

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД УКООПСІЛКИ  
«ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ»

Навчально-науковий інститут  
денної освіти

Кафедра педагогіки та суспільних наук,  
сектор фізичного виховання

## СИЛАБУС

навчальної дисципліни за вибором

### «Спортивне вдосконалення гри футбол» на 2023-2024 навчальний рік

|                                |                   |
|--------------------------------|-------------------|
| Курс та семестр вивчення       | 4 курс, 2 семестр |
| Освітня програма/спеціалізація |                   |
| Спеціальність                  |                   |
| Галузь знань                   |                   |
| Ступінь вищої освіти           | Бакалавр          |

ПІБ НПП, який веде дану дисципліну,  
науковий ступінь і вчене звання,  
виховання  
посада

**Васецький Ігор Анатолійович**  
старший викладач сектору фізичного

|                              |                                                                                                                         |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Контактний телефон           | +38(066)700-15-30                                                                                                       |
| Електронна адреса            | <a href="mailto:Sport.puet@gmail.com">Sport.puet@gmail.com</a>                                                          |
| Розклад навчальних занять    | <a href="http://schedule.puet.edu.ua/">http://schedule.puet.edu.ua/</a>                                                 |
| Консультації                 | очна <a href="mailto:Sport.puet@gmail.com">Sport.puet@gmail.com</a><br>он-лайн: електронною поштою, пн-пт з 10.00-17.00 |
| Сторінка дистанційного курсу | <a href="https://el.puet.edu.ua/">https://el.puet.edu.ua/</a>                                                           |

### Опис навчальної дисципліни

|                                                   |                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Мета вивчення навчальної дисципліни</b>        | Головна мета дисципліни – сприяння вирішенню завдань фізичного виховання молоді засобами футболу. Навчання студентів основам техніки і тактики гри, оволодіння ними життєво необхідними руховими діями та навичками. |
| <b>Тривалість</b>                                 | 5 кредити ЄКТС/150 годин (практичні заняття 60 год., самостійна робота 90 год.)                                                                                                                                      |
| <b>Форми та методи навчання</b>                   | Практичні заняття, самостійна робота: вдосконалення вивчених вправ для покращення техніки гри у футбол поза розкладом.                                                                                               |
| <b>Система поточного та підсумкового контролю</b> | Поточний контроль: відвідування занять; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань відповідно до контрольних нормативів; тестування.<br>Підсумковий контроль: залік (ПМК)                            |
| <b>Мова викладання</b>                            | Українська                                                                                                                                                                                                           |

**Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна,  
програмні результати навчання**

| <b>Компетентності, якими повинен оволодіти студент</b>                                                                                                            | <b>Програмні результати навчання</b>                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| ЗК-11. Вміння працювати самостійно, проявляти добросовісність, дисциплінованість, пунктуальність та відповідальність, а також працювати у команді колег за фахом. | ПРН 16. Працювати в групі як учасник, формуючи власний внесок у виконання завдань групи |

**Тематичний план навчальної дисципліни**

| <b>Назва модуля, розділу, теми</b>                                                                                                                                                                                   | <b>Види робіт</b>                                                                     | <b>Завдання самостійної роботи у розрізі тем</b>                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b>                                                                                                                                                                                                             | <b>2</b>                                                                              | <b>3</b>                                                                           |
| Історія розвитку гри у футбол. Розвиток футболу в Україні. Правила гри у футбол, проведення змагань.                                                                                                                 | Відвідування занять;<br>виконання навчальних завдань;<br>завдання самостійної роботи. | Ознайомлення з історією розвитку футболу.<br>Ознайомлення з правилами гри футболу. |
| Створення загального уявлення про виконання основних технічних прийомів. Удосконалення ведення м'яча середньою частиною підйому, зупинка м'яча підошвою, удари середньою частиною підйому. Привиття ігрових навичок. | Відвідування занять;<br>виконання навчальних завдань;<br>завдання самостійної роботи. | Ознайомлення з технікою гри у футбол.                                              |
| Удосконалення зупинки м'яча під час ведення, удари середньою і внутрішньою частинами підйому. Привиття ігрових навичок. Розвиток спритності.                                                                         | Відвідування занять;<br>виконання навчальних завдань;<br>завдання самостійної роботи. | Виконання технічних вправ з футболу, розвиток спритності.                          |
| Удосконалення ударів середньою і внутрішньою частинами підйому, обманні рухи при зупинці м'яча під час ведення. Привиття ігрових навичок. Розвиток швидкісних якостей.                                               | Відвідування занять;<br>виконання навчальних завдань;<br>завдання самостійної роботи. | Виконання технічних вправ з футболу, розвиток силових якостей.                     |
| Удосконалення відбирання м'яча вибиванням, випадом, обманні рухи на зупинку м'яча під час ведення; на удар з уходом вліво, вправо. Привиття ігрових навичок. Розвиток сили.                                          | Відвідування занять;<br>виконання навчальних завдань;<br>завдання самостійної роботи. | Виконання технічних вправ з футболу, розвиток швидкості.                           |
| Удосконалення відбирання м'яча випадом, підкатом. Удари і зупинка м'яча внутрішньою частиною стопи. Привиття ігрових навичок. Розвиток гнучкості.                                                                    | Відвідування занять;<br>виконання навчальних завдань;<br>завдання самостійної роботи. | Виконання технічних вправ з футболу, розвиток гнучкості.                           |
| Удосконалення освоєння основної стійки воротаря в воротах, ловля м'яча, який котиться і летить назустріч і в сторону,                                                                                                | Відвідування занять;<br>виконання навчальних завдань;<br>завдання самостійної роботи. | Виконання вправ техніки гри воротаря.                                              |

