

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ
ЗІ СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**Полтава
2021**

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Полтавський національний педагогічний університет
імені В. Г. Короленка
Факультет фізичного виховання
Кафедра теоретико-методичних основ викладання
спортивних дисциплін

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ
ЗІ СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

Полтава – 2021

УДК 796(072.8)

М 54

Рецензенти:

Дяченко-Богун Марина-Миколаївна – доктор педагогічних наук, професор кафедри ботаніки, екології та методики навчання біології Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Жамардїй Валерій Олександрович – доктор педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я, фізичної терапії, ерготерапії з спортивною медициною та фізичною реабілітацією Української медичної стоматологічної академії.

*Рекомендовано до друку Вченою радою
Полтавського національного педагогічного університету
імені В. Г. Короленка (протокол № 11 від 29.04.2021 р.)*

**Методичні рекомендації до самостійної роботи студентів
М 54 зі спортивних дисциплін : метод. реком. для студ. факул. фіз.
вих. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, Ю. В. Зайцева,
С. М. Новік, І. В. Тараненко, Г. В. Кириленко, О. І. Кириленко.
– Полтава : Сімон, 2021. – 111 с.**

Запропоновані методичні рекомендації до виконання самостійної роботи зі спортивних дисциплін створені для студентів факультету фізичного виховання у процесі вивчення спортивних дисциплін: «Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол, футбол, міні-футбол, гандбол)», «Теорія і методика викладання легкої атлетики», «Теорія і методика викладання плавання», «Теорія і методика викладання настільного тенісу», «Теорія і методика викладання хортингу».

Поданий матеріал у методичних рекомендаціях до виконання самостійної роботи студентів зі спортивних дисциплін може використовуватися для організації самостійної роботи студентів за спеціальностями 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорт.

УДК 796(072.8)

© ПНПУ імені В.Г. Короленка, 2021
© Момот О.О., Шостак Є.Ю., Зайцева Ю.В.,
Новік С.М., Тараненко І.В., Кириленко О.І.
Кириленко Г.В., 2021
© Сімон, 2021

ПЕРЕДМОВА

Самостійна робота студентів є основним засобом оволодіння навчальним матеріалом у час, вільний від обов'язкових навчальних дисциплін і регламентується Положенням про навчально-методичне забезпечення навчальних дисциплін у Полтавському національному педагогічному університеті імені В. Г. Короленка (наказ № 7 від 17 грудня 2020 року).

Самостійна робота студентів – це спланована пізнавальна, організаційно і методично направлена діяльність, яка здійснюється без прямої допомоги викладача, на досягнення результату, це форма організації навчального процесу, при якій заплановані завдання виконуються студентом під методичним керівництвом викладача, але без його безпосередньої участі.

Співвідношення обсягів аудиторних занять і самостійної роботи студентів визначається з урахуванням специфіки та змісту конкретної навчальної дисципліни, її місця, значення і дидактичної мети в реалізації освітньо-професійної програми.

У ході самостійної роботи студент:

- засвоює теоретичний матеріал з навчальної дисципліни, що вивчається (засвоєння лекційного курсу, а також окремих його розділів, тем, положень тощо);

- закріплює знання теоретичного матеріалу, використовуючи необхідний інструментарій практичним шляхом (виконання контрольних робіт, тестів для самоперевірки, тестів з фізичної підготовленості);

- застосовує отримані знання і практичні навички для аналізу ситуацій і вироблення правильного рішення (підготовка до групової дискусії, підготовча робота в рамках ділової гри, письмовий аналіз конкретної ситуації, під час участі та організації спортивних заходів тощо);

- застосовує отримані знання та уміння для формування власної позиції, теорії, моделі (написання курсової, кваліфікаційної роботи, наукової доповіді, статті, науково-дослідної роботи).

Умовно самостійну роботу студентів можна розділити на базову і додаткову. Базова самостійна робота забезпечує підготовку студента до аудиторних занять і контрольних заходів з усіх навчальних дисциплін навчального плану. Результати цієї підготовки виявляються в активності студента на заняттях, при виконанні ним контрольних робіт, тестових завдань й інших видів робіт.

Базова самостійна робота студентів може включати такі види робіт:

- опрацювання лекційного матеріалу і рекомендованої літератури;

- пошук (підбір), огляд літератури і електронних джерел інформації з індивідуально заданої проблеми навчального курсу;

- розвиток фізичних якостей, удосконалення техніки і тактики з обраних видів спорту, розвиток особистісних психологічних характеристик для покращання спортивної результативності;

- вивчення матеріалу, винесеного на самостійне опрацювання;

- практикум з навчальної дисципліни з використанням програмного забезпечення;

- підготовка до лабораторних робіт, практичних (семінарських) занять;

- підготовка до написання контрольних робіт, інших форм поточного контролю;

- систематизація вивченого матеріалу перед семестровим екзаменом.

Додаткова самостійна робота спрямована на поглиблення і закріплення знань студента, розвиток аналітичних навичок з проблематики навчальної дисципліни. Вона може включати такі види робіт:

- науково-дослідницька робота, участь у наукових студентських конференціях, турнірах, семінарах і олімпіадах;

- аналіз наукових публікацій з визначеної викладачем теми;

- проведення соціологічних, маркетингових та інших статистичних досліджень у позааудиторний час;

- написання реферату, есе за заданою проблематикою;
- бібліографічний огляд літератури за заданою проблематикою;
- розробка мультимедійної презентації;
- розробка системи вправ, практичних задач, ситуативних завдань;
- підготовка термінологічних словників;
- розробка конспектів уроків із фізичної культури, положень про спортивні змагання та сценаріїв спортивно-оздоровчих заходів тощо.

Мета самостійної роботи студентів:

- розвиток творчих здібностей та активізація розумової діяльності студентів;
- формування в студентів потреби безперервного самостійного поповнення знань;
- розвиток морально-вольових зусиль.

Завдання самостійної роботи студентів:

- навчити студентів самостійно працювати з літературою;
- творчо сприймати навчальний матеріал і осмислювати його;
- сформуванню навички щоденної самостійної роботи з метою одержання та узагальнення знань, умінь і навичок.

Зміст самостійної роботи студентів з конкретної дисципліни визначається силабусом навчальної дисципліни та робочою навчальною програмою. Самостійна робота студентів забезпечується системою навчально-методичних засобів, передбачених для вивчення конкретної навчальної дисципліни:

- основна література (підручник, конспект лекцій викладача, навчальні та методичні посібники);
- додаткова література (наукова, фахова, монографічна, періодична);
- методичні матеріали (методичні вказівки щодо виконання самостійної роботи студентів);
- інформаційні ресурси (довідники, підручники, навчальні посібники, банки індивідуальних завдань тощо);
- електронно-обчислювальна техніка;

– спортивні споруди, інвентар та відповідна спортивна форма;

– методичні матеріали (вказівки, практикуми, рекомендації і тощо);

– матеріали для здійснення контролю (екзаменаційні білети, контрольні завдання, тести тощо);

– консультації з боку викладача;

– можливістю публічного обговорення теоретичних або практичних результатів, отриманих студентом самостійно (диспути, круглі столи, наукові семінари, конференції, олімпіади, конкурси).

Самостійна робота над засвоєнням навчального матеріалу з конкретної дисципліни може виконуватися у бібліотеці, навчальних кабінетах, комп'ютерних класах (лабораторіях), а також у домашніх умовах. Основними формами контролю самостійної роботи є:

– проведення екзамену;

– тестування;

– проведення контрольних робіт;

– письмові чи усні опитування студентів;

– перевірка творчих завдань;

– контроль за станом фізичної підготовленості та перевірка рівня засвоєння техніки та тактики з видів спорту;

– захист реферату;

– захист курсової роботи (проєкту) тощо.

Результативність виконання конкретних завдань для самостійної роботи студента оцінюється в балах, кількість яких може бути різною для різних типів завдань і визначається в межах кафедри. Повний перелік завдань для самостійної роботи, їх оцінка, терміни та умови виконання доводяться до відома студентів на початку вивчення навчальної дисципліни.

Запропоновані методичні рекомендації до виконання самостійної роботи зі спортивних дисциплін створені для студентів факультету фізичного виховання у процесі вивчення спортивних дисциплін: «Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол, футбол, міні-футбол, гандбол)», «Теорія і методика

викладання легкої атлетики», «Теорія і методика викладання плавання», «Теорія і методика викладання настільного тенісу», «Теорія і методика викладання хортингу».

Поданий матеріал у методичних рекомендаціях до виконання самостійної роботи студентів зі спортивних дисциплін може використовуватися для організації самостійної роботи студентів за спеціальностями 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорт.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до виконання самостійної роботи студентів
з навчальної дисципліни
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ
ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ»
(укладач: Момот О. О.)

1. Мета навчальної дисципліни та результати навчання

Мета: сформувати у студентів цілісну систему теоретичних і методичних знань, практичних умінь і навичок проведення різних форм занять легкою атлетикою; розвинути професійне мислення та професійно значущі особистісні якості.

Очікувані результати навчання з дисципліни:

– відтворити термінологію з легкої атлетики: класифікація легкоатлетичних вправ, крос, фосбері-флоп, стіпель-чез, естафетний біг, пейсмейкер та ін.;

– описати техніку видів легкої атлетики, що вивчаються та методіку навчання легкоатлетичним вправам, історію розвитку легкоатлетичного спорту; назвати правила змагань з легкої атлетики, їх організацію і проведення; планувати навчальний матеріал з легкої атлетики у школі, дитячих таборах відпочинку тощо; розробити план-конспект уроку з легкої атлетики;

– продемонструвати проведення уроку з легкої атлетики та вміння спілкуватися українською мовою в професійному середовищі;

– позитивно сприймати необхідність професійних етичних стандартів, цінувати бажання працювати самостійно, здатність до фізичного самовдосконалення;

– брати участь у дискусіях з одногрупниками, викладачами, ставити запитання, слухати у процесі розучування виду легкої атлетики;

– повторити, імітувати основні технічні елементи під час навчання легкоатлетичним вправам у процесі розучування виду легкої атлетики;

– оцінити рівень теоретичних знань та розвитку фізичних якостей в легкій атлетиці.

2. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. ВСТУП ДО ПРЕДМЕТУ

Тема 1. Вступ до легкої атлетики.

Тема 2. Особливості проведення підготовчої частини заняття з легкої атлетики.

Змістовий модуль 2. ОСНОВИ ТЕХНІКИ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ВИДАМ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Тема 3. Основи техніки спортивної ходьби та бігу.

Тема 4. Техніка та методика навчання бігу на короткі дистанції.

Тема 5. Особливості техніки бігу на витривалість

Тема 6. Техніка та методика навчання естафетного бігу.

Тема 7. Техніка та методика навчання стрибка в довжину.

Тема 8. Техніка та методика навчання метанню малого м'яча.

Тема 9. Техніка та методика навчання стрибка у висоту.

Тема 10. Техніка та методика навчання штовхання ядра.

Тема 11. Урок/навчально-тренувальне заняття як основна форма організації фізичного виховання в школі.

Тема 12. Методика проведення занять з легкої атлетики з дітьми різного шкільного віку.

Тема 13. Організація занять з легкої атлетики.

Тема 14. Організація та проведення змагань з легкої атлетики (в бігових, стрибкових, металевих видах).

3. Завдання до самостійної роботи

Тема 1. ВСТУП ДО ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Завдання:

1. Техніка безпеки на заняттях з легкої атлетики (*користуючись рекомендованою літературою законспектувати у зошит основні положення техніки безпеки при заняттях легкою атлетикою*).

2. Підготуватися до усної доповіді за темами:

Взаємозв'язок легкої атлетики з іншими науками.

Стислий історичний огляд розвитку легкої атлетики.

Сучасні спортивні споруди для легкої атлетики.

Засоби попередження травм при навчанні видам легкої атлетики.

3. Порівняльний аналіз рекордів в легкій атлетиці (заповнити таблицю обираючи один із видів легкої атлетики, обираючи Олімпійські ігри 2000 року та 2016 року).

Вид програми	2000 рік		2016 рік	
	чол.	жін.	чол.	жін.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Криличенко О. В. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб. / О. В. Криличенко, О. І. Форостян. – К. : Олімп. л-ра, 2012. – 108 с.

2. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

3. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 2. ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ПІДГОТОВЧОЇ ЧАСТИНИ ЗАНЯТТЯ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Завдання:

1. Комплекс загально розвиваючих вправ (*скласти комплекс загальнорозвиваючих вправ (9-12 вправ)*):

- на місці;
- в русі;
- в парах.

2. Комплекс підготовчих вправ (*скласти комплекс підготовчих вправ (2-4 вправи)*):

- робота рук під час бігу;
- положення тулуба під час бігу;
- робота ніг під час бігу.

3. Рухливі ігри для розвитку фізичних якостей (*підготувати 5 рухливих ігор для розвитку фізичних якостей легкоатлета*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.
2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 3. ОСНОВИ ТЕХНІКИ СПОРТИВНОЇ ХОДЬБИ ТА БІГУ

Завдання:

1. Періоди і фази рухів у спортивній ходьбі (*користуючись рекомендованою літературою, виконати у зошит графічне зображення періодів і фаз рухів під час бігу*).
2. Підготуватися до усної доповіді за темами:
Аналіз техніки спортивної ходьби.
Показники рівня технічної підготовленості в спортивній ходьбі.
3. Підготуватися до усної доповіді за темами:

Техніка	Засоби	Дозування	Методичні вказівки
Завдання:			

Приклади завдань:

- Основи техніки спортивної ходьби.
 - Техніка рухів ніг і тазу в спортивній ходьбі.
 - Техніка рухів рук і плечового суглобу в спортивній ходьбі.
 - Техніка спортивної ходьби в цілому.
4. Визначення типових помилок та засоби їх виправлення при вивченні елементів техніки спортивної ходьби:

Помилки	Причина	Засоби виправлення

Приклади завдань:

Основи техніки спортивної ходьби.

Техніка рухів ніг і тазу в спортивній ходьбі.

Техніка рухів рук і плечового суглобу в спортивній ходьбі.

Техніка спортивної ходьби в цілому.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – № 7. – С. 19–30.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 4. ТЕХНІКА ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ БІГУ НА КОРОТКІ ДИСТАНЦІЇ

Завдання:

1. Періоди і фази рухів під час бігу (користуючись рекомендованою літературою, виконати у зошит графічне зображення періодів і фаз рухів під час бігу).

2. Біг на короткі дистанції у шкільній програмі (користуючись навчальною програмою з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів зробити аналіз використання бігових видів під час проведення занять з легкої атлетики) за такою схемою:

- дистанція;
- класи;
- ступінь оволодіння технікою;
- нормативи (якщо передбачено).

3. Техніка та методика навчання бігу по прямій і по повороту (записати у зошит аналіз техніки виконання бігу по прямій і по повороту).

Скласти комплекс вправ для розучування техніки бігу по прямій і по повороту (не менше 5 вправ).

Скласти комплекс вправ для закріплення техніки бігу по прямій і по повороту (не менше 5 вправ).

Скласти комплекс вправ для вдосконалення техніки бігу по прямій і по повороту (не менше 5 вправ).

4. Методика навчання бігу в цілому (скласти комплекс вправ для вдосконалення техніки бігу в цілому (не менше 5 вправ)).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

2. Криличенко О. В. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб. / О. В. Криличенко, О. І. Форостян. – К. : Олімп. л-ра, 2012. – 108 с.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 5. ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІКИ БІГУ НА ВИТРИВАЛІСТЬ

Завдання:

1. Аналіз техніки бігу на витривалість (*користуючись рекомендованою літературою визначити основні параметри техніки бігу на середні та довгі дистанції*).

2. Комплекс ефективних засобів по темі: «Методика навчання техніки бігу на середні і довгі дистанції»:

Техніка	Засоби	Дозування	Методичні вказівки
Завдання:			

Приклади завдань:

Основи техніки бігу на витривалість.

Техніка бігу по прямій.

Техніка бігу по повороту.

Техніка високого старту і стартового розгону.

Техніка переходу від стартового розбігу до бігу по дистанції.

Техніка фінішування.

3. Визначення типових помилок та засоби їх виправлення при вивченні елементів техніки бігу на середні і довгі дистанції:

Помилки	Причина	Засоби виправлення

Приклади завдань:

Основи техніки бігу на витривалість.

Техніка бігу по прямій.

Техніка бігу по повороту.

Техніка високого старту і стартового розгону.

Техніка переходу від стартового розбігу до бігу по дистанції.

Техніка фінішування.

4. Скласти комплекс підготовчих вправ для опанування техніки бігу на середні і довгі дистанції (2-4 вправи).

5. Підготовка реферату за темами:

Видатні спортсмени України з бігу на середні і довгі дистанції.

Розвиток фізичних якостей необхідних для опанування бігу на середні і довгі дистанції.

Біомеханічні зміни в організмі спортсмена під час бігу на середні та довгі дистанції.

Уявлення про систему, структуру рухів і керування ними.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостақ, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-тет імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 6. ТЕХНІКА ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ЕСТАФЕТНОГО БІГУ

Завдання:

1. Виникнення естафетного бігу (*законспектувати основні положення становлення та розвитку естафетного бігу*).

