

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ДОНБАСЬКА ДЕРЖАВНА МАШИНОБУДІВНА АКАДЕМІЯ**

Кафедра фізичного виховання і спорту

**ПРАКТИКУМ З ФУТЗАЛУ**

**Дидактичне забезпечення самостійної роботи студентів**

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка  
спеціальність 017 Фізична культура і спорт  
ОПП «Фізична культура і спорт»  
Освітній рівень перший (бакалаврський)  
Вид дисципліни вибіркова  
Факультет інтегрованих технологій і обладнання

Розробник:  
Єрмоленко О.В. викладач кафедри  
фізичного виховання і спорту

Розглянуто і схвалено на засідання кафедри фізичного виховання і спорту.  
Протокол № 21 від 30.08.2024 р.

Краматорськ-Тернопіль 2024 р.

Під час самостійної роботи студенти вивчають як матеріал аудиторних занять курсу, так і питання винесенні на самостійне вивчення.

Самостійна робота планується на кожну годину аудиторного часу і на питання винесенні на самостійне вивчення.

Розподіл часу самостійної роботи виконується згідно плану навчального процесу та робочого плану дисципліни.

Під час самостійної роботи студенти звертаються до літератури теоретичного курсу та допоміжної методичної літератури в разі необхідності.

*Зміст самостійної (індивідуальної) роботи:*

**Тема № 1.** Історія зародження та розвитку гри у футзал. Футзал як вид спорту (основні терміни і поняття).

Зміст теми:

- історія світового футзалу.
- історія футзалу України;
- основні терміни та поняття у футзалі.

Література: [О:1,2,5].

**Тема № 2.** Основні положення та класифікація техніки та тактики гри у футзал.

Зміст теми:

- основні положення та класифікація техніки гри у футзал;
- основні положення та класифікація тактики гри у футзал;
- принципи гри у футзал.

Література: [О:1-3,5,8,12,14,18-21; Д:2,3,5].

**Тема № 3.** Методика навчання та вдосконалення техніки та тактики гри у футзал. Контроль фізичного стану та техніко-тактичної майстерності у футзалі.

Зміст теми:

- форми, методи та засоби формування техніки гри у футзал;
- підготовка плану-конспекту тренувального заняття з футзалу;
- вправи для навчання та вдосконалення техніки гри у футзал;
- вправи для навчання та вдосконалення тактики гри у футзал;
- тестовий контроль стану фізичної та технічної підготовленості футзалістів різних вікових груп.

Література: [О:1-3,5,8,12,14,18-21; Д:2,3,5].

**Тема № 4.** Офіційні правила гри у футзал.

Зміст теми:

- сигнали арбітра;
- фоли і неналежна поведінка, 6-метровий удар;
- штрафні та вільні удари;
- удар з бокової лінії.

Література: [О:15].

**Тема № 5.** Загальні поняття про фізичну підготовку у футзалі.

Зміст теми:

- загальна фізична підготовка у футзалі;
- розвиток фізичних якостей у футзалі;
- спеціальна фізична підготовка у футзалі.

Література: [О:1-3,5,7,8,12,14,16,18-21; Д:2,3,5].

**Тема № 6.** Технічна підготовка у футзалі.

Зміст теми:

- методика початкового навчання та вдосконалення стійок та переміщень у футзалі;
- техніка володіння м'ячем (аналіз техніки та методика навчання та вдосконалення ударів по м'ячу, зупинок м'яча, ведення м'яча, фінтів);
- методика початкового навчання та вдосконалення відбору м'яча;
- методика початкового навчання та вдосконалення техніки гри воротаря.

Література: [О:1-3,5,8,12,14,18-21; Д:2,3,5].

**Тема № 7.** Тактична підготовка у футболі.

Зміст теми:

- методика початкового навчання та вдосконалення індивідуальних дій в нападі та захисті у футзалі;
- методика навчання та вдосконалення групових дій в нападі та захисті у футзалі;
- методика початкового навчання та вдосконалення командним діям в нападі та захисті у футзалі.

Література: [О:1-3,5,8,12,14,18-21; Д:2,3,5].

**Тема № 8.** Організація та проведення змагань з футзалу.

Зміст теми:

- види змагань;
- положення про змагання;
- системи розіграшу;
- виявлення переможців змагань;
- правила проведення змагань з футзалу;
- суддівство.

Література: [О:1,2,5,8,12].

**Тема № 9.** Основні положення сучасної системи тренування у футзалі. Управління тренувальною та змагальною діяльністю у футзалі.

Зміст теми:

- мета і завдання спортивного тренування у футзалі;
- сторони підготовки у футзалі;

- закономірності та принципи спортивного тренування у футзалі;
- засоби та методи спортивного тренування у футзалі;
- тренувальні ефекти;
- етапне, поточне та оперативне управління спортивного тренування у футзалі;

- управлінська діяльність тренера.

Література: [О:1,2,4,7-14,16-19,21; Д:1-3].

**Тема № 10.** Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Зміст теми:

- структура тренувального процесу;
- вікові особливості раціональної побудови багаторічної підготовки;
- режим роботи та наповнення навчальних груп;
- планування та зміст занять у річному циклі підготовки;
- основний програмний матеріал з видів підготовки.

Література: [О:21].

