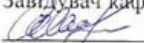



**УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ І НАУКИ  
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ  
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ «ЛУЦЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ КОЛЕДЖ»  
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ  
Факультет початкової освіти та фізичної культури  
Кафедра теорії та методики фізичної культури**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**  
Проректор з навчальної роботи  
  
Наталія БОРБИЧ  
« 29 » 08 2025 року

**СХВАЛЕНО**  
на засіданні кафедри теорії та методики  
фізичної культури  
Протокол № 1 від 27.08.2025  
Завідувач кафедри  
  
Олександр МИТЧИК

**ПОГОДЖЕНО**  
Гарант освітньо-професійної програми  
Середня освіта (Фізична культура)  
  
Наталія ДЕНИСЕНКО  
« 29 » 08 2025 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА**

**ОК24. Футбол (теорія та методика)**

освітньо-професійна програма **Середня освіта (Фізична культура)**

освітній ступінь **бакалавр**

галузь знань **01 Освіта/Педагогіка**

спеціальність **014 Середня освіта**

Предметна спеціальність 014.11. Середня освіта (Фізична культура)

академічна група **31 ФК**

РОЗРОБНИК: Назар БУГАЙЧУК, викладач кафедри теорії та методики фізичної культури

## 1. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь	Характеристика освітнього компонента	
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка	Очна (денна) форма навчання	
	Спеціальність 014 Середня освіта	Статус освітнього компонента  Обов'язковий	
Змістових модулів – 2	Освітній ступінь: бакалавр	Рік підготовки: 3-ій	
Загальна кількість годин – 90		Семестр: 6-ий	
		Лекції 10	Практичні 20
		Самостійна робота 55	
		Консультації 5	
		Вид контролю: залік	

### 1.1. Анотація освітнього компонента

Освітній компонент «Футбол (теорія та методика)» спрямований на формування у здобувачів освіти системних знань про історію, сучасний стан та тенденції розвитку футболу, а також методика його викладання й тренування. У процесі навчання здобувачі освіти опановують теоретичні основи гри, правила та організацію змагань, методика навчання технічних і тактичних прийомів, принципи планування та проведення тренувальних занять. Особлива увага приділяється питанням фізичної та психологічної підготовки, використанню інноваційних технологій у тренувальному процесі, а також інтеграції футболу у систему фізичного виховання та рекреаційних програм.

### 1.2. Мета та завдання освітнього компонента

Метою освітнього компонента «Футбол (теорія та методика)» є формування професійної готовності майбутніх учителів до організації та проведення занять з футболу у школі, що передбачає оволодіння методикою навчання технічним і тактичним діям, уміння планувати й реалізовувати навчально-тренувальний процес відповідно до вікових особливостей учнів, застосовувати принципи здоров'язбереження та виховувати цінності командної взаємодії.

*Завдання:*

- надати знання про історію, правила та сучасні тенденції розвитку футболу як виду спорту та засобу фізичного виховання;

- сформувати уміння планувати й організовувати навчально-тренувальний процес з футболу у закладах загальної середньої освіти;
- навчити методиці викладання технічних і тактичних прийомів гри з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей учнів;
- розвинути навички використання інноваційних технологій та здоров'язбережувальних підходів у навчанні футболу;
- виховати здатність формувати в учнів цінності командної взаємодії, спортивної етики та мотивації до активного способу життя;
- забезпечити практичну підготовку майбутніх учителів до проведення уроків, секційних занять та шкільних змагань з футболу.

### **1.3. Пререквізити та постреквізити**

*Пререквізити:* «Фізичні вправи на опанування навичками пересувань (вступний курс)», «Фізичні вправи на опанування навичками володіння м'яче (вступний курс)», «Ігри та забави для активного відпочинку», «Теорія і методика фізичного виховання», «Практикум з футзалу».

*Постреквізити:* «Історія фізичної культури», «Методика навчання основам нових видів спорту», «Спортивно-анімаційні заходи в НУШ (теоретично-практичний курс)», «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності».

### **1.4. Характеристика освітнього компонента**

#### *Інтегральна компетентність*

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані практичні завдання в галузі середньої освіти, що передбачає застосування концептуальних методів освітніх наук, предметних знань, психології, теорії та методики навчання і характеризується комплексністю та невизначеністю умов організації освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти

#### *Загальні компетентності*

ЗК 2. Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня, здійснювати пошук з різних джерел і критично оцінювати інформацію, оперувати нею у професійній діяльності (соціальна компетентність).

ЗК 7. Здатність інтегрувати теоретичні знання й практичні навички у процес організації навчальної діяльності та ефективно діяти в умовах типових і нетипових педагогічних ситуацій.

ЗК 8. Здатність налагоджувати результативну міжособистісну взаємодію в освітньому та професійному середовищі, працювати в команді та підтримувати конструктивну комунікацію з учнями, батьками, колегами і представниками суміжних галузей.

ЗК 9. Здатність гнучко адаптуватися до змін у педагогічній та спортивній діяльності, проявляти ініціативність і креативність, генерувати нові ідеї та ефективно вирішувати професійні завдання.

#### *Спеціальні (фахові) компетентності*

СК 3. Здатність до добору й застосування доцільних форм, методів, технологій та засобів навчання, включаючи традиційні та новітні форми рухової активності (ігрові, оздоровчі, тренувальні, інноваційні, інтегровані), для забезпечення ефективності освітнього процесу з фізичної культури.

СК 5. Здатність враховувати вікові та індивідуальні особливості учнів під час добору змісту, методів, засобів і форм навчання з фізичної культури, забезпечуючи доступність, безпечність і поступовість розвитку рухових умінь та фізичних якостей.