2. Фазовий аналіз техніки виконання естафетного бігу (*проаналізувати техніку виконання елементів естафетного бігу, заповнивши відповідні графи таблиці*):

Елемент техніки	Опис техніки виконання

3. Визначення контрольної відмітки в естафетному бігу (*виконати схематичне зображення визначення контрольної відмітки для початку біга приймаючого в естафетному бігу (за Н. Г. Озоліним)*).

4. Послідовність методики навчання елементам техніки естафетного бігу (*визначити та обґрунтувати послідовність навчання елементів техніки естафетного бігу (письмова доповідь)*).

5. Використання естафет у фізичному вихованні школярів (*користуючись навчальною програмою з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів зробити аналіз використання естафет на уроках фізичної культури в підготовчій та основній частинах заняття*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак,

С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

3. Криличенко О. В. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб. / О. В. Криличенко, О. І. Форостян. – К. : Олімп. л-ра, 2012. – 108 с.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 7. ТЕХНІКА ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ СТИБКА В ДОВЖИНУ

Завдання:

1. Сектор для стрибків у довжину (користуючись рекомендованою літературою, виконати у зошит графічне зображення основних параметрів сектору для стрибків у довжину).

2. Горизонтальні стрибки в шкільній програмі (користуючись навчальною програмою з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів зробити аналіз використання стрибкових видів під час проведення занять з легкої атлетики за такою схемою):

- види стрибків;
- класи;

- ступінь оволодіння технікою;
- нормативи (якщо передбачено).

3. Аналіз техніки відштовхування у сполученні з «вильотом в кроці» (записати у зошит аналіз техніки відштовхування у сполученні з «вильотом в кроці»; скласти комплекс вправ для розучування техніки відштовхування у сполученні з «вильотом в кроці» (не менше 5 вправ)).

4. Аналіз техніки розбігу (записати у зошит аналіз техніки розбігу; скласти комплекс вправ для розучування техніки розбігу (не менше 5 вправ)).

5. Аналіз техніки польоту для стрибків способом «зігнувши ноги», «прогнувшись» (записати у зошит аналіз техніки польоту для стрибків способом «зігнувши ноги», «прогнувшись»; скласти комплекс вправ для розучування техніки польоту для стрибків способом «зігнувши ноги», «прогнувшись» (не менше 5 вправ)).

6. Аналіз техніки приземлення (записати у зошит аналіз техніки приземлення; скласти комплекс вправ для розучування техніки приземлення (не менше 5 вправ)).

7. Довжина і ритм розбігу (визначити оптимальні засоби навчання для визначення довжини і ритму розбігу (не менше 5 вправ)).

8. Особливості стрибків в довжину різними способами (заповнити у зошиті таблицю «Характерні особливості стрибків в довжину різними способами»).

Характерні особливості стрибків у довжину різними способами

Фаза	Спосіб стрибка в довжину		
	зігнувши ноги	прогнувшись	ножицями
<i>розбіг</i>			
<i>відштовхування</i>			
<i>політ</i>			
<i>приземлення</i>			

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостақ, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-тет імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 8. ТЕХНІКА ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ МЕТАННЮ МАЛОГО М'ЯЧА

Завдання:

1. Сектори для проведення змагань з металних видів (*користуючись рекомендованою літературою, виконати у зошит графічне зображення основних параметрів сектору з металних видів (на вибір)*).

2. Метання у шкільній програмі (*користуючись навчальною програмою з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів зробити аналіз використання метань під час проведення занять з легкої атлетики*).

3. Аналіз техніки тримання та викидання снаряду (*записати у зошит аналіз техніки тримання та викидання снаряду; скласти комплекс вправ для розучування техніки тримання та викидання снаряду (не менше 5 вправ)*).

4. Аналіз техніки фінального зусилля (*записати у зошит аналіз техніки фінального зусилля; скласти комплекс вправ для розучування техніки фінального зусилля (не менше 5 вправ)*).

5. Аналіз техніки кидкових кроків (*записати у зошит аналіз техніки кидкових кроків; скласти комплекс вправ для розучування техніки кидкових кроків (не менше 5 вправ)*).

6. Аналіз техніки виконання розгону з відведенням м'яча (*записати у зошит аналіз техніки виконання розгону з відведенням м'яча; скласти комплекс вправ для розучування техніки виконання розгону з відведенням м'яча (не менше 5 вправ)*).

7. Школа малого м'яча (*записати в зошит вправи школи малого м'яча для засвоєння техніки (не менше 5 вправ)*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 9. ТЕХНІКА ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ СТИБКА У ВИСОТУ

Завдання:

1. Сектор для стрибків у висоту (*користуючись рекомендованою літературою, виконати у зошит графічне зображення основних параметрів сектору для стрибків у висоту*).

2. Характерні особливості стрибків в довжину різними способами (*заповнити у зошиті таблицю «Характерні особливості стрибків у висоту різними способами»*).

Характерні особливості стрибків у висоту різними способами

Фаза	Спосіб стрибка у довжину		
	переступання	фосбері-флоп	перекидний
<i>розбіг</i>			
<i>відштовхування</i>			
<i>політ</i>			
<i>приземлення</i>			

3. Аналіз техніки стрибка у висоту способом «фосбері-флоп» (*записати у зошит аналіз техніки стрибка у висоту способом «фосбері-флоп»*).

4. Аналіз техніки стрибка на зліт способом «переступання» (*записати у зошит аналіз техніки стрибка на зліт способом «переступання»; скласти комплекс вправ для розучування техніки стрибка на зліт способом «переступання» (не менше 5 вправ)*).

5. Аналіз техніки переходу через планку та приземлення (*записати у зошит аналіз техніки переходу через планку та*

приземлення; скласти комплекс вправ для розучування техніки переходу через планку та приземлення (не менше 5 вправ)).

6. Аналіз техніки розбігу в стрибках у висоту способом «переступання» (записати у зошит аналіз техніки розбігу в стрибках у висоту способом «переступання»; скласти комплекс вправ для розучування техніки розбігу в стрибках у висоту способом «переступання» (не менше 5 вправ)).

7. Вертикальні стрибки в шкільній програмі (користуючись навчальною програмою з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів зробити аналіз використання стрибкових видів під час проведення занять з легкої атлетики за такою схемою):

- види стрибків;
- класи;
- ступінь оволодіння технікою;
- нормативи (якщо передбачено).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka->

atletika/vidi-legkoie-atletiki (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 10. ТЕХНІКА ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ШТОВХАННЮ ЯДРА

Завдання:

1. Сектор для штовхання ядра (*користуючись рекомендованою літературою, виконати у зошит графічне зображення основних параметрів сектору для штовхання ядра*).

2. Штовхання ядра у шкільній програмі (*користуючись навчальною програмою з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів визначити місце штовхання ядра у навчанні школярів*).

3. Аналіз технік: техніка тримання і виштовхування ядра, техніка фінального зусилля, техніка скоку, техніка штовхання ядра зі скоку, техніка штовхання ядра в цілому (*записати у зошит аналіз технік; скласти комплекс вправ для розучування технік*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 11. УРОК ЯК ОСНОВНА ФОРМА ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ШКОЛІ

Завдання:

1. Легкоатлетичні вправи для учнів різного шкільного віку (заповнити таблицю за вибором):

Легкоатлетичні вправи для учнів початкових класів

1 клас	2 клас	3 клас	4 клас

Легкоатлетичні вправи для учнів середніх класів

5 клас	6 клас	7 клас	8 клас

Легкоатлетичні вправи для учнів старших класів

9 клас	10 клас (юнаки)	10 клас (дівчата)	11 клас (юнаки)	11 клас (дівчата)

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

3. Криличенко О. В. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб. / О. В. Криличенко, О. І. Форостян. – К. : Олімп. л-ра, 2012. – 108 с.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 12. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ З ДІТЬМИ РІЗНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Завдання:

1. Шкільна програма для учнів 10-11 класів (базовий рівень) і учнів 10-11 класів (профільний рівень) (*визначити основні відмінності шкільної програми для учнів 10-11 класів (базовий рівень) і учнів 10-11 класів (профільний рівень)*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Криличенко О. В. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб. / О. В. Криличенко, О. І. Форостян. – К. : Олімп. л-ра, 2012. – 108 с.

2. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

3. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 13. ОРГАНІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Завдання:

1. План-конспект заняття з легкої атлетики за обраним завданням і його проведення (*підготувати план-конспект заняття з легкої атлетики за обраним завданням і його проведення: створити уяву про техніку стрибка у висоту способом «переступання», освоїти спрощений стрибок на зліт способом «переступання», навчити переходу через планку та приземлення, навчити розбігу в стрибках у висоту способом «переступання», навчити стрибку у висоту способом «переступання» в цілому; штовхання ядра: навчити правильному триманню і виштовхуванню ядра з різних вихідних положень, навчити техніці штовхання ядра з місця, навчити техніці скоку, навчити техніці штовхання ядра зі скоку, вдосконалення техніки штовхання ядра*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Додаткова література:

1. Гаврих Я. Т. Варіативний модуль. Легка атлетика [Текст] / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 6. – С. 3–7.

2. Гогін О. В. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі [Текст] / О. В. Гогін, Т. І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №7. – С. 19–30.

3. Криличенко О. В. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб. / О. В. Криличенко, О. І. Форостян. – К. : Олімп. л-ра, 2012. – 108 с.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

Тема 14. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Завдання:

1. Права і обов'язки суддів: головного судді змагань; головного секретаря; бригади суддів з бігу; бригади суддів зі стрибків; бригади суддів з метань (*визначити і записати в таблицю права і обов'язки*).

Назва суддівської посади	Права судді	Обов'язки судді

2. Організація та проведення змагань з легкої атлетики (в бігових, стрибкових, металевих видах) (*фотозвіт*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.

Електронні джерела:

1. Види легкої атлетики. Фізичне виховання методичний довідник [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnevihovannametoddovidnik/legka-atletika/vidi-legkoie-atletiki> (дата звернення 6.02.2020). – Назва з екрану.

2. Федерація легкої атлетики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uaf.org.ua/> (дата звернення 7.02.2020). – Назва з екрану.

4. Технічне та програмне забезпечення (інструменти, матеріали, обладнання ...)

Навчально-методичний комплекс початкової дисципліни, фонди бібліотеки ПНПУ, інтернет-ресурс, спортивний інвентар.

5. Критерії оцінювання

Самостійна робота з кожної теми за робочою програмою оцінюється у сумі в діапазоні від 0 до 10 балів. Де:

10 балів – це коли робота студентом виконана в повному обсязі;

9 балів – якщо допускаються незначні помилки;

8 балів – якщо робота виконана майже на 90% від загального обсягу;

7 балів – обсяг виконаних завдань становить від 80% до 89% від загального обсягу;

6 балів – коли студент виконав лише від 70% до 79% від загального обсягу;

5 балів – обсяг виконаної роботи становить від 50% до 69% від загального обсягу;

4 бали – виконана частина роботи складає від 40% до 49% від загального обсягу;

3 бали – складає від 20% до 39% від загального обсягу;

2 бали – обсяг виконаних завдань складає від 10% до 19% від загального обсягу;

1 бал – в цілому обсяг виконаних завдань складає менше 10% від загального обсягу.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

для виконання самостійної роботи студента

з навчальної дисципліни

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР
(ВОЛЕЙБОЛ)»

(укладач: Зайцева Ю. В.)

1. Мета навчальної дисципліни та результати навчання

Мета: сформувати у студентів цілісну систему знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту на основі вивчення спортивних ігор (волейбол), а також оволодіти навичками гри, знаннями структури гри, техніки і тактики, ігрової та змагальної діяльності, засвоїти методи навчання, необхідні для самостійної педагогічної роботи в школі, спортивній шкільній секції та дитячо-юнацькій спортивній школі.

Очікувані результати навчання з дисципліни:

- знати загальні основи теорії волейболу та правила гри;
- описувати та демонструвати техніко-тактичні дії волейболу та пояснювати різницю між виконанням того чи іншого технічного елемента;
- демонструвати знання науково-педагогічної термінології та вміння виявляти шляхи застосування педагогічних знань у практиці професійної діяльності;
- планувати методіку проведення уроку фізичної культури за модулем «Волейбол»;
- враховувати анатомо-фізіологічні особливості дітей та молоді під час занять волейболом;
- організовувати і проводити змагання з волейболу, використовуючи різні системи проведення.

2. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Історія виникнення та етапи розвитку гри у волейбол. Правила гри у волейбол.

Тема 2. Методика проведення занять зі школярами різних вікових груп. Спортивний відбір.

Тема 3. Методика навчання основним прийомам техніки гри у нападі.

Тема 4. Методика навчання основним прийомам техніки гри у захисті.

Тема 5. Методика навчання основам тактики гри у нападі та захисті.

Тема 6. Особливості методики проведення змагань з волейболу.

3. Завдання до самостійної роботи

Тема 1. ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ ТА ЕТАПИ РОЗВИТКУ ГРИ У ВОЛЕЙБОЛ. ПРАВИЛА ГРИ У ВОЛЕЙБОЛ

Завдання:

1. Техніка безпеки під час занять волейболом (*користуючись рекомендованою літературою законспектувати у зошит основні положення техніки безпеки під час занять волейболом*).

2. Законспектувати про розвиток волейболу у ХХІ столітті (*проаналізувати еволюцію правил гри у волейбол*).

3. Підготувати доповідь на одну з тем:

Найбільш відомі світові гравці у волейбол.

Відомі українські гравці у волейбол».

Перерви, затримки і інтервали у волейболі.

4. Законспектувати про вимоги до екіпіровки волейболістів.

5. Законспектувати про права та обов'язки капітана команди.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Пустовалов В. О. Волейбол (теорія і методика навчання) : навч.-метод. посіб. / В. О. Пустовалов. – Черкаси, 2011. – 65 с.

2. Варіативний модуль «Пляжний волейбол» : навч.-метод. посіб. / автори: Ю. В. Зайцева, І. В. Тараненко; за редакцією Ю. В. Зайцевої. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2018. – 66 с.

3. Словник термінів і понять зі спортивних дисциплін : навч.-метод. посібник / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

Електронні джерела:

1. Офіційні правила волейболу 2017-2020 рр. – Публікація ФВУ 2017 р. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: fvu.in.ua

Тема 2. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ ЗІ ШКОЛЯРАМИ РІЗНИХ ВІКОВИХ ГРУП. СПОРТИВНИЙ ВІДБІР

Завдання:

1. Скласти послідовну схему процесу навчання техніці гри у волейбол.

2. Запропонувати 6-8 вправ для навчання технічним елементам у волейболі:

- стійкам та переміщенням;
- передачі м'яча двома руками зверху;
- прийому м'яча двома руками знизу;
- нападаючому удару;
- блокуванню;
- верхній прямій подачі.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Варіативний модуль «Пляжний волейбол» : навч.-метод. посіб. / автори: Ю. В. Зайцева, І. В. Тараненко ; за ред. Ю. В. Зайцевої. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2018. – 66 с.

2. Навчання техніки волейболу в закладах освіти: методичні рекомендації / уклад. О. М. Письменний. – Кривий Ріг: КПІ ДВНЗ «Криворізький національний університет», 2016. – 40 с.

3. Пустовалов В. О. Волейбол (теорія і методика навчання) : навчально-методичний посібник / В. О. Пустовалов. – Черкаси. – 2011. – 65 с.

Електронні джерела:

1. Видео-уроки [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://volleyball-video.simf.com.ua/catalog/index?pageid=1166>

2. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ast/ru>
3. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.education.gov.ua>
4. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.edu.kiev.ua>

Тема 3. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСНОВНИМ ПРИЙОМАМ ТЕХНІКИ ГРИ У НАПАДІ

Завдання:

1. Описати помилки, які зустрічаються при виконанні технічних елементів, способи їх попередження та виправлення. Заповнити таблицю:

Технічний елемент	Типові помилки	Способи попередження та виправлення помилок
<i>Стійки</i>		
<i>Переміщення</i>		
<i>Передача м'яча двома руками зверху</i>		
<i>Прийом м'яча двома руками знизу</i>		
<i>Верхня пряма подача</i>		
<i>Нападаючий удар</i>		
<i>Блокування</i>		

2. Проаналізувати особливості розвитку фізичних якостей волейболістів.

3. Підібрати і записати анотації рухливих ігор (відповідно вимог) для уроків фізичної культури з елементами волейболу:

Анотація гри

Рухлива гра «...»

Значення гри: ...

Підготовка до гри (за необхідності)	Зміст	Правила

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Навчання техніки волейболу в закладах освіти: методичні рекомендації / уклад. О. М. Письменний. – Кривий Ріг: КПІ ДВНЗ «Криворізький національний університет», 2016. – 40 с.

2. Пляжный волейбол. Педагогическое, медико-биологическое и психологическое сопровождение подготовки спортсменов (отечественный и зарубежный опыт) : Методический сборник Всероссийской федерации волейбола / [В. В. Нирка, Е. А. Шамбер, В. В. Костюков та ін.]. – Москва : ВФВ, 2011. – 84 с.

3. Варіативний модуль «Пляжный волейбол» : навч.-метод. посіб. / автори: Ю. В. Зайцева, І. В. Тараненко; за редакцією Ю. В. Зайцевої. – Полтава : Видавець Шевченко Р.В., 2018. – 66 с.

4. Хёмберг С. Пляжный волейбол / С. Хёмберг, А. Папагеоргиу. – Москва, 2004. – 328 с.

