



# Ігрові види спорту (футбол)

## Робоча програма навчальної дисципліни (Силабус)

### Реквізити навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти	<i>Перший (бакалаврський)</i>
Галузь знань	<i>Всі</i>
Спеціальність	<i>Всі</i>
Освітня програма	<i>Всі</i>
Статус дисципліни	<i>Вибіркова</i>
Форма навчання	<i>Очна (денна)</i>
Рік підготовки, семестр	<i>2-й курс, осінній / весняний семестр</i>
Обсяг дисципліни	<i>2 кредити (60 год) аудиторні заняття: лекції – 0 годин, практичні –36 годин, самостійна робота –24 години</i>
Семестровий контроль/ контрольні заходи	<i>Залік, модульна контрольна робота, календарний контроль</i>
Розклад занять	<i>2 години на тиждень</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
Інформація про керівника курсу / викладачів	<a href="http://ktos-fbmi.kpi.ua/article/spivrobotnyky">http://ktos-fbmi.kpi.ua/article/spivrobotnyky</a>
Розміщення курсу	Навчальне відділення футболу <a href="https://do.ipو.kpi.ua/course/view.php?id=1911">https://do.ipو.kpi.ua/course/view.php?id=1911</a>

### Програма навчальної дисципліни

#### 1. Опис навчальної дисципліни, її мета, предмет вивчення та результати навчання

Основною метою навчальної дисципліни «Ігрові види спорту (футбол)» є формування у здобувачів вищої освіти здатності підтримувати на достатньому рівні стан фізичного здоров'я, фізичної та розумової працездатності; розвивати основні життєво необхідні професійно-прикладні рухові навички; формувати мотивацію до занять руховою активністю та спортом як складової здорового способу життя;

Дисципліна «Ігрові види спорту (футбол)» має міждисциплінарний характер. Вона інтегрує, відповідно до свого предмету, знання з медико-біологічних, психолого-педагогічних та інших наук, які сприяють підвищенню рівня фізичного розвитку, функціональному удосконаленню систем організму, набуттю основних життєво важливих рухових навичок, вмінь для подальшої професійної діяльності.

В результаті вивчення навчальної дисципліни «Ігрові види спорту (футбол)» здобувачі вищої освіти зможуть сформувати загальні компетентності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя:

- 1) використовувати засоби футболу з метою підвищення фізичної та розумової працездатності, розвитку фізичних якостей, відновлення та збереження здоров'я;

- 2) здійснювати контроль та самоконтроль за функціональним станом організму;
- 3) забезпечувати збереження і зміцнення стану індивідуального здоров'я з метою підтримки належного рівня фізичного стану.

## **2. Пререквізити та постреквізити дисципліни (місце в структурно-логічній схемі навчання за відповідною освітньою програмою)**

Дисципліна «Ігрові види спорту (футбол)» відноситься до циклу дисциплін загальної підготовки, вона є вибірковим компонентом Освітньої програми. Для успішного засвоєння дисципліни здобувачам вищої освіти необхідно належати за станом здоров'я до основної чи підготовчої медичної групи.

## **3. Зміст навчальної дисципліни**

### **Тематика практичних занять.**

- |         |   |
|---------|---|
| Тема 1. | Інформаційне забезпечення проведення занять.  |
| Тема 2. | Визначення індивідуального фізичного стану. Аналіз та оцінювання рівня індивідуальної фізичної підготовленості. |
| Тема 3. | Формування фізичної підготовленості засобами футболу.   |
| Тема 4. | Вивчення техніки виконання фізичних вправ.  |
| Тема 5. | Контроль і оцінювання рівня фізичного стану.  |
| Тема 6. | Розвиток фізичних якостей засобами футболу.   |
| Тема 7. | Тестування рівня фізичної підготовленості   |

## **4. Навчальні матеріали та ресурси**

### **Базова навчальна література:**

#### **Навчальні посібники:**

1. Удосконалення спортивної підготовки при проведенні занять з футболу [Електронний ресурс]: методичні рекомендації / НТУУ «КПІ»; уклад. А. Р. Гринь. – Електронні текстові дані (1 файл: 354 Кбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2012. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/1765>

2. Степаненко В. М. Теорія і методика викладання футболу: навч. посібник [для студ. вищ. пед. навч. закладів]/В.М. Степаненко. – Переяслав- Хмельницький: СПД Кузьмичова Р.Ю., 2010.- 220 с. Режим доступу:

