

	Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка	Силабус навчальної дисципліни			
		Назва дисципліни Фізичне виховання (Футбол)			
		Статус дисципліни обов'язковий компонент (цикл загальної підготовки)			
Галузь знань	А Освіта; В культура, мистецтво та гуманітарні науки				
Спеціальність	усі спеціальності				
Освітня програма					
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський) рівень				
Форма навчання	денна				
Курс	1				
Семестр	1-2				
Обсяг дисципліни	Кредити	4	Години	120	
	Лекційні				
	Практичні/семінарські			60	
	Лабораторні				
	Самостійна робота			60	
Семестровий контроль	залік				
Викладач	Собко Сергій Григорович, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спортивних ігор та масових видів спорту				
Контактна інформація	S.H.Sobko@cuspu.edu.ua				
Кафедра	спортивних ігор та масових видів спорту				
Факультет	спорту та фізичної культури				
Предмет навчання (Що буде вивчатися)	теоретична, техніко-тактична й фізична підготовка студентів під час занять футболом				
Мета (Чому це цікаво/потрібно вивчати)	формування базових знань, фізичних якостей та техніко-тактичних навичок у футболі, розвиток інтересу до активного способу життя				
Компетентності	Загальні компетентності: - Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. - Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі й практичні проблеми спеціальної та інклюзивної освіти у процесі корекційно-педагогічної, діагностико-консультативної, дослідницької та культурно-просвітницької діяльності або у процесі навчання, що передбачає застосування основних теорій і методів дефектології й характеризується комплексністю та невизначеністю умов. - Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у галузі образотворчого мистецтва,				

	декоративного мистецтва, реставрації творів мистецтва або у процесі навчання, що передбачає застосування певних теорій, положень і методів та характеризується певною невизначеністю умов. - Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у галузі середньої освіти (образотворчого мистецтва) в процесі навчання та під час професійної діяльності, проводити дослідження та здійснювати інновації, доносити власні висновки, а також уміти їх обґрунтовувати, що передбачає застосування міждисциплінарних теорій та методів. - Здатність працювати в команді. - Здатність письмово й усно спілкуватися (комунікувати) українською - державною мовою; здатність реагувати мовними засобами на повний спектр соціальних і культурних явищ – у навчанні і на практиці; здатність використовувати засоби художньої виразності у сучасному полікультурному просторі. - Здатність до адаптації та дії в новій ситуації. - Прагнення до саморозвитку, постійного підвищення кваліфікації та майстерності. - Зміст нормативно-правових документів, які регламентують права дитини на життя і здоров'я в Україні. - Здатність до саморозвитку та самовдосконалення. - Уміння працювати в команді. - Формування навичок здорового способу життя. - Розвиток комунікативних навичок через спортивну взаємодію. Фахові компетентності: - Здатність до інтеграції та реалізації предметних знань як основи змісту освітніх галузей: здоров'язбережувальної, фізкультурної. - Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. - Оволодіння базовими техніко-тактичними прийомами гри у футбол. - Знання правил гри, етики спортивної поведінки. - Здатність до аналізу і оцінки власної фізичної підготовленості. - Уміння планувати та реалізовувати індивідуальні тренувальні завдання. - Здатність до творчої художньо-педагогічної, культурно-просвітницької та організаторської діяльності, спрямованої на духовний і культурний розвиток особистості.
Програмні результати (Чому можна навчитися)	- Інтегрувати та використовувати академічні предметні знання як основу змісту освітніх галузей (здоров'язбережувальної, фізкультурної) та трансформувати їх у різні форми. - Виявляє критичне мислення у розв'язанні професійних та соціокультурних завдань. - Здатний реалізовувати положення НУШ у майбутній професійній діяльності. - Виявляє моральну та духовно-естетичну спрямованість з

	метою утвердження ідеалів Добра і Краси у навчально-виховній та організаційній діяльності. - Реалізує положення НУШ у професійній діяльності. Генерує нові ідей, застосовує інноваційні технології, здійснює арткомунікацію у професійній діяльності. - Демонструє толерантне ставлення до загальнолюдських, національних, особистісних, мистецьких цінностей. - Налагоджує духовну спільність, співпереживання і співпрацю учнів і вихованців, ефективно працює в мистецько-творчому учнівському і педагогічному колективах освітнього закладу, інших мистецьких об'єднаннях. - Відповідальний за створення позитивного психологічного клімату, забезпечення процесу виховання і навчання всіх учнів, їх розвиток і саморозвиток, творче самовираження і самореалізацію незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту. - Вміння вирішувати нестандартні проблем та завдань в галузі професійної діяльності або у процесі навчання, що потребують інтегрованих знань застосування певних теорій і методів відповідної науки. - Здатний до творчого та професійно-ділового спілкування із застосуванням фахової термінології; здатний до міжособистісної взаємодії, уміє толерантно вести дискусії та аргументувати власні думки. - Володіти прийомами забезпечення охорони життя і здоров'я дітей з особливими освітніми потребами у корекційному освітньо-виховному процесі та в позаурочній діяльності. - Знає основи теорії та методики футболу. - Володіє базовими технічними прийомами: передача, прийом, ведення м'яча, удари по воротах. - Розуміє основи тактики: розміщення гравців, командна взаємодія. - Має навички організації та участі у змаганнях. - Вміє самостійно планувати фізичну активність. - Демонструє покращення фізичних якостей: витривалість, швидкість, спритність, сила, гнучкість.
Зміст дисципліни	1. Теоретична підготовка (2 години аудиторних + 44 години самостійних) - Історія футболу. Роль гри у фізичному вихованні. - Правила гри, етика поведінки на полі. - Основи тактики: розташування, типи атак, захист. - Принципи тренувального процесу: навантаження, відновлення. - Основи здорового способу життя та профілактика травм. 2. Техніко-тактична підготовка (38 годин аудиторних + 12 годин самостійних) - Ведення м'яча, передача, прийом. - Удари по воротах, фінти. - Ігрові ситуації: атака, захист, перехід. - Командна взаємодія. - Моделювання ігрових ситуацій.

