігрових ситуаціях: простих, ускладнених і складних. Аналіз виконання ударів по м'ячу ногою, головою, зупинок м'яча, ведень, фінтів, відборів і вкидання м'яча, основних технічних прийомів гри воротаря та їх застосування в різних ігрових



ситуаціях. Помилки при виконанні технічних прийомів і методи їх виправлення.

9. Практичне заняття (2 год.) Методика навчання техніці володіння м'ячем польового гравця.

Управління технічною підготовкою футболістів. Організація навчально-тренувального заняття з технічної підготовки, використання методів і засобів. Моделювання вправ в залежності від фаз засвоєння технічного прийому.

10. Практичне заняття (2 год.) Методика навчання техніці володіння м'ячем воротаря.

Організація та проведення навчально-тренувального заняття з врахуванням особливостей технічної підготовки воротарів різних вікових груп. Застосування методів і засобів щодо навчання техніці гри воротаря. Аналіз типових вправ при навчанні техніки гри воротаря.

11. Практичне заняття (2 год.) Методика навчання техніці пересувань у футболі.

Організація навчально-тренувального заняття з навчання техніці пересувань, використання методів і засобів. Моделювання вправ в залежності від засвоєння техніки пересування.

12. Семінарське заняття (3 год.) Рольова гра щодо моделювання спеціальних та ігрових вправ з технічної підготовки.

Перевірка знань слухачів з питань, розглянутих на лекційних та методичних заняттях за темою: «Технічна підготовка футболістів».

Формування у слухачів вмінь і навичок побудови навчально-тренувального заняття, підбору вправ у відповідності до поставлених завдань, а також вміння використовувати макет футбольного поля та інформаційно-комунікаційні технології при поясненні їх виконання.

13. Навчальна практика (4 год.) Проведення слухачами тренувальних вправ з навчання техніці гри у футбол.



Складання план-конспекту з технічної підготовки і проведення слухачами окремих вправ з основної частини заняття, застосовуючи методи і засоби навчання футболістів технічним прийомам, відповідно до поставлених завдань. Враховується: чіткість формулювання в поясненні завдань заняття; організація виконання вправи; демонстрація вправи; виправлення помилок у виконанні; активність (лідерство); ефективність підготовленої вправи.

Навчальний план на II сесію

№	ТЕМИ	ВСЬОГО ГОДИН	ЗАНЯТТЯ				НАВЧАЛЬНА ПРАКТИКА	ФОРМИ КОНТРОЛЮ
			ЛЕКЦІЙНІ	МЕТОДИЧНІ	СЕМІНАРСЬКІ	ПРАКТИЧНІ		
1.	Педагогічний контроль у футболі та методика його проведення.	2	2					
2.	Профорієнтація та відбір юних футболістів.	2	2					
3.	Психологічна підготовка футболістів.	2	2					
4.	Психолого-педагогічні характеристики особистості тренера з футболу. Управління командою.	2		2				
5.	Лікарський контроль, особиста гігієна та профілактика травматизму.	2	2					
6.	Організація раціонального харчування юних футболістів і футболістів аматорських команд.	2	2					
7.	Установка на гру і розбір проведених ігр.	2		2				
8.	Тактика, як засіб спортивної боротьби у футболі.	2	2					
9.	Особливості навчання і методика викладання тактики гри у футбол.	2		2				
10.	Методика навчання груповим і індивідуальним тактичним діям в обороні та атаці.	2				2		
11.	Методика навчання командним тактичним діям в обороні та атаці.	2				2		
12.	Рольова гра щодо моделювання спеціальних та ігрових вправ з тактичної підготовки.	3			3			
13.	Проведення слухачами тренувальних вправ з навчання тактиці гри у футбол.	4					4	План-конспект з тактики гри
Загальна кількість годин.		29	12	6	3	4	4	

II сесія

1.Лекційне заняття. (2 год.) Педагогічний контроль у футболі і методика його проведення.

Поняття та види педагогічного контролю. Методичні особливості проведення контролю рівня фізичної і технічної підготовленості та змагальної діяльності футболістів. Методичні особливості проведення медико-біологічного і психологічного контролю.

2.Лекційне заняття. (2 год.) Профорієнтація та відбір юних футболістів.

Основні теоретичні положення відбору. Визначення понять: задатки, обдарованість і здібності. Специфіка відбору в футболі. Основні шляхи, принципи і етапи відбору. Організація і структура відбору. Критерії відбору та спортивна орієнтація. Прогнозування здібностей юних футболістів. Педагогічні та медико-біологічні основи відбору футболістів. Відбір футболістів і комплектування команд в дитячо-юнацькому і масовому футболі.

3. Лекційне заняття. (2 год.) Психологічна підготовка футболістів.

Загальні та спеціальні здібності. Темперамент і характер. Роль характерологічних особливостей. Коротка характеристика механізмів психологічного захисту (фантазія, раціоналізація, проекція, агресія, боязнь). Структура особистості. Формування специфічного сприйняття (почуття часу, м'яча і простору). Діагностика передігрового стану футболіста. Вікова періодизація розвитку. Вікові психологічні особливості дітей, підлітків, юнаків і дівчат. Психологічні риси, методи і засоби ефективного управління футбольною командою вимоги до особистості тренера.

4.Методичне заняття. (2 год.) Психолого-педагогічні характеристики особистості тренера з футболу. Управління командою.

Структура особистості тренера. Комплекс вимог до особистості тренера з футболу. Педагогічні характеристики особистості тренера з футболу. Рольові позиції тренера. Вплив особистості тренера на



результативність футболістів. Готовність до діяльності та психічний стан тренера. Стилі управління командою.

5.Лекційне заняття. (2 год.) Лікарський контроль, особиста гігієна та профілактика травматизму.

Завдання лікарського контролю в навчально-тренувальному процесі. Медичне обстеження футболістів, об'єктивна оцінка стану здоров'я. Етапи проведення медичних обстежень. Функціональні зміни в організмі футболістів в результаті тренувальних навантажень. Методика контролю за динамікою показників тестування футболістів. Виявлення перетренованості і перенапруження. Сучасні методи фізіологічного контролю. Гігієнічні фактори як чинник оптимізації навчально-тренувального процесу. Попередження травматизму в футболі та надання першої медичної допомоги.

6.Лекційне заняття. (2 год.) Організація раціонального харчування юних футболістів і футболістів аматорських команд.

Основні аспекти раціонального харчування. Організація, режим, гігієнічні вимоги до організації харчування футболістів. Добовий раціон в залежності від віку; тренувальних та змагальних навантажень.

7. Методичне заняття. (2 год.) Установка на гру і розбір проведених ігор.

Значення майбутньої гри і особливості турнірного становища команди. Відомості про суперника: тактична схема, організація атакуювальних і захисних дій, сильні та слабкі сторони гри команди, характеристика провідних гравців. Визначення складу своєї команди. Тактичний план майбутньої гри. Групові та персональні завдання гравцям. Можливі зміни тактичного плану в процесі матчу. Реалізація стандартних положень. Використання перерви для внесення коректив у гру футболістів. Розбір гри, що відбулася. Аналіз гри команди, окремих ланок і футболістів.

8. Лекційне заняття (2 год.) Тактика, як засіб спортивної боротьби у футболі.

Тактика гри у футбол. Загальні поняття про стратегію, тактику, схему, систему та стиль гри. Класифікація тактики. Значення тактики та її взаємозв'язок з іншими компонентами гри. Функції гравців. Оцінка ефективності тактики. Тактичне мислення та його складові. Тактика атаки і оборони. Індивідуальні, групові та командні тактичні взаємодії футболістів. Взаємодії футболістів при стандартних положеннях.

9. Методичне заняття (2 год.) Особливості навчання і методика викладання тактики гри у футбол.

Мета та завдання тактичної підготовки. Засоби та методи, що застосовуються в тактичній підготовці футболістів. Характеристика тактичних знань, умінь і навичок. Залежність тактичної майстерності від рівня технічної, фізичної та психологічної підготовленості футболіста. Тактична підготовка футболістів різних ігрових амплуа. Типові помилки при навчанні тактиці гри та методи їх виправлення.

10. Практичне заняття (2 год.) Методика навчання індивідуальним і груповим тактичним діям в обороні та атаці.

Управління тактичною підготовкою футболістів. Організація навчально-тренувального заняття з тактичної підготовки, використання методів і засобів, що застосовуються при навчанні футболістів тактичним діям. Особливості навчання індивідуальним і груповим тактичним діям. Моделювання вправ в залежності від фаз засвоєння тактичних дій.

11. Практичне заняття (2 год.) Методика навчання командним тактичним діям в обороні та атаці.

Управління тактичною підготовкою футболістів. Організація навчально-тренувального заняття з тактичної підготовки, використання методів і засобів, що застосовуються при навчанні футболістів тактичним діям. Особливості навчання командним тактичним діям. Моделювання вправ в залежності від фаз засвоєння тактичних дій.

12. Семінарське заняття (3 год.) Рольова гра щодо моделювання спеціальних та ігрових вправ з тактичної підготовки.

Перевірка знань слухачів з питань, розглянутих на лекційних та методичних заняттях за темою: «Тактична підготовка футболістів».

Формування у слухачів вмінь і навичок побудови навчально-тренувального заняття, підбору вправ з тактичної підготовки, згідно поставлених завдань, а також вміння використовувати макет футбольного поля та інформаційно-комунікаційні технології при поясненні їх виконання.

13. Навчальна практика (4 год.) Проведення слухачами тренувальних вправ з навчання тактиці гри у футбол.

Складання план-конспекту з тактичної підготовки і проведення слухачами окремих вправ основної частини заняття, застосовуючи методи і засоби навчання футболістів тактичним діям, відповідно до поставлених завдань. Враховується: чіткість формулювання в поясненні завдань заняття; організація виконання вправи; демонстрація вправи; виправлення помилок у виконанні; активність (лідерство); ефективність підготовленої вправи.

Навчальний план на III сесію

№	ТЕМИ	ВСЬОГО ГОДИН	ЗАНЯТТЯ				НАВЧАЛЬНА ПРАКТИКА	ФОРМИ КОНТРОЛЮ
			ЛЕКЦІЙНІ	МЕТОДИЧНІ	СЕМІНАРСЬКІ	ПРАКТИЧНІ		
1.	Фізична підготовка футболістів.	2	2					
2.	Методи тренування рухових якостей футболістів.	2		2				
3.	Методи та засоби розвитку рухових якостей футболістів, з урахуванням їх віку і кваліфікації	2				2		
4.	Методи та засоби проведення загальної і спеціальної розминки футболістів, з урахуванням їх віку і кваліфікації.	2				2		
5.	Проведення слухачами тренувальних вправ з фізичної підготовки.	4					4	План-конспект з фізичної підготовки
6.	Семінарське заняття. Рольова гра щодо моделювання спеціальних вправ з фізичної підготовки.	3			3			
7.	Практичний іспит. Проведення тест-заняття щодо моделювання спеціальних вправ за видами підготовки.	4						
8.	Захист контрольних робіт.	3			3			
9.	Методичне заняття. Консультація з питань теоретичного іспиту.	1		1				
10.	Правила гри.	1						Письмовий тест
11.	Теоретичний іспит.	4						
Загальна кількість годин.		28	2	3	6	4	4	

III сесія

1. Лекційне заняття (2 год.) Фізична підготовка футболістів.

Мета і завдання фізичної підготовки. Завдання, характеристика загальної та спеціальної фізичної підготовки і їх співвідношення. Методи та засоби розвитку рухових якостей: сили, швидкості, гнучкості, витривалості, координаційних здібностей. Індивідуалізація розвитку рухових якостей. Обсяг та інтенсивність вправ щодо розвитку рухових якостей. Зміст розминки перед матчем і навчально-тренувальним заняттям. Вибір і моделювання вправ, дозування навантаження під час розвитку різних рухових якостей. Взаємозв'язок фізичної, технічної, тактичної підготовки в навчально-тренувальному занятті.

2. Методичне заняття (2 год.) Методи тренування рухових якостей футболістів.

Характеристика методів розвитку рухових якостей футболістів. Безперервний метод виконання тренувальних вправ: рівномірний; змінний. Метод виконання вправ «з перервами»: інтервальний; повторний; ігровий; змагальний. Метод колового тренування. Урахування закономірностей вікової динаміки рухових якостей футболістів та основних параметрів спрямованості тренувальних навантажень.