<http://ephseir.phdpu.edu.ua/bitstream/handle/8989898989/4646/TMB%20футболу%2C%20Степаненко%20В.М.%202010.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

3. «Теорія і методика викладання футболу». Методична розробка: к. пед. н., доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Сивохоп Е.М., к.пед.н., доцент кафедри фізичного виховання Маріонда І.І., ст. викладач кафедри фізичного виховання Шкірта М.І. – Ужгород, 2013. – 52 с. Режим доступу: <http://dspace.uzhnu.edu.ua>

4. Основи тактичної підготовки у футболі: навч. посібник / укл.: Осадець М.М., Байдюк М.Ю. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. –104 с. Режим доступу:

[https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/2122/Осадець\\_Основи%20тактичної%20підготовки.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/2122/Осадець_Основи%20тактичної%20підготовки.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

5. Без'язичний Б.І., Журід С. М. Теорія та методика футболу. Навчальний посібник для студентів інститутів фізичної культури. – ХДАФК, 2020 р.- 185 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

### **Додаткова література:**

1. Физкультурно-оздоровительные технологии формирования фитнескультуры студентов: учебное пособие / Под ред. Ю.А. Усачева. – Киев: Издательство «Логос», 2015. – 200 с.
2. Костюкевич В. М., Перепелиця О. А., Гудима С. А. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. Вінниця: «Планер», 2009. - 312 с.
3. Бондарев Д. В. Фізичне вдосконалення студентів технічних вищих навчальних закладів засобами футболу : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / Бондарев Дмитро Володимирович; Львів. держ. ун-т фіз. культури. - Львів, 2009. - 20 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10947>
4. Матяш В. В. Технічна підготовка футболістів на етапі попередньої базової підготовки: автореф. дис. ...канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / Матяш Вадим Володимирович; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. - Д., 2013. - 20 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/758>
5. Вихров К.Л. Разминка футболистов: Методическое пособие. / К.Л.Вихров, А.В. Дулибский. – К.: Федерация футбола Украины, Комби ЛТД, 2005. – 192 с.
6. Перепелиця П. Є. Побудова тренувального процесу студентських футбольних команд з урахуванням різного рівня підготовленості гравців : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / Перепелиця Павло Євгенович ; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. - Дніпропетровськ, 2009. - 20 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/11797>
7. Костюкевич В.М. Модельні тренувальні завдання як засіб підвищення ефективності тренувального процесу груп ПСМ з футболу в умовах ВНЗ / В.М. Костюкевич. // Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти: Матеріали Всеукр. наук.конф. – Тернопіль, 2003. – С 61–64.
8. Бойко, В.В. Цілеспрямований розвиток рухових здібностей людини / В. В. Бойко. - К.: Фізкультура та спорт, 2015. - 173 с.
9. Практикум з футболу. / Під ред. Віхров К. Л., Дулібський А. В., Базилевич О. П., Костюкевич В. М. Науково - методичний комітет Федерації футболу України, Київ – 2009. – 105 с.
10. Базилевич О. Организация игры и подготовка футболистов высокой квалификации: Метод.пособие / О.П.Базилевич. – К.: Укр. Письменник, 2011. – 71 с.
11. Колобич О. Особливості техніко-тактичної підготовки юних футболістів на полях зменшених розмірів / О. Колобич, Б. Хоркавий, Й. Фалес // Актуальні проблеми здоров'язберігаючих технологій у навчальних закладах: матеріали III Міжнар. наук.-пр. конф. – Чернівці, 2014. – С. 460– 464.
12. Розвиток фізичних якостей на заняттях шейпінгом [Електронний ресурс]: методичні рекомендації до практичних занять для студентів навчального відділення шейпінгу / НТУУ «КПІ»; уклад. Г. Л. Бойко, О. Ф. Твердохліб, Т. Г. Козлова, С. У. Шарафутдінова, Н. Є. Гаврилова. – Електронні текстові дані (1 файл: 1,60 Мбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2014. – 31 с. – Назва з екрана.  
URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/10148>
13. Методичні рекомендації для виконання комплексу вправ за системою пілатес [Електронний ресурс] / НТУУ «КПІ»; уклад. С. Є. Толмачова, Н. В. Іванюта. – Електронні текстові дані (1 файл: 17,1 Мбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2014. – 66 с. – Назва з екрана.  
URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/8148>
14. Базова аеробіка у структурі оздоровчого фітнесу [Електронний ресурс]: методичні рекомендації до практичних занять з дисципліни «Фізичне виховання» для студентів усіх