Електронні джерела:

1. Офіційні правила волейболу 2017-2020 рр. – Публікація ФВУ 2017 р. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: fvu.in.ua

Тема 4. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСНОВНИМ ПРИЙОМАМ ТЕХНІКИ ГРИ У ЗАХИСТІ

Завдання:

1. Обґрунтувати та записати послідовність навчання тактики гри у волейбол. Запропонувати для формування тактичних умінь 8-10 вправ.

2. Підготувати доповідь на тему: «Основи загальної фізичної підготовки юних волейболістів».

3. Запропонувати 8-10 вправ:

- для розвитку швидко-силових якостей волейболістів;
- розвитку витривалості волейболістів;
- розвитку стрибучості волейболістів.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Колодницький Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол / Г. А. Колодницький, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. – М. : Просвещение, 2012. – 77 с.

2. Варіативний модуль «Пляжний волейбол» : навч.-метод. посіб. / автори: Ю. В. Зайцева, І. В. Тараненко; за редакцією Ю. В. Зайцевої. – Полтава : Видавець Шевченко Р.В., 2018. – 66 с.

3. Словник термінів і понять зі спортивних дисциплін : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

Електронні джерела:

1. Офіційні правила волейболу 2017-2020 рр. – Публікація ФВУ 2017 р. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: fvu.in.ua

Тема 5. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСНОВАМ ТАКТИКИ ГРИ У НАПАДІ ТА ЗАХИСТІ

Завдання:

1. Опрацювати матеріал по підготовці змагань з волейболу.
2. Проаналізувати планування та облік навчально-тренувальної роботи з волейболу.
3. Проаналізувати системи проведення змагань з волейболу.

Скласти схеми:

- колового проведення змагань;
- проведення змагань з вибуванням.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Варіативний модуль «Пляжний волейбол» : навч.-метод. посіб. / автори: Ю. В. Зайцева, І. В. Тараненко; за редакцією Ю. В. Зайцевої. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2018. – 66 с.

2. Словник термінів і понять зі спортивних дисциплін : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

3. Тамашевський І. Я. Організація та проведення змагань з волейболу : Навчально-методичні матеріали. – Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 2010. – 32 с.

Електронні джерела:

1. Офіційні правила волейболу 2017-2020 рр. – Публікація ФВУ 2017 р. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: fvu.in.ua

Тема 6. ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З ВОЛЕЙБОЛУ

Завдання:

1. Підготувати доповідь на теми:

Судді, їх обов'язки.

Офіційні жести суддів у волейболі.

Функції судді-секретаря у волейболі.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Варіативний модуль «Пляжний волейбол» : навч.-метод. посіб. / автори: Ю. В. Зайцева, І. В. Тараненко; за редакцією Ю. В. Зайцевої. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2018. – 66 с.

2. Словник термінів і понять зі спортивних дисциплін : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

3. Дукальская А. В. Методика организации, проведения и судейства соревнований по волейболу : Учеб. пособие / А. В. Дукальская, А. В. Зенович. – Ростов н/Д : РГПУ, 2000. – 88 с.

4. Тамашевський І. Я. Організація та проведення змагань з волейболу : Навчально-методичні матеріали. – Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 2010. – 32 с.

Електронні джерела:

1. Офіційні правила волейболу 2017-2020 рр. – Публікація ФВУ 2017 р. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: fvu.in.ua

**4. Технічне та програмне забезпечення
(інструменти, матеріали, обладнання ...)**

Навчально-методичний комплекс початкової дисципліни, фонди бібліотеки ПНПУ, інтернет-ресурс, спортивний інвентар.

5. Критерії оцінювання

Під час оцінювання самостійної роботи з кожної теми за робочою програмою початкової дисципліни доречно буде керуватися наступними критеріями: повнота розкриття питання; цілісність, систематичність, логічна послідовність, уміння; акуратність оформлення письмової роботи; підготовка матеріалу за допомогою комп'ютерної техніки, різних технічних засобів (плівок, слайдів, приладів, схем тощо); вміння використовувати теоретичні знання при виконанні практичних завдань; обґрунтованість та логічність викладення самостійно вивченого матеріалу; повнота розкриття теми дослідження; оформлення матеріалів згідно з висунутими вимогами.

Виконані завдання оцінюються за наступним принципом:

5 балів – завдання зроблене повністю та здане вчасно, якісно оформлено;

4 бали – завдання зроблене, але є незначні помилки в розв'язуванні завдання;

3 бали – завдання зроблене, але є незначні помилки в процесі розв'язування завдання;

2 бали – завдання зроблене, але є суттєві помилки в його розв'язуванні;

0-1 бал – завдання не виконане або тільки розпочато його розв'язання.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до виконання самостійної роботи студентів
з навчальної дисципліни
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ПЛАВАННЯ»
(укладач: Тараненко І. В.)

1. Мета навчальної дисципліни та результати навчання

Мета: сформувати цілісну систему теоретичних і методичних знань, практичних умінь і навичок проведення різних форм занять з плавання; розвинути професійне мислення та професійно-значущі особистісні якості.

Очікувані результати навчання з дисципліни:

– відтворити термінологію з плавання: класифікація способів плавання.

– описати техніку видів плавання, що вивчаються та методiku навчання стилям плавання, історію розвитку плавання; назвати правила змагань з плавання, їх організацію та проведення;

– продемонструвати проведення заняття з плавання та вміння спілкуватися українською мовою в професійному середовищі;

– позитивно сприймати необхідність професійних етичних стандартів, цінувати бажання працювати самостійно, здатність до фізичного самовдосконалення;

– брати участь у дискусіях з одногрупниками, викладачами, ставити запитання, слухати у процесі розучування виду плавання;

– повторити основні способи плавання у процесі розучування;

– оцінити рівень теоретичних знань та розвитку фізичних якостей в плаванні.

2. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Загальні характеристики техніки спортивних способів плавання.

Тема 2. Техніка плавання способом кроль на грудях.

Тема 3. Техніка плавання способом кроль на спині.

Тема 4. Техніка плавання способом брас.

Тема 5. Техніка стартів та поворотів.

Тема 6. Теорія і методика викладання прикладного плавання.

Тема 7. Організація роботи з плавання.

3. Завдання для самостійної роботи

Тема 1. Плавання як система оздоровлення та вид спорту.

Завдання:

1. Опрацювати опорний конспект лекції (*виділити, розшифрувати, доповнити*).
2. Опрацювати основну та додаткову літературу за темою.
3. Скласти дайджест з даної теми.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Глазирін І. Д. Плавання : Навчальний посібник / І. Д. Глазирін. – К.: Кондор, 2006. – 124 с.
2. Платонов В. Н. Плавание : учебник для вузов / под общ. ред. В. Н. Платонова. – К.: Олімпійська література, 2000. – 520 с.
3. Лашко В. П. Плавання теорія та методика / В. П. Лашко, В. А. Астахов, В. В. Астахова. – Дніпро: «ПФ Стандарт – Сервіс», 2018. – 231 с.

Електронні джерела:

1. Плавання з методикою викладання: прикладне плавання: навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та інститутів фізичної культури [Електронний ресурс] / Клопов Р. В., Іванов А. П., Назаренко В. В. – Запоріжжя: ЗНУ, 2005. – 40 с. – Режим доступу: <https://studentbooks.com.ua/content/view/1243/76/>

Тема 2. ОСНОВИ СПОРТИВНОГО ПЛАВАННЯ

Завдання:

1. Опрацювати опорний конспект лекції (*виділити, розшифрувати, доповнити*).
2. Опрацювати основну та додатку літературу за темою, скласти словник термінів.

3. Підготувати повідомлення (або презентацію) на одну з тем:
Історія виникнення та розвитку плавання.
Відомі плавці світу.
Відомі плавці України.
4. Скласти кросворд з даної теми.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Глазирін І. Д. Плавання. Навчальний посібник / І. Д. Глазирін. – К.: Кондор, 2006. – 124 с.
2. Платонов В. Н. Плавание : учебник для вузов / под. общ. ред. В. Н. Платонова. – К.: Олімпійська література, 2000. – 520 с.
3. Лашко В. П. Плавання теорія та методика / В. П. Лашко, В. А. Астахов, В. В. Астахова. – Дніпро: «ПФ Стандарт – Сервіс», 2018. – 231 с.

Електронні джерела:

1. Плавання з методикою викладання: прикладне плавання: навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та інститутів фізичної культури [Електронний ресурс] / Клопов Р. В., Іванов А. П., Назаренко В. В. – Запоріжжя: ЗНУ, 2005. – 40 с. – Режим доступу: <https://studentbooks.com.ua/content/view/1243/76/>

Тема 3. ОСНОВНІ ЗАКОНОМІРНОСТІ НАВЧАННЯ ПЛАВАННЮ

Завдання:

1. Опрацювати опорний конспект лекції (*виділити, розшифрувати, доповнити*).
2. Опрацювати основну та додатку літературу за темою.
3. Підготувати презентацію: «Абетка плавання».
4. Написати есе на тему: «Уміння плавати – життєво-необхідна навичка».

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Платонов В.Н. Плавание : учебник для вузов / под. общ. ред. В. Н. Платонова. – К.: Олімпійська література, 2000. – 520 с.

2. Лашко В. П. Плавання теорія та методика / В. П. Лашко, В. А. Астахов, В. В. Астахова. – Дніпро : «ПФ Стандарт – Сервіс», 2018. – 231 с.

Електронні джерела:

1. Теорія і методика викладання плавання: Навчально-методичні матеріали для студентів факультету фізичного виховання і спорту [Електронний ресурс] / Крук М. З., Биканов С. Р., Крук А. З. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – 108 с. – Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/5897/2/2009.pdf>

Тема 4. ТЕХНІКА ПЛАВАННЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ СПОСОБОМ КРОЛЬ НА ГРУДЯХ, КРОЛЬ НА СПИНІ

Завдання:

1. Опрацювати опорний конспект лекції (*виділити, розшифрувати, доповнити*).

2. Опрацювати основну та додатку літературу за темою, скласти словник термінів.

3. У вигляді таблиці зафіксувати помилки під час навчання плавання кролем на грудях та способи їх виправлення (помилка, причина, наслідок, спосіб виправлення).

Помилка	Причина	Наслідок	Спосіб вирішення
У положенні тулуба й голови			
1.			
2.			
3.			
У рухах руками			
1.			
2.			
3.			
У рухах ногами			
1.			
2.			
3.			

4. У вигляді таблиці зафіксувати помилки під час навчання плавання кролем на спині та способи їх виправлення (помилка, причина, наслідок, спосіб виправлення).

Помилка	Причина	Наслідок	Спосіб вирішення
У положенні тулуба			
1.			
У рухах руками			
1.			
2.			
3.			
У рухах ногами			
1.			
2.			
3.			
У диханні			
1.			
2.			
3.			
У загальній узгодженості рухів			
1.			
2.			
3.			

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Глазирін І. Д. Плавання. Навчальний посібник / І. Д. Глазирін. – К.: Кондор, 2006. – 124 с.
2. Платонов В. Н. Плавание : учебник для вузов / под. общ. ред. В. Н. Платонова. – К.: Олімпійська література, 2000. – 520 с.
3. Лашко В. П. Плавання теорія та методика / В. П. Лашко, В. А. Астахов, В. В. Астахова. – Дніпро: «ПФ Стандарт – Сервіс», 2018. – 231 с.
4. Шульга Л. М. Оздоровче плавання : навчальний посібник / Л. М. Шульга. – К. : Олімп. л-ра, 2008. – 232 с. : іл.

Електронні джерела:

1. Теорія і методика викладання плавання: Навчально-методичні матеріали для студентів факультету фізичного виховання і спорту [Електронний ресурс] / Крук М. З., Биканов С. Р., Крук А. З. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – 108 с. – Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/5897/2/2009.pdf>

2. Плавання з методикою викладання: прикладне плавання: навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та інститутів фізичної культури. [Електронний ресурс] / Р. В. Клопов, Іванов А. П., Назаренко В. В. – Запоріжжя: ЗНУ, 2005. – 40 с. – Режим доступу: <https://studentbooks.com.ua/content/view/1243/76/>

3. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=1eKV-uDTc7w>

Тема 5. ТЕХНІКА ПЛАВАННЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ СПОСОБОМ БРАС

Завдання:

1. Опрацювати опорний конспект лекції (*виділити, розшифрувати, доповнити*).

2. Опрацювати основну та додаткову літературу за темою, скласти словник термінів.

3. У вигляді таблиці зафіксувати помилки під час навчання плавання брас та способи їх виправлення (помилка, причина, наслідок, спосіб виправлення).

Помилка	Причина	Наслідок	Спосіб вирішення
У положенні тулуба			
1.			
2.			
3.			
У рухах руками			
1.			
2.			
3.			

У рухах ногами			
1.			
2.			
3.			
У диханні			
1.			
2.			
3.			
У загальній узгодженості рухів			
1.			
2.			
3.			

4. Скласти кросворд або вікторину з даної теми.
5. Підготувати презентацію з теми.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Глазирін І. Д. Плавання. Навчальний посібник / І. Д. Глазирін. – К.: Кондор, 2006. – 124 с.
2. Платонов В. Н. Плавание : учебник для вузов / под. общ. ред. В. Н. Платонова. – К.: Олімпійська література, 2000. – 520 с.
3. Лашко В. П. Плавання теорія та методика / В. П. Лашко, В. А. Астахов, В. В. Астахова. – Дніпро: «ПФ Стандарт – Сервіс», 2018. – 231 с.
4. Шульга Л. М. Оздоровче плавання: навчальний посібник / Л. М. Шульга. – К. : Олімп. л-ра, 2008. – 232 с. : іл..

Електронні джерела:

1. Теорія і методика викладання плавання: навчально-методичні матеріали для студентів факультету фізичного виховання і спорту [Електронний ресурс] / Крук М. З., Биканов С. Р., Крук А. З. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – 108 с. – Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/5897/2/2009.pdf>
2. Плавання з методикою викладання: прикладне плавання: навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та інститутів фізичної культури [Електронний ресурс] /

Клопов Р. В., Іванов А. П., Назаренко В. В. – Запоріжжя: ЗНУ, 2005. – 40 с. – Режим доступу: <https://studentbooks.com.ua/content/view/1243/76/>

3. [Електронний ресурс] <https://www.youtube.com/watch?v=1eKV-uDTc7w>

Тема 6. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ПРИКЛАДНОГО ПЛАВАННЯ. ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ З ПЛАВАННЯ

Завдання:

1. Опрацювати основну та додатку літературу за темою.
2. Скласти план роботи інструктора з плавання оздоровчого табору відпочинку.
3. Підготувати сценарій спортивно-виховного заходу з плавання для оздоровчого табору відпочинку.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Глазирін І. Д. Плавання: Навчальний посібник / І. Д. Глазирін. – К.: Кондор, 2006. – 124 с.
2. Викулов А. Д. Плавание: учебное пособие для высш. уч. заведений / А. Д. Викулов. – М.: Владос-Пресс, 2003. – 370 с.
3. Платонов В. Н. Плавание: учебник для вузов / под общ. ред. В. Н. Платонова. – К.: Олімпійська література, 2000. – 520с.
4. Лашко В. П. Плавання теорія та методика / В. П. Лашко, В. А. Астахов, В. В. Астахова. – Дніпро: «ПФ Стандарт – Сервіс», 2018. – 231 с.
5. Шульга Л. М. Оздоровче плавання: навчальний посібник / Л. М. Шульга. – К.: Олімп. л-ра, 2008. – 232 с. : іл.

Додаткова література:

1. Майструк В. В. Плавання: техніка та правила змагань: навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту / В. В. Майструк. – Івано-Франківськ, Плай, 2004. – 92 с.
2. Плавание: учебник для вузов / под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с.

Електронні джерела:

1. Теорія і методика викладання плавання: Навчально-методичні матеріали для студентів факультету фізичного виховання і спорту [Електронний ресурс] / Крук М. З., Биканов С. Р., Крук А. З. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – 108 с. – Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/5897/2/2009.pdf>

2. Плавання з методикою викладання: прикладне плавання: навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та інститутів фізичної культури [Електронний ресурс] / Клопов Р. В., Іванов А. П., Назаренко В. В. – Запоріжжя: ЗНУ, 2005. – 40 с. – Режим доступу: <https://studentbooks.com.ua/content/view/1243/76/>

3. [Електронний ресурс] <https://www.youtube.com/watch?v=1eKV-uDTc7w>

4. Технічне та програмне забезпечення (інструменти, матеріали, обладнання ...)

Навчально-методичні розробки, НМК, навчально-методичні посібники; навчальні відео. Фонд бібліотеки ПНПУ імені В. Г. Короленка.

5. Критерії оцінювання

Матеріал для самостійної роботи студентів, який передбачений в темі практичного заняття одночасно із аудиторною роботою, оцінюється під час поточного контролю теми на відповідному аудиторному занятті. Оцінювання тем, які виносяться на самостійне опрацювання і не входять до тем аудиторних навчальних занять, контролюються під час підсумкового контролю.