3. Практичне заняття (2 год.) Методи та засоби розвитку рухових якостей футболістів, з урахуванням їх віку і кваліфікації.

Використання методів і засобів щодо виховання загальних і спеціальних рухових якостей, координаційних здібностей, швидкості, сили, витривалості та гнучкості футболістів різних вікових категорій.

4. Практичне заняття. (2 год.) Методи та засоби проведення загальної і спеціальної розминки футболістів, з урахуванням їх віку і кваліфікації.

Використання методів і засобів для проведення загальної і спеціальної розминки футболістів, з урахуванням їх віку та кваліфікації. Розминка у

навчально-тренувальному занятті, залежно від його спрямованості. Розминка перед матчем.

5. Семінарське заняття. (3 год.) Рольова гра щодо моделювання спеціальних та ігрових вправ з фізичної підготовки.

Перевірка знань слухачів з питань, розглянутих на лекційних та методичних заняттях за темою: «Фізична підготовка футболістів».

Формування у слухачів вмінь і навичок побудови навчально-тренувального заняття, підбору вправ з розвитку рухових якостей згідно поставлених завдань, а також вміння використовувати макет футбольного поля та інформаційно-комунікаційні технології при поясненні їх виконання.

6. Навчальна практика (4 год.) Проведення слухачами тренувальних вправ з фізичної підготовки.

Складання план-конспекту з фізичної підготовки і проведення слухачами окремих вправ з основної частини заняття, застосовуючи методи і засоби з метою розвитку рухових якостей футболістів різних вікових груп, відповідно до поставлених завдань. Враховується: чіткість формулювання в поясненні завдань заняття; організація виконання вправи; демонстрація вправи; виправлення помилок під час виконання; активність (лідерство); ефективність підготовленої вправи.

7. Семінарське заняття (3 год.) Захист контрольних робіт.

Мета захисту контрольних робіт - виявити у слухачів вміння користуватися сучасною навчально-методичною літературою з проблем різнобічної підготовки футболістів, здатність узагальнювати сучасний педагогічний досвід організації та проведення навчально-тренувального процесу в дитячо-юнацьких та аматорських командах.

8. Методичне заняття (1 год.) Консультація з питань теоретичного іспиту.

Зміст та структура питань екзаменаційних білетів, теоретичні і методичні основи побудови відповіді. Методи побудови схеми навчально-тренувального заняття згідно завданню екзаменаційного білету.

9. Практичний іспит. (4 год.) Тест-заняття за видами підготовки.

Проведення слухачами за отриманими завданнями вправ з технічної/тактичної/фізичної підготовки, з вирішенням поставлених завдань. Враховується: ясність формулювання в поясненні завдань заняття; організація виконання вправи; демонстрація вправи; виправлення помилок у виконанні; активність (лідерство); ефективність підготовленої вправи.

10. Письмовий тест з Правил гри. (1 год) Складання письмового тесту.

За отриманим завданням дати відповідь на запитання щодо описаних ігрових ситуацій.

11. Теоретичний іспит. (4 год.)

Контроль успішності за п'ятибальною шкалою у вигляді оцінки відповідей слухача згідно екзаменаційним білетам з вивчених тем навчальної програми.

ВИМОГИ ЩОДО ПРОВЕДЕННЯ РОЛЬОВОЇ ГРИ ЗА ТЕМОЮ «МОДЕЛЮВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ТА ІГРОВИХ ВПРАВ З ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ»

Рольова гра – своєрідна перевірка знань слухачів з питань, розглянутих на лекційних та методичних заняттях за темою: «Технічна підготовка футболістів».

Слухачі, які готуються взяти участь у грі, зобов'язані ретельно вивчити і проаналізувати питання технічної підготовки футболістів.

ВХІДНІ ДАНІ:

- Дитячо-юнацька або аматорська футбольна команда/група футболістів;
- Форми, методи і засоби технічної підготовки футболістів;
- Методи і засоби навчання визначеному технічному прийому;
- Методика побудови спеціальних засобів, враховуючи період навчання від фази «вміння» до фази «динамічний стереотип»;
- Рекомендована література.

ЗАВДАННЯ:

- Визначити умови використання технічного прийому у грі;
- Зробити біомеханічний аналіз технічного прийому;
- Розробити спеціальну/ігрову вправу, яка сприяє навчанню прийому на даній фазі;
- Визначити послідовність виконання вправ;
- Визначити ефективність даної вправи щодо вирішення завдання.

ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП рольової гри найбільш відповідальний, тому що від того, як змодельовані вправи, відповідно до визначеної фази навчання, залежить успіх проведення гри.

Слухачі повинні самостійно, до початку рольової гри, за отриманим завданням розробити підвідні і/або основні вправи, які будуть застосовані в навчальному процесі, зобразивши їх схемою на спеціальному бланку (додаток 1).

НА ІГРОВОМУ ЕТАПІ трійка слухачів по черзі виконують роль тренера і демонструють на макеті футбольного поля розроблені вправи щодо визначеного технічного прийому за отриманим завданням, наприклад:

1. Ознайомити з технікою удару по м'ячу середньою частиною підйому;
2. Навчити техніці удару по м'ячу середньою частиною підйому;
3. Закріпити техніку удару по м'ячу середньою частиною підйому.

Під час виступу першого слухача, два інші – опоненти, які по ходу доповіді записують свої заперечення і пропозиції та по її завершенні, обговорюють, висловлюють зауваження і вносять поправки. Решта слухачів – глядачі. Вони також можуть брати участь в обговоренні суджень, як доповідача, так і опонентів щодо характеристики та змісту розроблених вправ.

Після виступу першого слухача підготовлені вправи послідовно демонструють два інші слухачі. Відведений час на одну доповідь до 5 хвилин.

НА ЗАВЕРШАЛЬНОМУ ЕТАПІ підводяться підсумки проведеної рольової гри. Викладач проводить аналіз і виносить на обговорення слухачів запропоновані зауваження, відмічає ефективність продемонстрованих вправ їх позитивні та негативні сторони.

Після цього інші три слухачі, за отриманим завданням демонструють та обговорюють наступний технічний прийом.



Рекомендовані завдання щодо проведення

рольової гри з технічної підготовки футболістів

1. Ознайомити з технікою удару по м'ячу внутрішньою стороною стопи.
2. Навчити техніці удару по м'ячу внутрішньою стороною стопи.
3. Закріпити техніку удару по м'ячу внутрішньою стороною стопи.
4. Ознайомити з технікою удару по м'ячу зовнішньою частиною підйому.
5. Навчити техніці удару по м'ячу зовнішньою частиною підйому.
6. Закріпити техніку удару по м'ячу зовнішньою частиною підйому.
7. Ознайомити з технікою удару по м'ячу середньою частиною підйому.
8. Навчити техніці удару по м'ячу середньою частиною підйому.
9. Закріпити техніку удару по м'ячу середньою частиною підйому.
10. Ознайомити з технікою удару по м'ячу внутрішньою частиною підйому.
11. Навчити техніці удару по м'ячу внутрішньою частиною підйому.
12. Закріпити техніку удару по м'ячу внутрішньою частиною підйому.
13. Ознайомити з технікою удару по м'ячу серединою лоба.
14. Навчити техніці удару по м'ячу серединою лоба.
15. Закріпити техніку удару по м'ячу серединою лоба.
16. Ознайомити з технікою зупинки м'яча внутрішньою стороною стопи.
17. Навчити техніці зупинки м'яча внутрішньою стороною стопи.
18. Закріпити техніку зупинки м'яча внутрішньою стороною стопи.
19. Ознайомити з технікою зупинки м'яча підошвою.
20. Навчити техніці зупинки м'яча підошвою.
21. Закріпити техніку зупинки м'яча підошвою.
22. Ознайомити з технікою зупинки м'яча грудьми.
23. Навчити техніці зупинки м'яча грудьми.
24. Закріпити техніку зупинки м'яча грудьми.
25. Ознайомити з технікою зупинки м'яча стегном.
26. Навчити техніці зупинки м'яча стегном.
27. Закріпити техніку зупинки м'яча стегном.
28. Ознайомити з технікою ведення м'яча зовнішньою частиною підйому.
29. Навчити техніці ведення м'яча зовнішньою частиною підйому.
30. Закріпити техніку ведення м'яча зовнішньою частиною підйому.
31. Ознайомити з технікою ведення м'яча середньою частиною підйому.
32. Навчити техніці ведення м'яча середньою частиною підйому.
33. Закріпити техніку ведення м'яча середньою частиною підйому.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ЩОДО ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ

1. Варюшин В. Тренировка юных футболистов / В. Варюшин. – 2007.
2. Вихров К.Л. Футбол в школе. Учебно-методическое пособие / К.Л. Вихров. – Киев: Комби Лтд, 2002.
3. Вихров К. Разминка футболистов / К. Вихров, А. Дулибский // Методическое пособие. – Киев: ЧП «АртИнформМен», 2007.
4. Зеленцов А.М. Контроль и управление параметрами технической подготовленности футболистов / А.М. Зеленцов // В кн.: «Метод педконтроля в спортивной тренировке». – 1975. – с. 12-16.
5. Казаков П.Н. Футбол. Учебник / П.Н. Казаков // М.: Изд-во ФиС, 1978.
6. Костюкевич В.М. Футбол. Учебное пособие / В.М. Костюкевич. – Киев-Винница, 1996.
7. Козловский В.И. Подготовка футболистов / В.И. Козловский // М.: Изд-во ФиС, 1977.
8. Кузнецов А. Футбол. Настольная книга детского тренера / Кузнецов А. – 2008.
9. Лаптев А.П. Юный футболист / А.П. Лаптев, А.А. Сучилин // М.: Изд-во ФиС, 1983. – 253 с.
10. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов / О.Б. Лапшин. – М.: Изд-во «Человек», 2010. – 176 с.
11. Монаков Г.В. Подготовка футболистов / Г.В. Монаков // М.: Изд-во ФиС, 2003.
12. Чанади А. Футбол. Техника / А.Чанади // М.: Изд-во ФиС, 1978.
13. Чесно Ж., Дюрэ Ж. Футбол. Обучение базовой технике / Ж. Чесно, Ж. Дюрэ. – 2006.
14. Лукашин Ю. Я учусь играть в футбол / Ю. Лукашин. – 2004.
15. Смышляев А.В. Футбол: техника игры / А.В. Смышляев, Е.Э. Степанов, Э.Р. Франк. – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. – 69 с.
16. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: 2-е изд., стереотип / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 520 с.

**ВИМОГИ ЩОДО ПРОВЕДЕННЯ РОЛЬОВОЇ ГРИ ЗА ТЕМОЮ:
«МОДЕЛЮВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ТА ІГРОВИХ ВПРАВ З ТАКТИЧНОЇ
ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ»**

Рольова гра є своєрідною перевіркою знань слухачів з питань, розглянутих на лекційних та методичних заняттях за темою: «Тактична підготовка футболістів».

Слухачі, котрі готуються взяти участь в грі, зобов'язані ретельно вивчити і проаналізувати питання тактичної підготовки футболістів.

ВИХІДНІ ДАНІ:

- Дитячо-юнацька чи аматорська футбольна команда/група футболістів;
- Форми, методи і засоби тактичної підготовки футболістів;
- Методи і засоби навчання тактичним діям згідно з отриманим завданням;
- Методика побудови спеціальних та ігрових вправ, враховуючи період навчання від фази «вміння» до фази «динамічний стереотип»;
- Рекомендована література.

ЗАВДАННЯ:

- Визначити використання тактичної дії у грі;
- Зробити аналіз виконання даної тактичної дії ;
- Розробити спеціальну/ігрову вправу, що сприяє навчанню тактичним діям відповідно фази навчання;
- Визначити послідовність виконання вправ;
- Визначити ефективність вправи щодо рішення поставленого завдання.

ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП даної гри найбільш відповідальний, тому що від того, як змодельовані вправи, відповідно до визначеної фази навчання, залежить успіх проведення гри.

Слухачі повинні самостійно, до початку рольової гри, за отриманим завданням з тактичної підготовки розробити підвідні і основні вправи, що

будуть застосовані в навчальному процесі, зобразивши їх схемою на спеціальному бланку (додаток 1).