спеціальностей / НТУУ «КПІ»; уклад. Н. В. Градусова, Н. В. Кузьменко. – Електронні текстові дані (1 файл: 187 Кбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2011. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/1780>

## Навчальний контент

### 5. Методика опанування навчальної дисципліни (освітнього компонента)

**Практичне заняття № 1.** Задачі: 1. Ознайомити з організацією практичних занять з фізичного виховання в КПІ ім. Ігоря Сікорського. 2. Ознайомити з правилами техніки безпеки на практичних заняттях з футболу. 3. Ознайомити з обраним видом спорту. Футбол - як засіб фізичного виховання.

**Засоби:** Інтерактивні засоби з техніки безпеки та правил поведінки на практичних заняттях з футболу.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 2.** Задачі: 1. Ознайомити з історією виникнення та становлення футболу як виду спорту. 2. Ознайомити з основними способами переміщень в футболі. 3. Ознайомити з загально-розвиваючими вправами (ЗРВ), спеціально -розвиваючими вправами (СРВ) та їх виконанням.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Основні способи переміщення у футболі (біг, ходьба, стрибки, повороти, зупинки). Ведення м'яча, передачі м'яча, прийоми м'яча, удари по м'ячу, кидання м'яча. Рухлива гра. Вправи для розвитку рухових якостей. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 3.** Задачі: 1. Ознайомити з основними прийомами техніки футболу. Навчити техніці переміщення з м'ячем та без м'яча у футболі. 2. Ознайомити з видами підготовки у футболі – фізична підготовка, технічна підготовка, тактична підготовка, психологічна підготовка. 3. Сприяти розвитку фізичної якості спритності.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекси загально-розвиваючих та спеціальних бігових вправ. Комплекс допоміжних вправ для навчання техніці гри у футбол. Естафети з м'ячем та без м'яча. Різні види пересування з м'ячем та без м'яча. Вправи для розвитку спритності. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 4.** Задачі: 1. Ознайомити і навчити техніці пересування з м'ячем та без м'яча у футболі. 2. Ознайомити з технікою виконання передач м'яча. 3. Сприяти розвитку координаційних здібностей засобами футболу. 4. Ознайомити з основними правилами гри у футбол.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекси загально-розвиваючих та спеціальних бігових вправ. Переміщення з м'ячем та без м'яча. Передачі м'яча на місці, у русі, в парах, трійках. Ігри та вправи для навчання техніки переміщень з м'ячем. Вправи для розвитку координаційних здібностей. Основні правила гри в футболі. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 5.** Задачі: 1. Ознайомити з технікою виконання удару внутрішньою та зовнішньою сторонами стопи по м'ячу. 2. Навчити техніці виконання передач лівою, правою ногою. 3. Сприяти розвитку загальної витривалості за допомогою бігу 6-12 хв в повільному темпі.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекси загально-розвиваючих та спеціальних бігових вправ. Передачі м'яча ногами на місці, у русі, в парах, трійках проти захисників. Удари по м'ячу внутрішньою та зовнішньою сторонами стопи. Навчальна гра. Крос (оздоровчий біг 6-12 хв.) у повільному темпі.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 6.** Задачі: 1. Ознайомити з технікою прийому м'ячу внутрішньою стороною стопи. 2. Ознайомити з технікою виконання передач м'яча головою. 3. Сприяти розвитку спеціальної витривалості у футболі.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекс допоміжних вправ для навчання техніці гри у футбол. Удари по м'ячу внутрішньою стороною стопи. Передачі м'яча головою на місці, у русі, в