СК 6. Здатність формувати стійку мотивацію учнів до занять фізичною культурою та організовувати їхню пізнавальну діяльність у процесі опанування рухових умінь і засвоєння основ здорового способу життя.

СК 13. Здатність застосовувати індивідуальну, групову, парну й колективну форми організації навчання з урахуванням анатомо фізіологічних особливостей учнів, добираючи відповідні навантаження й рухові завдання та використовуючи інформаційно-комунікаційні й

цифрові технології для підсилення ефективності освітнього процесу з фізичної культури.

СК 16. Здатність здійснювати профілактичні заходи, спрямовані на збереження життя і зміцнення здоров'я учнів у процесі фізичного виховання, забезпечуючи безпечні умови проведення занять, попередження травматизму та формування в здобувачів освіти культури безпеки рухової діяльності.

СК 18. Організовувати та проводити навчальні заняття різних типів, а також позаурочні й позашкільні заходи з фізичної культури, творчо застосовуючи досвід, набутий під час різних видів педагогічних практик, забезпечуючи їх методичну цілісність, безпечність і високу результативність.

### **Результати навчання:**

#### *ПРН згідно з ОПШ*

ПРН 3. Враховувати закономірності розвитку, вікові та індивідуальні особливості учнів для забезпечення безпечного, інклюзивного й мотивувального освітнього середовища.

ПРН 4. Планувати, моделювати і реалізовувати уроки фізичної культури та позакласну роботу відповідно до Державного стандарту, навчальних програм і потреб учнів.

ПРН 5. Навчати руховим діям, формувати й удосконалювати рухові уміння й навички учнів з різних видів фізкультурної діяльності, здійснювати їх корекцію й індивідуалізацію.

ПРН 7. Організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі, спортивно масові заходи й нові види активності відповідно до принципів Нової української школи, забезпечуючи інклюзивність, доступність для всіх категорій учнів, з урахуванням їхніх вікових, фізичних та психоемоційних особливостей, а також дотриманням безпекових і санітарно-гігієнічних вимог.

ПРН 8. Аналізувати рухову діяльність учнів, здійснювати комплексний контроль і оцінювання навчальних досягнень з урахуванням критеріїв, індикаторів та вікових норм.

ПРН 9. Використовувати знання анатомії, фізіології, біомеханіки, спортивної медицини та вікової психології для добору ефективних і безпечних засобів фізичного виховання.

ПРН 18. Підтримувати власну фізичну форму, рухову підготовленість і культуру здорового способу життя як елемент професійної етики вчителя фізичної культури.

#### *Результати навчання за освітнім компонентом*

Після вивчення освітнього компоненту здобувачі освіти повинні знати:

- історію розвитку футболу, його роль у системі фізичного виховання;
- офіційні правила гри та організацію навчально-тренувального процесу у школі;
- методика навчання технічним і тактичним діям футболу з урахуванням вікових особливостей учнів;

- принципи планування уроків, тренувань та шкільних змагань;
- основи фізичної, психологічної та тактичної підготовки учнів;
- здоров'язбережувальні технології та педагогічні підходи до формування командної взаємодії.

Після вивчення освітнього компоненту здобувачі освіти повинні вміти:

- організовувати та проводити уроки фізичної культури з елементами футболу;
- навчати учнів технічним прийомам (удари, передачі, ведення м'яча, зупинки) та тактичним діям (групові й командні взаємодії);
- планувати й реалізовувати навчально-тренувальний процес відповідно до навчальних програм та індивідуальних можливостей учнів;
- застосовувати інноваційні методики та цифрові інструменти для підвищення ефективності занять;
- забезпечувати безпечні умови проведення занять і виховувати в учнів культуру гри та спортивну етику;
- організовувати та судити шкільні змагання з футболу, формуючи мотивацію до активного способу життя.

## 2. Зміст освітнього компонента

### Змістовий модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФУТБОЛУ

#### Тема 1. Історія розвитку гри у футбол

Історія виникнення і розвитку гри. Історія українського футболу. Досягнення українських збірних, футбольних клубів та гравців на міжнародній арені.

#### Тема 2. Основи навчання футболу

Сучасні методики навчання й виховання. Зміст та послідовність реалізації засобів навчання й виховання. Використання методів фізичного виховання. Способи та умови виконання рухових дій. Аналіз методик провідних європейських шкіл.

#### Тема 3. Фізична підготовка футболістів

Структура та зміст навчально-тренувального процесу у футболі. Вікові особливості раціональної побудови багаторічної підготовки. Планування та зміст занять у річному циклі підготовки. Розвиток фізичних якостей у футболі.

#### Тема 4. Технічна і тактична підготовка футболістів

Структура навчання техніко-тактичним діям. Наступність й взаємообумовленість у навчанні технічних елементів. Зміст та послідовність реалізації засобів навчання й виховання. Використання методів фізичного виховання. Способи та умови виконання рухових дій. Запобігання і шляхи виправлення помилок. Аналіз та самоаналіз виконання елементів техніки. Навчання тактичній підготовці футболістів, тактика дій в захисті та нападі. Види тактичної підготовки футболістів. Форми і основні методи навчання футболу. Послідовність навчання техніко-тактичним прийомам.