НА ІГРОВОМУ ЕТАПІ трійка слухачів по черзі виконують роль тренера і демонструють на макеті футбольного поля розроблені вправи щодо визначених тактичних дій за отриманим завданням, наприклад:

1. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання комбінації «стінка»;
2. Навчити груповим тактичним діям під час виконання комбінації «стінка»;
3. Закріпити групові тактичні дії під час виконання комбінації «стінка».

Під час виступу першого слухача, два інші – опоненти, які по ходу доповіді записують свої заперечення і пропозиції та по її завершенні, обговорюють, висловлюють зауваження і вносять поправки. Решта слухачів – глядачі. Вони також можуть брати участь в обговоренні суджень, як доповідача, так і опонентів, щодо характеристики та змісту розроблених вправ.

Після виступу першого слухача підготовлені вправи послідовно демонструють два інші слухачі. Відведений час на одну доповідь до 5 хвилин.

НА ЗАВЕРШАЛЬНОМУ ЕТАПІ підводяться підсумки проведеної рольової гри. Викладач робить аналіз і виносить на обговорення слухачів запропоновані зауваження, відмічає ефективність продемонстрованих вправ їх позитивні та негативні сторони.

Після цього інші три слухачі, за отриманим завданням демонструють та обговорюють розроблені вправи з тактичної підготовки.



Рекомендовані завдання щодо проведення рольової гри з тактичної підготовки футболістів

1. Ознайомити з індивідуальними тактичними діями під час виконання «відкривання».
2. Навчити індивідуальним тактичним діям під час виконання «відкривання».
3. Закріпити індивідуальні тактичні дії під час виконання «відкривання».
4. Ознайомити з індивідуальними тактичними діями під час виконання «закривання».
5. Навчити індивідуальним тактичним діям під час виконання «закривання».
6. Закріпити індивідуальні тактичні дії під час виконання «закривання».
7. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання комбінації «створення чисельної переваги на ділянці поля».
8. Навчити груповим тактичним діям під час виконання комбінації «створення чисельної переваги на ділянці поля».
9. Закріпити групові тактичні дії під час виконання комбінації «створення чисельної переваги на ділянці поля».
10. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання комбінації «стінка».
11. Навчити груповим тактичним діям під час виконання комбінації «стінка».
12. Закріпити групові тактичні дії під час виконання комбінації «стінка».
13. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання комбінації «схрещування».
14. Навчити груповим тактичним діям під час виконання комбінації «схрещування».
15. Закріпити групові тактичні дії під час виконання комбінації «схрещування».
16. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання комбінації «пропуск м'яча».
17. Навчити груповим тактичним діям під час виконання комбінації «пропуск м'яча».
18. Закріпити групові тактичні дії під час виконання комбінації «пропуск м'яча».
19. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання комбінації «в один дотик».

20. Навчити груповим тактичним діям під час виконання комбінації «в один дотик».
21. Закріпити групові тактичні дії під час виконання комбінації «в один дотик».
22. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання комбінації «зміна місць».
23. Навчити груповим тактичним діям під час виконання комбінації «зміна місць».
24. Закріпити групові тактичні дії під час виконання комбінації «зміна місць».
25. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання протидії комбінації «стінка».
26. Навчити груповим тактичним діям під час виконання протидії комбінації «стінка».
27. Закріпити групові тактичні дії під час виконання протидії комбінації «стінка».
28. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання протидії комбінації «зміна місць».
29. Навчити груповим тактичним діям під час виконання протидії комбінації «зміна місць».
30. Закріпити групові тактичні дії під час виконання протидії комбінації «зміна місць».
31. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання протидії комбінації «схрещування».
32. Навчити груповим тактичним діям під час виконання протидії комбінації «схрещування».
33. Закріпити групові тактичні дії під час виконання протидії комбінації «схрещування».
34. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання протидії комбінації «пропуск м'яча».
35. Навчити груповим тактичним діям під час виконання протидії комбінації «пропуск м'яча».
36. Закріпити групові тактичні дії під час виконання протидії комбінації «пропуск м'яча».
37. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання протидії комбінації «створення чисельної переваги на ділянці поля».
38. Навчити груповим тактичним діям під час виконання протидії комбінації «створення чисельної переваги на ділянці поля».

39. Закріпити групові тактичні дії під час виконання протидії комбінації «створення чисельної переваги на ділянці поля».

40. Ознайомити з груповими тактичними діями під час виконання протидії комбінації «в один додик».

41. Навчити груповим тактичним діям під час виконання протидії комбінації «в один дотик».

42. Закріпити групові тактичні дії під час виконання протидії комбінації «в один дотик».

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ЩОДО ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ

1. Бетти Э. Современная тактика футбола / Э. Бетти. – М.: Изд-во ФиС., 1974.
2. Зеленцов А.М. Моделирование тренировки в футболе / А.М. Зеленцов, В.В. Лобановский. – Киев: «Альтерпресс», 1998.
3. А.М. Зеленцов. Уроки футбола / А.М. Зеленцов, В.В. Лобановский, В.Г. Ткачук, В. Коувэрвер. – Киев: Изд-во УСХА, 1993.
4. Зеленцов А.М. Тактика и стратегия в футболе / А.М. Зеленцов, В.В. Лобановский, В.Г. Ткачук, А.И. Кондратьев. – Киев: «Здоров'я», 1989.
5. Качалин Г.Д. Тактика футбола / Г.Д. Качалин. – М.: Изд-во ФиС., 1986.
6. Качани Л. Тренировка футболистов / Л. Качани, Л. Горский. – 1984.
8. Кук М. 101 упражнение для юных футболистов / М. Кук. – 2003.
9. Романенко А.Н. Книга тренера по футболу. Методическое пособие / А.Н. Романенко, О.Н. Джус, Е.В. Догадин. – Киев: «Здоров'я», 1979.
10. Папян Г.Г. Педагогические наблюдения за индивидуальными тактическими действиями юных футболистов в процессе игровой деятельности: Методические рекомендации / Г.Г. Папян. – Ташкент, 1978. – С.16-19.
11. Петухов А. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов / Петухов А. – 2006.
12. Плон Б. Новая школа в футбольной тренировке / Б. Плон. – М.: Изд-во «Олимпия», «Человек», 2008. – 240с.
13. Симаков В.И. Футбол – парные тактические комбинации / В.И. Симаков.– М.: Изд-во «Советская Россия», 1975.
14. Симаков В.И. Футбол – простые комбинации / В.И. Симаков.– М.: Изд-во ФиС, 1987.
15. Хьюс Чарльз. Футбол. Тактические действия команды / Хьюс Чарльз. – М.: Изд-во ФиС., 1979.

16. Чанади А. Футбол. Тренировка / А. Чанади. – М.: Изд-во ФиС., 1985.
17. Джонатан Уилсон. Книга о футбольных тактиках. Стратегии на футбольном поле. – Изд-во «Эксмо», 2015. – 352 с.

**ВИМОГИ ЩОДО ПРОВЕДЕННЯ РОЛЬОВОЇ ГРИ ЗА ТЕМОЮ:
«МОДЕЛЮВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ВПРАВ З ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
ФУТБОЛІСТІВ»**

Рольова гра – своєрідна перевірка знань слухачів з питань, розглянутих на лекційних та методичних заняттях, теми: «Фізична підготовка футболістів».

Слухачі, котрі готуються взяти участь у грі, зобов'язані ретельно вивчити і проаналізувати питання щодо фізичної підготовки футболістів.

ВИХІДНІ ДАНІ:

- Дитячо-юнацька чи аматорська футбольна команда/група футболістів;
- Форми і методи розвитку рухових якостей;
- Засоби розвитку визначеної рухової якості, згідно з отриманим завданням.
- Рекомендована література.

ЗАВДАННЯ:

- Визначити значення даної рухової якості у змагальній діяльності;
- Розробити вправи, що сприяють розвитку рухової якості згідно з отриманим завданням;
- Визначити ефективність вправи щодо рішення поставленого завдання.

ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП рольової гри найбільш відповідальний, тому що від того, як змодельовані вправи, відповідно до розвитку рухових якостей, залежить успіх проведення гри.

Слухачі повинні самостійно, до початку рольової гри, згідно з отриманим завданням розробити вправи, що будуть застосовані в навчальному процесі, зобразивши їх схемою на спеціальному бланку (додаток 1).

НА ІГРОВОМУ ЕТАПІ один із слухачів виконує роль тренера і демонструє на макеті футбольного поля розроблену вправу згідно з отриманим завданням з фізичної підготовки, наприклад: «Сприяти розвитку швидкості реагування». Решта слухачів – опоненти, які по ходу доповіді записують свої заперечення і пропозиції. Відведений час на доповідь до 5 хвилин.

НА ЗАВЕРШАЛЬНОМУ ЕТАПІ підводяться підсумки проведеної рольової гри. Викладач робить аналіз і виносить на обговорення слухачів запропоновані зауваження, характеризує зміст розробленої вправи, відмічає ефективність продемонстрованих вправ, їх позитивні та негативні сторони.

Після цього інший слухач демонструє підготовлену вправу з фізичної підготовки тощо.



Рекомендовані завдання щодо проведення рольової гри з фізичної підготовки футболістів

1. Сприяти розвитку спеціальної швидкості футболістів 8-9 років.
2. Сприяти розвитку спеціальної швидкості футболістів 9-10 років.
3. Сприяти розвитку спеціальної швидкості футболістів 11-12 років.
4. Сприяти розвитку активної гнучкості футболістів 9-10 років.
5. Сприяти розвитку пасивної гнучкості футболістів 11-12 років.
6. Сприяти розвитку статичної гнучкості футболістів 12-13 років.
7. Сприяти розвитку динамічної гнучкості футболістів 13-14 років.
8. Сприяти розвитку почуття ритму футболістів 8-9 років.
9. Сприяти розвитку почуття ритму футболістів 10-11 років.
10. Сприяти розвитку почуття ритму футболістів 12-13 років.
11. Сприяти розвитку швидкості реагування футболістів 8-9 років.
12. Сприяти розвитку швидкості реагування футболістів 10-11 років.
13. Сприяти розвитку швидкості реагування футболістів 12-13 років.
14. Сприяти розвитку кінестетичного диференцювання параметрів рухів футболістів 9-10 років.
15. Сприяти розвитку кінестетичного диференцювання параметрів рухів футболістів 11-12 років.
16. Сприяти розвитку просторової орієнтації футболістів 7-8 років.
17. Сприяти розвитку просторової орієнтації футболістів 9-10 років.
18. Сприяти розвитку просторової орієнтації футболістів 11-12 років.
19. Сприяти розвитку динамічної рівноваги футболістів 11-12 років.
20. Сприяти розвитку динамічної рівноваги футболістів 13-14 років.
21. Сприяти розвитку статичної рівноваги футболістів 8-9 років.
22. Сприяти розвитку статичної рівноваги футболістів 9-10 років.
23. Сприяти розвитку сили футболістів 14-15 років.
24. Сприяти розвитку сили дрібних м'язів футболістів 12-15 років.
25. Сприяти розвитку швидко-силових якостей футболістів 13-14 років.
26. Сприяти розвитку спеціальної швидкісної витривалості футболістів 14-15 років.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ЩОДО ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ

1. Антипов А. Диагностика и тренировка двигательных способностей в футболе / А. Антипов. – 2008.
2. Бойко В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека / В.В. Бойко. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 208 с.
3. Вихров К. Физическая подготовка юных футболистов / К. Вихров. – Киев, 2000.
4. Волков Л.В. Физические способности детей и подростков / Л.В. Волков. – Киев: «Здоров'я», 1981.
5. Годик М.А. Физическая подготовка / М.А. Годик. – М.: «Человек», 2009. – 272 с.
6. Гужаловский А.А. Развитие двигательных качеств у школьников / А.А. Гужаловский. – Мн.: «Народная асвета», 1978. – 88 с.
7. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена / В.М. Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 200 с.
8. Коренберг В.Б. Проблема физических и двигательных качеств / В.Б. Коренберг // Теория и практика физической культуры. – 1996. – №7. – С. 2-5.
9. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2014. – 616 с.
10. Кузнецова З.И. Критические периоды развития двигательных качеств школьников / З.И. Кузнецова // Физическая культура в школе. – 1975. – №1. – С. 7-9.
11. Лях В.И. Двигательные способности / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 1996. – №2. – С. 2.
12. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для вузов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2010. – 340 с.
13. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – 1 кн. – 680 с., 2 кн. – 752 с.
14. Селуянов В.Н. Физическая подготовка футболистов / В.Н. Селуянов, С.К. Сарсания, К.С. Сарсания. – М.: «ТВТ Дивизион», 2004. – 192 с.
15. В. Лях. Координационная тренировка в футболе / В. Лях, З. Витковски. – Изд-во «Советский спорт», 2010. – 215 с.