парах, трійках. Комплекс вправ для розвитку рухових якостей. Вправи для розвитку спеціальної витривалості. Прискорення. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 7.** Задачі: 1. Ознайомити з технікою прийому м'яча зовнішньою стороною стопи. 2. Навчити техніці виконання удару по м'ячу внутрішньою і зовнішньою частиною підйому. 3. Сприяти розвитку швидкості.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекси загально-розвиваючих та спеціальних бігових вправ. Прийом м'яча зовнішньою стороною стопи. Удари по м'ячу зовнішньою та внутрішньою частинами підйому з місця, у русі. Комплекс вправ на швидкості. Естафети з м'ячем та без м'яча. Рухливі ігри. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 8.** Задачі: 1. Ознайомити з технікою виконання удару по м'ячу центральною частиною підйому. 2. Навчити техніці прийому м'яча зовнішньою стороною стопи. 3. Сприяти розвитку рухових якостей у футболі за допомогою естафет та рухливих ігор.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекс загально-підготовчих вправ з м'ячем та без м'яча. Удари по м'ячу центральною частиною підйому. Прийом м'яча зовнішньою стороною стопи. Комплекс вправ на розвиток координації, швидкості, швидко-силових якостей. Естафети з м'ячем та без м'яча. Рухливі ігри. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 9.** Задачі: 1. Навчити техніці виконання удару по м'ячу центральною частиною підйому. 2. Навчити різновидам техніки прийому м'яча у футболі. 3. Сприяти розвитку гнучкості. 4. Ознайомити з тактичною підготовкою футболістів.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Вправи з м'ячем і комплекси допоміжних вправ навчання техніці гри. Удари по м'ячу центральною частиною підйому. Вправи для навчання техніки прийому м'яча. Передачі м'яча в парах на місці. Вправи на розвиток гнучкості. Основи тактики гри в футболі. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 10.** Задачі: 1. Ознайомити з навичками виконання удару по м'ячу носком та п'ятою у футболі. 2. Навчити техніці виконання ударів по м'ячу головою. 3. Закріпити різновиди способи прийому та передачі м'яча у футболі.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекси загально-розвиваючих та спеціальних бігових вправ. Вправи з м'ячем, комплекси допоміжних вправ та ігор для навчання техніці гри у футбол. Удари по м'ячу носком та п'ятою з місця, у русі, проти пасивного захисника. Удари по м'ячу головою ігри та вправи для навчання ударам по м'ячу та прийому м'яча у футболі. Комплекс вправ на розвиток гнучкості. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 11.** Задачі: 1. Ознайомити з технікою гри воротаря в футболі. 2. Навчити техніці ударів по м'ячу головою у футболі. 3. Сприяти розвитку швидко-силових якостей у футболі та комплекси вправ для їх розвитку.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекс загально-підготовчих та спеціальних бігових вправ. Відбивання долонею/кулаком. Переведення долонею/кулаком. Кидки знизу/зверху/збоку. Удари по м'ячу головою з місця, у русі, в парах, трійках, проти пасивних та активних захисників. Інтервальний біг. Двостороння гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 12.** Задачі: 1. Ознайомити з технікою ведення м'яча у футболі. Дриблінг. 2. Навчити техніці гри воротаря. 3. Сприяти розвитку комплексному прояву рухових якостей у футболі.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекс загально-підготовчих вправ з м'ячем та без м'яча. Комплекси спеціальних бігових вправ. Відбивання долонею/кулаком. Переведення долонею/кулаком. Кидки знизу/зверху/збоку. Ведення м'яча у русі, з обведенням стійок та проти пасивного захисника. Дриблінг. Естафети та ігри для навчання техніці ведення м'яча. Двостороння гра. Комплекс вправ для розслаблення м'язів.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 13.** Задачі: 1. Ознайомити з технікою виконання прийомів відбору м'яча у суперника. 2. Навчити техніці ведення м'яча у футболі. Дриблінг. 3. Сприяти розвитку швидкісно-силової якості стрибучості.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекси загально-розвиваючих та спеціальних бігових вправ. Вправи з навчання відбору м'яча у суперника спереду, збоку, ззаду. Ведення м'яча у русі, з обведенням стійок, проти пасивного та активного захисника. Дриблінг. Естафети для навчання техніці ведення м'яча. Комплекс стрибкових вправ, стрибки зі скакалкою, стрибки через бар'єри. Двостороння гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 14.** Задачі: 1. Ознайомити з тактикою гри у нападі (індивідуальні, групові та командні дії). 2. Ознайомити і навчити техніці вкидання м'яча із-за бічної лінії (аут). 3. Сприяти розвитку сили.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекси загально-розвиваючих та спеціальних бігових вправ. Вкидання м'яча з-за бічної лінії з місця, після розбігу. Ведення та відбір м'яча. Передачі м'яча, удари по м'ячу ногами, головою. Тактика гри у нападі (індивідуальні, групові та командні дії). Комплекс силових вправ. Двостороння гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 15.** Задачі: 1. Ознайомити з тактикою гри у захисті (індивідуальні, групові та командні дії). 2. Закріпити техніку володіння м'ячем у футболі під гри(передачі, прийому, ударів по м'ячу, ведення м'яча, дриблінг, відбір м'яча у суперника). 3 Сприяти розвитку спеціальної швидкості.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекси загально-розвиваючих та спеціальних бігових вправ. Відбір м'яча у суперника спереду, збоку, ззаду. Ведення м'яча та дриблінг. Передачі м'яча, удари по м'ячу ногами, головою. Тактика гри у захисті (індивідуальні, групові та командні дії). Двостороння гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 16.** Задачі: 1. Навчити тактичним схемам ведення гри у нападі та захисті. 2. Визначення рівня фізичної підготовленості за допомогою тестування.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Комплекси загально-розвиваючих та спеціальних бігових вправ. Тактика гри у нападі та захисті. Тести з фізичної підготовленості – стрибок у довжину з місця, човниковий біг 4х9 м, нахил тулуба з положення стоячи на лаві, згинання-розгинання рук в упорі лежачи. Двостороння гра.

Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 17.** Виконання модульної контрольної роботи.

**Практичне заняття № 18.** Проведення заліку.

## 6. Самостійна робота здобувача вищої освіти

Підготовка до практичних занять, експрес-опитування та підготовка до складання тестів з фізичної підготовленості, виконання модульної контрольної роботи (17-й тиждень).

## Політика та контроль

### 7. Політика навчальної дисципліни (освітнього компонента)

#### 1. У разі очного навчання:

*Правила відвідування занять:* здобувачі вищої освіти, котрі спізналися на заняття, до них не допускаються;

здобувачі вищої освіти допускаються до занять за наявності у них спортивного одягу та спортивного взуття та довідки про стан здоров'я.

*Правила поведінки на заняттях:* вимкнення телефонів, дотримання вимог з техніки безпеки.

*Правила захисту індивідуальних завдань:* дотримання принципів академічної доброчесності.

*Правила призначення заохочувальних балів:* заохочувальні бали нараховуються за участь у змаганнях, спортивно-оздоровчих заходах за планом кафедри, факультету, університету (5...+7 балів); участь у міських, республіканських або міжнародних змаганнях (5...+7 балів), за складання та виконання комплексу фізичних вправ, спрямованого на розвиток певних фізичних якостей або м'язових груп (10 балів).

*Сума заохочувальних балів не може перевищувати 10 балів.*

*Політика дедлайнів та перескладань:* у здобувачів вищої освіти є можливість двох перескладань у присутності комісії.

*Інші вимоги:* під час складання тестування здобувачам вищої освіти слід дотримуватися правил техніки безпеки.

*Політика щодо академічної доброчесності:* політика, принципи академічної доброчесності та норми етичної поведінки здобувачів вищої освіти і працівників Університету визначені у Кодексі честі КПІ ім. ІгоряСікорського (див: <https://kpi.ua/code>).

## **2. У разі дистанційного навчання:**

*Правила захисту індивідуальних завдань:* дотримання принципів академічної доброчесності.

*Правила призначення заохочувальних балів:* заохочувальні бали нараховуються за участь у змаганнях, спортивно-оздоровчих заходах за планом кафедри, факультету, університету (5...+7 балів); участь у міських, республіканських або міжнародних змаганнях (5...+7 балів), за складання комплексу фізичних вправ для самостійного виконання з метою розвитку певних фізичних якостей або м'язових груп (10 балів).

Нарахування штрафних балів в межах навчальної дисципліни не передбачено.

*Сума заохочувальних балів не може перевищувати 10 балів.*

*Політика дедлайнів та перескладань:* у здобувачів вищої освіти є можливість двох перескладань у присутності комісії.

*Політика щодо академічної доброчесності:* політика, принципи академічної доброчесності та норми етичної поведінки здобувачів вищої освіти і працівників Університету визначені у кодексі честі КПІ ім. ІгоряСікорського (див: <https://kpi.ua/code>).