### Змістовий модуль 2. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФУТБОЛУ

#### Тема 5. Техніка переміщень польового гравця

Стійки гравця. Ходьба. Біг та його різновиди: звичайний, спиною вперед, хресним і приставним кроками. Стрибки поштовхом однієї та двома ногами. Зупинки стрибком і випадом. Повороти переступанням, стрибком та на опорній нозі. Поєднання елементів техніки переміщень у різних сполученнях зі зміною вихідних положень, швидкості і напрямку руху. Комплекси підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, естафети, рухливі ігри з техніки переміщень.

#### Тема 6. Удари по м'ячу ногою і головою

Удари по м'ячу (нерухомому; що котиться; що летить; напівльоту) ногою: з місця і розбігу з різною силою та траєкторією польоту м'яча: внутрішньою стороною стопи; внутрішньою частиною підйому; серединою підйому; зовнішньою частиною підйому; носком; п'ятою. Удари по м'ячу головою: з місця, в русі, у стрибку: серединою і боковою частиною чола. Комплекси підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, естафети, рухливі та навчальні ігри з техніки ударів по м'ячу. Поєднання ударів із зупинками м'яча і технікою переміщень.

#### Тема 7. Зупинки та ведення м'яча

Зупинки м'яча (що котиться, що летить) на місці, в русі, у стрибку: підошвою; внутрішньою стороною стопи; середньою частиною підйому; зовнішньою частиною стопи; стегном; грудьми; головою. Комплекси підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, естафети, рухливі та навчальні ігри з техніки зупинки м'яча. Поєднання ігрових прийомів. Ведення м'яча: підошвою; зовнішньою частиною підйому; серединою підйому; внутрішньою частиною підйому; носком; внутрішньою частиною стопи. Ведення м'яча по прямій, по колу, зі зміною напрямку і швидкості руху. Комплекси підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, естафети, рухливі та навчальні ігри з техніки ведення м'яча. Поєднання ігрових прийомів.

#### Тема 8. Відбір м'яча. Обманні рухи (фінти)

Фінти на: прохід; удар (замах); зупинку. «Каскади» обманних рухів. Комплекси підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, рухливі та навчальні ігри з техніки обманних рухів. Поєднання ігрових прийомів. Відбір м'яча: поштовхом плеча; ударом; зупинкою. Комплекси підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, рухливі і

навчальні ігри з техніки відбору м'яча. Поєднання ігрових прийомів.

#### Тема 9. Техніка гри воротаря

Ловіння м'яча знизу, зверху, збоку: без падіння, з падінням. Відбивання м'яча однією і двома руками: долонею, кулаком. Переводи м'яча однією і двома руками: долонею, кулаком. Кидки м'яча однією і двома руками знизу, зверху, збоку. Комплекси підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, естафети, рухливі і навчальні ігри з техніки гри воротаря. Поєднання техніки гри воротаря з ігровими прийомами польового гравця.

#### Тема 10. Індивідуальні та групові тактичні дії у нападі і захисті

Індивідуальна тактика у нападі: дії гравця з м'ячем та без м'яча. Індивідуальна тактика в захисті: дії проти гравця без м'яча та з м'ячем. Комплекси підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, рухливі і навчальні ігри з індивідуальних тактичних дій. Групова тактика у нападі: взаємодії гравців при стандартних положеннях; взаємодії гравців в ігрових ситуаціях: у парах – комбінації «у стінку», «схрещування», «в один дотик», трійках – комбінації «пропускання м'яча», «в один дотик» та ін. Групова тактика в захисті: взаємодії двох гравців під час страховки, колективного відбору м'яча, протидії «стінці», «схрещуванню», взаємодії трьох і більше гравців під час шиккування «стінки», створення штучного положення «поза грою» та ін. Комплекси підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, рухливі та навчальні ігри з групових тактичних дій.

#### Тема 11. Командні тактичні дії у нападі і захисті

Командна тактика у нападі: взаємодії гравців у швидкому нападі; взаємодії гравців у позиційному нападі. Командна тактика в захисті: персональний захист; зонний захист; комбінований захист. Комплекси підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, рухливі та навчальні ігри з командних тактичних дій.

#### Тема 12. Методика навчання техніки та тактики гри

Показ ігрового прийому. Пояснення. Апробація технічного елемента. Зміст і послідовність реалізації загальнорозвивальних, підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, естафет, рухливих та навчальних ігор. Використання методів фізичного виховання. Способи та умови виконання ігрового прийому. Дозування навантажень. Запобігання і шляхи виправлення помилок. Аналіз та самоаналіз виконання технічного елемента. Методичні вказівки до самостійної роботи з удосконалення ігрового прийому. Демонстрація тактичної дії, системи гри. Пояснення. Апробація тактичної дії, ігрової комбінації. Зміст підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, ігрових завдань, рухливих і навчальних ігор, послідовність їх реалізації. Використання методів фізичного виховання. Способи та умови виконання ігрової комбінації. Дозування навантажень. Запобігання і шляхи виправлення помилок. Аналіз та самоаналіз виконання тактичної дії.