1. Ведення опорного конспекту лекції:

Опорний конспект лекції (ОКЛ) – вид навчально-методичного посібника, в якому у стисло і системно викладено основний теоретичний матеріал у формі основних понять і положень, що структурно й логічно пов'язані між собою. Дані поняття та положення є лише опорними сигналами, вони вимагають пояснень і визначень, що мають записати студенти під

час лекції. Його ведення сприяє системному і глибокому засвоєнню навчального матеріалу, дозволяє простежити структурні зв'язки між різними поняттями, положеннями, концепціями, проблемами, теоріями тощо. Кожен студент повинен мати ОКЛ на лекціях і вести в ньому записи власноруч. Під час аудиторної роботи з ОКЛ студенти записують основні тези лекції та пояснення викладача у визначеному в конспекті полі. Під час самостійної роботи рекомендується доповнити записи лекції та завершити виконання завдань, що були зазначені в Робочій програмі та ОКЛ.

2 бали нараховуються студентам, які в повному обсязі самостійно і творчо опрацювали всі питання лекції і вільно володіють її змістом.

1 бал нараховується студентам, які опрацювали лише окремі питання лекції і не достатньо вільно володіють її змістом.

2. Складання словника основних термінів, що визначені програмою курсу (за темами):

Програмою курсу визначено перелік ключових термінів, що розкривають зміст кожної теми. Студентам пропонується скласти словник основних термінів з конкретної теми на останніх сторінках опорного конспекту лекцій.

3-2 бали нараховуються студентам, які не лише склали повний перелік визначених термінів з конкретної теми, а й можуть вільно розтлумачити їх зміст.

1 бал нараховуються студентам, які склали неповний перелік визначених термінів з конкретної теми і не можуть їх розтлумачити без конспекту.

3. Підготовка пошуково-творчих завдань (есе, дайджест, повідомлення, кросворд, вікторина, презентація):

Есе – це самостійна творча робота, де у вільній формі висловлюються особисті думки на тему, передбачену робочою програмою. Головна мета есе – це самостійне викладення студентом на підставі опрацьованого матеріалу теми, проблеми, питання.

Дайджест – це добір уривків з різних джерел на певну тематику. У форматі дайджестів можна зробити системний аналіз будь-якого теоретичного положення, розкрити різні точки зору на

будь-яку проблему, тему, питання та зробити узагальнюючі висновки.

Доповідь – це документ, у якому викладаються певні питання, подаються висновки, пропозиції. Вона призначена для усного (публічного) читання та обговорення. Наукова доповідь – це публічне повідомлення, розгорнутий виклад певної наукової проблеми (теми, питання). Структура тексту доповіді може складатися із вступу, основної й підсумкової частин. Доповідь на 4 – 6 сторінок називається повідомленням.

4-2 бали отримують студенти, які можуть виокремити з різних джерел основні положення, структурно об'єднати їх, коротко проаналізувати кожне з них та зробити ґрунтовні узагальнюючі висновки

1 бал отримують студенти, які в цілому правильно виокремили основні положення кожного з джерел, але не зробили їх відповідного аналізу та узагальнюючих висновків.

Кросворд – (англ. *crossword* – перетин слів) – гра-задача, яка полягає у вписуванні літер у перехресні рядки клітинок накресленої фігури так, щоб за горизонталлю та вертикаллю вийшли загадані слова.

Вікторина – вид гри, що полягає у відповідях на усні чи письмові запитання з різних галузей знань. Вікторина має складатися з різного типу запитань: фактологічні, дискусійні.

4-2 бали отримують студенти які розуміють тему, що відображено в смислового наповненні поставлених запитань, правильності відповідей на запитання, орієнтуванні в змісті теми, ступеню самостійності студентів під час складання запитань до кросворду чи вікторини, в достатній кількості запитань.

1 бал нараховуються студентам, які склали кросворд чи вікторину які містять нечіткі чи нелогічні запитання, неправильні відповіді, робота виконана не самостійно, складається з недостатньої кількості запитань (менше 8).

Презентація – (англ. *presentation* – представлення) – це набір кольорових карток-слайдів спеціального формату до певної теми. На кожному слайді можна розмістити довільну текстову і графічну інформацію.

За наслідками створення презентації та її представлення (виступу) виставляється оцінка.

5 балів отримує студент при дотриманні наступних вимог:

- відповідності змісту презентації темі;
- наявності правильного оформлення презентації;
- якісно підготовленої практичної розробки;
- дотриманні всіх вимог щодо технічного й естетичного оформлення роботи і орфографічного стандарту.

4 бали виставляється при наявності незначних недоліків у виконанні презентації та її оформленні.

3 бали виставляється при наявності суттєвих недоліків у виконанні презентації, окремих недоліків у її оформленні.

2 бали виставляється при повній невідповідності вимогам щодо обсягу, оформлення та викладу змісту презентації.

Під час захисту презентацій використовуються критерії оцінювання комп'ютерних презентацій.

Критерії оцінювання презентації

Критерії оцінювання презентації	Бали
Наявність презентації («+», «-»)	
Кількість слайдів (8–15)	0,5
Розкриття теми	1
Вставка малюнка	0,5
Вставка діаграми	0,5
Вставка анімації	0,5
Додавання ефектів	1
Використання різних шрифтів	1
Музичний супровід	1
Створення кнопок керування	1
Відеокліп	1
Запис тексту	2
Естетичне оформлення	1
Яке враження справила презентація на учнів	1
Разом балів	12

Підсумковий бал виводиться шляхом множення отриманих балів на коефіцієнт 0,42.

Завдання, в яких потрібно заповнити запропоновані таблиці, скласти план роботи інструктора з плавання оздоровчого табору відпочинку та підготувати сценарій спортивно-виховного заходу з плавання для оздоровчого табору відпочинку, оцінюються від **1** до **7 балів**.

7 балів отримує студент за роботу, яка виконана в повному обсязі, не містить помилок, здана вчасно.

6-5 балів – наявні незначні помилки, робота виконана на 75-85%, здана вчасно.

4-3 бали – робота містить помилкові судження, виконана на 50-84%, дедлайн порушено.

2-1 бали – наявні суттєві помилки, виконано 30-49% із значним запізненням.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до виконання самостійної роботи студентів
з навчальної дисципліни
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ МІНІ-ФУТБОЛУ»
(укладачі: Шостак Є. Ю., Новік С. М.)

1. Мета навчальної дисципліни та результати навчання

Мета: сформувати цілісну систему теоретичних і методичних знань, практичних умінь і навичок проведення занять з міні-футболу; розвиток професійного мислення та професійно-значущих особистісних якостей.

Очікувані результати навчання з дисципліни:

- відтворити термінологію з міні-футболу;
- знати історію розвитку міні-футболу в світі і в Україні;
- знати класифікацію техніки і тактики гри у міні-футбол; засоби і методи навчання техніко-тактичним діям;
- знати засоби і методи фізичної підготовки;
- назвати та інтерпретувати правила гри у міні-футбол;
- показати і застосовувати на практиці основні технічні елементи гри у міні-футбол;
- продемонструвати техніко-тактичні дії гри у міні-футбол;
- оцінити техніку виконання прийомів та тактичних дій у міні-футболі;
- скласти конспект навчально-тренувального заняття з технічної (тактичної і фізичної) підготовки; самостійно проводити одну з частин навчально-тренувального заняття та вміння спілкуватися українською мовою в професійному середовищі;
- судити гру, показуючи суддівські жести; організовувати та проводити змагання з міні-футболу.

2. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ МІНІ-ФУТБОЛУ

Тема 1. Теорія і методика викладання міні-футболу» як самостійна дисципліна.

Тема 2. Основні правила гри та методика суддівства.

Тема 3. Техніка гри міні-футболу (футзал).

Тема 4. Ознайомлення та навчання техніки володіння м'ячем польового гравця та методика навчання її прийомів: пересування (ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти); володіння м'ячем (удари, зупинки, ведення, фінти, відбирання, вкидання).

Тема 5. Ознайомлення з технікою гри воротаря та методика навчання її прийомів: пересування (ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти); володіння м'ячем (ловля, відбивання, кидки).

Тема 6. Тактика міні-футболу: класифікація, система, метод, основні тактичні системи.

Змістовий модуль 2. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ МІНІ-ФУТБОЛУ У ШКОЛІ ТА УПРАВЛІНСЬКІ АСПЕКТИ

Тема 7. Особливості вивчення міні-футболу у шкільній програмі.

Тема 8. Методика проведення уроку з міні-футболу.

Тема 9. Учбова практика (проведення окремих частин уроку з футзалу та міні-футболу). Організація та проведення різних видів змагань з футзалу та міні-футболу.

Тема 10. Організація і проведення змагань з міні-футболу.

Тема 11. Методика навчання суддівства гри у міні-футбол.

3. Завдання до самостійної роботи

Тема 1. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ МІНІ-ФУТБОЛУ» ЯК САМОСТІЙНА ДИСЦИПЛІНА

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції (виділити, розшифрувати, доповнити).

2. Опрацювати основну, додатку літературу та інтернет-ресурси за темою.

3. Скласти тестові питання (10 питань) з даної теми (користуючись рекомендованою літературою (основною, додатковою та інтернет-ресурсами) скласти тестові питання з запропонованими не менше як з трьома варіантами відповідей, один з яких є вірним).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Алиев Э. Г. Мини-футбол (футзал) / Э. Г. Алиев, С. Н. Андреев, В.П. Губа В. – М.: Советский спорт, 2012. – 554 с.
2. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.
3. Шаповал Є. Ю. Методичні рекомендації до правил гри у футзал : навч.-метод.посіб. / Є. Ю. Шаповал, В. Д. Гогоць, О. В. Шостак ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : ПНПУ, 2011. – 84 с.
4. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

Додаткова література:

1. Шостак Є. Ю. Варіативний модуль «міні-футбол» навчальної програми з фізичної культури для закладів загальної середньої освіти 5-9 класів / Є. Ю. Шостак, О. О. Момот // Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії: Матеріали III Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Київ, 8 квітня 2020 р.) / ред. О. А. Шинкарук. – К.: НУФВСУ, 2020. – С.94–96.
2. Шостак Є. Варіативний модуль «футзал» навчальної програми з фізичної культури для учнів 10-11 класів закладів загальної середньої освіти / О. О. Момот, Є. Ю. Шостак // Проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, спорту і здоров'я людини: матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф., (м. Полтава, 23-24 квітня 2020р.). – Полтава: Сімон, 2020. – С.169–172.

Електронні джерела:

1. Історія жіночого футзалу в Україні [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://belichanka.com/news/istorija_zhenskogo_futzala_v_ukraine_chast_1/2010-04-05-444 (дата звернення 15.03.2018). – Назва з екрану.

2. Етапи становлення міні-футболу (футзалу) в Україні в період з 1997 по 2000 рр. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://futsalua.org/blog/post/etapi-stanovlennya-mini-futbolu-futзалu-v-ukrajini-v-period-z-1997-ro-2000-rr> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 2. ОСНОВНІ ПРАВИЛА ГРИ ТА МЕТОДИКА СУДДІВСТВА

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції, додатку науково-методичну літературу та інтернет-ресурси за темою.
2. Дати відповіді на питання в таблиці:

№	Питання	Відповідь
1.	Які розміри міні-футбольного (футзального) майданчика?	
2.	Хто перед початком матчу перевіряє придатність майданчика для гри, його обладнання та розмітку?	
3.	Скільки повинен важити футзальний м'яч на початку гри?	
4.	Чи може гравець, який не внесений до протоколу матчу, взяти участь у грі?	
5.	Які обов'язки хронометриста?	
6.	Яка відстань повинна бути між м'ячем та гравцями суперника при введенні м'яча з за бокової, при виконанні штрафного, вільного та кутового ударів?	
7.	З якої відстані пробивається дабл-пенальті у міні-футболі (футзалі)?	

3. Розробити портфоліо за темою: «Основні жести арбітра у міні-футболі».

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Шаповал Є. Ю. Методичні рекомендації до правил гри у футзал : навч.-метод. посіб. / Є. Ю. Шаповал, В. Д. Гогоць,

О. В. Шостак; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : ПНПУ, 2011. – 84 с.

2. Варіативний модуль «Міні-футбол» : навч.-метод. посіб. / Є. Ю. Шаповал, С. М. Новік; О. О. Момот. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2018. – 71 с.

3. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.

Додаткова література:

1. Шостак Є. Ю. Варіативний модуль «міні-футбол» навчальної програми з фізичної культури для закладів загальної середньої освіти 5-9 класів / Є. Ю. Шостак, О. О. Момот // Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії: Матеріали III Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Київ, 8 квітня 2020 р.) / ред. О. А. Шинкарук. – К.: НУФВСУ, 2020. – С. 94–96.

Електронні джерела:

1. Футзал: официальные правила [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.sportzone.ru/sport/rules.html?sport=futsal> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

2. Футзал. Правила гри 2020/21 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://futsal.com.ua/sites/default/files/documents/full_laws-of-the-game-futsal-2020-21_futzaal_pravylyl_gry_2020-21_compressed.pdf (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 3. ТЕХНІКА ГРИ МІНІ-ФУТБОЛУ (ФУТЗАЛ)

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції (*виділити, розшифрувати, доповнити*).

2. Опрацювати основну та додатку літературу за темою.

3. Підготувати інструктивно-методичний матеріал (*презентацію*) на одну із пропонованих тем:

Методика навчання та аналіз техніки виконання:

– удару та зупинки м'яча внутрішньою стороною стопи;

– удару по м'ячу внутрішньою, зовнішньою та середньою частиною підйому;

– зупинки м'яча підошвою, стегном, грудьми;

– обманним рухам (фінтам);

– техніка гри воротаря.

4. Створити словник спортивної термінології з дисципліни «Теорія і методика викладання міні-футболу».

5. Визначити типові помилки та засоби їх виправлення при вивченні елементів техніки удару по м'ячу підйомом, носком.

Помилки	Причина	Засоби виправлення

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.

2. Лисенчук Г. А. Упражнения для технико-тактической подготовки в мини-футболе : метод. рекомендации / Г. А. Лисенчук, А. В. Ромко, С. Г. Лисенчук. – К., 1998. – 231 с.

3. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метд. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

4. Соломонко В. В. Побудова навчально-тренувальних занять з міні-футболу з урахуванням їхнього змісту і спрямованості / В. В. Соломонко, Г.А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімп. л-ра, 1995. – 37 с.

Додаткова література:

1. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.

2. Шаповал Є. Ю. Формування рухових навичок дівчат 11-14 років засобами міні-футболу у дитячо-юнацьких спортивних школах: дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.02 «теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я) / Є. Ю. Шаповал. – Харківський нац. ун-т ім. В. Н. Каразіна. – Х., 2015. – 266 с.

Тема 4. ОЗНАЙОМЛЕННЯ ТА НАВЧАННЯ ТЕХНІКИ ВОЛОДІННЯ М'ЯЧЕМ ПОЛЬОВОГО ГРАВЦЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ЇЇ ПРИЙОМІВ: ПЕРЕСУВАННЯ (ХОДЬБА, БІГ, СТРИБКИ, ЗУПИНКИ, ПОВОРОТИ); ВОЛОДІННЯ М'ЯЧЕМ (УДАРИ, ЗУПИНКИ, ВЕДЕННЯ, ФІНТИ, ВІДБИРАННЯ, ВКИДАННЯ)

Завдання:

1. Опрацювати основну, додатку літературу та інтернет-ресурси за темою.

2. Створити експрес-повідомлення та розробити наочні матеріали (*намалювати або роздрукувати*) за темою: «Методика навчання та виконання вкидання м'яча з-за бокової лінії (аут)».

3. Скласти комплекс загальнорозвиваючих вправ для підготовки організму до навчально-тренувального заняття з міні-футболу.

4. Скласти комплекс спеціальних вправ для розучування окремих технічних елементів (*за вибором: володіння м'ячем (удари, зупинки, ведення, фінти, відбирання, вкидання)*). Комплекс повинен містити 6-8 вправ.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.

2. Лисенчук Г. А. Упражнения для технико-тактической подготовки в мини-футболе : метод. рекомендации / Г. А. Лисенчук, А. В. Ромко, С. Г. Лисенчук. – К., 1998. – 231 с.

3. Шаповал Є. Ю. «Міні-футбол (футзал) : методичний комплекс навчально-тренувального процесу дівчат 11-14 років на етапах попередньої та спеціалізованої базової підготовки в ДЮСШ» / Є. Ю. Шаповал; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава, ПНПУ, 2014. – 86 с.

4. Шаповал Є. Ю. Варіативний модуль «Міні-футбол» : навч.-метод. посіб. / Є. Ю. Шаповал, С. М. Новік, О. О. Момот. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2018. – 71 с.

Додаткова література:

1. Методика навчання студентів вищих навчальних закладів елементів гри в міні-футбол : метод. посіб. / Р. М. Стасюк, О. Г. Левковець. – Сумський державний університет, 2017. – 82 с.

2. Підвищення спортивної майстерності (міні-футбол) : теорія та практика : навч.-метод. посіб. / уклад. А. В. Бойченко ; Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. – Харків, 2019. – 163 с.

3. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

Тема 5. ОЗНАЙОМЛЕННЯ З ТЕХНІКОЮ ГРИ ВОРОТАРЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ЇЇ ПРИЙОМІВ: ПЕРЕСУВАННЯ (ХОДЬБА, БІГ, СТРИБКИ, ЗУПИНКИ, ПОВОРОТИ); ВОЛОДІННЯ М'ЯЧЕМ (ЛОВЛЯ, ВІДБИВАННЯ, КИДКИ)

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції (*виділити, розшифрувати, доповнити*).