	3. Фізична підготовка (20 годин аудиторних + 6 годин самостійних) - Розвиток загальної витривалості. - Спеціальні вправи на швидкість, координацію, силу. - Ігрові естафети, вправи на реакцію. - Розминка та заминка. - Комплекси вправ для самостійного виконання.
Критерії оцінювання роботи студентів	Розподіл балів, що присвоюються студентам з навчальної дисципліни, є сумою балів за відвідування і активну участь на практичних заняттях (30 балів), складання контрольних нормативів (20 балів) і виконання завдань самостійної роботи (50 б.). - Відвідування занять: $30 \text{ занять} \times 1 = 30 \text{ балів}$ - Складання контрольних нормативів: $4 \text{ нормативи} \times 5 = 20 \text{ балів}$ - Самостійна робота: $5 + 5 + 10 + 10 + 10 + 10 = 50 \text{ балів}$ Пропущені заняття необхідно відпрацьовувати протягом 2 тижнів (за умови неможливості виконання в означений термін із поважної причини, строки відпрацювання оговорюються індивідуально).
Політика курсу	Політика курсу спрямована на розвиток уміння вирішувати практичні проблеми, вміння працювати у команді та індивідуально, вміння приймати виважені рішення, налагоджувати доброзичливі стосунки у колективі, вміння попереджувати та вирішувати конфліктні ситуації, вміння презентувати результати професійної діяльності, планувати робочий та особистий час, вчасно розв'язувати поставлені завдання. Під час практичних занять створюється творчий простір для формування практичних умінь і навичок роботи у соціумі, максимального розкриття потенціалу і творчих здібностей кожного. На заняттях обов'язковим є дотримання правил роботи у групі, шанобливе ставлення до поглядів колег, налаштованість на співпрацю, взаємодопомогу, роботу у команді. На заняттях вітаються прояви творчості та індивідуальний підхід. При оцінюванні враховується активність роботи на заняттях, виконання практичних завдань та завдань для самостійної роботи. Всі види робіт доцільно виконувати в оговорений викладачем термін. При виконанні всіх завдань і видів контролю курсу слід дотримуватись академічної доброчесності.

Система оцінювання виконання контрольних вправ

Нормативи	Стать	Бали				
		5	4	3	2	1
Стрибок у довжину з місця	хлопці	250	231	214	197	180

(см)	дівчата	200	186	174	162	150
Човниковий біг 4×9 м (сек)	хлопці	9,0	9,4	9,9	10,4	10,9
	дівчата	10,4	10,8	11,3	11,7	12,2
Удар по воротах внутрішньою стороною стопи (кількість влучань)	хлопці	9	7	5	3	2
	дівчата	7	5	3	2	1
Ведення м'яча (сек)	хлопці	22	24	26	28	26
	дівчата	28	30	32	34	36

поточне тестування і самостійна робота															сума
розділ 1					розділ 2					розділ 3					
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	
1	5	5	10	10	12	3	5	5	4	2	2	2	22	12	
31					29					40					
															100

Тема 1 – 1 бал за відвідування заняття.

Тема 2,3 – 10 балів (5×2) за виконання презентацій з тем самостійної роботи (кожна презентація не менше 15 слайдів).

Тема 4 – 10 балів за виконання завдання самостійної роботи: селфі-відео 8-10 хвилин (власними словами) з аналізу теми.

Тема 5 – 10 балів за виконання завдання самостійної роботи: відео 8-10 з розминки, де є загально-розвиваючі і спеціально-підготовчі вправи.

Тема 6 – 2 бали за відвідування занять + 10 балів за виконання завдання самостійної роботи: відео-звіт про жонглювання м'ячем підйомом стопи (не менше 10 разів поспіль).

Тема 7-13 – по 1 балу за відвідування кожного заняття. Всього 23 бали.

Тема 14 – 2 бали за відвідування занять + 20 балів за складання 4х контрольних нормативів.