ВИМОГИ ЩОДО СКЛАДАННЯ ПРАКТИЧНОГО ІСПИТУ (ТЕСТ-ЗАНЯТТЯ) ЗА ТЕМОЮ: «МОДЕЛЮВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ТА ІГРОВИХ ВПРАВ З ТЕХНІЧНОЇ/ТАКТИЧНОЇ/ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ»

Складання практичного іспиту (далі тест-заняття) – це перевірка знань слухачів на практиці з питань, засвоєних на лекційних, методичних і практичних заняттях за темами: «технічна, тактична і фізична підготовка футболістів».

Слухачі, що готуються до його складання, зобов'язані провести рольову гру з технічної, тактичної і фізичної підготовки футболістів.

Тест-заняття може проводитись, як із залученням демонстраційної групи, так і з групою слухачів.

На **підготовчому етапі** визначається список завдань за видами підготовки. Потім ці завдання вносяться у спеціальні бланки (додаток 2), які мають бути пронумеровані і розподілені між слухачами.

Слухач повинен самостійно, до початку складання тест-заняття, за отриманим завданням розробити спеціальну або ігрову вправу, яка буде застосовуватись в навчальному процесі, відобразивши її схематично на спеціальному бланку і перед проведенням надати його інструкторам.

Методика побудови спеціальних засобів повинна включати наступні фази навчання: «ознайомити»; «навчити»; «закріпити».

На **основному етапі**, один із слухачів виконує роль тренера і представляє розроблені вправи, а інший слухач, якого він вибирає зі складу групи, в ролі його асистента. Інші слухачі складають групу футболістів, які виконують вправи, якщо немає можливості залучити демонстраційну групу.

На виконання завдання відводиться 8-10 хвилин, після чого розроблені вправи представляє інший слухач і т.д.

Два кваліфікованих викладача (інструктора) проводять оцінювання слухачів.

Оцінювання проводиться з кожного розділу протоколу (додаток 5), за п'ятибальною шкалою.

Розділи протоколу:

1. **Пояснення завдання заняття** (сформулювати завдання, пояснити деталі, враховуючи фазу навчання).
2. **Організація та методика виконання вправи** (підібрати засоби для ефективного вирішення поставленого завдання, підготувати місце проведення заняття та організувати групу).
3. **Демонстрація вправи** (показати, як виконувати вправу і домагатися правильного її виконання, ефективно керувати процесом, дотримуючись методики навчання).
4. **Виправлення помилок у виконанні** (вносити корективи, роблячи акцент на правильному виконанні, зупинити виконання і показати, як необхідно зробити).
5. **Активність** (бути в хорошому фізичному стані, займати правильну позицію і давати вказівки).
6. **Конспект завдання** (відобразити вправу схемою, викласти послідовність її виконання і відмітити організаційно-методичні аспекти).

На **завершальному етапі** підводяться підсумки складання тест-заняття. Сума, виставлених оцінок за розділами протоколу ділиться на шість, а отриманий результат є загальною оцінкою складання тест-заняття.

Протокол підписується інструкторами. Бланки завдань і протоколи з оцінками тест-заняття надаються відповідальному за навчання в регіональній федерації футболу.

Відповідальний за навчання, на підставі наданих протоколів заповнює відомості оцінок складання практичного іспиту та підписує їх. Внесені до відомостей оцінки округляються до цілого числа.

У випадку, якщо оцінка за одним розділом протоколу або загальна оцінка тест-заняття складає менше 3-х балів, його необхідно перескласти.

Приклад оцінювання слухача при здачі тест-заняття

1. Пояснення завдання заняття	5
2. Організація та методика виконання вправи	4
3. Демонстрація вправи	4
4. виправлення помилок у виконанні	3
5. Активність	3
6. Конспект завдання	4
ЗАГАЛЬНА ОЦІНКА	23 : 6 = 3,8 (4)



РЕКОМЕНДОВАНІ ТЕМИ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ

1. Характеристика технічної підготовки в дитячо-юнацькому або масовому футболі.
2. Характеристика тактичної підготовки в дитячо-юнацькому або масовому футболі.
3. Характеристика фізичної підготовки юних футболістів з урахуванням сенситивних періодів.
4. Застосування технічних засобів у навчанні та тренуванні футболістів.
5. Характеристика етапів багаторічної підготовки футболістів.
6. Характеристика документів перспективного планування у футболі.
7. Характеристика документів поточного планування у футболі.
8. Характеристика документів оперативного планування у футболі.
9. Періодизація навчально-тренувального процесу в річному циклі підготовки в дитячо-юнацькому або масовому футболі.
10. Класифікація техніки гри у футбол.
11. Характеристика техніки володіння м'ячем польового гравця.
12. Характеристика техніки володіння м'ячем воротаря.
13. Характеристика техніки пересувань у футболі.
14. Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу ногою (вибрати спосіб).
15. Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу головою (вибрати спосіб).
16. Техніка виконання та методика навчання веденню м'яча (вибрати спосіб).
17. Техніка виконання та методика навчання зупинки м'яча (вибрати спосіб).
18. Техніка виконання та методика навчання відбору м'яча (вибрати спосіб).
19. Техніка виконання та методика навчання фінтам (вибрати спосіб).
20. Класифікація тактики гри у футбол.
21. Методи і засоби навчання індивідуальним тактичним діям (вибрати тактичну дію).
22. Методи і засоби навчання груповим тактичним діям (вибрати

комбінацію).

23. Методи і засоби розвитку рухових якостей на початковому етапі підготовки юних футболістів.

24. Методи і засоби розвитку рухових якостей на базовому етапі підготовки юних футболістів.

25. Методи і засоби розвитку рухових якостей на етапі спеціалізації підготовки юних футболістів.



ЗАВДАННЯ ЩОДО СКЛАДАННЯ ПИСЬМОВОГО ТЕСТУ З ПРАВИЛ ГРИ

П.І.П. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зроб і т ь відміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи зарахує арбітр гол, якщо один гравець при вільному ударі доторкнеться до м'яча, а другий пошле його прямо у ворота?		
2.	Чи можна виконати назустріч м'ячу ковзання двома ногами?		
3.	Чи повинен арбітр персонально покарати гравця попередженням, а при повторенні видалити з поля, якщо він під час 11-метрового удару покине поле?		
4.	Чи дозволить арбітр зробити заміну гравців у команді при пробитті серії післяматчевих 11-метрових ударів?		
5.	Чи може бути виконаний 11-метровий удар, якщо у однієї з команд залишилося на полі менше 7 гравців?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зроб і т ь відміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи буде персонально покараний гравець що багаторазово знаходиться "поза грою"?		
2.	Чи зарахує арбітр гол, якщо гравець заб'є м'яч у ворота, ударивши по м'ячу ногою на рівні голови суперника, що намагається зіграти в м'яч.		
3.	Чи повинен асистент арбітра в ході гри сигналізувати арбітру про безсторонні висловлювання на його адресу з лави запасних?		
4.	Чи повинен арбітр зарахувати гол, якщо при виконанні вільного удару гравець доторкнеться до м'яча, а партнер пошле його у ворота?		
5.	Чи може арбітр дозволити заміну травмованого воротаря на запасного гравця, при виконанні серії післяматчевих 11-метрових ударів, якщо не усі заміни використані в ході матчу?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зроб іт ь відміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Гравець коректно атакував суперника що не володіє м'ячем поштовхом плеча в плече. Чи повинен арбітр покарати команду того, що атакував вільним ударом?		
2.	Матч призупиняється внаслідок ігрової травми гравця. Одна з команд в цей час надійно володіла м'ячем в центрі поля. Чи повинен арбітр відновити гру вільним ударом на користь команди, що володіла м'ячем?		
3.	Із-за порушення здійсненого воротарем, при пробитті пенальті, його слід повторити. Чи повинен виконати повторний пенальті тільки той же гравець?		
4.	Під час виконання післяматчевих пенальті, з метою визначення переможця при рівному рахунку, віддаляється воротар за нецензурний вираз на адресу суперника. Чи можна зробити заміну гравця на запасного воротаря?		
5.	Арбітр зупинив гру і виніс попередження запасному гравцеві, що знаходився в технічній площі на лаві запасних. Чи правильно поступив арбітр, відновивши гру вільним ударом у бік команди гравця, що провинився, з місця на полі недалеко від технічної площі?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зроб іт ь відміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи може капітан команди вести дискусію з арбітром з приводу призначення штрафного, вільного, одинадцятиметрового удару, вилучення, попередження і тому подібне?		
2.	Чи може арбітр пред'явити жовту або червону картку гравцеві після фінального свистка?		
3.	Чи повинен арбітр покарати попередженням (жовта картка) гравця, що заважає виконати супернику штрафний, вільний удар?		
4.	Чи буде покараний гравець (попередженням або вилученням), який, знаходячись на полі під час матчу, затіяв словесну сварку з глядачем?		
5.	Чи буде призначений одинадцятиметровий удар, якщо захисник починає затримувати руками суперника за межами штрафної площі, а завершує цю дію в штрафній площі?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зроб іт ь відміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи буде призначений штрафний удар при неправильному блокуванні суперника?		
2.	Чи буде вилучений гравець з поля, якщо він спробував ударити суперника рукою, але його намір не досяг мети?		
3.	Під час матчу на полі потрапляє ще один м'яч, в 15 метрах від ігрового епізоду. Чи повинен арбітр зупинити матч?		
4.	Чи буде персонально покараний гравець попередженням і його команда вільним ударом, якщо він умисне падає на м'яч на занадто довгий проміжок часу?		
5.	Чи правильно поступив арбітр, призначивши штрафний удар за "небезпечну гру"?		



П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи повинен арбітр повторити виконання вільного удару якщо гравець швидко вводить м'яч в гру, попри те, що суперник знаходиться всього на відстані 4-5м. від м'яча і перехоплює його?		
2.	Чи буде зафіксовано положення "поза грою", якщо гравець команди, що захищається, перемістився за лінію своїх воріт, щоб суперник виявився "поза грою"?		
3.	Воротар ударяє м'ячем об землю, чи може суперник зіграти у м'яч, коли він торкається землі?		
4.	Чи буде призначений 11-метровий удар, якщо пролунав свисток з трибуни, а захисник у своїй штрафній площі бере м'яч в руки?		
5.	Чи може гравець, що володіє м'ячем правильно плечем штовхати суперника?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи буде вилучений гравець, якщо він грубо штовхне футболіста, який, на його думку, занадто довго подає м'яч?		
2.	Чи можна штовхати воротаря плечем в плече в площі воріт у той момент, коли він підкинув м'яч вгору, щоб знову його упіймати руками?		
3.	Чи буде покарана команда вільним ударом, якщо гравець повис руками на перекладині, щоб відбити м'яч, що летить в його ворота?		
4.	Чи буде порушення Правил гри, якщо гравець, виконуючи "підкат", раніше торкнувся ноги суперника, а потім вибив м'яч?		
5.	Чи будуть не порушені Правила гри, якщо гравець, виконуючи вільний удар, недалеко від лінії своєї штрафної площі, посилає м'яч верхи своєму партнерові і той головою адресує його воротареві, який ловить м'яч руками?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи буде зупинена гра арбітром, якщо гравець неправдивим окриком змусив суперника віддати йому м'яч?		
2.	Чи буде вилучений гравець з поля, якщо він умисне ударить уболівальника, що вибіг на поле в процесі гри?		
3.	Чи буде видалений гравець з поля, якщо при киданні м'яча із-за бокової лінії гравець з силою кидає його в партнера по команді?		
4.	Арбітр не помітив сигналу асистента про положення "поза грою", а м'яч, тим часом, потрапляє у ворота. Гру відновили початковим ударом, і тільки тепер арбітр побачив сигнал асистента. Чи може арбітр відмінити взяття воріт?		
5.	Чи зарахує арбітр гол, якщо воротаря, що стоїть з м'ячем в руках, дозволеним способом заштовхнули у ворота і м'яч перетне лінію воріт?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.