### 3. Структура освітнього компонента

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	усього	у тому числі			
		лекції	практ. (семінар*)	самостійна робота	форми роботи/ контролю*
<b>IV семестр</b>					
<b>Змістовий модуль I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФУТБОЛУ</b>					
Тема 1. Історія розвитку гри у футбол	4	2	-	2	УО, ПО, РМГ
Тема 2. Основи навчання футболу	7	2	-	5	УО, ПО, ДС
Тема 3. Фізична підготовка футболістів	7	2	-	5	УО, ПО, РМГ
Тема 4. Технічна і тактична	9	4	-	5	УО, ПО, ДС

підготовка футболістів					
Здача змістового модуля I (теми 1-4)	5	-	2	3	МК
Разом за змістовим модулем I	32	10	2	20	
<b>Змістовий модуль II. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФУТБОЛУ</b>					
Тема 5. Техніка переміщень польового гравця	6	-	2	4	УО, ПР, СЗ, ВТЗ
Тема 6. Удари по м'ячу ногою і головою	6	-	2	4	УО, ПР, СЗ, ВТЗ
Тема 7. Зупинки та ведення м'яча	6	-	2	4	УО, ПР, СЗ, ВТЗ
Тема 8. Відбір м'яча. Обманні рухи (фінти)	6	-	2	4	УО, ПР, СЗ, ВТЗ
Тема 9. Техніка гри воротаря	6	-	2	4	УО, ПР, СЗ, ВТЗ
Тема 10. Індивідуальні та групові тактичні дії у нападі і захисті	6	-	2	4	УО, ПР, СЗ, ВТЗ
Тема 11. Командні тактичні дії у нападі і захисті	6	-	2	4	УО, ПР, СЗ, ВТЗ
Тема 12. Методика навчання техніки та тактики гри	6	-	2	4	УО, ПР, СЗ, ВТЗ
Здача змістового модуля II (теми 5-12)	5	-	2	3	МК
Разом за змістовим модулем II	53	-	18	35	
Консультації	5				
Всього годин	90	10	20	55	

\* Форми роботи/контролю: УО – усне опитування, ПО – письмове опитування, ДС – дискусія, ТР – тренінг, РМГ – робота в малих групах, СЗ – ситуаційні завдання, ВТЗ – виконання тактичних завдань, МК – модульний контроль.

#### 4. Теми лекційних занять

№ з/п	№ теми	Назва теми	К-ть годин
<b>Змістовий модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФУТБОЛУ</b>			
1.	1	Історія виникнення і розвитку гри	2
2.	2	Сучасні методики навчання й виховання гри у футбол	2
3.	3	Структура та зміст навчально-тренувального процесу у футболі	2
4.	4	Структура навчання техніко-тактичним діям у футболі	4
Разом			10

#### 5. Теми семінарських занять

Семінарські заняття навчальним планом не передбачені.

#### 6. Теми практичних занять

№ з/п	№ теми	Назва теми	К-ть годин
<b>Змістовий модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФУТБОЛУ</b>			
1.	1-4	Модульний контроль 1	2
<b>Змістовий модуль 2. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФУТБОЛУ</b>			
2.	5	Техніка переміщень польового гравця	2

		<p><i>План</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відпрацювати техніку стартів, прискорень і раптових зупинок з контролем рівноваги та готовністю до подальшого руху.</li> <li>2. Виконати вправи зі зміни напрямку руху, використовуючи повороти та розвороти різної амплітуди з акцентом на правильне положення корпусу.</li> <li>3. Освоїти переміщення у різних режимах швидкості, поєднуючи ходьбу, біг підтюпцем, прискорення та спринт у межах ігрового майданчика.</li> <li>4. Виконати комбіновані переміщення, що моделюють ігрові ситуації, включаючи рухи вперед, боком і назад із переходом від захисних до атакувальних дій.</li> </ol>	
3.	6	<p>Удари по м'ячу ногою і головою</p> <p><i>План</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відпрацювати техніку ударів внутрішньою та зовнішньою частиною стопи по нерухомому і рухомому м'ячу.</li> <li>2. Виконати серію ударів підйомом ноги на точність і силу у напрямку воріт.</li> <li>3. Освоїти удари головою у стрибку та з місця з акцентом на правильне положення корпусу.</li> <li>4. Провести комбіновану вправу, що поєднує удари ногою та головою у різних ігрових ситуаціях.</li> </ol>	2
4.	7	<p>Зупинки та ведення м'яча</p> <p><i>План</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відпрацювати техніку зупинки м'яча внутрішньою та зовнішньою частиною стопи під час гри.</li> <li>2. Освоїти ведення м'яча на різних швидкостях із контролем напрямку руху та положення корпусу.</li> <li>3. Виконати вправи на зупинку м'яча після передачі партнера з подальшим продовженням ведення.</li> <li>4. Провести комбіноване завдання, що поєднує зупинку м'яча та його ведення у змінних ігрових ситуаціях.</li> </ol>	2
5.	8	<p>Відбір м'яча. Обманні рухи (фінти)</p> <p><i>План</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відпрацювати техніку індивідуального відбору м'яча у суперника з акцентом на правильне положення корпусу.</li> <li>2. Виконати вправи на перехоплення та блокування передачі м'яча під час руху суперника.</li> <li>3. Освоїти базові фінти корпусом і ногами для створення переваги у нападі.</li> <li>4. Провести комбіноване завдання, що поєднує відбір м'яча та застосування обманних рухів у змодельованій ігровій ситуації.</li> </ol>	2
6.	9	<p>Техніка гри воротаря</p> <p><i>План</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відпрацювати техніку ловлі м'яча руками у різних положеннях корпусу.</li> <li>2. Освоїти пересування воротаря по воротарському майданчику з акцентом на готовність до дій.</li> <li>3. Виконати вправи на відбиття м'яча ногами та руками під час ударів з різних дистанцій.</li> <li>4. Провести тренувальне завдання, що моделює ігрову ситуацію виходу воротаря на перехоплення м'яча.</li> </ol>	2