| <b>Назва модуля, розділу, теми</b>                                                                                                                                                                               | <b>Види робіт</b>                                                               | <b>Завдання самостійної роботи у розрізі тем</b>                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b>                                                                                                                                                                                                         | <b>2</b>                                                                        | <b>3</b>                                                                 |
| кидання м'яча на точність. Привиття ігрових навичок. Створення загального уявлення про техніку гри воротаря.                                                                                                     | самостійної роботи.                                                             |                                                                          |
| Удосконалення ловлі м'ячів, які летять в сторону на висоті грудей і живота, відбивання м'яча кулаками. Вибивання м'яча з рук. Привиття ігрових навичок. Закріплення загального уявлення про техніку гри воротаря | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Виконання вправ техніки гри воротаря.                                    |
| Удосконалення отримання навиків ведення м'яча носком і зупинка м'яча підошвою під час ведення. Відпрацювання орієнтації в процесі виконання вправ. Розвиток швидкісно-силових якостей.                           | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Виконання технічних вправ з футболу. Розвиток швидкісно-силових якостей. |
| Удосконалення навчання ударам по м'ячу носком і удосконалення техніки зупинки м'яча підошвою під час ведення. Привиття ігрових навиків. Розвиток швидкісно-силових якостей.                                      | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Виконання технічних вправ з футболу. Розвиток швидкісно-силових якостей. |
| Удосконалення ведення м'яча і ударів по м'ячу носком. Привиття ігрових навичок. Розвиток швидкісно-силових якостей.                                                                                              | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Виконання технічних вправ з футболу. Розвиток швидкісно-силових якостей. |
| Удосконалення ведення м'яча, ударів по м'ячу ногою, зупинок м'яча, обманних рухів. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток спритності.                                                                     | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Виконання технічних вправ з футболу, розвиток спритності.                |
| Удосконалення ведення м'яча, ударів по м'ячу ногою, зупинок м'яча. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток швидкісних якостей.                                                                             | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток гнучкості.             |
| Удосконалення ведення м'яча, ударів по м'ячу ногою, обманних рухів. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток силових якостей.                                                                               | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток силових якостей.       |
| Удосконалення ударів по м'ячу ногою, зупинок м'яча, техніка відбору м'яча. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток гнучкості.                                                                              | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток гнучкості.             |
| Удосконалення ударів по м'ячу ногою, зупинок м'яча, техніка відбору м'яча. Різноманітні ігри з м'ячем (3*3), (4*4), (5*5), (4*2), (3*1) та ін.                                                                   | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток витривалості.          |
| Удосконалення техніки і тактики гри воротаря. Двосторонні учбові ігри з                                                                                                                                          | Відвідування занять; виконання навчальних                                       | Удосконалення технічних і тактичних вправ                                |

| <b>Назва модуля, розділу, теми</b>                                                                                                        | <b>Види робіт</b>                                                               | <b>Завдання<br/>самостійної роботи<br/>у розрізі тем</b>                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b>                                                                                                                                  | <b>2</b>                                                                        | <b>3</b>                                                                                |
| завданням. Розвиток швидкісно-силових якостей.                                                                                            | завдань; завдання самостійної роботи.                                           | воротаря, розвиток швидкісно-силових якостей.                                           |
| Удосконалення техніки і тактики гри воротаря. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток швидкісно-силових якостей.                    | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних і тактичних вправ воротаря, розвиток швидкісно-силових якостей. |
| Удосконалення ведення м'яча, зупинок м'яча. Різноманітні ігри з м'ячем (4*2), (3*1). Розвиток швидкісно-силових якостей.                  | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток швидкісно-силових якостей.            |
| Удосконалення техніки ударів головою, зупинок м'яча. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток швидкісно-силових якостей.             | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток швидкісно-силових якостей.            |
| Удосконалення ведення м'яча, ударів по м'ячу ногою. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток швидкісно-силових якостей.              | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток швидкісно-силових якостей.            |
| Удосконалення техніки ударів головою, ногою. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток спритності.                                    | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток спритності.                           |
| Удосконалення зупинок м'яча, ударів по м'ячу. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток швидкісних якостей.                           | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток швидкісних якостей.                   |
| Удосконалення техніки ударів ногою, головою. Техніка обманних рухів. Контрольні нормативи                                                 | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, підготовка до контрольних нормативів.          |
| Удосконалення ведення м'яча, ударів по м'ячу ногою, головою. Різноманітні ігри з м'ячем (5*5). Розвиток силових якостей.                  | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток силових якостей.                      |
| Удосконалення техніки і тактики гри воротаря. Двосторонні учбові ігри з завданням. Розвиток швидкісних якостей.                           | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних і тактичних вправ воротаря, розвиток швидкісних якостей.        |
| Удосконалення ударів по м'ячу головою, удосконалення вкидання м'яча руками. Різноманітні ігри з м'ячем (5*5), (4*2). Розвиток спритності. | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток спритності.                           |
| Удосконалення ударів по м'ячу головою, ногою, техніки обманних рухів з уходом                                                             | Відвідування занять; виконання навчальних                                       | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток                                       |

