

ЗАЛКОВІ ВИМОГИ ДЛЯ СТУДЕНТІВ 5-ГО КУРСУ З ПРЕДМЕТУ «СПВ» СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ ФУТБОЛ

(5 курс, спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»)

1. Здати залік по курсу теорії.
2. Отримати позитивну оцінку по навчальній практиці.
3. Здати практичні нормативи по фізичній і технічній підготовці.

КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ

1. Дайте визначення поняттю «адаптація».
2. Назвіть види адаптації.
3. Охарактеризуйте генотипну адаптацію.
4. Охарактеризуйте фенотипічну адаптацію.
5. Назвіть стадії формування довготривалих адаптаційних реакцій.
6. Дайте визначення поняттю «деадаптація».
7. Дайте визначення поняттю «реадаптація».
8. Дайте визначення поняттю «переадаптація».
9. Назвіть та охарактеризуйте хронічні травми.
10. Охарактеризуйте основні принципи тренувальних навантажень.

КОНТРОЛЬНІ НОРМАТИВИ

№ п/п	Контрольні нормативи	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1.	Біг на 30 м. (сек)	4.0	4.1	4.2	4.3	4.4
2.	Біг 5х30 м. (20 сек. на повернення)	20.0	21.0	22.0	23.0	24.0
3.	Стрибки у довжину з місця (м)	2.60	2.50	2.40	2.30	2.20
Технічна підготовленість						
1.	Удари на точність з 16,5 м. ворота поділені на 2 ч. 5 спроб (к-сть попадань)	5	4	3	2	1
2.	Комбінований норматив з обведенням 4 стійок і ударом по воротах з 16,5м (к-сть попадань).	5	4	3	2	1
3.	Жонглювання ногами (к-сть разів).	45	40	35	30	25

Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота	Сума
Змістовий модуль №2	

Види контролю		Т1			
№		Бал	Макс. к-ть робіт	Макс. бал	Кількість балів
1	Відвідування занять	0,5	28	14	14
2	Позитивна оцінка за відповіді на заняттях	7	5	35	35
3	Складання нормативів з фізичної підготовленості	5	6	30	30
4	Складання конспекту	21	1	21	21
Максимальна сума балів				100	100

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Методичне забезпечення

1. Науково-методична та спеціальна література.
2. Відеоматеріали навчально-методичного характеру.
3. Презентації за темами.

Рекомендована література

1. Зеленцов А. М. Моделирование тренировки в футболе / А. М. Зеленцов, В. В. Лобановський. – 2-е изд. перераб. и доп. – К. : Альтерпресс, 1998. – 215с.

2. Історичні аспекти розвитку тактики футболу : навч. посіб / Соломонко В. В. Лісенчук Г. А., Соломонко О. В., Молнар М. В. – Л., 2010. – 179 с.
3. Карпа І. Я. Структура фізичної підготовленості кваліфікованих футболістів на етапі підготовки до вищих досягнень / Карпа І. Я. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. - №9. – С. 53-56.
4. Карпа І. Я. Структура техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів на етапі підготовки до високих досягнень / Карпа І. Я. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації / зб. наук. праць – Вип. 13. – Вінниця, 2011. – С. 168-176. ISSN 2071 – 5285
5. Костюкевич В. М. Футбол : навч. посіб. для студентів ф-тів фіз. виховання пед. ін-тів та ун-тів / Костюкевич В. М. – Вінниця : ВАТ Віноблдрукарня, 1997. – 260 с.
6. Костюкевич В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки : монография / В. М. Костюкевич. – Винница : Планер, 2006. – 683 с. – ISBN 966-22.22.0
7. Лісенчук Г. А. Управление подготовкой футболистов / Г. А. Лісенчук. – К. : Олимпийская литература, 2003. – 271 с.
8. Лобановский В. В. Концепции и принципы подготовки сборной страны / Лобановский В. В. // Футбол : ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – С. 4 – 6.
9. Максименко И. Г. Соревновательная и тренировочная деятельность футболистов : монография / И. Г. Максименко. – Луганск : Знание, 2009. – 258 с.
10. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
11. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение : учебник / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 806 с. – ISBN 966-7133-64-8.
12. Соломонко В. В. Футбол : підручник / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімпійська література, 2005. – 296 с.
13. Тюленьков С. Ю. Управление подготовкой футболистов высокой квалификации / С. Ю. Тюленьков. — М., 1998. — 290 с.
14. Фалес Й. Г. Фізіологічні аспекти визначення структури тренувальних навантажень і функціонального стану футболістів / Й. Г. Фалес // Практикум з футболу : [Науково-методичні аспекти тренування футболістів : матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф.] – К., 2001. – С. 31 – 35.
15. Чанади А. Футбол. Стратегія : пер. с венг. Ю. Гербста / Арпад Чанади. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 207 с.
16. Чанади А. Футбол. Техніка : пер. с венг. В. М. Полиевктова / Арпад Чанади. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 256 с.
17. Шамардин В. Н. Медико-биологические основы спортивной тренировки футболистов / Шамардин В. Н. – Д. : Пороги, 1998. – 133 с.
18. Шамардин В. Н. Моделирование подготовленности высококвалифицированных футболистов : учеб. пособ. / В. Н. Шамардин. – Д. : Пороги, 2002. – 201 с. – ISBN 966-525-291-7.