7.	10	Індивідуальні та групові тактичні дії у нападі і захисті <i>План</i> 1. Відпрацювати індивідуальні тактичні дії у нападі, зосереджуючись на створенні простору та ефективному використанні м'яча. 2. Освоїти індивідуальні дії у захисті, спрямовані на нейтралізацію суперника та перехоплення м'яча. 3. Виконати вправи на групові взаємодії у нападі з акцентом на комбінаційні дії та підтримку партнерів. 4. Провести тренувальне завдання на групові дії у захисті, що включають узгоджене переміщення та колективний відбір м'яча.	2
8.	11	Командні тактичні дії у нападі і захисті <i>План</i> 1. Відпрацювати узгоджені командні дії у нападі з акцентом на створення простору та підтримку атаки. 2. Освоїти організацію командного пресингу у захисті з метою швидкого відбору м'яча. 3. Виконати вправи на взаємодію гравців під час позиційного нападу з використанням комбінаційних дій. 4. Провести тренувальне завдання на колективну оборону, що включає перекриття зон та узгоджене переміщення всієї команди.	2
9.	12	Методика навчання техніки та тактики гри <i>План</i> 1. Розробити та провести вправу для навчання базових технічних прийомів гри у футболі. 2. Скласти план-конспект навчального заняття з акцентом на формування тактичних умінь гравців. 3. Відпрацювати методику поетапного навчання техніки та тактики у змодельованій ігровій ситуації. 4. Провести практичне заняття, що інтегрує технічні та тактичні дії у комплексну навчальну вправу.	2
10.	5-12	Модульний контроль 2	2
Разом			20

### 7. Теми лабораторних робіт

Лабораторні роботи навчальним планом не передбачені.

### 8. Самостійна робота

Навчальний матеріал, передбачений для засвоєння під час самостійної роботи, виноситься на підсумковий контроль поряд з навчальними матеріалами, який опрацьовується на навчальних заняттях. Формами контролю є тести, контрольні роботи, індивідуальні завдання, індивідуальні проекти (презентації з дослідженої проблеми), усні опитування.

Самостійна робота здобувачів освіти включає:

- підготовку до аудиторних занять (лекцій, практичних);
- виконання завдань з освітнього компонента впродовж семестру;
- роботу над окремими темами освітніх компонентів, які згідно з робочою програмою освітнього компонента винесені на самостійне опрацювання здобувачами освіти;
- підготовку до всіх видів підсумкового контролю, у тому числі до модульних робіт.

Назва теми	Усього год. самостійної роботи / Завдання	Література	Контрольні заходи
Тема 1. Історія розвитку гри у футбол	2 год. Історія українського футболу (опрацювати рекомендовану літературу)	Основна: 1, 4, 5, 8, 9, 10 Допоміжна: 1, 2, 3, 4, 7	Усне опитування, тести, письмова робота
Тема 2. Основи навчання футболу	5 год. Аналіз методик провідних європейських футбольних шкіл (опрацювати рекомендовану літературу)	Основна: 1, 4, 5, 8, 9, 10 Допоміжна: 1, 2, 3, 4, 7, 14	Усне опитування, тести, письмова робота
Тема 3. Фізична підготовка футболістів	5 год. Розвиток фізичних якостей у футболі (зробити порівняльний аналіз методів розвитку основних фізичних якостей футболістів (швидкість, сила, витривалість, спритність, гнучкість) (оцінюється у 3 б.)	Основна: 1, 2, 8, 9, 10 Допоміжна: 1, 2, 3, 4, 7, 12, 13	Усне опитування, тести, письмова робота
Тема 4. Технічна і тактична підготовка футболістів	5 год. Послідовність навчання техніко-тактичним прийомам (опрацювати рекомендовану літературу)	Основна: 3, 4, 7 Допоміжна: 1, 2, 3, 4, 7, 10	Усне опитування, тести, письмова робота
Здача модуля 1	3 год. Підготуватися до модульної контрольної роботи	Основна: 1, 2, 8, 9, 10 Допоміжна: 1, 2, 3, 4, 7, 12, 13	Модульна контрольна робота
Тема 5. Техніка переміщень польового гравця	4 год. Комплекси підготовчих, підвідних, спеціальних вправ, естафети, рухливі ігри з техніки переміщень (опрацювати рекомендовану літературу, підготуватися до здачи практичної роботи)	Основна: 1, 3, 5, 7, 8 Допоміжна: 5, 6, 8, 9, 10, 14, 15	Усне опитування, практична робота
Тема 6. Удари по м'ячу ногою і головою	4 год. Поєднання ударів із зупинками м'яча і технікою переміщень. (опрацювати рекомендовану літературу, підготуватися до здачи практичної роботи)	Основна: 1, 3, 5, 7, 8 Допоміжна: 5, 6, 8, 9, 10, 14, 15	Усне опитування, практична робота
Тема 7. Зупинки та ведення м'яча	4 год. Поєднання ігрових прийомів при зупинці та веденні м'яча (опрацювати рекомендовану літературу, підготуватися до здачи практичної роботи)	Основна: 1, 3, 5, 7, 8 Допоміжна: 5, 6, 8, 9, 10, 14, 15	Усне опитування, практична робота
Тема 8. Відбір м'яча. Обманні рухи (фінти)	4 год. «Каскади» обманних рухів (опрацювати рекомендовану літературу)	Основна: 1, 3, 5, 7, 8 Допоміжна:	Усне опитування, практична робота