Зроб іт ь в ідміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи повинен воротар поміняти футболку, якщо її колір співпадає з кольором футболки арбітра?		
2.	Гравець швидко виконує удар від воріт. М'яч під впливом вітру повертається в штрафну площу до суперника, який не встиг покинути її і той забиває м'яч у ворота. Чи зарахує арбітр гол?		
3.	Чи буде видалений гравець і покарана його команда штрафним ударом за спробу ударити суперника ногою, рукою?		
4.	Чи являється виконання ударів з 11-метрової відмітки для виявлення переможця частиною матчу?		
5.	Гравець, що володіє м'ячем, умисне відступаючи назад, штовхає спиною суперника, що знаходиться ззаду. Чи буде це порушенням Правил гри?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.

Зроб іт ь в ідміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи буде зарахований гол, якщо гравець, рухаючись між стійками воріт опиняється в сітці воріт і не рухається, а в той же самий час його партнер по команді забиває м'яч у ворота?		
2.	Чи повинен арбітр вилучити гравця з поля, для упорядкування форми, якщо він помітив, що один з футболістів грає без щитків?		
3.	Чи можна суперникові вставати перед воротарем при кутовому, штрафному або вільному ударах?		
4.	Захисник, володіючи м'ячем, недалеко від своєї штрафної площі, жонглюючи м'ячем ногами, а потім головою робить передачу своєму воротареві в штрафну площу, а воротар зупиняє його ногою. Чи буде ця дія порушенням Правил гри?		
5.	Гравець ударяє по м'ячу рукою, щоб забити його у ворота, але спроба не увінчалася успіхом. Чи повинен арбітр видалити цього гравця з поля?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.

Зроб іт ь в ідміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Гравець робить передачу з кутового удару партнеру. Партнер зупиняє м'яч, а гравець, що виконував кутовий удар, виходить з положення "поза грою" і оволодіває м'ячем. Чи буде це порушенням Правил гри?		
2.	Чи може арбітр зупинити матч спеціально для того, щоб оглянути екіпіровку гравця (щитки, бутси, ювелірні прикраси)?		
3.	Якщо арбітр вирішив не зупиняти гру, щоб зберегти "принцип переваги", то чи може він пізніше повернутися домінулому ігрового епізоду і призначити вільний, штрафний або 11-метровий удар?		
4.	Чи обмежується максимальна відстань від бокової лінії, з якої можна виконувати кидання м'яча?		
5.	Чи повинен гравець, якому надавалася медична допомога за межами футбольного поля через травму з кровотечею, щоб знову увійти до гри, дочекатися сигналу арбітра?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи можуть гравці команди, що захищаються, знаходитись ближче 9,15 м. від м'яча при виконанні вільного удару і при цьому, не порушуючи Правил гри?		
2.	Гравець, що покидає поле для отримання медичної допомоги, ставить підніжку своєму суперникові, знаходячись в межах футбольного поля. Чи буде це основою для попередження гравця і призначення штрафного удару?		
3.	Запасний гравець, що розминається за воротами своєї команди, виходить на поле і зупиняє ногою м'яч, що летить у ворота. Чи буде він, за Правилами гри, вилучений з поля?		
4.	Після сигналу прапором - асистента, гравці, припускаючи, що сталося порушення Правил, припинили гру. Чи повинен арбітр дати сигнал про її зупинку?		
5.	Під час матчу один з гравців взяв м'яч в руки і показав арбітру, що він спущений. Чи буде це порушенням Правил гри?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи може в перерві матчу одна або обидві команди поміняти колір футболок?		
2.	Чи може гравець, що отримав травму, не брати подальшої участі у виконанні ударів з 11-метрової відмітки для виявлення переможця?		
3.	Чи в усіх випадках потрібний сигнал свистком на відновлення гри.		
4.	Гравець вибив м'яч з рук воротаря головою. Чи повинен арбітр продовжити гру?		
5.	Два гравці біжать до м'яча, який знаходиться від них на відстані 15-20 метрів. Один з гравців правильно штовхає суперника і оволодіває м'ячем. Чи буде це порушенням Правил гри?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Після неправильно виконаного кидання, м'яч потрапляє прямо до суперника. Чи триває гра відповідно до застосування "принципу переваги"?		
2.	Для визначення переможця матчу пробиватимуть 11-метрові удари. Чи може одна з команд, у якої залишилися невикористані заміни, замінити одного або декілька гравців на запасних до початку виконання ударів?		
3.	Чи може гравець виконати кидання м'яча з елементами акробатики?		
4.	Гравець виконує кидання м'яча. Він кидє м'яч прямо своєму воротареві. Воратар намагається зупинити м'яч, що летить у ворота, торкаючись його руками, але безуспішно. М'яч потрапляє у ворота. Чи буде зарахований гол?		
5.	Нападаючий, приймаючи м'яч, був грубо атакований заду захисником, але, проте, встиг віддати м'яч своєму партнеру, який виявився наодинці з воротарем, але посилає м'яч повз ворота. Чи може арбітр, згідно з Правилами гри, призначити 11-метровий удар?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи є частиною поля для гри площа, обмежена сітками і лінією воріт?		
2.	М'яч, вибитий воротарем ударом від воріт, потрапив у руку партнера, що знаходиться в штрафній площі, і вийшов за її межі в поле. Чи продовжить арбітр матч?		
3.	В межах площі воріт нападаючий штовхає правильним прийомом воротаря, що намагається взяти м'яч у руки. Чи буде це порушенням Правил гри?		
4.	Гравця атакуючої команди, що знаходиться в положенні "поза грою" в штрафній площі суперника, але не робить активних дій, грубо штовхає рукою його суперник. Чи є це підставою для призначення 11-метрового удару?		
5.	Запасний гравець, розминається за воротами своєї команди, виходить на поле і зупиняє рукою м'яч, що летить у ворота. Чи повинен він, відповідно до Правил гри, бути видаленим з поля?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи повинен арбітр зупинити матч, якщо гравець знаходиться в пасивному положенні "поза грою"?		
2.	М'яч, вибитий воротарем ударом від воріт, потрапив в руку партнера, що знаходиться в штрафній площі, і вийшов за лінію воріт. Чи слід арбітру призначити кутовий удар?		
3.	Чи повинен арбітр зупинити матч, виявивши, що одна з команд умисне намагається програти?		
4.	Якщо гравець, при киданні м'яча із-за бокової лінії, з силою кидає його в суперника, то чи повинен арбітр призначити штрафний удар?		
5.	До сигналу арбітра, партнер гравця, що виконує 11-метровий удар, біжить вперед і б'є по м'ячу замість нього і м'яч потрапляє у ворота. Чи слід зарахувати гол?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи може арбітр показати червону картку запасному гравцеві, що знаходиться в технічній площі за вживання непристойних, образливих або нецензурних виразів, жестів?		
2.	В результаті зіткнення з суперником футболіст втрачає бутсу і відразу після цього забиває м'яч. Чи зараховується гол?		
3.	Воротар виконує удар від воріт. М'яч виходить за штрафну площу, але із-за сильного вітру повертається назад, недоторкнувшись до жодного гравця. Воротар намагається зупинити м'яч, що летить у ворота, ударяючи по ньому руками, але він все ж проходить у ворота. Чи слід зарахувати гол?		
4.	Чи можна вводити м'яч в гру з вільного або штрафного удару, підкидаючи м'яч однією або двома ногами одночасно?		
5.	Команда виконує штрафний удар із-за меж своєї штрафної площі. Гравець робить передачу своєму воротарю, який не може дотягнутися до м'яча, і м'яч потрапляє у ворота. Чи повинен арбітр зарахувати гол?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зроб і т ь відміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Якщо арбітр зарахував взяття воріт, чи може він потім відмінити своє рішення?		
2.	Чи може гравець швидко пробивати штрафний або вільний удар, попри те, що суперник знаходиться на відстані 1-2 метрів?		
3.	Чи слід зупинити гру, якщо гравець штовхає плечем в плече воротаря команди суперника, який тримає м'яч в руках?		
4.	Чи буде порушення Правил гри, якщо гравець спирається руками об плечі партнера по команді, щоб зіграти в м'яч головою?		
5.	Чи повинен арбітр персонально покарати гравця, якщо він висловлює словами і жестами невдоволення діями арбітра?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зроб і т ь відміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи повинен арбітр персонально покарати гравця, якщо він ображає суперника?		
2.	Чи повинен арбітр призначити вільний удар, якщо гравець тримає м'яч, затиснувши його двома ногами?		
3.	Чи повинен арбітр вилучити гравця, якщо він плюнув у бік асистента арбітра, суперника або партнера?		
4.	Воротар, упіймавши м'яч, кидає його в поле, але потрапляє в арбітра, що знаходиться в межах штрафної площі, після чого м'яч влітає у ворота. Чи буде зарахований гол? Чи зарахує арбітр гол, якщо м'яч, посланий в незахищені ворота команди суперника,		
5.	спробує зупинити, ударяючи рукою по м'ячу, глядач, що вибіг на поле, але м'яч все ж влітає у ворота?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зроб і т ь відміт ку прав ильно ї в ід пові ді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи буде порушення Правил гри, якщо захисник у своїй штрафній площі зупиняє ногою м'яч, посланий у бік воріт суперником, а воротар його команди бере м'яч в руки і посилає його до центру поля?		
2.	Чи буде порушення Правил гри, якщо воротар з м'ячем в руках стоїть в центрі штрафної площі, а у цей момент арбітр звернув увагу воротаря на те, що у нього спустилася гетра, воротар поклав м'яч на землю, поправив гетру і знову взяв м'яч в руки.		
3.	Був виконаний удар від воріт. М'яч покинув штрафну площу, потрапив в арбітра і знову відскочив в штрафну площу, де гравець, що виконав удар від воріт, зупинив його рукою. Чи буде порушення Правил гри в цьому випадку?		
4.	При виконанні кутового удару м'яч потрапив у стійку воріт і відскочив до гравця, що виконував кутовий удар, той повторним ударом направив м'яч у ворота. Чи слід зарахувати гол?		
5.	Воротар в межах площі воріт, тримаючи щиток в руці, зупиняє їм м'яч, що летить у ворота. Чи повинен арбітр зупинити гру?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи зарахує арбітр гол, якщо м'яч, після виконання штрафного удару із-за меж штрафної площі, не торкаючись жодного гравця, потрапляє у власні ворота?		
2.	Гравець, що виконує 11-метровий удар, повторно оволодіває м'ячем, який відскочив від стійки, і посилає його у ворота. Чи слід арбітру зарахувати гол?		
3.	Чи може гравець, що отримав травму, після надання йому медичної допомоги, повернутися на поле із-за лінії воріт під час наступної зупинки гри?		
4.	Чи буде зарахований гол, якщо після пробиття удару від воріт м'яч безпосередньо потрапить у ворота суперника?		
5.	Чи повинен арбітр видалити гравця з поля, для надання йому медичної допомоги, у якого із-за зіткнення сочилася кров?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	При виконанні вільного удару гравець підкинув ногою м'яч вгору, а його партнер зльоту послав м'яч у ворота. Чи повинен арбітр зарахувати гол?		
2.	Чи стає запасний гравець гравцем основного складу, коли замінений партнер покинув поле, а запасний ще не вийшов на поле?		
3.	Чи повинен м'яч покинути межі дуги кутового сектора, перш ніж він опиниться в грі?		
4.	Гравець міняється місцями з воротарем, не повідомивши про це арбітра, і ловить м'яч, що летить у ворота. Чи повинен арбітр призначити 11-метровий удар?		
5.	В мить, коли м'яч знаходиться в грі, гравець зі своєї штрафної площі кидає дерен в суперника, що знаходиться за межами штрафної площі. Чи повинен арбітр призначити 11-метровий удар?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата « ____ » _____ 20__ р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи повинні гравці команди суперника при ударі від воріт знаходитись за межами штрафної площі, поки м'яч не вийде з неї?		
2.	Чи може гравець змістити кутовий флашток при виконанні кутового удару?		
3.	Чи повинен щиток обов'язково повністю прикриватися гетрами?		
4.	Чи вважається гравець, внесений в Рапорт арбітра, учасником матчу, навіть якщо він знаходився в резерві і не виходив на заміну?		
5.	Чи слід зупинити гру, якщо під час матчу, який проводився відповідно до Регламенту змагання, була зламана перекладаина воріт так, що її не можна полагодити і нічим замінити?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата «___» _____ 20__р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи дозволяється розмічати поле для гри переривчастими або пунктирними лініями?		
2.	Гравець, якого повинні замінити, відмовляється покинути поле. Чи повинен арбітр наполягти, щоб була виконана заміна?		
3.	Чи може воротар носити спортивні брюки в якості елемента основної екіпіровки?		
4.	Чи може капітан вилучити свого партнера по команді за серйозне порушення Правил?		
5.	Гравець користується фізичним контактом для зупинки суперника. Чи буде це порушенням Правил гри?		