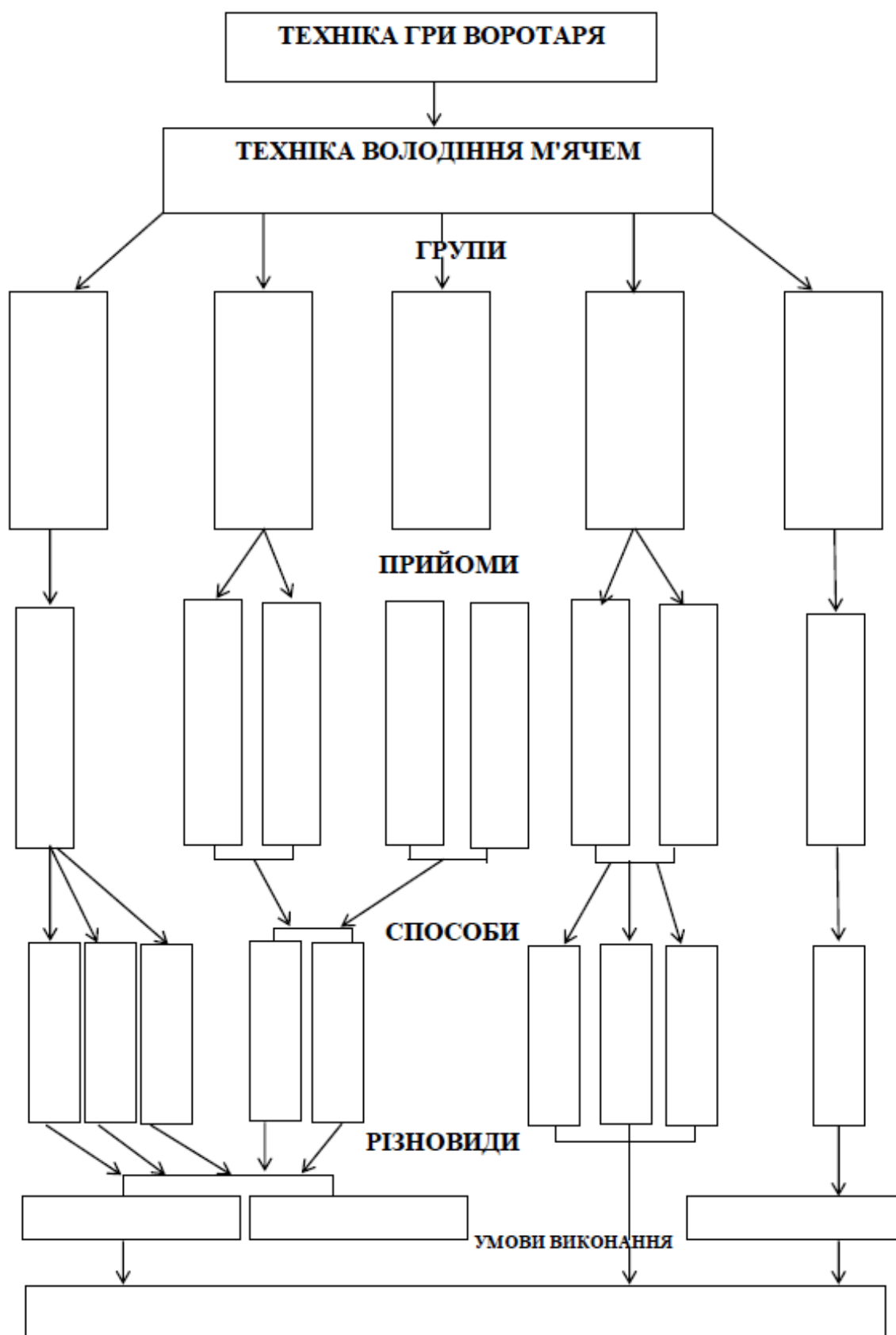
2. Опрацювати основну та додатку літературу за темою.

3. Заповнити таблицю «Техніка гри воротаря».

4. Розробити комплекс спеціальних вправ для розучування технічних елементів гри воротаря.

5. Визначити типові помилки та засоби їх виправлення при вивченні елементів техніки гри воротаря:

Помилки	Причина	Засоби виправлення



Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.
2. Лисенчук Г. А. Упражнения для технико-тактической подготовки в мини-футболе : метод. рекомендации / Г. А. Лисенчук, А. В. Ромко, С.Г. Лисенчук. – К., 1998. – 231 с.
3. Шаповал Є. Ю. «Міні-футбол (футзал) : методичний комплекс навчально-тренувального процесу дівчат 11-14 років на етапах попередньої та спеціалізованої базової підготовки в ДЮСШ» / Є. Ю. Шаповал ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава, ПНПУ, 2014. – 86 с.
4. Шаповал Є. Ю. Варіативний модуль «Міні-футбол» : навч.-метд. посіб. / Є. Ю. Шаповал, С. М. Новік, О. О. Момот. – Полтава : Видавець Шевченко Р.В., 2018. – 71 с.

Додаткова література:

1. Методика навчання студентів вищих навчальних закладів елементів гри в міні-футбол : метод. посіб. / Р. М. Стасюк, О. Г. Левковець. – Сумський державний університет, 2017. – 82 с.
2. Підвищення спортивної майстерності (міні-футбол) : теорія та практика : навч.-метод. посіб. / уклад. А. В. Бойченко ; Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. – Харків, 2019. – 163 с.
3. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

Електронні джерела:

1. Тактика гри воротаря [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ukrprosport.ru/rizne/7824-taktika-gri-vorotarja.html> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 6. ТАКТИКА МІНІ-ФУТБОЛУ: КЛАСИФІКАЦІЯ, СИСТЕМА, МЕТОД, ОСНОВНІ ТАКТИЧНІ СИСТЕМИ

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції (виділити, розшифрувати, доповнити).
2. Опрацювати основну та додаткову літературу за темою.
3. Підготувати презентацію на одну із запропонованих тем:
Поняття про тактику гри у футбол.
Послідовність навчання тактичним діям у захисті та нападі.
Аналіз та методика навчання індивідуальним та груповим тактичним діям у захисті чи нападі (за вибором студента).
Аналіз та методика навчання командним тактичним діям за тактичними схемами(на вибір студента).
4. Скласти тестові питання (10 питань) з даної теми (*тестові питання повинні містити не менше як три варіантами відповідей, один з яких є вірним*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.
2. Лисенчук Г. А. Упражнения для технико-тактической подготовки в мини-футболе : метод. рекомендации / Г. А. Лисенчук, А. В. Ромко, С. Г. Лисенчук. – К., 1998. – 231 с.
3. Соломонко В. В. Побудова навчально-тренувальних занять з міні-футболу з урахуванням їхнього змісту і спрямованості / В. В. Соломонко, Г.А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімп л-ра, 1995. – 37 с.

Додаткова література:

1. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навч. посіб. / В. М. Костюкевич. – Вінниця : Планер, 2014. – 616 с.
2. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

По вертикалі:

1. Спортивна гра: міні-...?
2. Період, в який входять усі матчі: національний чемпіонат, кубок країни, міжнародні матчі?
3. Вихід м'яча за бокову лінію?
4. Одна з двох частин усієї гри у міні-футбол?

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Соломонко В. В. Побудова навчально-тренувальних занять з міні-футболу з урахуванням їхнього змісту і спрямованості / В. В. Соломонко, Г.А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімп. л-ра, 1995. – 37 с.

3. Шаповал Є. Ю. Варіативний модуль «Міні-футбол» : навч.-метод. посіб. / Є. Ю. Шаповал, С. М. Новік, О. О. Момот. – Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2018. – 71 с.

Додаткова література:

1. Шаповал Є. Ю. «Міні-футбол (футзал) : методичний комплекс навчально-тренувального процесу дівчат 11-14 років на етапах попередньої та спеціалізованої базової підготовки в ДЮСШ» / Є. Ю. Шаповал ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2014. – 86 с.

Електронні джерела:

1. Особливості навчального-тренувального процесу з футзалу у профільній школі [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://core.ac.uk/download/pdf/229304645.pdf> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 8. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКУ З МІНІ-ФУТБОЛУ

Завдання:

1. Опрацювати основну, додатку літературу та інтернет-ресурси за темою.

2. Підготувати реферат-повідомлення на одну з пропонованих тем:

Методика розвитку:

- швидкісно-силових якостей футболістів;
- спритності та гнучкості футболіста;
- витривалості футболістів;
- розвиток координаційних здібностей футболістів.

3. Підготувати наочні матеріали для проведення уроку з елементами міні-футболу при розучуванні одного з основних технічних елементів.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.

2. Лисенчук Г. А. Упражнения для технико-тактической подготовки в мини-футболе : метод. рекомендации / Г. А. Лисенчук, А. В. Ромко, С. Г. Лисенчук. – К., 1998. – 231 с.

3. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

4. Соломонко В. В. Побудова навчально-тренувальних занять з міні-футболу з урахуванням їхнього змісту і спрямованості / В. В. Соломонко, Г. А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімп. л-ра, 1995. – 37 с.

Додаткова література:

1. Шаповал Є. Ю. Формування рухових навичок дівчат 11-14 років засобами міні-футболу у дитячо-юнацьких спортивних школах: дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.02 «теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я) / Є. Ю. Шаповал. – Харківський нац. ун-т ім. В. Н. Каразіна. – Х., 2015. – 266 с.

2. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

Електронні джерела:

1. Навчально-тренувальне заняття з міні-футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://naurok.com.ua/navchalno-trenuvalne-zanyattya-z-mini-futbolu-160851.html> (дата звернення 28.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 9. УЧБОВА ПРАКТИКА (ПРОВЕДЕННЯ ОКРЕМИХ ЧАСТИН УРОКУ З ФУТЗАЛУ ТА МІНІ-ФУТБОЛУ). ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ РІЗНИХ ВИДІВ ЗМАГАНЬ З ФУТЗАЛУ ТА МІНІ-ФУТБОЛУ

Завдання:

1. Скласти план конспект уроку за варіативним модулем «міні-футбол».

2. Скласти комплекс вправ для розучування одного з основних технічних елементів у міні-футболі (*не менше 5 вправ*).

3. Заповнити таблицю за вибором: вправи для розучування технічних елементів: ведення м'яча, передачі м'яча, удари по м'ячу, зупинки м'яча (*за вибором студента*).

**Вправи для розучування технічних елементів
для учнів початкових класів**

1 клас	2 клас	3 клас	4 клас

**Вправи для розучування технічних елементів
для учнів 5-9 класів**

5 клас	6 клас	7 клас	8 клас	9 клас

**Вправи для розучування технічних елементів
для учнів старших класів**

10 клас	11 клас

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Шаповал Є. Ю. «Міні-футбол (футзал) : методичний комплекс навчально-тренувального процесу дівчат 11-14 років на етапах попередньої та спеціалізованої базової підготовки в ДЮСШ» / Є. Ю. Шаповал ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава, ПНПУ, 2014. – 86 с.

3. Шаповал Є. Ю. Варіативний модуль «Міні-футбол» : навч.-метод. посіб. / Є. Ю. Шаповал, С. М. Новік, О. О. Момот. – Полтава : видавець Шевченко Р.В., 2018. – 71 с.

Додаткова література:

1. Соломонко В. В. Побудова навчально-тренувальних занять з міні-футболу з урахуванням їхнього змісту і спрямованості / В. В. Соломонко, Г.А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімп. л-ра, 1995. – 37 с.

2. Степаненко В. М. Теорія і методика викладання футболу: навч. посіб. [для студ. вищ. пед. навч. закладів] / В. М. Степаненко. – Переяслав-Хмельницький: СПД Кузьмичова Р. Ю., 2010. – 210 с.

Електронні джерела:

1. Футзал: официальные правила [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.sportzone.ru/sport/rules.html?sport=futsal> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

2. Футзал. Правила гри 2020/21 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://futsal.com.ua/sites/default/files/documents/full_laws-of-the-game-futsal-2020-21_futзал_pravyla_gry_2020-21_compressed.pdf (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 10. ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З МІНІ-ФУТБОЛУ

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції (*виділити, розшифрувати, доповнити*).
2. Опрацювати основну та додатку літературу за темою.

3. Розробити положення про змагання з футболу.
4. Заповнити таблицю результатів (*чемпіонату за коловою системою на ___ команд*).
5. Створити картку-повідомлення за темою: «Система розігрування змагань та їх характеристика» (*за вибором студента: колова, з вибування, змішана*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Присяжнюк С. І. Організація та проведення змагань з міні-футболу. Методичні рекомендації / укл.: С. І. Присяжнюк, О. С. Сиротін, М. І. Лазарєв. – Ніжин: Міланік, 2009. – 130 с.
2. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.
3. Шаповал Є. Ю. Методичні рекомендації до правил гри у футзал : навч.-метод. посіб. / Є. Ю. Шаповал, В. Д. Гогоць, О. В. Шостак ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : ПНПУ, 2011. – 84 с.

Додаткова література:

1. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.
2. Алиев Э. Г. Мини-футбол (футзал) / Э. Г. Алиев, С. Н. Андреев, В. П. Губа В. – М.: Советский спорт, 2012. – 554 с.

Електронні джерела:

1. Футзал: официальные правила [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.sportzone.ru/sport/rules.html?sport=futsal> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.
2. Футзал. Правила гри 2020/21 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://futsal.com.ua/sites/default/files/documents/full_laws-of-the-game-futsal-2020-21_futзал_pravyly_gry_2020-21_compressed.pdf (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 11. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ СУДДІВСТВА ГРИ У МІНІ-ФУТБОЛ

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції (*виділити, розшифрувати, доповнити*).
2. Опрацювати основну, додатку літературу та інтернет-ресурси за темою.
3. Відтворити основні жести арбітрів (*намалювати, знайти фотокартки, у формі презентації чи порт фоліо*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Андреев С. Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.
2. Шаповал Є. Ю. Методичні рекомендації до правил гри у футзал: навч.-метод. посіб. / Є. Ю. Шаповал, В. Д. Гогоць, О. В. Шостак; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава: ПНПУ, 2011. – 84 с.

Додаткова література:

1. Присяжнюк С. І. Організація та проведення змагань з міні-футболу. Методичні рекомендації / укл.: С. І. Присяжнюк, О. С. Сиротін, М. І. Лазарєв. – Ніжин: Міланік, 2009. – 130 с.

Електронні джерела:

1. Футзал: официальные правила [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.sportzone.ru/sport/rules.html?sport=futsal> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.
2. Футзал. Правила гри 2020/21 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://futsal.com.ua/sites/default/files/documents/full_laws-of-the-game-futsal-2020-21_futzal_pravyla_gry_2020-21_compressed.pdf (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

4. Технічне та програмне забезпечення (інструменти, матеріали, обладнання ...)

Навчально-методичний комплекс початкової дисципліни, фонди бібліотеки ПНПУ, інтернет-ресурси, спортивний інвентар.

5. Критерії оцінювання

Під час оцінювання самостійної роботи з кожної теми за робочою програмою навчальної дисципліни доречно буде керуватися наступними критеріями: повнота розкриття питання; цілісність, систематичність, логічна послідовність, уміння; акуратність оформлення письмової роботи; підготовка матеріалу за допомогою комп'ютерної техніки, різних технічних засобів (плівок, слайдів, приладів, схем тощо); вміння використовувати теоретичні знання при виконанні практичних завдань; обґрунтованість та логічність викладення самостійно вивченого матеріалу; повнота розкриття теми дослідження; оформлення матеріалів згідно з висунутими вимогами.

Виконані завдання оцінюються за наступним принципом:

5 балів – завдання зроблене повністю та здане вчасно, якісно оформлено;

4 бали – завдання зроблене, але є незначні помилки в розв'язуванні завдання;

3 бали – завдання зроблене, але є незначні помилки в процесі розв'язування завдання;

2 бали – завдання зроблене, але є суттєві помилки в його розв'язуванні;

0-1 бал – завдання не виконане або тільки розпочато його розв'язання.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до виконання самостійної роботи студентів
з навчальної дисципліни
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР
(ФУТБОЛ)»
(укладач: Шостак Є. Ю.)

1. Мета навчальної дисципліни та результати навчання

Мета: сформувати у студентів цілісну систему знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері освіти та фізичної культури і спорту на основі вивчення спортивних ігор, а також оволодіння навичками гри, знаннями структури гри, техніки і тактики, ігрової та змагальної діяльності, засвоєння методів навчання, необхідних для самостійної педагогічної роботи в школі та в спортивній шкільній секції.

Очікувані результати навчання з дисципліни:

- знати загальні основи теорії футболу та правила гри;
- описувати та демонструвати техніко-тактичні дії футболу та пояснювати різницю між виконанням того чи іншого технічного елемента;
- демонструвати знання науково-педагогічної термінології та вміння виявляти шляхи застосування педагогічних знань у практиці професійної діяльності;
- планувати методику проведення уроку фізичної культури за модулем «Футбол»;
- враховувати анатомо-фізіологічні особливості дітей та молоді під час занять футболом;
- судити гру, показуючи суддівські жести; організовувати та проводити змагання з футболу, використовуючи різні системи проведення.

2. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Вступ до предмету (загальні основи теорії футболу).

Тема 2. Класифікація техніки гри у футбол.

Тема 3. Тактика гри, методика навчання тактичним діям.

Тема 4. Загальні поняття про фізичну підготовку футболістів і методика розвитку фізичних якостей.

Тема 5. Організація проведення змагань з футболу.

Тема 6. Методика навчання і організація навчально-тренувального процесу з футболу школярів.

Тема 7. Навчальна практика проведення уроку з елементами футболу.

3. Завдання до самостійної роботи

Тема 1. ВСТУП ДО ПРЕДМЕТУ (ЗАГАЛЬНІ ОСНОВИ ТЕОРІЇ ФУТБОЛУ)

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції (виділити, розшифрувати, доповнити).

2. Розкрити техніку безпеки під час занять футболом (*користуючись рекомендованою літературою законспектувати у зошит основні положення техніки безпеки під час занять спортивними іграми, зокрема футболом*).

3. Підготувати презентацію на одну із запропонованих тем:

Зміст та характеристика гри.

Основні правила гри у футбол.

Відомі українські футболісти.

4. Законспектувати про права та обов'язки капітана команди.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Васильчук А. Г. Методика навчання футболу на уроках фізичної культури в школі / А. Г. Васильчук, Ю. Ю. Мосейчук // навчальний посібник. – Чернівці : Технодрук, 2010. – 216 с.

2. Костюкевич В. М. Теорія та методика викладання футболу : навч. посіб. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима. – Вінниця : Планер, 2009. – 310 с.

3. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

Додаткова література:

1. Короткий словник футбольних термінів / [авт.-уклад. О. А. Свєртнєв] : Полт. держ. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава: АСМІ, 2007. – 36 с.

2. Марченко В. А. Теорія і методика обраного виду спорту (футбол) : [навч. посіб.] / В. А. Марченко, С. М. Журід, С. С. Коваль. – Х. : ХДАФК, 2011. – 237 с.

Електронні джерела:

1. Правила гри 2020/21 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://iffif.ia/files/library/pravyula-hry-ifab-2020-2021.pdf> (дата звернення 28.03.2021). – Назва з екрану.

2. Історія футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%8F_%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83 (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 2. КЛАСИФІКАЦІЯ ТЕХНІКИ ГРИ У ФУТБОЛ

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції, додатку науково-методичну літературу та інтернет-ресурси за темою.

2. Законспектувати аналіз техніки виконання технічного елементу і методика навчання удару по м'ячу носком, п'яткою, головою (*на вибір студента*).

3. Розробити портфоліо (*знайти та роздрукувати методичку навчання та виконання вкидання м'яча з-за бокової лінії (аут)*).

4. Підготувати інструктивно-методичні матеріали (презентація, методичні матеріали) на одну із запропонованих тем:

Методика навчання та аналіз техніки виконання:

- удару та зупинки м'яча внутрішньою стороною стопи;
- удару по м'ячу внутрішньою, зовнішньою та середньою частиною підйому;
- зупинки м'яча підошвою, стегном, грудьми;
- обманним рухам (фінтам);
- техніка гри воротаря.

5. Описати помилки, які зустрічаються при виконанні технічних елементів, способи їх попередження та виправлення. Заповнити таблицю.

Технічний елемент	Типові помилки	Способи попередження та виправлення помилок
1. Удар по м'ячу внутрішнім боком стопи		
2. Удар по м'ячу середньою частиною підйому		
3. Удар по м'ячу носком		
4. Зупинка м'яча внутрішнім боком стопи		
5. Зупинка м'яча підйомом		
6. Ведення м'яча		
7. Введення м'яча із-за бокової		

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Васильчук А. Г. Методика навчання футболу на уроках фізичної культури в школі / А. Г. Васильчук, Ю. Ю. Мосейчук // навчальний посібник. – Чернівці : Технодрук, 2010. – 216 с.

2. Марченко В. А. Теорія і методика обраного виду спорту (футбол) : [навч. посіб.] / В. А. Марченко, С. М. Журід, С. С. Коваль. – Х. : ХДАФК, 2011. – 237 с.

3. Столітенко Є. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом / Євгеній Столітенко. – Київ, 2013. – 300 с.

4. Соломонко В. В. Побудова тренувальних занять з футболу : метод. рек. / В. В. Соломонко, А. В. Соломонко. – К. : Федер. футболу України, 2005. – 40 с.

5. Степаненко В. М. Теорія і методика викладання футболу: навч. посіб. [для студ. вищ. пед. навч. закладів] / В. М. Степаненко. – Переяслав-Хмельницький: СПД Кузьмичова Р. Ю., 2010. – 210 с.

Додаткова література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

Електронні джерела:

1. Основи техніки гри у футбол [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/osnovi-tehniki-gri-u-futbol-232812.html> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

2. Футзал. Правила гри 2020/21 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://futsal.com.ua/sites/default/files/documents/full_laws-of-the-game-futsal-2020-21_futzal_pravyly_gry_2020-21_compressed.pdf (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 3. ТАКТИКА ГРИ, МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ТАКТИЧНИМ ДІЯМ

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції, основну науково-методичну, додатку літературу та інтернет-ресурси за темою.

2. Розробити презентацію за темою: «Еволюція тактичних систем гри».

3. Підготувати реферат за темою: «Взаємозв'язок технічної підготовки футболістів з технічною майстерністю».

4. Підготувати презентацію на одну із запропонованих тем:

– поняття про тактику гри у футбол;

– послідовність навчання тактичним діям у захисті та нападі;

– аналіз та методика навчання індивідуальним та груповим тактичним діям у захисті чи нападі (за вибором студента);

– аналіз та методика навчання командним тактичним діям за тактичними схемами (на вибір студента).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Дулібський А. В. Моделювання тактичних дій у процесі підготовки юнацьких команд з футболу / А. В. Дулібський. – К. : Наук.-метод. (техн.) ком. Федер. футболу України, 2001. – 130 с.

2. Костюкевич В. М. Теорія та методика викладання футболу : навч. посіб. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима. – Вінниця : Планер, 2009. – 310 с.

3. Степаненко В. М. Теорія і методика викладання футболу: навч. посіб. [для студ. вищ. пед. навч. закладів] / В. М. Степаненко. – Переяслав-Хмельницький: СПД Кузьмичова Р. Ю., 2010. – 210 с.

4. Столітенко Є. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом / Євгеній Столітенко. – Київ, 2013. – 300 с.

5. Стратегія і тактика у футболі : метод. рек. для студ. ф-тів фіз. виховання / [уклад. М. М. Осадець]. – Чернівці : Рута, 2002. – 51 с.

Додаткова література:

1. Платонов В. Н. Переодезация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. – К. : Олимп. лит., 2014. – 624 с.

2. Соломонко В. В. Побудова тренувальних занять з футболу : метод. рек. / В. В. Соломонко, А. В. Соломонко. – К. : Федер. футболу України, 2005. – 40 с.

3. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С.М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

Електронні джерела:

1. Тактична система (футбол) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B0_%D1%81%D1%85%D0%B5%D0%BC%D0%B0_\(%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B0_%D1%81%D1%85%D0%B5%D0%BC%D0%B0_(%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB)) (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

2. Тактика нападу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://naurok.com.ua/futbol-taktika-napadu-176437.html> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

3. Тактика гри у захисті [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://naurok.com.ua/futbol-taktika-gri-u-zahisti-176441.html> (дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 4. ЗАГАЛЬНІ ПОНЯТТЯ ПРО ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ ФУТБОЛІСТІВ І МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

Завдання:

1. Опрацювати основну, додатку навчально-методичну літературу та інтернет-ресурси за темою.

2. Створити словник спортивної термінології з дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних ігор (футбол)».

3. Скласти комплекс вправ для розвитку основних фізичних якостей футболіста *(за вибором студента одна із фізичних якостей з уточненням для якої вікової категорії комплекс). Комплекс повинен містити 6-8 вправ.*

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Ареф'єв В. Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навч. посіб. для студ. навч. закл. II-IV рівнів акредитації / [В. Г. Ареф'єв, Г. А. Єдинак] ; за ред. В. Г. Ареф'єва. – Кам'янець-Подільський : Абетка-НОВА, 2001. – 384 с.

2. Васильчук А. Г. Методика навчання футболу на уроках фізичної культури в школі / А. Г. Васильчук, Ю. Ю. Мосейчук // навчальний посібник. – Чернівці : Технодрук, 2010. – 216 с.

3. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей: навч. посібник. – Львів: Штабар, 1997. – 208 с.

4. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

5. Шаповал Є. Ю. Комплексна оцінка сенситивних періодів розвитку рухових якостей юних футболістів на початковому та базових етапах багаторічної підготовки / Є. Ю. Шаповал, О. В. Шостак // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць / за ред. Г. М. Арзютова. – К., 2013. – Вип. 5 (30) 13. – С. 499–504.

Додаткова література:

1. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л.П. Сергієнко. – Київ: Олімпійська література, 2001. – 439 с.
2. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту) : Навчальний посібник / В. М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2014 – 616 с.
3. Столітенко Є. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом /Євгеній Столітенко. – Київ, 2013. – 300 с.

Тема 5. ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З ФУТБОЛУ

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції, основну науково-методичну, додатку літературу та інтернет-ресурси за темою.
2. Скласти положення про змагання з футболу для:
 - проведення чемпіонату школи серед учнів середньої та старшої школи (колова система);
 - проведення кубку декана факультету фізичного виховання (система з вибуванням або змішана).
3. Створити картку-повідомлення за темою: система розіграшу змагань (колова, вибування, змішана) та їх характеристика.
4. Відтворити основні жести арбітрів (*знайти фотокартки чи графічні малюнки, у формі презентації чи порт фоліо*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Костюкевич В. М. Теорія та методика викладання футболу : навч. посіб. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима. – Вінниця : Планер, 2009. – 310 с.
2. Марченко В. А. Теорія і методика обраного виду спорту (футбол) : [навч. посіб.] / В. А. Марченко, С. М. Журід, С. С. Коваль. – Х. : ХДАФК, 2011. – 237 с.

3. Столітенко Є. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом / Євгеній Столітенко. – Київ, 2013. – 300 с.

Додаткова література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Синіговець І. В. Організація та методика проведення змагань зі спортивних ігор: методичний посібник для студентів ВНЗ факультету фізичного виховання, вчителів з фізичної культури ЗОШ та тренерів ДЮСШ / І. В. Синіговець. – Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка, 2011. – 80 с.

Електронні джерела:

1. Футбол [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB>(дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

2. Офіційний сайт Федерації футболу України. Правила змагань [Електронний ресурс]. – Режим доступу : www.ffu.org.ua(дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 6. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ І ОРГАНІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З ФУТБОЛУ ШКОЛЯРІВ

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції, основну науково-методичну, додатку літературу та інтернет-ресурси за темою.

2. Підготувати презентацію на тему: «Методи, засоби та форми організації навчально-тренувального процесу з футболу у закладах загальної середньої освіти».

ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

Основна література:

1. Васильчук А. Г. Технологія навчання футболу школярів у системі фізичного виховання загальноосвітніх шкіл : дис. ... канд. пед. наук : 24.00.02 / А. Г. Васильчук. – Львів, 2007. – 212 с.

2. Костюкевич В. М. Теорія та методика викладання футболу : навч. посіб. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима. – Вінниця : Планер, 2009. – 310 с.

3. Степаненко В. М. Теорія і методика викладання футболу: навч. посіб. [для студ. вищ. пед. навч. закладів] / В. М. Степаненко. – Переяслав-Хмельницький: СПД Кузьмичова Р. Ю., 2010. – 210 с.

4. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз.виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с. ; Т. 2. – 366 с.

5. Столітенко Є. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом / Євгеній Столітенко. – Київ, 2013. – 300 с.

Додаткова література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Шаповал Є. Ю. Комплексна оцінка сенситивних періодів розвитку рухових якостей юних футболістів на початковому та базових етапах багаторічної підготовки / Є. Ю. Шаповал, О. В. Шостак // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць / за ред. Г. М. Арзютова. – К., 2013. – Вип. 5 (30) 13. – С. 499–504.

Електронні джерела:

1. Футбол [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB>(дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

Тема 7. НАВЧАЛЬНА ПРАКТИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКУ З ЕЛЕМЕНТАМИ ФУТБОЛУ

Завдання:

1. Опрацювати конспекти лекції, основну науково-методичну, додатку літературу та інтернет-ресурси за темою.

2. Скласти план-конспект уроку з фізичної культури за модулем «Футбол» для учнів 5-9 класів (за вибором студента).

3. Підготувати наочні матеріали для проведення уроку за модулем «Футбол» при розучуванні одного з основних технічних елементів.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Васильчук А. Г. Технологія навчання футболу школярів у системі фізичного виховання загальноосвітніх шкіл : дис. ... канд. пед. наук : 24.00.02 / А. Г. Васильчук. – Львів, 2007. – 212 с.

2. Костюкевич В. М. Теорія та методика викладання футболу : навч. посіб. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима. – Вінниця : Планер, 2009. – 310 с.

3. Степаненко В. М. Теорія і методика викладання футболу: навч. посіб. [для студ. вищ. пед. навч. закладів] / В. М. Степаненко. – Переяслав-Хмельницький: СПД Кузьмичова Р. Ю., 2010. – 210 с.

4. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с. ; Т. 2. – 366 с.

5. Столітенко Є. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом / Євгеній Столітенко. – Київ, 2013. – 300 с.

Додаткова література:

1. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін: навч.-метод. посіб. / О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік. – Полтава : видавець Шевченко Р. В., 2019. – 147 с.

2. Шаповал Є. Ю. Комплексна оцінка сенситивних періодів розвитку рухових якостей юних футболістів на початковому та базових етапах багаторічної підготовки / Є. Ю. Шаповал, О. В. Шостак // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць / за ред. Г. М. Арзютова. – К., 2013. – Вип. 5 (30) 13. – С. 499–504.

Електронні джерела:

1. Футбол [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB>(дата звернення 27.03.2021). – Назва з екрану.

4. Технічне та програмне забезпечення (інструменти, матеріали, обладнання ...):

Навчально-методичний комплекс початкової дисципліни, фонди бібліотеки ПНПУ, інтернет-ресурси, спортивний інвентар.

5. Критерії оцінювання

Під час оцінювання самостійної роботи з кожної теми за робочою програмою навчальної дисципліни доречно буде керуватися наступними критеріями: повнота розкриття питання; цілісність, систематичність, логічна послідовність, уміння; акуратність оформлення письмової роботи; підготовка матеріалу за допомогою комп'ютерної техніки, різних технічних засобів (плівок, слайдів, приладів, схем тощо); вміння використовувати теоретичні знання при виконанні практичних завдань; обґрунтованість та логічність викладення самостійно вивченого матеріалу; повнота розкриття теми дослідження; оформлення матеріалів згідно з висунутими вимогами.

Виконані завдання оцінюються за наступним принципом:

5 балів – завдання зроблене повністю та здане вчасно, якісно оформлено;

4 бали – завдання зроблене, але є незначні помилки в розв'язуванні завдання;

3 бали – завдання зроблене, але є незначні помилки в процесі розв'язування завдання;

2 бали – завдання зроблене, але є суттєві помилки в його розв'язуванні;

0-1 бал – завдання не виконане або тільки розпочато його розв'язання.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до виконання самостійної роботи студентів
з навчальної дисципліни
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ НАСТІЛЬНОГО
ТЕНІСУ»
(укладач: Кириленко О. І.)

1. Мета навчальної дисципліни та результати навчання

Мета: сформувати у студентів цілісну систему знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту, а також оволодіння навичками, знаннями структури гри у настільний теніс, техніки і тактики, ігрової та змагальної діяльності, засвоєння методів навчання, необхідних для самостійної педагогічної роботи в різноманітних закладах освіти.

Очікувані результати навчання з дисципліни:

- відтворити термінологію з настільного тенісу;
- знати історію розвитку настільного тенісу у світі і в Україні; основні прийоми техніки і тактики гри і методику їх навчання; правила змагань, методику організації і проведення змагань різного рівня;
- назвати основні правила гри, види робочої документації для проведення змагань, жести судді під час гри у настільний теніс.
- продемонструвати виконання основних технічних прийомів і тактичних дій гри у настільний теніс;
- застосовувати технічні прийоми на практиці, підбирати вправи для виправлення помилок у техніці гри у настільний теніс;
- судити гру, показуючи суддівські жести;
- проводити з групою, відділеннями підготовчу частину заняття, заняття в цілому, підбирати вправи і складати комплекси по фізичній підготовці;
- проводити аналіз, розбір заняття.

2. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Характеристика настільного тенісу як виду спорту і засобу фізичного виховання.

Тема 2. Правила і організація змагань по настільному тенісу.

Тема 3. Техніка настільного тенісу.

Тема 4. Тактика настільного тенісу.

Тема 5. Методика навчання техніці настільного тенісу.

Тема 6. Методика навчання тактиці настільного тенісу.

3. Завдання до самостійної роботи

Тема 1. ХАРАКТЕРИСТИКА НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ ЯК ВИДУ СПОРТУ І ЗАСОБУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Завдання:

1. Скласти конспект заняття на тему: «Характер обертання м'яча та його дії при горизонтальній вісі обертання».