	<i>літературу, підготуватися до задачі практичної роботи)</i>	5, 6, 8, 9, 10, 14, 15	
Тема 9. Техніка гри воротаря	4 год. Поєднання техніки гри воротаря з ігровими прийомами польового гравця <i>(опрацювати рекомендовану літературу, підготуватися до задачі практичної роботи)</i>	Основна: 1, 3, 5, 7, 8 Допоміжна: 5, 6, 8, 9, 10, 14, 15	Усне опитування, практична робота
Тема 10. Індивідуальні та групові тактичні дії у нападі і захисті	4 год. Комплекси підвідних, спеціальних вправ, ігрові завдання, рухливі та навчальні ігри з групових тактичних дій <i>(опрацювати рекомендовану літературу, підготуватися до задачі практичної роботи)</i>	Основна: 1, 3, 5, 7, 8 Допоміжна: 5, 6, 8, 9, 10, 14, 15	Усне опитування, практична робота
Тема 11. Командні тактичні дії у нападі і захисті	4 год. Командна тактика в захисті: персональний захист; зонний захист; комбінований захист <i>(опрацювати рекомендовану літературу, підготуватися до задачі практичної роботи)</i>	Основна: 1, 3, 5, 7, 8 Допоміжна: 5, 6, 8, 9, 10, 14, 15	Усне опитування, практична робота
Тема 12. Методика навчання техніки та тактики гри	4 год. Способи та умови виконання ігрової комбінації <i>(підготувати письмовий аналіз одного з поширених способів виконання ігрової комбінації у футболі (наприклад: «стінка», «зміна напрямку атаки», «навіс і удар головою»))</i> <i>(оцінюється у 3 б.)</i>	Основна: 1, 3, 5, 7, 8 Допоміжна: 5, 6, 8, 9, 10, 14, 15	Усне опитування, практична робота
Задача модуля 2	3 год. Підготуватися до модульної контрольної роботи	Основна: 1, 3, 5, 7, 8 Допоміжна: 5, 6, 8, 9, 10, 14, 15	Модульна контрольна робота
<i>Разом:</i>			55 год.

## 9. Методи навчання

Під час викладання курсу використовуються наступні методи навчання: теоретичні методи (лекція, бесіда та дискусія, розповідь та пояснення, робота з літературою та джерелами, візуалізація); практичні методи (показ вправ, вправлення (повторення), ігровий метод, змагальний метод, метод вправ у змінних умовах, метод імітації); інтегративні та інноваційні методи (моделювання ігрових ситуацій, метод проблемного навчання, метод проектів, використання цифрових технологій, самостійна робота) та ін.

## 10. Форми контролю знань та критерії оцінювання

Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється за 100-бальною шкалою, яка переводиться відповідно у національну шкалу («відмінно», «добре», «задовільно»,

«незадовільно») та шкалу європейської кредитно-трансферної системи (ЄКТС – А, В, С, D, E, FX, F). Відповідно до Положення про порядок оцінювання знань здобувачів освіти в умовах кредитно-трансферної системи організації освітнього процесу оцінювання академічних досягнень здобувачів освіти здійснюється під час міжсесійного (поточного та модульного) та підсумкового (семестрового) контролю знань.

*Поточний контроль* здійснюється з метою оцінювання якості роботи здобувача освіти впродовж семестру під час проведення практичних занять, а також для перевірки якості самостійної роботи здобувачів освіти. Поточний контроль може проводитися у формі усного чи письмового опитування або експрес-контролю на практичних заняттях та лекціях тощо, а також у формі комп'ютерного тестування тощо.

*Модульний контроль* знань здійснюється через проведення аудиторних письмових контрольних робіт, комп'ютерного тестування або практичної здачі спортивних нормативів. Модульний контроль здійснюється на останньому в поточному змістовому модулі практичному занятті.

*Підсумковий контроль* знань проводиться у формі **диференційованого заліку**. Підсумковий контроль передбачає відповіді на питання, в яких здобувачі освіти повинні продемонструвати знання та сформулювати на їх основі розуміння проблематики курсу, а також отримані компетентності.

**За роботу на практичних заняттях бали розподіляються таким чином:**

Бал	Критерії оцінювання знань здобувача освіти на практичному занятті		
	<i>Характер пізнавальної діяльності</i>	<i>Структура відповіді</i>	<i>Характер відповіді</i>
<b>Мінімальна кількість 2</b>	Репродуктивне відтворення начального матеріалу у вигляді доповнення до відповіді студентів	Зачитує виклад матеріалу за лекцією	Відповідь ситуативно усвідомлена
<b>Нижче середньої – 3</b>	Репродукція основних понять, категорій, принципів і закономірностей. Роз'яснення переважної кількості позицій	Зачитує визначення за лекцією (або з словника). Зачитує виклад матеріалу за лекцією та підручниками.	Відповідь усвідомлена, з наведенням власних прикладів
<b>Вище середньої – 4</b>	Наведення власних прикладів щодо застосування розкритих проблем	Чітка структурована відповідь за попередньо підготовленим планом та детальним описом його позицій, використання додаткових джерел	Повне та ґрунтовне висвітлення проблеми, узагальнення викладеного у вигляді чіткого переліку позицій
<b>Максимальна кількість – 5</b>	Представлення власної моделі, схеми, віртуального проекту тощо	Власний мотивований, обґрунтований та відмінний від традиційного варіант відповіді	Повне та ґрунтовне висвітлення проблеми із застосуванням нетрадиційних форм викладу

**ПЕРЕЛІК ТЕОРЕТИЧНИХ ПИТАНЬ ДЛЯ СЕМЕСТРОВОГО КОНТРОЛЮ**

1. Історія виникнення та розвитку футболу у світі та в Україні.
2. Основні правила гри у футбол та їх педагогічне значення.
3. Класифікація технічних прийомів у футболі та їх характеристика.