П.І.Б. _____ / _____ / Дата «___» _____ 20__р.
підпис

Зробіть відмітку правильно в ідповіді

№ п/п	Ситуація	Так	Ні
1.	Чи вважається м'яч предметом, коли він використовується, щоб ударити суперника?		
2.	Воротар ударяє м'яч руками об землю перед тим, як вибити його в полі. Чи є це порушенням?		
3.	Чи карає арбітр гравця, який знаходиться в положенні "поза грою" і йде з поля, щоб показати арбітру, що він не робить активних дій?		
4.	Чи може арбітр компенсувати помилку, допущену при хронометражі часу в першому таймі, додаючи або скорочуючи час у другому таймі?		
5.	Гравець виконує вкидання м'яча, стоячи обома ногами на боковій лінії. Чи вважається вкидання правильним?		



ПЕРЕЛІК ЕКЗАМЕНАЦІЙНИХ ПИТАНЬ

1. Структура особистості тренера. Вимоги до тренера з футболу на рівні «С»– диплому ФФУ.
2. Види підготовки в футболі та їх характеристика.
3. Особливості управління командою в дитячо-юнацькому і масовому футболі.
4. Стилі управління командою в футболі.
5. Навчання в футболі як педагогічний процес. Мета і завдання навчання.
6. Загальна характеристика методів навчання в футболі.
7. Урок – основна форма побудови заняття в футболі та особливості його проведення.
8. Характеристика комплексного та тематичного заняття.
9. Характеристика етапів багаторічної підготовки футболістів.
10. Роль і значення планування як основи управління процесом тренування.
11. Характеристика документів перспективного планування.
12. Характеристика документів поточного планування.
13. Характеристика документів оперативного планування.
14. Періодизація навчально-тренувального процесу в річному циклі підготовки футболістів.
15. Зміст лікарського контролю. Медичне забезпечення футбольних команд на тренуваннях та в іграх.
16. Травми в футболі. Перша допомога при травмах. Профілактика травматизму.
17. Особиста гігієна. Гігієнічні вимоги, що пред'являються до місць занять футболістами. Гігієна харчування.
18. Особливості проведення теоретичних занять з навчання футболістів Правилам гри.
19. Особливості підготовки футболістів різної кваліфікації та віку.
20. Установка на гру та розбір проведених ігор.
21. Психіка дітей та підлітків. Врахування вікових особливостей у психологічній підготовці футболістів.

22. Психологія переможця, сміливість, рішучість, уміння долати труднощі, повага до суперника та арбітрів.
23. Безпосередня психологічна підготовка футболістів до матчу.
24. Поняття та види педагогічного контролю.
25. Методичні особливості проведення медико-біологічного контролю.
26. Методичні особливості проведення психологічного контролю.
27. Контроль рівня фізичної підготовленості футболістів.
28. Контроль рівня технічної підготовленості футболістів.
29. Контроль ігрової діяльності футболістів.
30. Теоретичні основи відбору. Критерії відбору та спортивна орієнтація.
31. Структура та організація відбору футболістів.
32. Відбір футболістів і комплектування команд в дитячо-юнацькому і масовому футболі.
33. Класифікація техніки гри у футбол.
34. Техніка володіння м'ячем польового гравця (удари, зупинки, ведення, вкидання, фінти та відбори м'яча).
35. Техніка володіння м'ячем воротаря (ловля, відбивання, переводи та кидки м'яча).
36. Техніка пересування у футболі (біг, стрибки, зупинки та повороти).
37. Біомеханічний аналіз виконання технічних прийомів.
38. Методичні особливості формування у футболістів технічних умінь і навичок.
39. Критерії ефективності та надійності техніки. Стійкість техніки проти «збиваючих» чинників.
40. Умови виконання технічних прийомів в різних навчальних фазах: ознайомити, навчити і закріпити.
41. Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу внутрішньою стороною стопи.
42. Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу внутрішньою частиною підйому.
43. Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу зовнішньою частиною підйому.
44. Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу середньою частиною підйому.
45. Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу носком.
46. Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу п'ятою.
47. Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу головою.
48. Техніка виконання та методика навчання зупинки м'яча внутрішньою

стороною стопи.

49. Техніка виконання та методика навчання зупинки м'яча внутрішньою частиною підйому.

50. Техніка виконання та методика навчання зупинки м'яча середньою частиною підйому.

51. Техніка виконання та методика навчання зупинки м'яча підошвою.

52. Техніка виконання та методика навчання зупинки м'яча стегном.

53. Техніка виконання та методика навчання зупинки м'яча грудьми.

54. Техніка виконання та методика навчання зупинки м'яча головою.

55. Техніка виконання та методика навчання фінту «з відходом».

56. Техніка виконання та методика навчання фінту «з імітацією удару».

57. Техніка виконання та методика навчання фінту «із зупинкою м'яча».

58. Техніка виконання та методика навчання відбору м'яча у випаді.

59. Техніка виконання та методика навчання відбору м'яча у підкаті.

60. Техніка виконання та методика навчання відбору м'яча поштовхом плеча.

61. Техніка виконання та методика навчання вкидання м'яча.

62. Техніка виконання та методика навчання ловлі, відбивання та переводу м'яча воротарем.

63. Класифікація тактики. Значення тактики та її взаємозв'язок з іншими компонентами гри.

64. Еволюція тактичних систем у футболі.

65. Тактичні системи на сучасному етапі розвитку футболу.

66. Функціональні обов'язки футболістів різних ігрових амплуа. 67. Характеристика тактичних знань, умінь і навичок.

68. Тактичне мислення і його складові.

69. Типові помилки при навчанні тактиці гри у футбол та методи їх виправлення.

70. Методика навчання футболістів індивідуальним тактичним діям в атаці без м'яча.

71. Методика навчання індивідуальним тактичним діям в атаці футболістів, які володіють м'ячем.

72. Методика навчання індивідуальним тактичним діям в обороні проти футболістів, які не володіють м'ячем.

73. Методика навчання індивідуальним тактичним діям в обороні проти футболістів, які володіють м'ячем.

74. Методика навчання груповим тактичним взаємодіям в атаці під час виконання комбінацій в двійках.

75. Методика навчання груповим тактичним взаємодіям в обороні під час протидії комбінаціям в двійках.

76. Методика навчання груповим тактичним взаємодіям в атаці під час виконання комбінацій в трійках.

77. Методика навчання груповим тактичним взаємодіям в обороні під час протидії комбінаціям в трійках.

78. Методика навчання груповим тактичним взаємодіям в обороні під час виконання стандартних положень.

79. Методика навчання груповим тактичним взаємодіям в атаці під час виконання стандартних положень.

80. Методика навчання командним тактичним взаємодіям під час проведення швидкої атаки.

81. Методика навчання командним тактичним взаємодіям під час проведення позиційної атаки.

82. Методика навчання командним тактичним взаємодіям при персональній обороні.

83. Методика навчання командним тактичним взаємодіям при зонній обороні.

84. Методика навчання командним тактичним взаємодіям при комбінованій обороні.

85. Мета, завдання та принципи фізичної підготовки футболістів.

86. Характеристика методів розвитку рухових якостей футболістів.

87. Зміст і особливості загальної та спеціальної фізичної підготовки футболістів.

88. Характеристика рухових якостей футболістів: швидкості, сили, витривалості, гнучкості та спритності. Швидкісно-силові здібності футболістів.

89. Сенситивні періоди та взаємозв'язок між розвитком основних рухових якостей футболістів.

90. Значення та зміст розминки. Види розминок у футболі.

91. Застосування у тренуванні футболістів технічних засобів і додаткового обладнання.



РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Альтман С.Й. Цикличность, динамика, перспективы. Опыт подготовки футбольных команд / С.Й. Альтман, А.А. Лихолет, В.М. Краснов. – Федерация футбола Украины, 2009.
2. Антипов А. Диагностика и тренировка двигательных способностей в футболе / Антипов А. – 2008.
3. Бабушкин Г. Д. Психологическая совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности / Г. Д. Бабушкин, Е. В. Кулагина. – Омск: СибГАФК, 2001. – 110 с.
4. Базилевич О.П. Оптимизация подготовки футболистов на основе моделирования тренировочного процесса / О.П. Базилевич // Футбол: Ежегодник. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – С. 39-41.
5. Базилевич О.П. Организация игры и подготовка футболистов высокой квалификации: Методическое пособие / О.П. Базилевич. – К.: Укр. письменник, 2001. – 71с.
6. Баландин В. И. Прогнозирование в спорте / В. И. Баландин, Ю. М. Бдудов, В. А. Плахтиенко. – М.: ФиС, 2006. – 192 с.
7. Вайн Х. Как научиться играть в футбол / Х. Вайн. – 2004.
8. Варюшин В. Тренировка юных футболистов / В. Варюшин. – 2007.
9. Вейнберг Р. С., Психология спорта / Р. С. Вейнберг, Д. Гоулд; [перевод с англ.]. – К.: Ол. л-ра, 2001. – 336 с.
10. Вихров К. Физическая подготовка юных футболистов / К. Вихров. – Киев, 2000.
11. Вихров К.Л. Футбол в школе. Учебно-методическое пособие / К.Л. Вихров. – Киев: Комби Лтд, 2002.
12. Вихров К. Педагогический контроль в процессе тренировки / К. Вихров, В. Догадайло. – Киев, 2000.

13. Вихров К. Разминка футболистов. Методическое пособие / К. Вихров, А. Дулибский. – К.: ЧП «АртИнформМен», 2007.
14. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков. – Киев: Олимпийская литература, 2002. – 294 с.
15. Воронова В.И. Психологическое сопровождение деятельности в футболе / В.И. Воронова. – Киев, 2001.
16. Годик М.А. Физическая подготовка / М.А. Годик. – М.: «Человек», 2009. – 272 с.
17. Годик М. А. Спортивная метрология: Учебник для институтов физической культуры. / М. А Годик. – М.: ФиС , 2008. – 192 с.
18. Голомазов С.В. Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» [текст]: Уч.-методич. пособие / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 128 с.
19. Губа В. П. Интегральная підготовка футболистов [Текст]: учеб. пообие / В.П. Губа, А.В. Лексаков, А.В. Антипов. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.
20. Джус О.Н. Инструкция по составлению целевых программ подготовки сборных и клубных профессиональных команд по футболу / О.Н. Джус. – Киев, 2001.
21. Джус О.Н. Индивидуальная тренировка футболистов. Методическое пособие / О.Н. Джус. – Киев, 2000.
22. Джоунс Р. Футбол. Тактика защиты и нападения / Р. Джоунс, Т. Трэнтер. – М.: ТВТ Дивизион, 2008. – 132 с.
23. Евгеньева Л.Я. Комплексный контроль подготовленности футболистов по морфофункциональным показателям. Методическое пособие / Л.Я. Евгеньева. – Киев, 2002.
24. Евгеньева Л.Я. Учет возрастной периодизации при занятиях футболом / Л.Я. Евгеньева // Научно-методический (технический) комитет Федерации футбола Украины. – 2003.