## **8. 8. Види контролю та рейтингова система оцінювання результатів навчання (PCO)**

### ***Поточний контроль:***

#### **1. У разі очного навчання:**

*Рейтинг здобувача вищої освіти з обраної дисципліни складається з балів, отриманих за:*

1. виконання завдань, передбачених практичними заняттями – практична та теоретична складові;

2. виконання модульної контрольної роботи;

3. складання тестів з метою оцінки рівня фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти.

*Система рейтингових (вагових) балів та критерії оцінювання:*

#### **1. Робота на практичних заняттях 1 – 16:**

1.1. Практична складова – у разі виконання завдань практичного заняття - 1 бал.

Максимальна кількість балів – 1 бал x 16 практичних занять = 16 балів.

1.2. Виконання тестових завдань з метою оцінки залишкових знань з теорії та методики обраного виду спорту або рухової активності (5 тестових завдань до кожного практичного заняття) – 1 бал.

Максимальна кількість балів – 1 бал x 16 тестових завдань = 16 балів.

Максимальна кількість балів за виконання завдань на практичних заняттях 1 -16 (практична та теоретична складові) – 32 бали (по 16 балів за кожну складову)

## 2. Виконання модульної контрольної роботи.

Модульна контрольна робота проводиться на 17-му практичному занятті у формі тестування. Усього здобувачі вищої освіти мають відповісти на 28 питань.

Ваговий бал за кожну правильну відповідь - 1.

Максимальна кількість балів за виконання модульної контрольної роботи - 28.

## 3. Тести, спрямовані на перевірку рівня фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти.

Ваговий бал – 10. Максимальна кількість балів 10 балів x 4 контрольних нормативи з фізичної підготовленості = 40 балів.

Стрибок вгору з місця (см)

Чол.	55	52	49	46	43	40	≤39
Жін.	45	42	39	36	33	30	≤29
Бали	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>0</b>

Човниковий біг 4 x 9 м (сек)

Чол.	9,0	9,4	9,8	10,3	10,8	11,0	>11,0
Жін.	10,4	10,7	11,2	11,6	12,0	12,3	>12,3
Бали	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>0</b>

Силова вправа: чоловіки, жінки – згинання-розгинання рук в упорі лежачи (разів)

Чол.	38	32	28	24	22	20	<5
Жін.	20	15	12	10	8	7	<7
Бали	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>0</b>

Вправа на гнучкість (см)

Чол.	13	11	9	7	5	3	<3
Жін.	16	14	12	10	8	6	<6
Бали	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>0</b>

## Розрахунок шкали (R) рейтингу

Рейтингова шкала дисципліни (RD) складає 100 балів та формується як сума всіх рейтингових балів, отриманих здобувачем вищої освіти за результатами заходів за семестр:

$$R_c = 32(\text{практична + теоретична складова}) + 28(\text{МКР}) + 40(\text{контрольні нормативи}) = 100 \text{ балів}$$

## 2. У разі дистанційного навчання

Рейтинг здобувача вищої освіти з дисципліни складається з балів, що він отримує за:

1. виконання завдань, передбачених практичними заняттями – практична та теоретична складові;

2. виконання модульної контрольної роботи.

Система рейтингових (вагових) балів та критерії оцінювання:

1. Виконання завдань на практичних заняттях 1 – 16:

1.1. Практична складова – у разі надання правильних відповідей під час експрес-опитування - 2 бали.

Максимальна кількість балів – 2 бали x 16 практичних занять = 32 бали.

1.2. Теоретична складова - виконання тестових завдань з метою оцінки залишкових знань з теорії та методики обраного виду спорту або рухової активності (8 тестових завдань) – 2 бали.

Максимальна кількість балів – 2 бали x 16 тестових завдань = 32.

Максимальна кількість балів виконання завдань на практичних заняттях 1 -16 (практична та теоретична складові) – 64 (по 32 бали за кожну складову).

2. Виконання модульної контрольної роботи.



Модульна контрольна робота проводиться на 17-му практичному занятті у формі тестування. Усього здобувачі вищої освіти мають відповісти на 36 тестових питань.

Ваговий бал за кожну правильну відповідь - 1.

Максимальна кількість балів за виконання модульної контрольної роботи - 36.