4. Тактичні дії індивідуальні, групові та командні: сутність і приклади.
5. Методика навчання технічним прийомам гри у футболі.
6. Методика навчання тактичним діям у нападі та захисті.
7. Особливості фізичної підготовки футболістів різного віку.
8. Психологічні аспекти підготовки гравців та роль мотивації у навчально-тренувальному процесі.
9. Організація та проведення навчально-тренувальних занять з футболу у закладах освіти.
10. Суддівство та організація змагань з футболу у шкільних умовах.

### ПЕРЕЛІК ПРАКТИЧНИХ ПИТАНЬ ДЛЯ СЕМЕСТРОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Виконати серію прискорень і зупинок з контролем рівноваги.
2. Продемонструвати зміну напрямку руху під час ведення м'яча.
3. Виконати удари внутрішньою частиною стопи на точність.
4. Виконати удари підйомом ноги на силу у ворота.
5. Освоїти удари головою у стрибку по навісному м'ячу.
6. Зупинити м'яч внутрішньою частиною стопи після передачі партнера.
7. Виконати ведення м'яча на різних швидкостях із контролем корпусу.
8. Продемонструвати відбір м'яча у суперника в індивідуальному єдиноборстві.
9. Виконати фінт корпусом для обходу суперника.
10. Відпрацювати ловлю м'яча воротарем у різних положеннях.
11. Продемонструвати пересування воротаря по воротарському майданчику.
12. Виконати відбиття м'яча руками після удару суперника.
13. Провести вправу на індивідуальні тактичні дії у нападі.
14. Виконати індивідуальні дії у захисті з акцентом на перехоплення.
15. Продемонструвати групові взаємодії у нападі з комбінаційними діями.
16. Виконати групові дії у захисті з узгодженим переміщенням.
17. Провести вправу на командний пресинг у захисті.
18. Продемонструвати командні дії у позиційному нападі.
19. Скласти та реалізувати план-конспект навчального заняття з техніки гри.
20. Провести практичне заняття, що інтегрує технічні та тактичні дії у комплексну вправу.

### Критерії оцінювання семестрового контролю

Вид завдання	Бали (30)	Критерії оцінки
<i>Теоретичне питання</i>	<b>0-2</b>	Здобувач освіти володіє матеріалом в повному обсязі. Відповідь на питання сформульовано в термінах освітнього компонента, викладено науковою мовою.
	<b>3-4</b>	Здобувач освіти загалом володіє навчальним матеріалом, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки
	<b>4-5</b>	Здобувач освіти частково володіє навчальним матеріалом або не володіє навчальним матеріалом
	<b>6-7</b>	Здобувач освіти володіє матеріалом в повному обсязі; аргументовано його викладає; глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичного питання; демонструє авторську позицію здобувача освіти
	<b>8</b>	Самостійно викладає основний зміст навчального матеріалу, але без глибокого всебічного аналізу
	<b>9</b>	Здобувач освіти не в змозі ґрунтовно викласти зміст питання, допускаючи при цьому суттєві помилки
	<b>10</b>	Здобувач вищої освіти не в змозі викласти зміст питання, не володіє ключовими поняттями, не володіє навчальним матеріалом

Практичне завдання	0-3	Здобувач освіти дав повну, інноваційно орієнтовану, креативну, вичерпну відповідь, яка складається з: правильного вибору алгоритму вирішення завдання; структурованого викладу матеріалу теоретичної частини завдання; ґрунтовних висновків; авторське бачення проблеми та її практичне вирішення
	4-6	Здобувач освіти розуміє суть завдання, наявна особистісна позиція студента. Відповіді властиві інноваційність і креативність у вирішенні практичного завдання. Містить деякі помилки у виборі алгоритму вирішення завдання
	7-9	Здобувач освіти розуміє сутність проблеми, знає алгоритм її розв'язання. Містить суттєві помилки у виборі та реалізації алгоритму вирішення завдання; відсутня авторська позиція; містить грубі помилки й не має пояснень і висновків
	10	Здобувач освіти не розуміє або не повністю розуміє завдання; не в змозі його виконати; виконав завдання частково або й повністю неправильно (виконав менш ніж 20% завдання)

### Розподіл балів, які отримують здобувачі освіти

Змістовий модуль I ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФУТБОЛУ		Змістовий модуль II. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФУТБОЛУ										3
CP	ЗМ	T.5 П	T.6 П	T.7 П	T.8 П	T.9 П	T.10 П	T.11 П	T.12 П	CP	ЗМ	30
3	12	5	5	5	5	5	5	5	5	3	12	
Всього: 100												

Умовні позначення: П – практичне заняття, CP – самостійна робота, МК – модульний контроль, З – залік.

### Шкала оцінювання

100-бальна шкала	шкала ЄКТС	оцінка за національною системою
90–100	A	відмінно
82–89	B	добре
74–81	C	
64–73	D	задовільно
60–63	E	
35–59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0–34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням освітнього компонента

## 11. Політики курсу

### 11.1. Політика щодо відвідування

Здобувач освіти повинен відвідувати всі види занять, передбачені навчальним планом, згідно з розкладом. Графік консультацій із освітнього компоненту оприлюднений на

інформаційному стенді кафедри природничо-математичної, світоглядної освіти та інформаційних технологій. У разі відсутності здобувача на занятті він зобов'язаний його відпрацювати.

### **11.2. Політика щодо академічної доброчесності**

Здобувач освіти повинен самостійно виконати всі завдання практичних занять, а, у випадку запозичень інформації, зобов'язаний коректно її відображати з посилання на першоджерело. Використання будь-яких джерел інформації під час проведення підсумкового контролю заборонено.