### **Рекомендована література**

*Основна:*

1. Байрачий О.В. Фізичне виховання. Міні-футбол: практикум для студентів усіх спеціальностей / О.В.Байрачий, Є.М.Петренко, В.М.Тимошкін – Київ.:НАУ, 2014 – 52 с.
2. Братусь В.И. Сторінки історії футзалу України. Київ.: Логос. 2013. – 237 с.
3. Вознюк, Т.В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Навчальний посібник. / Т.В. Вознюк. – Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2016. – 240 с.
4. Волков Л.В. Теорія и методика дитячо-юнацького спорту /Л.В.Волков. - К.: Олімпійська література, 2002. – 294 с.
5. Єрмоленко О.В. Методика проведення практичних і самостійних занять зі спортивних ігор : посібник / О. В. Єрмоленко, М. В. Єрмоленко. – Краматорськ : ДДМА, 2016. – 75 с.
6. Єрмоленко О.В. Методика організації та проведення практичних занять з футзалу: методичні вказівки/ О. В. Єрмоленко., М. В. Єрмоленко. – Краматорськ : ДДМА, 2023. – 55 с.
7. Келлер, В.С. Індивідуальне тренування футболіста / В.С. Келлер, В. В. Соломонко. – К.: Здоров'я, 1975. –78 с.
8. Костенко М.П. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник / М.П. Костенко, В.П. Краснов , О.В. Отрошко. – К.: НУБіП України, 2019. – 87 с.
9. Костюкевич В.М. Побудова тренувальних занять у футболі. / В.М.Костюкевич – Вінниця: Планер, 2013 – 194 с.

10. Костюкевич, В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навчальний посібник / В. М. Костюкевич. – Вінниця: «Планер», 2014. – 616 с.
11. Костюкевич В.М. Керівництво тренувальним процесом футболістів в річному циклі підготовки: Монографія / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2006. – 683 с.
12. Левчук В.Є. Міні-футбол: вправи, ігри, стандарти: Метод. посібник. Л.: Українські технології, 2006. – 116 с.
13. Лисенчук, Г. А. Керівництво підготовкою футболістів / Г. А. Лисенчук. – К.: Олімпійська література, 2003. – 271 с.
14. Платонов В. Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Загальна теорія та її практичні додатки. / В. Н. Платонов. – К.: Олімпійська література, 2004. – 808 с.
15. Правила гри 2020/21. Футзал. Міжнародна Рада футбольних асоціацій. Mupstergasse 9, 8001 Zurich, Switzerland, 2020. – 149 с.
16. Пшибильський Войцех. Фізична підготовка футболістів високого рівня: монографія / В. Пшибильський, В. С. Міщенко. – К.: Наук. світ, 2004. – 158 с.
17. Сіренко, Р. Р. Комплексний контроль працездатності юних футболістів: методика, оцінка та корекція / Р. Р. Сіренко. – К.: Федерація футболу України, ВКФ «Комбі ЛТД», 2006. – 116 с.
18. Соломонко, В. В. Футбол : підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. В. Соломонко, Г. А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – 3-тє вид., перероб. і допов. – К. : Олімпійська література, 2014. – 304 с.
19. Франков А. В. Футбол. – Харків: Фактор, 2009. – 192 с. ISBN 978-966-312-885
20. Футбол у школі : посіб. для вчителів і школярів / Соломонко В. В., Лисенчук Г. А., Соломонко О. В., Пилипенко В. О. – 2-ге вид., перероб. і допов. – К. : Навчальний друк , 2014. – 296 с. – ISBN 978-966-611-958-5
21. Футзал. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. В.І. Воронова, В.І.Гончаренко, В.М. Дараган та ін. К. Республіканський науково-методичний кабінет Міністерства молоді та спорту України, 2015. – 111 с.

*Додаткова:*

1. Воронова В. І. Психологія спорту: навч. посібник / В. І. Воронова. – К.: Олімпійська література, 2007. – 298 с.
2. Веселовський А.П. Спортивні ігри з методикою навчання/– Дрогобич: Редакційно – видавничий відділ ДДПУ імені Івана Франка, 2008. – 216 с.
3. Іваніцький Р. Б., Бичук І. О., Бичук О. І., Швай О. Д., Герасимюк П. П. Основи навчання гри у футзал : метод. рекомендації. Луцьк, 2023. – 54 с.
4. Кособуцький Ю. Ф., Григорович О. С., Пасевич А. М. Міні-футбол. Тактичні дії в нападі Рівне : НУВГП, 2018. – 33 с.

5. Методичні рекомендації до оволодіння техніко-тактичними елементами гри у міні-футбол (футзал) / Уклад.: А. Р. Гринь, А. Б. Кондратович. Київ : НТУУ «КПІ» ім. Ігоря Сікорського, 2017. – 54 с.

#### **Електронні ресурси з дисципліни**

1. <https://futsal.com.ua>
2. <https://uaf.ua/files/biblioteka/футза-правила-гри-2020-2021.pdf>
3. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0119-15#Text>
4. <https://mms.gov.ua/sport/dityacho-yunackij-ta-rezervnij-sport/navchalni-programi-dlya-zakladiv-fizichnoyi-kulturi-i-sportu-z-vidiv-sportu/neolimpijski-vidi-sportu>