Тема 15 – 2 бали за відвідування занять + 10 балів за виконання завдання самостійної роботи: відео-звіт (5 хв) про виконання комплексу вправ для розвитку гнучкості.

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.

Неформальна освіта:

Наявність сертифікату (іншого документу) професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю).

Виступ на змаганнях:

А) участь в обласних, міських і районних змаганнях – 5

Б) участь у всеукраїнських змаганнях – 10

В) участь у міжнародних змаганнях –15

За зайняте призове місце на змаганнях:

А) в обласних, міських і районних змаганнях – 5

Б) на всеукраїнських змаганнях – 10

В) на міжнародних змаганнях –15

Інформальна освіта:

Наявність публікації наукової статті регіонального, Всеукраїнського або міжнародного рівня, що відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю).

Наукова стаття з тематики дисципліни:

А) в університетських виданнях 5

Б) в інших наукових виданнях України 10

В) у міжнародних виданнях 15

Доповідь на науковій конференції з тематики дисципліни:

А) університетської 5

Б) міжвузівської 10

В) міжнародної 15

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90-100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73		
60-63	задовільно	
35-59	незадовільно	незараховано
1-34	незадовільно	незараховано

Інформаційне забезпечення

Базова

- Віхров К.Л. Футбол у школі : навчально-методичний посібник. Київ: Комбі ЛТД, 2002. 256 с.
- Костюкевич, В.М., Перепелиця О.А., Гудима С.А., Поліщук В.М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник / за заг. ред. В.М. Костюкевича. Київ: КНТ, 2017. 310 с. <http://library.megu.edu.ua:8180/jspui/bitstream/123456789/3048/1/2017Теорія%20і%20методика%20викладання%20футболу.pdf>
- Леськів А.Д., Дзюбановський А.Б., Левчук В.А. Підготовка юних футболістів. Тернопіль: Астон, 2001. 80 с.
- Овчаренко С.В., Матяш В.В., Соловей Д.О., Яковенко А.В. Футбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання. Дніпро: Інновація, 2017. 150 с. <http://infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/ZO-A1/A1-0000-32-L2-17.pdf>
- Попов Анатолій, Віхров Костянтин. Практичні заняття. Фізичне виховання в школі. 2001. Спеціальний випуск. С.16-28.
- Собко С.Г., Собко Н.Г. Контроль технічної підготовленості учнів 11-12 років сільської школи на уроках футболу // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О.В. Тимошенка. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Випуск 3К (110)19. С. 530 – 533. https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/26925/Sobko_Sobko.pdf?sequence=1.
- Соломонко В.В., Лісенчук Г.А., Соломонко О.В. Футбол. Підручник для студентів вузів фізичного виховання і спорту. Київ: Олімпійська література, 1997. 276 с.
- Соломонко В.В., Лісенчук Г.А., Соломонко О.В., Пилипенко В.О. Футбол у школі : навчальний посібник. Київ, 2014. 296 с.

9. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. Київ: Черевко Т.П., 2013. 304 с.

Допоміжна

1. Собко Сергій, Поплавка Ярослав. Розвиток швидкісних якостей школярів 12-13 років у процесі занять футболом. Фізичне виховання і спорт в навчальних закладах України на сучасному етапі: стан, напрямки та перспективи розвитку. Харків: ФОП Озеров Г.В., 2019. С.195 – 200.

<https://dspace.cusu.edu.ua/items/b090b209-4ecc-4181-a132-6508e111020c>.

2. Спортивні ігри / За ред. А.В. Івойлова, В.А. Титаря. Харків: Вид-во “Основа”, 1993. 216 с.

Інформаційні ресурси

Нормативна база, джерела Інтернет, наукова бібліотека університету (відділ комплектування фондів та наукової обробки літератури (1-й поверх, кім. 1-3), інформаційно-бібліографічний відділ (1-й поверх, кім. 1-4), методичний відділ (1-й поверх, кім. 1-6), комп’ютерний зал (1-й поверх, кім. 1-10), універсальний читальний зал (2-й поверх).

Інтернет-джерела

1. Національна бібліотека України ім. І.І. Вернадського www.nbuv.gov.ua
2. Обласна універсальна наукова бібліотека ім. Д. Чижевського <http://www.library.kr.ua>
3. Пошукова система вільного доступу, яка індексує повний текст наукових публікацій всіх форматів і дисциплін <https://scholar.google.com.ua>
4. Perlego - англomовна цифрова бібліотека для студентів (необхідно зареєструватися) <https://www.perlego.com/home>
5. www.profootball.com.ua
6. <https://uaf.ua/>
7. <https://www.uefa.com/about/>
8. <https://womensfootball.com.ua>

Матеріально-технічне забезпечення

аудиторія теоретичного навчання, ноутбук, смартфон, наукова та методична література, презентаційні матеріали; спортзал, футбольне поле, м’ячі, фішки, стійки, конуси, координаційні драбини, манішки.