2. Підготувати реферат на тему: «Описати сучасний стан розвитку настільного тенісу в світі, Україні, на Полтавщині за матеріалами ЗМІ, відомі спортсмени» (*результати занотувати в зошит*).

3. Підготувати реферат на тему: «Основні напрямки підготовки у настільному тенісі» (*результати занотувати в зошит*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса / Барчукова Г. В., Богушас В. М., Матыцин О. В. – Москва : Академия, 2006. – 528 с.

2. Барчукова Г. Настольный теннис / Барчукова Г. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 174 с.

3. Марусін В. Ю. Настільний теніс для всіх / Марусін В. Ю. – Київ : Здоров'я, 1991. – 112 с.

4. Настільний теніс. Правила змагань. – Київ: ФНТУ, 2005. – 60 с.

Додаткова література:

1. Герич Л. Становлення та розвиток настільного тенісу як олімпійського виду спорту / Л. Герич, А. Сова, С. Ковальчук // Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор : зб. наук. ст. – Львів, 2016. – С. 9–13.

2. Горлова Л. Теніс на олімпійських іграх 1996-2008 років / Горлова Лариса, Мудра Віра, Каратник Іван // Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання молоді : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. / за заг. ред. Сіренко Р. Р. – Львів : Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2014. – С. 55–57.

3. Гук Г. Розвиток спеціалізації настільний теніс у ЛДУФК (на прикладі науково-методичного забезпечення) / Г. Гук, А. Сова // Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали III Всеукр. студент. наук. інтернет-конф. – Харків, 8-9 грудня 2016 р. – С. 18–20.

Електронні джерела:

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>

2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

3. Настільний теніс : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 5 с. (Серія «Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму», вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/399>

Тема 2. ПРАВИЛА І ОРГАНІЗАЦІЯ ЗМАГАНЬ ПО НАСТІЛЬНОМУ ТЕНІСУ

Завдання:

1. Оформити основні види документації, що застосовується при організації та проведенні змагань з настільного тенісу.

2. Підготувати реферат на тему: «Організація, проведення і правила змагань по настільному тенісу» (*результати занотувати в зошит*).

3. Законспектувати правила гри та методикку суддівства в настільному тенісі.

4. Проаналізувати офіційні правила гри у настільний теніс (*результати занотувати в зошит*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса / Барчукова Г. В., Богушас В. М., Матыцин О. В. – Москва : Академия, 2006. – 528 с.
2. Барчукова Г. Настольный теннис / Барчукова Г. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 174 с.
3. Марусін В. Ю. Настільний теніс для всіх / Марусін В. Ю. – Київ : Здоров'я, 1991. – 112 с.
4. Настільний теніс. Правила змагань. – Київ: ФНТУ, 2005. – 60 с.

Додаткова література:

1. Герич Л. Становлення та розвиток настільного тенісу як олімпійського виду спорту / Л. Герич, А. Сова, С. Ковальчук // Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор : зб. наук. ст. – Львів, 2016. – С. 9–13.
2. Горлова Л. Теніс на олімпійських іграх 1996-2008 років / Горлова Лариса, Мудра Віра, Каратник Іван // Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання молоді : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. / за заг. ред. Сіренко Р. Р. – Львів : Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2014. – С. 55-57.
3. Гук Г. Розвиток спеціалізації настільний теніс у ЛДУФК (на прикладі науково-методичного забезпечення) / Г. Гук, А. Сова // Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали III Всеукр. студент. наук. інтернет-конф. – Харків, 8-9 грудня 2016 р. – С. 18–20.

Електронні джерела:

1. European table tennis union [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.ettu.org>
2. International Table Tennis Federation: Home [Electronic resource]. – Access mode: <https://www.ittf.com/>
3. Федерація тенісу України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ftu.org.ua/>

Тема 3. ТЕХНІКА НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ

Завдання:

1. Законспектувати основні завдання загальної та спеціальної фізичної підготовки гравця у настільний теніс.
2. Підготувати словник: «Термінологія в настільному тенісі – техніка».
3. Підготувати презентацію по технічній підготовці у настільному тенісі.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса / Барчукова Г.В., Богушас В. М., Матыцин О. В. – Москва : Академия, 2006. – 528 с.
2. Марусін В. Ю. Настільний теніс для всіх / Марусін В. Ю. – Київ : Здоров'я, 1991. – 112 с.
3. Настільний теніс. Правила змагань. – Київ: ФНТУ, 2005. – 60 с.
4. Смирнов Ю. Н. Бадмінтон : учеб для ин-тов физ. культуры / Ю. Н. Смирнов. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 159 с.

Додаткова література:

1. Герич Л. Становлення та розвиток настільного тенісу як олімпійського виду спорту / Л. Герич, А. Сова, С. Ковальчук // Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор : зб. наук. ст. – Львів, 2016. – С. 9–13.
2. Гук Г. Розвиток спеціалізації настільний теніс у ЛДУФК (на прикладі науково-методичного забезпечення) / Г. Гук, А. Сова // Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали III Всеукр. студент. наук. інтернет-конф. – Харків, 8-9 грудня 2016 р. – С. 18–20.
3. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу : навч. посіб. / Юлія Беляк, Ірина Грибовська, Федір Музика, Вікторія Іваночко, Любов Чеховська. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 208 с.

Електронні джерела

1. Теніс: анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 18 с. (Серія «Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму», вип. 2). <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/398>

2. Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. – (Серія «Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму» ; вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962>

Тема 4. ТАКТИКА НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ

Завдання:

1. Охарактеризувати різновиди подач у настільному тенісі (*результати занотувати в зошит*).

2. Схематично відобразити тактичну підготовку в індивідуальних і парних іграх.

3. Дати характеристику способам виконання подач та прийому м'яча у настільному тенісі (*результати занотувати в зошит*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса / Барчукова Г.В., Богушас В. М., Матьцин О. В. – Москва : Академия, 2006. – 528 с.

2. Смирнов Ю. Н. Бадминтон : учеб для ин-тов физ. культуры / Ю. Н. Смирнов. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 159 с.

3. Смирнов Ю. Н. Бадминтон : учеб. для вузов / Ю. Н. Смирнов. – 2-е изд., исправ. и доп. – Москва : Советский спорт, 2011. – 248 с.

4. Теніс. Правила гри в теніс. – Київ : ФТУ, 2000. – 76 с.

Додаткова література^

1. Герич Л. Становлення та розвиток настільного тенісу як олімпійського виду спорту / Л. Герич, А. Сова, С. Ковальчук // Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор : зб. наук. ст. – Львів, 2016. – С. 9–13.

2. Митюк О. Р. Аналіз розвитку та проведення змагань з тенісу настільного в СК «ЛІРС» / Митюк О. Р., Каратник І. В. // Фізична культура та здоров'я різних груп населення : матеріали IV Міжнар. електрон. наук.-практ. конф. студ. та мол. вчених. – Одеса, 2013. – С. 71–72.

3. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М.Я. Гриньків, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.

Електронні джерела:

1. Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. – (Серія «Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму» ; вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962>

2. European table tennis union [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.ettu.org>

Тема 5. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ТЕХНІЦІ НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ

Завдання:

1. Описати причини виникнення помилок у спортивній техніці.

2. Підготувати реферат на тему: «Удосконалення узгоджень елементів техніки гри справа та зліва у переміщенні із різних ігрових зон».

3. Охарактеризувати метод розчленовано-конструктивної вправи (*результати занотувати в зошит*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Барчукова Г. Настольный теннис / Барчукова Г. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 174 с.
2. Марусін В. Ю. Настільний теніс для всіх / Марусін В. Ю. – Київ : Здоров'я, 1991. – 112 с.
3. Смирнов Ю. Н. Бадмінтон : учеб для ин-тов физ. культуры / Ю. Н. Смирнов. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 159 с.
4. Смирнов Ю. Н. Бадмінтон : учеб. для вузов / Ю. Н. Смирнов. – 2-е изд., исправ. и доп. – Москва : Советский спорт, 2011. – 248 с.

Додаткова література:

1. Каратник І. Бадмінтон на Олімпійських іграх 1992-2012 років / Каратник Іван, Горлова Лариса, Тодорук Владислав, Мудра Віра // Проблеми формування здорового способу життя молоді : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. студ., магістр. та асп. / за заг. ред. Сіренко Р.Р. – Львів : Видавничий центр ЛНУ ім. І.Франка, 2015. – С. 232–238.
2. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М.Я. Гриньків, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
3. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу : навч. посіб. / Юлія Беляк, Ірина Грибовська, Федір Музика, Вікторія Іваночко, Любов Чеховська. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 208 с.

Електронні джерела:

1. Федерация настільного тенісу України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uttf.com.ua/>
2. European table tennis union [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.ettu.org>

Тема 6. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ТАКТИЦІ НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ

Завдання:

1. Занотувати в зошит визначення класифікації тактичних варіантів у настільному тенісі.
2. Визначити можливі помилки, які зустрічаються при тактичних діях та методика їх виправлення (*результати занотувати в зошит*).
3. Скласти конспект занять з тактичної підготовки тенісиста.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса / Барчукова Г. В., Богушас В. М., Матыцин О. В. – Москва : Академия, 2006. – 528 с.
2. Теніс. Правила гри в теніс. – Київ : ФТУ, 2000. – 76 с.

Додаткова література:

1. Митюк О. Р. Аналіз розвитку та проведення змагань з тенісу настільного в СК «ЛІРС» / Митюк О. Р., Каратник І. В. // Фізична культура та здоров'я різних груп населення : матеріали IV Міжнар. електрон. наук.-практ. конф. студ. та мол. вчених. – Одеса, 2013. – С. 71–72.

Електронні джерела:

1. Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. – (Серія «Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму»; вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962>
2. Федерація настільного тенісу України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uttf.com.ua/>
3. European table tennis union [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.ettu.org>

4. Технічне та програмне забезпечення (інструменти, матеріали, обладнання ...)

Навчально-методичний комплекс початкової дисципліни, фонди бібліотеки ПНПУ, інтернет-ресурс, спортивний інвентар.

5. Критерії оцінювання

Самостійна робота з кожної теми за робочою програмою оцінюється у сумі в діапазоні від 0 до 10 балів. Де:

10 балів – це коли робота студентом виконана в повному обсязі;

9 балів – якщо допускаються незначні помилки;

8 балів – якщо робота виконана майже на 90% від загального обсягу;

7 балів – обсяг виконаних завдань становить від 80% до 89% від загального обсягу;

6 балів – коли студент виконав лише від 70% до 79% від загального обсягу;

5 балів – обсяг виконаної роботи становить від 50% до 69% від загального обсягу;

4 бали – виконана частина роботи складає від 40% до 49% від загального обсягу;

3 бали – складає від 20% до 39% від загального обсягу;

2 бали – обсяг виконаних завдань складає від 10% до 19% від загального обсягу;

1 бал – в цілому обсяг виконаних завдань складає менше 10% від загального обсягу.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до виконання самостійної роботи студентів
з навчальної дисципліни
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР
(ГАНДБОЛ)»
(укладач: Кириленко Г. В.)

1. Мета навчальної дисципліни та результати навчання

Мета: сформувати у студентів цілісної системи знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері освіти та фізичної культури і спорту на основі вивчення спортивних ігор (гандбол), оволодіти навичками гри, знаннями структури гри, техніки і тактики, ігрової та змагальної діяльності, засвоїти методи навчання, необхідні для самостійної педагогічної роботи в закладі середньої освіти та в спортивній шкільній секції.

Очікувані результати навчання з дисципліни:

- знати загальні основи теорії гандболу та правила гри;
- описувати та демонструвати техніко-тактичні дії гандболу та пояснювати різницю між виконанням того чи іншого технічного елемента;
- демонструвати знання науково-педагогічної термінології та уміння виявляти шляхи застосування педагогічних знань у практиці професійної діяльності;
- планувати методіку проведення уроку фізичної культури за модулем «Гандбол»;
- враховувати анатоμο-фізіологічні особливості дітей та молоді під час занять гандболом;
- організовувати і проводити змагання з гандболу, використовуючи різні системи проведення.

2. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Правила гри у гандбол.

Тема 2. Методика суддівства змагань з гандболу.

Тема 3. Класифікація прийомів техніки гри у гандбол.

Тема 4. Методика навчання технічним прийомом польового гравця у гандболі.

Тема 5. Методика навчання технічним прийомам гри воротаря у гандболі.

3. Завдання до самостійної роботи

Тема 1. ПРАВИЛА ГРИ У ГАНДБОЛ

Завдання:

1. Законспектувати тему: «Педагогічний контроль при проведенні занять зі спортивних ігор».

2. Проаналізувати офіційні правила гри у гандбол (*результати занотувати в зошит*).

3. Проаналізувати зміни до офіційних правил з гандболу (*результати занотувати в зошит*).

4. Скласти звітну документацію змагань з гандболу.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Гандбол. Міжнародні правила гри. – Київ, 2010.

2. Гандбол : Навчально-методичний посібник / Укл.: Ю. Б. Ячнюк, І. О. Ячнюк, М. Ю., Ячнюк – Чернівці: Рута, 2007. – 104 с.

3. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях : Навчально-методичний посібник / В. М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2016. – 159 с.

4. Левків В. І. Методичні рекомендації для студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання ігор (гандбол)» / В. І. Левків, Н. В. Кудріна, В. Л. Згоба. – Львів: ЛДУФК, 2007. – 29 с.

Додаткова література:

1. Гандбол : конспект лекцій / укл.: Ю. Б. Ячнюк, М. Ю. Ячнюк, І. О. Ячнюк. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2011. – 104 с.

2. Гандбол : Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. – К., 2003.

3. Миленський В. Українському гандболу 100 лет / В. Миленський, Г. Белокопытов, З. Турчина. – К., 2009. – 158 с.

Електронні джерела:

1. <http://www.спорт.com.ua> / гандбол. <http://www.handball.net.ua>

2. Turnir. Новости гандбола. [Электронный ресурс]: <http://turnir.ua/other/gandbol/>

Тема 2. МЕТОДИКА СУДДІВСТВА ЗМАГАНЬ З ГАНДБОЛУ

Завдання:

1. Законспектувати інформацію щодо систем змагань, їх організації та їх проведення.

2. Підготувати доповідь на тему: «Підготовка суддів до змагань».

3. Підготувати доповідь на тему: «Методика суддівства гри».

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Гандбол : Навчально-методичний посібник / Укл.: Ю. Б. Ячнюк, І. О. Ячнюк, М. Ю. Ячнюк. – Чернівці: Рута, 2006. – 80 с.

2. Кушнірюк С. Г. Спортивно-педагогічне вдосконалення: гандбол : посібник для студ. вищ. навч. закл. фіз.вих., спорту і здоров'я людини / С. Г. Кушнірюк, В. М. Осіпов ; Берд. держ. пед. ун-т. – Бердянськ, 2013. – 290 с.

3. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 2. – 2015. – 752 с.

Додаткова література:

1. Базильчук О. Показники змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток // Молода спортивна наука України. – Львів, 2002. – Вип. 6. – Т. 2. – С. 6–10.
2. Бубка С. История развития, современное состояние и место олимпийского спорта в обществе / С. Бубка. – К.: Олімпійська література, 2013. – 238 с.
3. Енциклопедія Олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – К.: Олімпійська література, 2005. – 462 с.

Електронні джерела:

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

Тема 3. КЛАСИФІКАЦІЯ ПРИЙОМІВ ТЕХНІКИ ГРИ У ГАНДБОЛ

Завдання:

1. Законспектувати тему: «Основи техніки гри в гандбол».
2. Проаналізувати техніку нападу польового гравця (*результати занотувати в зошит*).
3. Проаналізувати техніку блокування (*результати занотувати в зошит*).
4. Проаналізувати техніку гри воротаря в захисті та нападі (*результати занотувати в зошит*).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Сергієнко Л. П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту : підручник / Л. П. Сергієнко. – К.: Кондор, 2016. – 542 с.
2. Тищенко В. О. Гандбол : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / В. О. Тищенко. – Запоріжжя : Акцент Інвест-трейд, 2014. – 232 с.
3. Шинкарук О. А. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту : навчальний посібник / О. А. Шинкарук, Е. О. Павлюк, Е. М. Свірчуна, В. В. Флерчук. – Хмельницьк: ХНУ, 2011. – 143 с.

Додаткова література:

1. Основы персональной тренировки / под. ред. Р. В. Эрла, Т. Р. Бехля. – К.: Олимпийская литература, 2012. – 724 с.
2. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.

Електронні джерела:

1. Настільний теніс : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 5 с. (Серія «Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму», вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/399>
2. Сайт Федерації гандболу України <http://uahandball.com/>

Тема 4. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИМ ПРИЙОМАМ ПОЛЬОВОГО ГРАВЦЯ У ГАНДБОЛІ

Завдання:

1. Законспектувати тему: «Аналіз техніки виконання і методика навчання веденню м'яча».
2. Скласти комплекс вправ для вдосконалення техніки передачі м'яча у гандболі.
3. Підібрати та законспектувати вправи для навчання кидка м'яча у ворота:
 - в опорному положенні;
 - у стрибку;
 - у падінні.
4. Підготувати доповідь на тему: «Аналіз техніки виконання і методика навчання відволікаючим рухам гандболіста».
5. Підібрати 3-4 рухливі гри для розвитку пересування та координації у гандболі.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Гончарук А. А. Ступени гандбола 1966-2009. / А. А. Гончарук, А. Бенедис. – К: Издательство «Прут», 2009 – 196 с.