### Розрахунок шкали (R) рейтингу

Рейтингова шкала дисципліни (RD) складає 100 балів та формується як сума всіх рейтингових балів, отриманих здобувачем вищої освіти за результатами заходів за семестр:

$$R_c = 64_{\text{(практична + теоретична складова)}} + 36_{\text{(МКР)}} = 100 \text{ балів}$$

#### Календарний контроль:

Календарний контроль проводиться протягом семестру на 8-му тижні (1-й КК) та 14-му (2-й КК) як моніторинг поточного стану виконання вимог силабусу. Позитивний результат з КК здобувач вищої освіти отримує коли його поточний рейтинговий бал складає не менше 50% від максимально можливого на момент проведення КК.

#### Семестровий контроль:

Семестровий контроль – залік.

Опанування здобувачем вищої освіти освітнього компонента оцінюється за результатами його роботи за семестр з переведенням його рейтингових балів, відповідно до університетської шкали оцінювання (Таблиця 1).

Остаточний рейтинг здобувача вищої освіти не може перевищувати 100 балів!

**Умови допуску до семестрового контролю:** показник семестрового рейтингу має бути більшим, ніж 30 балів.

Здобувачі вищої освіти, які мають рейтингову оцінку 60 і більше балів, отримують фактичну оцінку, відповідно до кількості набраних балів, без проведення додаткових випробувань.

Здобувачі вищої освіти, які набрали протягом семестру менше ніж 60 балів, а також ті з них, хто хоче підвищити загальний рейтинг, виконують залікову контрольну роботу (інтегральний тест) на останньому за розкладом занятті (18-й тиждень). При цьому всі бали, що були ними отримані протягом семестру, скасовуються. Тестові завдання залікової контрольної роботи містять запитання, які відносяться до різних розділів та тем навчальної програми з обраної дисципліни.

**Залікова контрольна робота (інтегральний тест)** проводиться у формі тестування. Здобувачу вищої освіти пропонується інтегральний тест, що містить 50 запитань, кожна правильна відповідь оцінюється у 2 бали.

*Максимальна кількість балів за інтегральний тест – 100 балів.*

Таблиця 1. Відповідність рейтингових балів оцінкам за університетською шкалою

Рейтингові бали здобувача вищої освіти	Оцінка за університетською шкалою
95 – 100	Відмінно
85 – 94	Дуже добре
75 – 84	Добре
65 – 74	Задовільно
60 – 64	Достатньо
Менше 60	Незадовільно
Не виконані умови допуску до заліку (< 30)	Не допущено

## 9. Додаткова інформація з дисципліни (освітнього компонента)

Під час проходження навчального матеріалу з навчальної дисципліни «Ігрові види спорту (футбол)» передбачено використання сучасних технологій в навчальному процесі. Протягом навчального періоду передбачено використання здобувачами вищої освіти засобів та методів

самоконтролю за станом здоров'я, дотримання ними вимог з попередження травматизму та захворювань.

Практичні завдання здобувачам вищої освіти надаються залежно від поточного стану функціональної готовності їхнього організму та ступеню їхнього оволодіння технікою виконання спортивних та фізичних вправ.

Методика реалізації завдань регламентується правилами техніки безпеки та здійсненням здобувачами вищої освіти самостійного контролю за станом основних функціональних систем.

На практичних заняттях вирішуються завдання з підвищення рівня розвитку фізичних і психічних якостей, використовуються аналітичні підходи до вибору методів розвитку сили окремих м'язів та їх груп, а також методи та засоби активного відпочинку і відновлення організму.

Під час занять, відповідно до вимог та форм організації навчальних занять з **футболу** використовується навчальний інвентар та спортивно-технічна база.

До програмного матеріалу для груп початкової фізичної підготовки включено:

- фізичну підготовку, основною метою якої є створення бази для підвищення рівня майстерності за допомогою загально-фізичних засобів підготовки;
- технічну підготовку, основною метою якої є вдосконалення індивідуальної техніки, розширення діапазону рухових навичок.

#### **Робочу програму навчальної дисципліни (силабус):**

##### **Складено:**

в.о. завідувач кафедри технологій оздоровлення і спорту, к.п.н., доцент Бойко Ганна Леонідівна

к.п.н., доцент, Новицький Юрій Володимирович

ст. викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту Білоконь Віктор Петрович

**Ухвалено** кафедрою технологій оздоровлення і спорту (протокол № 3 від 18.10.22 р.)

**Погоджено** Методичною радою університету (протокол № 8 від. 02.06.23 р)