| Назва модуля, розділу, теми                                                                                             | Види робіт                                                                      | Завдання самостійної роботи у розрізі тем                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                                                       | 2                                                                               | 3                                                               |
| вправо, вліво. Двостороння учбова гра з завданням. Розвиток швидкісно-силових якостей.                                  | завдань; завдання самостійної роботи.                                           | швидкісно-силових якостей..                                     |
| Удосконалення ударів по м'ячу ногою, головою, ведення м'яча. Двостороння учбова гра з завданням. Розвиток витривалості. | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток витривалості. |
| Удосконалення ударів по м'ячу головою, техніки вкидання м'яча. Двостороння учбова гра з завданням. Розвиток спритності. | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Удосконалення технічних вправ з футболу, розвиток спритності.   |

### Рекомендовані джерела інформації

1. Вознюк Тетяна Володимирівна. Сучасні ігрові види спорту : навчальний посібник / Т. В. Вознюк Вінниця : Корзун Д. Ю., 2017. – 246 с.
2. Карпа І. Я. Форми проведення тренувальних занять у навчальнотренувальному процесі кваліфікованих футболістів / Карпа І. Я. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – 2018. – Вип. 5. – С. 215–221.
3. Наумчук В. І. Теоретико-методичні основи навчання спортивним іграм: Навчально-метод. посібник / В. І. Наумчук. – Тернопіль: Астон, 2017. – 180 с.
4. Правила Гри 2021/22 [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: [https://uaf.ua/files/Laws%20of%20the%20GAME%20UKR%2021\\_22.pdf](https://uaf.ua/files/Laws%20of%20the%20GAME%20UKR%2021_22.pdf)
5. Семенів Б.С., Костюк М.З. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» з дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту» Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С. З. Гжицького. Львів, 2022. 52 с.
6. Теорія і методика викладання футболу : навчально-методичний посібник / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук. – 2-ге вид., перероб. та допов. Київ : КНТ, 2017. – 297 с.
7. Футбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання / С.В. Овчаренко, В.В. Матяш, Д.О. Соловей, А.В. Яковенко. – Дніпро: Вид. «Інновація», 2017. – 150 с.
8. Шутка Г. І., Голубева О.Т., Якимишин І.Д., Стахів М. М. Спортивні ігри з методикою викладання (футбол, волейбол, гандбол, настільний теніс): навчальний посібник. Львів, 2021. 112 с.

### Програмне забезпечення навчальної дисципліни

- Пакет програмних продуктів Microsoft Office.

### Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання

- Політика щодо термінів виконання та перескладання: завдання, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75 % від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання модулів відбувається із дозволу провідного викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

- Політика щодо відвідування:  
відвідування занять є обов'язковим компонентом. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі (Moodle) за погодженням із провідним викладачем.
- Політика зарахування результатів неформальної освіти: <http://puet.edu.ua/uk/publicna-informaciya>

### Оцінювання

Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни розраховується через поточне оцінювання

| <b>Види робіт</b>                                                      | <b>Максимальна кількість балів</b> |
|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| Теми 1-30: відвідування занять (60 балів);                             | 60                                 |
| поточний контроль (контрольні нормативи 10 балів),                     | 10                                 |
| завдання самостійної роботи: написання та захист рефератів (30 балів); | 30                                 |
| Разом                                                                  | 100                                |

### Шкала оцінювання здобувачів вищої освіти за результатами вивчення навчальної дисципліни

| <b>Сума балів за всі види навчальної діяльності</b> | <b>Оцінка за шкалою ЄКТС</b> | <b>Оцінка за національною шкалою</b>                                  |
|-----------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 90-100                                              | A                            | Відмінно                                                              |
| 82-89                                               | B                            | Дуже добре                                                            |
| 74-81                                               | C                            | Добре                                                                 |
| 64-73                                               | D                            | Задовільно                                                            |
| 60-63                                               | E                            | Задовільно достатньо                                                  |
| 35-59                                               | FX                           | Незадовільно з можливістю повторного складання                        |
| 0-34                                                | F                            | Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням навчальної дисципліни |