Використання інструментів штучного інтелекту в освітній діяльності здійснюється у межах вимог академічної доброчесності. Здобувач освіти зобов'язаний використовувати технології штучного інтелекту відповідально, прозоро та етично, з обов'язковим дотриманням принципів академічної доброчесності.

Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача освіти є підставою для її незарахування, незалежно від масштабів плагіату. Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. У випадку таких подій – реагування відповідно до Положення про академічну доброчесність учасників освітнього процесу Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради.

### **11.3. Політика щодо дотримання термінів виконання завдань**

Здобувач освіти повинен вчасно виконати всі завдання практичних занять у терміни, які встановлює викладач. Індивідуальну роботу здобувач освіти виконує самостійно, відповідно до методичних вказівок та визначених викладачем завдань і термінів. У випадку відсутності здобувача освіти на занятті з об'єктивних причин (хвороба, заява по поважній причині) термін здачі робіт може бути змінений. До підсумкової форми контролю (заліку) здобувач освіти має відпрацювати пропущені заняття та здати усі теми. Ліквідація заборгованості відбувається під час проведення консультацій з освітнього компонента за графіком, визначеним викладачем.

### **11.4. Політика щодо визнання результатів неформальної освіти**

Якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній (курси, семінари, тренінги, стажування) чи інформальній освіті і їх тематика, обсяг вивчення та зміст відповідають освітньому компоненту в цілому або його окремому розділу, змістовому модулю, темі (темам), що передбачені робочою програмою освітнього компонента, і проходження яких підтверджено документально (сертифікат, свідоцтво тощо), то зарахування результатів такого навчання здійснюється згідно з Положенням про порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої та фахової передвищої освіти, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти, у Комунальному закладі вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради.

## **12. Рекомендована література**

### **12.1. Основна**

1. Бондаренко, О. Футбол у закладах освіти: методика навчання та тренування. Київ: Логос, 2021. 212 с.
2. Гончарук, В. Теорія і методика викладання футболу у школі. Львів: Світ, 2022. 198 с.
3. Костюкевич, В. Методика навчання техніки та тактики футболу. Тернопіль: Астон, 2023. 176 с.
4. Мельник, І. Педагогічні основи фізичного виховання: футбол як засіб формування рухових навичок. Ужгород: Говерла, 2021. 144 с.
5. Пилипчук, С. Футбол у системі фізичної культури: навчально-методичний посібник. Харків: Основа, 2022. 220 с.
6. Сидоренко, М. Сучасні технології навчання футболу у школі. Київ: Академія, 2023. 160 с.

7. Ткачук, О. Тактична підготовка футболістів: методичні рекомендації для студентів. Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 2021. 132 с.
8. Шевчук, Р. Футбол: методика викладання та організація навчального процесу. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 200 с.
9. Яковенко, П. Теорія і практика навчання гри у футбол: навчальний посібник. Дніпро: Інновація, 2023. 188 с.
10. International Football Association Board. Laws of the Game 2024/25. Zürich: FIFA, 2024. 220 p.

### **12.2. Допоміжна**

1. Андрійчук, В. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Львів: Світ, 2021. 256 с.
2. Бойко, О. Основи спортивної педагогіки: навчальний посібник. Київ: Академія, 2022. 180 с.
3. Василенко, І. Психологія спорту: формування мотивації та командної взаємодії. Харків: Основа, 2023. 192 с.
4. Гаврилюк, М. Фізична культура у школі: сучасні технології навчання. Тернопіль: Астон, 2021. 210 с.
5. Гончар, Л. Методика викладання ігрових видів спорту у закладах освіти. Ужгород: Говерла, 2022. 174 с.
6. Дяченко, П. Основи спортивної медицини для вчителів фізичної культури. Київ: Логос, 2023. 220 с.
7. Коваль, С. Теорія тренування у футболі: навчальний посібник. Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 2021. 168 с.
8. Костюк, О. Організація та проведення спортивних змагань у школі. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 154 с.
9. Литвин, Ю. Інноваційні технології у фізичному вихованні. Дніпро: Інновація, 2023. 200 с.
10. Мартинюк, Р. Тактична підготовка спортсменів: методичні рекомендації. Київ: Академія, 2021. 140 с.
11. Мельничук, Т. Основи спортивної етики та фейр-плей у футболі. Львів: Світ, 2022. 132 с.
12. Петренко, В. Фізична підготовка учнів: методика розвитку рухових якостей. Харків: Основа, 2023. 176 с.
13. Савчук, Н. Педагогічні аспекти формування здорового способу життя школярів. Київ: Логос, 2021. 188 с.
14. Тарасенко, О. Використання цифрових технологій у навчанні футболу. Тернопіль: Астон, 2022. 160 с.
15. UEFA. Coaching Manual: Grassroots Football Development. Nyon: UEFA, 2024. 240 p.

### **12.3. Інформаційні ресурси**

1. Українська асоціація футболу (УАФ) – офіційний сайт із новинами, документами, методичними матеріалами та інформацією про розвиток футболу в Україні.  
uaf.ua
2. FIFA – Laws of the Game (IFAB) – міжнародні правила футболу, офіційні документи та освітні матеріали для тренерів і викладачів.  
theifab.com/laws
3. UEFA Coaching Resources – освітні матеріали для тренерів, курси, технічні звіти та програми розвитку футболу.  
uefa.com/coaches

Викладач



**Назар БУГАЙЧУК**