2. Ивахин А. Е. Ступени гандбола. 1909- 1965 / А. Е. Ивахин, Г. Е. Белокопытов, А. А. Гончарук. – К. : Издательство «Плеяды», 2005 – 180 с.

3. Латышкевич Л. А. Гандбол / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. –К., 1988.

4. Шинкарук О. А. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту: навчальний посібник/ О. А. Шинкарук, Е. О. Павлюк, Е. М. Свірчуна, В. В. Флерчук. – Хмельницьк: ХНУ, 2011. – 143 с.

Додаткова література:

1. Базильчук О. Показники змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток // Молода спортивна наука України. – Львів, 2002. – Вип. 6. – Т. 2. – С. 6–10.

2. Бубка С. История развития, современное состояние и место олимпийского спорта в обществе / С. Бубка. – К.: Олімпійська література, 2013. – 238 с.

3. Енциклопедія Олімпійського спорту України за ред. В. М. Платонова. «Олімпійська література». Київ, 2005. – 462 с.

Електронні джерела:

1. Сайт Федерації гандболу України <http://uahandball.com/>

2. Федерація гандболу України. [Електронний ресурс]: <http://handball.net.ua/>

3. Рутвет. Гандбол. [Электронный ресурс]: <http://www.rutvet.ru/in-cto-takoe-gandbol-otgomera-do-nashih-dney-6786.html>

Тема 5. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИМ ПРИЙОМАМ ГРИ ВОРОТАРЯ У ГАНДБОЛІ

Завдання:

1. Підібрати та законспектувати вправи для розвитку технічних дій воротаря у гандболі (8-10 вправ) розвитку технічних дій воротаря у гандболі (8-10 вправ).

2. Підібрати та законспектувати вправи для навчання переміщень воротаря у гандболі (8-10 вправ).

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Волков Л. В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Підручник / Л. В. Волков. – Вид. 2-е, пер. і доп. – К.: Освіта України, 2016. – 464 с.
2. Гандбол : Навчально-методичний посібник / укл. : Ю. Б. Ячнюк, І. О. Ячнюк, М. Ю. Ячнюк. – Чернівці: Рута, 2006. – 80 с.
3. Кушнірюк С. Г. Спортивно-педагогічне вдосконалення: гандбол : посібник для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих., спорту і здоров'я людини / С. Г. Кушнірюк, В. М. Осіпов ; Берд. держ. пед. ун-т. – Бердянськ, 2013. – 290 с.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2015. – Кн. 2. – 2015. – 752 с.

Додаткова література:

1. Базильчук О. Показники змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток // Молода спортивна наука України. – Львів, 2002. – Вип. 6. – Т. 2. – С. 6–10.
2. Бубка С. История развития, современное состояние и место олимпийского спорта в обществе / С. Бубка. – К.: Олімпійська література, 2013. – 238 с.
3. Енциклопедія Олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – К.: Олімпійська література, 2005. – 462 с.

Електронні джерела:

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

4. Технічне та програмне забезпечення (інструменти, матеріали, обладнання ...)

Навчально-методичний комплекс початкової дисципліни, фонди бібліотеки ПНПУ, інтернет-ресурс, спортивний інвентар.

5. Критерії оцінювання

Самостійна робота з кожної теми за робочою програмою оцінюється у сумі в діапазоні від 0 до 10 балів. Де:

10 балів, це коли робота студентом виконана в повному обсязі;

9 балів – якщо допускаються незначні помилки;

8 балів – якщо робота виконана майже на 90% від загального обсягу;

7 балів – обсяг виконаних завдань становить від 80% до 89% від загального обсягу;

6 балів – коли студент виконав лише від 70% до 79% від загального обсягу;

5 балів – обсяг виконаної роботи становить від 50% до 69% від загального обсягу;

4 бали – виконана частина роботи складає від 40% до 49% від загального обсягу;

3 бали – складає від 20% до 39% від загального обсягу;

2 бали – обсяг виконаних завдань складає від 10% до 19% від загального обсягу;

1 бал – в цілому обсяг виконаних завдань складає менше 10% від загального обсягу.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до виконання самостійної роботи студентів
з навчальної дисципліни
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ХОРТИНГУ»
(укладач: *Новік С. М.*)

1. Мета навчальної дисципліни та результати навчання

Мета: сприяти патріотичному вихованню студентів на культурних та оздоровчих традиціях українського народу, формувати цілісну систему теоретичних і методичних знань, практичних умінь і навичок проведення занять з хортингу.

Очікувані результати навчання з дисципліни:

- відтворити термінологію з хортингу;
- знати історію розвитку хортингу, ідеологію, завдання та засоби загально-фізичної та спеціальної підготовки хортингіста;
- продемонструвати виконання основних технічних прийомів і тактичних навичок хортингіста;
- відтворити прийоми страхування, акробатики та окремих технічних елементів хортингу;
- описати методіку проведення стройових та загальнорозвиваючих вправ хортингіста;
- організовувати і проводити змагання з хортингу.

2. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. ХОРТИНГ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ В УКРАЇНІ

Тема 1. Методи вивчення хортингу. Способи розучування прийомів і вправ.

Тема 2. Фізична підготовка у хортингу.

Тема 3. Тактична підготовка у хортингу.

Змістовий модуль 2. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ХОРТИНГУ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Тема 4. Базова техніка хортингу.

Тема 5. Методика ударної техніки рук у хортингу.

Тема 6. Методика захватної техніки у хортингу.

Тема 7. Методика ударної техніки ніг у хортингу.

Тема 8. Методика кидкової техніки у хортингу.

Тема 9. Методика викладання хортингу.

3. Завдання до самостійної роботи

Тема 1. МЕТОДИ ВИВЧЕННЯ ХОРТИНГУ. СПОСОБИ РОЗУЧУВАННЯ ПРИЙОМІВ І ВПРАВ

Завдання:

1. Користуючись рекомендованою літературою законспектувати у зошит основні положення техніки безпеки при заняттях хортингом.

2. Відповідно до кваліфікаційного поділу форм, розподілити їх та заповнити таблицю: прості базові, складні базові і вищі форми.

Форма «Перша захисна»

Форма «Перша атакувальна»

Форма «Друга захисна»

Форма «Друга атакувальна»

Форма «Третя атакувальна»

Форма «Третя атакувальна»

Форма «Інструкторська захисна»

Форма «Інструкторська атакувальна»

Форма «Майстерська захисна»

Форма «Майстерська атакувальна»

Форма «Вища захисна»

Форма «Вища атакувальна»

Розділ «Прості базові форми»	Розділ «Складні базові форми»	Розділ «Вищі форми»

3. Проаналізувати, встановити та законспектувати послідовність вивчення форм.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Тупеев Ю. В. Хортинг та методика викладання : навчально-методичний посібник / Ю. В. Тупеев, М. Г. Семерджян. – Миколаїв : МНУ, 2016. – 266 с.

2. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрмоєнко. – К., 2009. – 123 с.

3. Традиційні і сучасні єдиноборства Сходу і Заходу. – Мн.: Харвест, 1996.

Електронні джерела:

1. Національна федерація бойового хортингу України. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://horting.org.ua/>

Тема 2. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА У ХОРТИНГУ

Завдання:

1. Підготувати коротку доповідь про особливості фізичної підготовки у хортингу.

2. Запропонувати 6-8 вправ для розвитку спеціальних фізичних якостей спортсмена, який займається хортингом:

- спеціальної сили;
- спеціальної швидкості;
- спеціальної витривалості;
- спеціальної спритності;
- спеціальної гнучкості.

3. Законспектувати перелік способів страховки і самостраховки хортингістів.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Тупєєв Ю. В. Хортинг та методика викладання : навчально-методичний посібник / Ю. В. Тупєєв, М. Г. Семерджян. – Миколаїв : МНУ, 2016. – 266 с.

2. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрмоєнко. – К., 2009. – 123 с.

3. Традиційні і сучасні єдиноборства Сходу і Заходу. – Мн.: Харвест, 1996.

Електронні джерела:

1. Національна федерація бойового хортингу України. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://horting.org.ua/>

Тема 3. ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА У ХОРТИНГУ

Завдання:

1. Опрацювати текст лекції та законспектувати основні напрямки тактичної підготовки хортингіста.

2. Підготувати доповідь або презентацію на одну з тем:

Проведення двораундового комплексного двобою.

Проведення ударних дій і захистів.

Проведення кидкових дій і захистів.

Контратакувальна тактика.

Захист маневром.

Захист маневром тулубом.

Контактний захист від удару.

Тактика ближнього двобою.

Проведення вільного двобою.

3. Користуючись рекомендованою літературою та конспектом лекції законспектувати методику коригування тактики і техніки хортингістів.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Тупеев Ю. В. Хортинг та методика викладання : навчально-методичний посібник / Ю. В. Тупеев, М. Г. Семерджян. – Миколаїв : МНУ, 2016. – 266 с.

2. Єрьоменко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрьоменко. – К., 2009. – 123 с.

Електронні джерела:

1. Національна федерація бойового хортингу України. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://horting.org.ua/>

Тема 4. БАЗОВА ТЕХНІКА ХОРТИНГУ

Завдання:

1. Заповнити таблицю «Сійки і позиції хортингіста».

Позиції етикету	Бойові сійки	Позиції напівстоячи

2. Заповнити таблицю «Пересування хортингіста».

Пересування в бойовій однобічній стійці	Пересування у фронтальній стійці	Пересування в позиції напівстоячи

3. Заповнити таблицю «Ударні та захватні частини».

Ударні частини		Захватні частини	
Ударні частини руки	Ударні частини ноги	Захватні частини руки	Захватні частини ноги

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Тупеев Ю. В. Хортинг та методика викладання : навчально-методичний посібник / Ю. В. Тупеев, М. Г. Семерджян. – Миколаїв : МНУ, 2016. – 266 с.

2. Традиційні і сучасні єдиноборства Сходу і Заходу. – Мн.: Харвест, 1996.

Електронні джерела:

1. Національна федерація бойового хортингу України. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://horting.org.ua/>

Тема 5. МЕТОДИКА УДАРНОЇ ТЕХНІКИ РУК

Завдання:

1. Заповнити таблицю «Техніка рук у хортингу».

Блоки руками	Удари руками

2. Проаналізувати та законспектувати характеристику фаз ударного руху: доударна, ударна та післяударна фази.

3. Підготувати доповідь на одну з тем:

Ефективність ударних і захисних дій.

Спеціальна координація хортингіста.

Біомеханіка удару.

Вибір больових крапок.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Тупеев Ю. В. Хортинг та методика викладання : навчально-методичний посібник / Ю. В. Тупеев, М. Г. Семерджян. – Миколаїв : МНУ, 2016. – 266 с.

2. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрмоєнко. – К., 2009. – 123 с.

Електронні джерела:

1. Національна федерація бойового хортингу України. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://horting.org.ua/>

Тема 6. МЕТОДИКА ЗАХВАТНОЇ ТЕХНІКИ ХОРТИНГУ

Завдання:

1. Запропонувати 5-6 вправ для зміцнення хвату кисті.
2. Запропонувати 5-6 вправ для збільшення сили згинання кисті.

3. Запропонувати 5-6 вправ для тренування захватних функцій передпліч.

4. Запропонувати 5-6 вправ для тренування захватних функцій плечового поясу.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Тупеев Ю. В. Хортинг та методика викладання : навчально-методичний посібник / Ю. В. Тупеев, М. Г. Семерджян. – Миколаїв : МНУ, 2016. – 266 с.

2. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрмоєнко. – К., 2009. – 123 с.

3. Традиційні і сучасні єдиноборства Сходу і Заходу. – Мн.: Харвест, 1996.

Електронні джерела:

1. Національна федерація бойового хортингу України. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://horting.org.ua/>

Тема 7. МЕТОДИКА УДАРНОЇ ТЕХНІКИ НІГ У ХОРТИНГУ

Завдання:

1. Заповнити таблицю «Техніка ніг у хортингу».

Блоки ногами	Удари ногами

2. Підготувати доповідь на одну з тем:

Загальні принципи виконання ударів ногами.

Біодинаміка удару ногою.

Техніка захисту від ударів ногами.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Тупеев Ю. В. Хортинг та методика викладання : навчально-методичний посібник / Ю. В. Тупеев, М. Г. Семерджян. – Миколаїв : МНУ, 2016. – 266 с.

2. Єрьоменко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрьоменко. – К., 2009. – 123 с.

Електронні джерела:

1. Національна федерація бойового хортингу України. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://horting.org.ua/>

Тема 8. МЕТОДИКА КИДКОВОЇ ТЕХНІКИ У ХОРТИНГУ

Завдання:

1. Заповнити таблицю «Характеристика кидкової техніки у хортингу».

Форми кидків	Форми кидків ногами першого рівня	Принципи кидків

2. Створити словник термінології кидкової техніки (базова техніка кваліфікаційної програми).

3. Навести перелік індивідуального спорядження хортингіста.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Тупеев Ю. В. Хортинг та методика викладання : навчально-методичний посібник / Ю. В. Тупеев, М. Г. Семерджян. – Миколаїв : МНУ, 2016. – 266 с.
2. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрмоєнко. – К., 2009. – 123 с.
3. Традиційні і сучасні єдиноборства Сходу і Заходу. – Мн.: Харвест, 1996.

Електронні джерела:

1. Національна федерація бойового хортингу України. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://horting.org.ua/>

Тема 9. МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ХОРТИНГУ

Завдання:

1. Користуючись рекомендованою літературою та конспектом лекцій, проаналізувати, систематизувати та законспектувати послідовність вивчення й удосконалення технічних і тактичних дій у хортингу.
2. Підготувати документи змагань з хортингу: заявка на участь, протокол зважування, протокол ходу змагань.
3. Скласти план-конспект заняття з хортингу.

Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Тупеев Ю. В. Хортинг та методика викладання : навчально-методичний посібник / Ю. В. Тупеев, М. Г. Семерджян. – Миколаїв : МНУ, 2016. – 266 с.
2. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрмоєнко. – К., 2009. – 123 с.

Електронні джерела:

1. Національна федерація бойового хортингу України. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://horting.org.ua/>

4. Технічне та програмне забезпечення (інструменти, матеріали, обладнання ...)

Навчально-методичний комплекс початкової дисципліни, фонди бібліотеки ПНПУ, інтернет-ресурс, спортивний інвентар.

5. Критерії оцінювання

Під час оцінювання самостійної роботи з кожної теми за робочою програмою навчальної дисципліни доречно буде керуватися наступними критеріями:

- повнота розкриття питання;
- цілісність, систематичність, логічна послідовність, уміння;
- акуратність оформлення письмової роботи;
- підготовка матеріалу за допомогою комп'ютерної техніки, різних технічних засобів (плівок, слайдів, приладів, схем тощо);
- вміння використовувати теоретичні знання при виконанні практичних завдань;
- обґрунтованість та логічність викладення самостійно вивченого матеріалу;
- повнота розкриття теми дослідження;
- оформлення матеріалів згідно з висунутими вимогами.

Виконані завдання оцінюються за наступним принципом:

5 балів – завдання зроблене повністю та здане вчасно, якісно оформлено;

4 бали – завдання зроблене, але є незначні помилки в розв'язуванні завдання;

3 бали – завдання зроблене, але є незначні помилки в процесі розв'язування завдання;

2 бали – завдання зроблене, але є суттєві помилки в його розв'язуванні;

0-1 бал – завдання не виконане або тільки розпочато його розв'язання.

УКЛАДАЧІ:

Момот Олена Олегівна – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

Зайцева Юлія Вікторівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

Шостак Євгенія Юріївна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

Тараненко Ірина Вадимівна – кандидат педагогічних наук, доцент, старший викладач кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

Новік Сергій Миколайович – кандидат педагогічних наук, доцент, старший викладач кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

Кириленко Олександр Іванович – старший викладач кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

Кириленко Ганна Вікторівна – старший викладач кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

З М І С Т

ПЕРЕДМОВА.....	3
Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики» (укладач: Момот О. О.)	8
Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол)» (укладач: Зайцева Ю. В.)	31
Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання плавання» (укладач: Тараненко І. В.)	39
Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання міні-футболу» (укладачі: Шостак Є. Ю., Новік С. М.)	52
Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних ігор (футбол)» (укладач: Шостак Є. Ю.)	71
Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання настільного тенісу» (укладач: Кириленко О. І.)	83
Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних ігор. Гандбол» (укладач: Кириленко Г. В.)	93
Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання хортингу» (укладач: Новік С.М.)	101

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ ЗІ СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІНИ

Здано до друку 04.05.2021 р.
Формат 60x84/16. Папір офсетний.
Гарнітура Times New Roman. Друк офсетний.
Ум.-друк. арк. 6,5
Наклад 100 прим. Зам. № 9611-23

Віддруковано у друкарні ТОВ «СІМОН»
м. Полтава, вул. Пушкіна, 42
050-590-12-52
simon@simon.com.ua
www.simon.com.ua

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до Державного реєстру видавців, виготовників
і розповсюджувачів видавничої продукції
Серія ПЛ № 17 від 23.03.2004 р.