25. Зеленцов А.М. Моделирование тренировки в футболе: 2-е издание перераб. и доп. / А.М. Зеленцов, В.В. Лобановский. – К.: «Альтерпресс», 1998. – 216 с.
26. Зеленцов А.М. Тактика и стратегия в футболе / А.М. Зеленцов, В.В. Лобановский, В.Г. Ткачук, А.И. Кондратьев. – К.: «Здоров'я», 1989.
27. Иванов В.С. Основы математической статистики: Учебное пособие для институтов физической культуры / В.С. Иванов. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 176 с.
28. Ильин Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
29. Казаков П.Н. Футбол / П.Н. Казаков. – М.: Изд-во ФиС, 1978.
30. Качалин Г.Д. Тактика футбола / Г.Д. Качалин. – М.: Изд-во ФиС, 1986.
31. Качанин Л.Тренировка футболистов / Л. Качанин, Л. Горский. – 1984.
32. Коренберг В.Б. Спортивная метрология: Словарь-справочник: Учебное пособие / В.Б. Коренберг. – М.: Советский спорт, 2004. – 340 с.
33. Костюкевич В.М. Дипломна робота: структура, зміст, методика написання / В.М. Костюкевич. – В.: ТОВ фірма «Планер», 2005 – 213 с.
34. Костюкевич В.М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки / В.М. Костюкевич. – Винница, 2006. – С. 118-125.
35. Костюкевич В.М. Моделирование в системе подготовки спортсменов высокой квалификации / В.М. Костюкевич // Фізична культура, спорт і здоров'я нації / збірник наукових праць. – Вінниця, 2014. – Випуск 18 (Том 2). – С. 92-102.
36. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2014. – 616 с.

37. Костюкевич В.М. Теоретичні та методичні основи моделювання тренувального процесу спортсменів ігрових видів спорту: дис. ... доктора наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.01 / В. М. Костюкевич. – К., 2012.
38. Костюкевич В.М. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті. : навч. пос. / В. М. Костюкевич, Л.М. Шевчик, О.Г. Сокольвак. – Вінниця: ТОВ Нілон-ЛТД, 2015 – 256 с.
39. Кузнецов А. Футбол. Настольная книга детского тренера / А. Кузнецов. – 2008.
40. Кук М. 101 упражнение для юных футболистов / М. Кук. – М.: Астрель, 2007. – 128 с.
41. Лаптев А.П. Юный футболист. Учебное пособие / А.П. Лаптев, А.А. Сучилин. – М.: Изд-во ФиС., 1983.
42. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов / О.Б. Лапшин. – М.: «Человек», 2010. – 176 с.
43. Лисенчук Г.А. Теоретико-методичні основи керування підготовкою футболистів: Автореф. дис.д-ра наук з фіз. вих. і спорту / Г.А. Лисенчук. – К., 2004. – 34 с.
44. Лукашин Ю. Я учусь играть в футбол / Ю. Лукашин. – 2004.
45. Лукшинов Н. Искусство подготовки высококлассных футболистов / Н. Лукшинов. – 2006.
46. Люкези Массимо. Обучение системе игры 4-3-3 (пер. с англ.) / Массимо Люкези. – М.: ТВТ Дивизион, 2008. – 164 с.
47. Люкези Массимо. Футбол. Анализ тактики атакующих действий (пер. с англ.) / Массимо Люкези. – М.: ТВТ Дивизион, 2008. – 236 с.
48. Лях В. Координационная тренировка в футболе / В. Лях, З. Витковски. – М.: «Советский спорт», 2010. – 216с., ил. («Спорт без границ»).
49. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для вузов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2010. – 340 с.
51. Михелс Р. Построение команды. Путь к успеху / Р. Михелс.– Киев, 2006.



52. Монаков Г.В. Подготовка футболистов / Г.В. Монаков. – М.: Изд-во ФиС., 2003.
53. Начинская С. В. Спортивная метрология : учеб. пособие для студ. вузов / С. В. Начинская. – М.: АCADEMIA, 2008. – 239 с.
54. Николаенко В.В. Многолетняя подготовка юных футболистов. Путь к успеху / В.В. Николаенко, В.М. Шамардин. – Киев, 2015 г. – 360 с.
55. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: АСТ «Астрель», 2004. – С. 176-194, 242-291.
56. Орджоникидзе З.Г. Физиология футбола / З.Г. Орджоникидзе, В.И. Павлов. – М.: «Человек», «Олимпия», 2008. – 240 с.
57. Перепекин В.А. Восстановление работоспособности футболистов / В.А. Перепекин. – М.: Олимпия Пресс Terra-Спорт, 2005. – 112 с.
58. Петухов А. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов / А. Петухов. – 2006.
59. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. л-ра, 2013. – 624 с.
60. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – 1 кн. -680 с., 2 кн. – 752 с.
61. Плон Б. Новая школа в футбольной тренировке / Б. Плон. – М.: «Олимпия», «Человек», 2008. – 240 с.
62. Практикум з футболу. – Київ, 2009.
63. Романенко А.Н. Книга тренера по футболу / А.Н. Романенко, О.Н. Джус. – 1988.
64. Родіонов А.В. Психологічні основи тактичної діяльності у спорті / А.В. Родіонов // Теорія і практика фізичної культури. – 1993. – №2. – С. 7–9.
65. Сассо Э. Футбольный тренер. Предисловие. Уроки футбола / Э.Сассо, А. Вичини, Дж. Трапаттони; Пер. с итал. – М.: Тарра-Спорт, Олимпия Пресс, 2003. – 200 с.
66. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір : теорія та практика. У 2 кн. Книга 2. Відбір у різні види спорту: Підручник. / Л.П. Сергієнко. – Тернопіль: «Навчальна книга Богдан», 2010. – 784 с.



67. Смирнов Ю.М. Спортивная метрология: Учеб. для студ. пед. вузов / Ю.М. Смирнов, М.М. Полевщиков. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 232 с.
68. Сопов В.Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: методическое пособие / В.Ф. Сопов. – М., 2010. – 116 с.
69. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: 2-е изд., стереотип / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 520 с.
70. Тунис Марк. Психология вратаря / Марк Тунис. – М.: Человек, 2010. – 128 с.
71. Тюленьков С. Теоретико-методические подходы к системе управления подготовкой футболистов высокой квалификации: монография / С.Ю. Тюленьков. – М.: Физическая культура, 2007. – 352 с.
72. Футбол. Учебная программа для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства. – Киев, 2003.
73. Чесно Ж. Футбол. Обучение базовой технике / Ж. Чесно, Ж. Дюрэ. – 2006.
74. Чирва Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов / Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2008. – 336 с.
75. Чирва Б. Г. Футбол. Методика совершенствования «техники эпизодов игры» [текст]: Уч. методич. пособие / Б.Г. Чирва. – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 112 с.
76. Чирва Б. Г. Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры / Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2008. – 120 с.
77. Чирва Б. Г. Футбол. Предыгровая разминка профессиональных футболистов / Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2011. – 128 с.
78. Шамардін В.М. Технологія планування тренувального процесу в річному циклі підготовки футболістів високої кваліфікації / В.М. Шамардін // Спортивний вісник Придністров'я. – 2002. – №2 – 22-25 с.



79. Швыков И. Подготовка вратарей в футбольной школе / И. Швыков. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2005. – 96 с., ил.

80. Шинкарук О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) // О. А. Шинкарук. – Киев : Олимпийская лит. 2011. – 360 с.

81. Шкребтій Ю.М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу в умовах інтенсифікації процесу підготовки: дис... д-ра наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01 – К., 2006. – 415 с.

82. Шустин Б. Н. Научно-методические основы многолетней подготовки спортсменов / Б. Н. Шустин, П. В. Квашук, А. В. Евтух // Вестник спортивной науки. – 2008. – № 4. – 14-17 с.

83. Яшанин Я. Биологические основы оптимизации тренировочных нагрузок / Ян Яшанин, Юрий Войнар и др. // Наука в олимпийском спорте. – 2002. – 54-85 с.

84. Bompa Tudor O. Periodization: Theory and Methodology of Training / Tudor O. Bompa, G. Gregory Haff. – Human Kinetics, 2009. – 424 p.



ФЕДЕРАЦІЯ ФУТБОЛУ УКРАЇНИ
РЕГІОНАЛЬНА ФЕДЕРАЦІЯ ФУТБОЛУ

Логотип РФФ

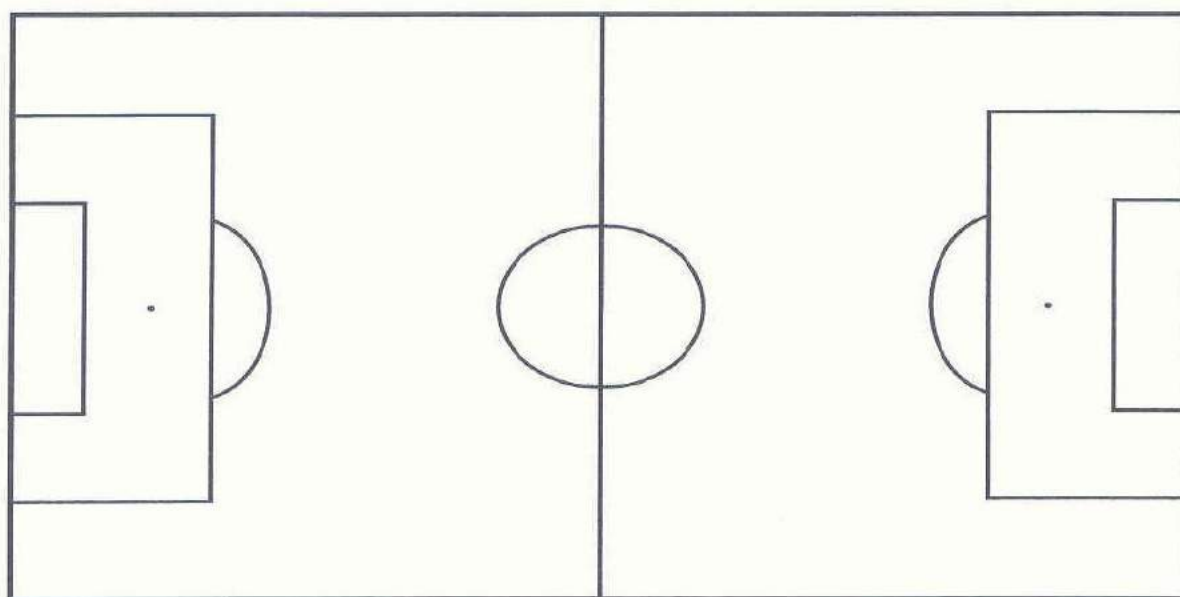
Рольова гра №

Рівень вимог «С»-диплом ФФУ

Тема: Моделювання спеціальних та ігрових вправ з технічної/тактичної/фізичної підготовки.

Завдання:

№ п/п	Зміст вправи	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
1.		5 хв.	



Дата:

_____ / _____ / _____

/підпис/

/ ПІБ/



ФЕДЕРАЦІЯ ФУТБОЛУ УКРАЇНИ

Логотип РФФ

РЕГІОНАЛЬНА ФЕДЕРАЦІЯ ФУТБОЛУ

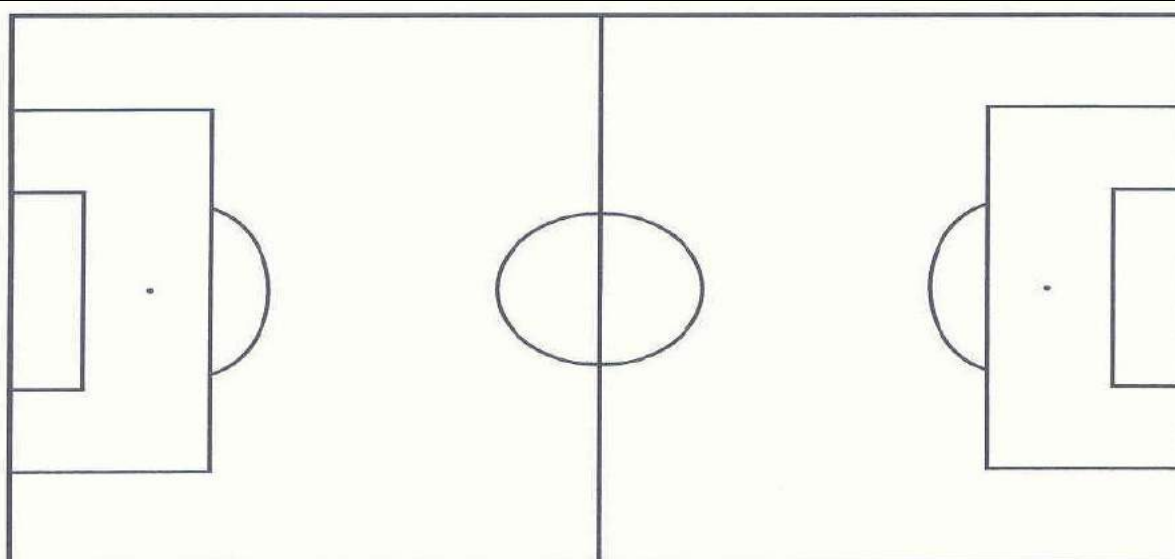
Тест-заняття №

Рівень вимог «С»-диплом ФФУ

Тема: Моделювання спеціальних та ігрових вправ з технічної/тактичної/фізичної підготовки.

Завдання:

№ п/п	Зміст вправи	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
1.		8-10 хв.	



Дата:

_____ / _____ /

/підпис/

/ ПІБ/



Приклад оформлення титульного аркуша контрольної роботи.

Приклад:

Регіональна федерація футболу

Контрольна робота

на тему:

**«Техніка виконання та методика навчання удару по м'ячу
середньою частиною підйому»**

Виконав: Прізвище, ім'я та по
батькові «С»-диплом ФФУ

Київ-2016

Кінець прикладу



ОФОРМЛЕННЯ ТЕКСТУ. Робота має бути виконана на комп'ютері. Текст друкується через 1,5 інтервалу на одній стороні стандартного аркуша А4 (210 x 297 мм.) з дотриманням наступних розмірів полів: верхнє - 20, праве - 15, ліве - 30, нижнє - 20. Шрифт - **Звичайний, Times New Roman**. Розмір шрифту - 14.

Номери сторінок вказуються у верхньому правому кутку листа без крапок і літерних знаків. Кожна сторінка має бути пронумерована. Першим вважається титульний аркуш, другий, - зміст і так далі. **Перший лист роботи не нумерується.**

Римськими цифрами позначається номер розділу. Номер підрозділів позначається арабськими цифрами. Назви розділів слід друкувати великими буквами, жирним шрифтом і розташовувати по центру сторінки.

Назви розділів і підрозділів, займаючи декілька рядків, друкуються через 1 інтервал. Між назвою розділу і підрозділу повинно бути 1,5 інтервалу. Між назвою розділу, підрозділів і текстом мають бути 3 інтервали.

У кінці назви розділу або підрозділу крапки не ставляться.

Приклад змісту контрольної роботи (обсяг 8-10 сторінок):

Приклад

ЗМІСТ

ВСТУП (актуальність, мета і завдання роботи, теоретична і..... практична значущість роботи	1-2 стор.
ОСНОВНА ЧАСТИНА..... 1. 2.	5-6
ВИСНОВКИ	1
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ	1
ДОДАТКИ	

Кінець прикладу

У "**ВСТУП**" контрольної роботи мають бути представлені:

- актуальність;
- мета роботи;
- завдання роботи;
- теоретична значущість;
- практична значущість.

Кожен пункт вступу розпочинається з нового абзацу словами (виділеним жирним шрифтом) - **актуальність теми, мета роботи, завдання роботи, практична і теоретична значущість теми. Обсяг 1-2 сторінки.**

ВИЗНАЧЕННЯ АКТУАЛЬНОСТІ ТЕМИ. Судити про актуальність слід по можливості і необхідності практичного застосування результатів наукових досліджень в області спортивного тренування.

МЕТА РОБОТИ. Виходячи з теми роботи, її об'єкту і предмета, визначаються мета і завдання дослідження. Мета формулюється коротко і в смислового відношенні виражає кінцевий результат досліджень.

ЗАВДАННЯ РОБОТИ. Визначивши мету роботи, можна сформулювати завдання, які необхідно вирішити в ході дослідницької роботи. Таких завдань може бути 2-3.

Завдання мають бути сформульовані чітко і лаконічно. Як правило, кожне завдання формулюється у вигляді доручення: "Вивчити..."; "Розробити..."; "Виявити..."; "Встановити..."; "Обґрунтувати..."; "Визначити..."; "Перевірити..." і тому подібне.

ТЕОРЕТИЧНА ЗНАЧУЩІСТЬ. Визначає можливі перспективи використання отриманих результатів для вирішення проблем методики навчання основам техніки гри у футбол.

ПРАКТИЧНА ЗНАЧУЩІСТЬ. Сенс кожної роботи полягає в можливості її використання на практиці. Слухач повинен показати: як і де, в яких умовах можливе використання методів, що вивчаються, і програм.

У розділі "**ОСНОВНА ЧАСТИНА**" аналізуються основні питання щодо обраної теми. Обсяг 5-6 сторінок. Матеріал повинен викладатися в логічній послідовності. Наприклад, якщо тема контрольної роботи: "Техніка виконання

і методика навчання технічному прийому", то основний текст може бути викладений в такій послідовності:

- значення цього прийому для змагальної діяльності футболістів і характерні моменти його застосування у грі;
- техніка виконання і біомеханічний аналіз прийому;
- методика навчання цьому прийому;
- методика контролю при навчанні цьому прийому.

Усі посилання на авторів друкарських робіт треба вказувати за текстом (у кінці пропозицій) в квадратних дужках, відповідно до порядкового номера в списку.

Приклад:

"Майстерне володіння технікою – невід'ємна частина усебічної підготовки і гармонійного розвитку футболістів [4]".

Кінець прикладу

У завершальній частині формулюються **"ВИСНОВКИ"** відносно змісту основного тексту, вказуються можливі шляхи реалізації теоретичних положень в практиці футболу. Обсяг до однієї сторінки.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Список літератури є переліком використаної літератури в алфавітному порядку з повним бібліографічним описом джерел. При цьому в цей список включається тільки та література, на яку були зроблені посилання в тексті роботи.

Кількість літературних джерел контрольної роботи не менше 10.

Правила оформлення списку літератури.

Приклад

Список використаної літератури

1. Базилевич О.П. Організація гри при підготовці футболістів високої кваліфікації : метод. посібник / О.П. Базилевич. - К.: Український письменник, 2011. - 71 с.

2. Верхошанский Ю.В. Теорія і методологія спортивної підготовки : блокова система тренування спортсменів високого класу / Ю.В. Верхошанский // Теорія і практика фізичної культури.- 2005. - №4. - С. 2-14.

3. Губа В.П. Виміри і обчислення в спортивно-педагогічній практиці: навчальний посібник; переизд. і доп. / В.П. Губа, М.П. Шестаков, Н.В. Бубнов, М.П. Борисенков. - М.: ФиС, 2006. - 250 с.

Кінець прикладу

ОФОРМЛЕННЯ ДОДАТКІВ

В розділ "ДОДАТКИ" можуть бути включені практичні рекомендації щодо застосуванню вправ, методики тренування, тестування, тощо.

Кожний новий додаток розміщується на окремому листі, і позначаються буквами: А, Б, В, Г, Д, Ж, З, Д, Л, М, Н і так далі (окрім букв: Е, Е, І, Й, О, Э, Ю, Ч, Я). Окрім позначення буквою, кожний додаток повинен мати свою назву.

Приклад

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Вправи з м'ячем і комплекси допоміжних ігор для навчання техніці гри у футбол.

Кінець прикладу



**ФЕДЕРАЦІЯ ФУТБОЛУ УКРАЇНИ
ДЕПАРТАМЕНТ РОЗВИТКУ ФФУ**

ПЛАН КОНСПЕКТ

Навчально-тренувального заняття № _____ «__» _____ 20 р.

Команда _____ Вік _____ років Кількість тих, хто займається _____ чол.

Група _____

Місце проведення: _____ Час заняття: _____ хвилин

Інвентар: _____

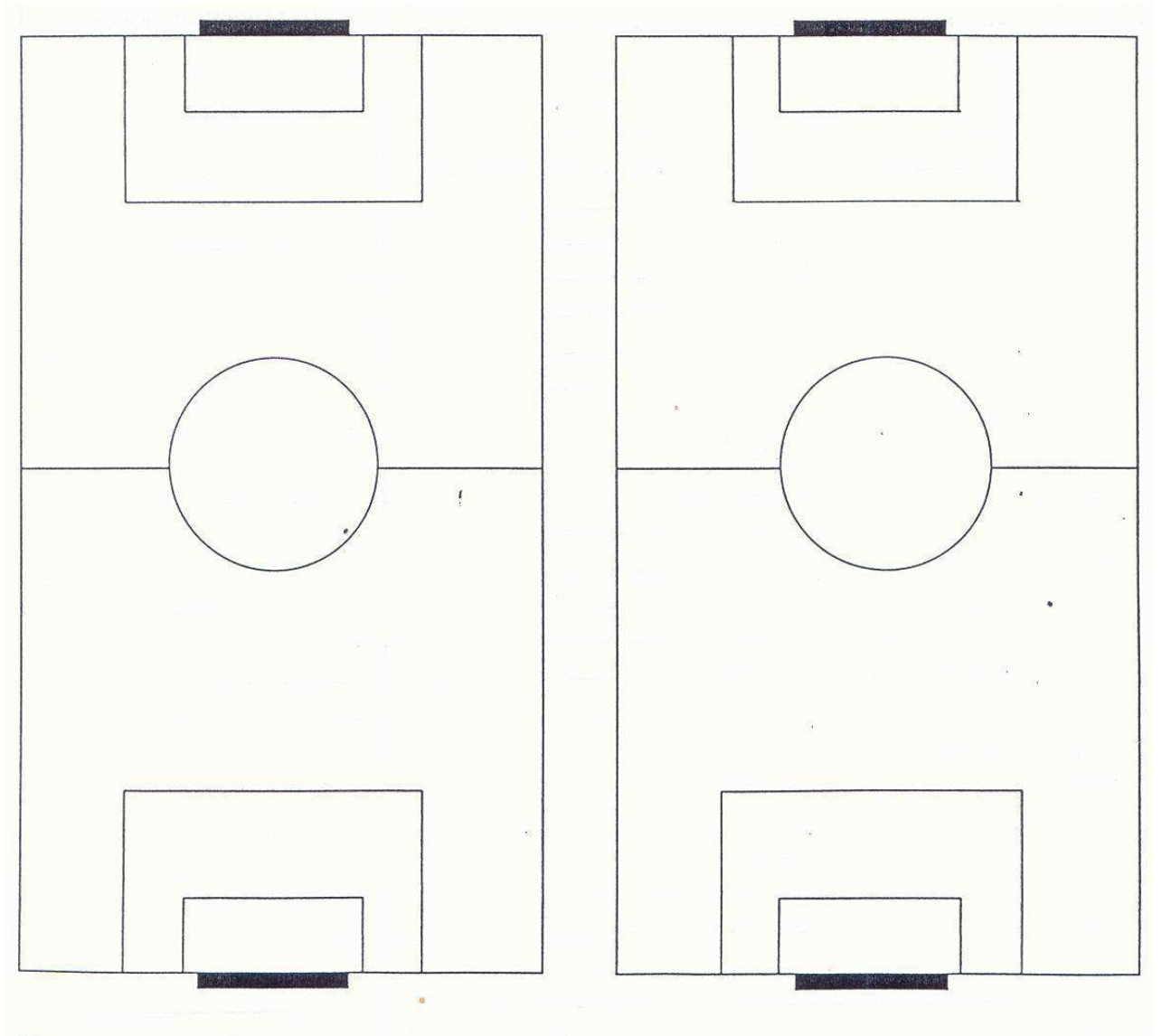
Спрямованість: _____ Величина навантаження: _____

Завдання: 1. _____

2. _____

3. _____

№ п/п	Зміст заняття	Дозування (хв.)	Організаційно-методичні вказівки
I	Підготовча частина:		
1.			
2.			
3.			
II	Основна частина:		
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
III	Заклучна частина:		
1.			
2.			
3.			



Слухач: _____ /прізвище, ім'я та по батькові/
/підпис/

Протокол №

складання практичного іспиту (тест-заняття) на рівні «С»- диплому ФФУ (№ групи)

Тема: технічна/тактична/фізична підготовка

№ п/п	Розділи ПБ	№ завдання	Оцінка						Загальна оцінка
			1	2	3	4		6	
			Пояснення задачі заняття	Організація виконання вправи	Демонстрація вправи	Виправлення помилок у виконанні	Активність	Конспект заняття	Σ:6
1.									:6 =
2.									:6 =
3.									:6 =

- Оцінка по кожному розділу виставляється за п'ятибальною шкалою

Дата:

Інструктори: _____ /ПБ, звання, посада/
/підпис/_____
/підпис/

ДЛЯ ПОДАТОК: