

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: «МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ З ФУТБОЛУ В ЗОШ НА
ОСНОВІ НАВЧАЮЧИХ ПРОГРАМ»

Виконав: студент 2 курсу,
групи ФК1р-М19z
спеціальності 014 Середня освіта
(Фізична культура)

Валаш Ян Георгійович

Керівник: Ліщук В.В., доцент

Рецензент: Мисів В.М., кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент

Кам'янець-Подільський – 2020 рік

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	3
ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ОСНОВНІ ПРОБЛЕМИ ПРОВЕДЕННЯ УРОКУ ФУТБОЛУ В СЕРЕДНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ.....	6
1.1 Організація, зміст і методика проведення уроків футболу в ЗОШ.....	6
1.2 Теоретико-методичні основи застосування програмованого навчання в навчальний процес ЗОШ	14
1.3 Особливості проведення уроку футболу з школярами різного віку.....	21
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	31
2.1 Методи дослідження.....	31
2.2 Організація дослідження	33
РОЗДІЛ 3 ПРОГРАМОВАНЕ НАВЧАННЯ ТЕХНІЦІ ГРИ У ФУТБОЛ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У 6 КЛАСАХ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ	36
3.1 Педагогічні передумови формування рухової навички.....	36
3.2 Об'єктивні та суб'єктивні критерії впливу навчаючих програм на ступінь засвоєння технічних прийомів з футболу	51
ВИСНОВКИ.....	58
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНАЦІЇ	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	61
ДОДАТКИ.....	67

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

1. СФП – спеціальна фізична підготовка.
2. ЗФП – загальна фізична підготовка.
3. ТТД – техніко-тактична дія.
4. ...

ВСТУП

Актуальність теми. Одним із найпопулярніших видів спорту в нашій країні, особливо серед дітей, є футбол. Інтерес до футболу з кожним роком зростає не тільки серед хлопчиків, але й серед дівчат, тому за масовістю і популярністю він випереджує багато видів спорту. У футболу є ще одна цінна якість – він універсальний. Так, систематичні заняття футболом школярів всебічно впливають на організм, підвищують загальний рівень рухової активності, удосконалюють функціональну діяльність організму, забезпечуючи правильний фізичний розвиток [1]. Урок футболу у школі розглядається як засіб не тільки фізичної підготовки, засвоєння технічної і тактичної сторони цієї гри, але й підвищення розумової працездатності, зняття втоми учнів, яка виникає під час навчальних занять із загальноосвітніх дисциплін [2]. Футбол формує такі позитивні навички та риси характеру, як вміння підчиняти особисті інтереси інтересам колективу, класу, команди, взаємодопомога, активність, почуття відповідальності.

Упровадження третього уроку фізичної культури в школах України передбачено Законом України "Про фізичну культуру і спорт" (введено в дію Постановою Верховної Ради України від 24 грудня 1993 р.) та Цільовою комплексною програмою "Фізичне виховання - здоров'я нації", затвердженою указом Президента України від 1 вересня 1998 р. Одним із напрямків здійснення цієї програми було прийняття Цільової комплексної програми розвитку футболу. Наймасштабнішим досягненням у реалізації Цільової комплексної програми розвитку футболу є активізація роботи щодо розвитку дитячо-юнацького футболу в Україні.

Проблему побудови уроків футболу в загальноосвітній школі вирішували: КЛ. Віхров, Є.В. Столітенко, 2002; О.О. Зінченко, АГ. Васильчук, 2002; А.В. Попов, КЛ. Віхров, 2001; Є.В. Столітенко, 2003; В.Т. Ткаченко, 2004; Й.Г. Фалес, АГ. Васильчук, 2003 та інші.

Однак варто враховувати той факт, що не всі педагоги під час навчання у ВНЗ одержують достатню теоретичну і практичну підготовку для організації і проведення уроків з елементами футболу, фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи зі школярами. На теперішній час система багаторічної підготовки юних футболістів на Україні починається із загальноосвітньої школи. Ця новизна вимагає від викладачів фізичного виховання, які проводять уроки з футболу вміння доцільного підбору засобів і методів для підвищення ефективності та прискорювання процесу підготовки.

З урахуванням вище викладеного практична розробка і впровадження алгоритмізованих (покрокових) навчаючих програм з техніки гри у футбол на уроках в загально-освітніх школах є актуальним питанням у теорії і методиці фізичного виховання.

Об'єкт дослідження – навчальний процес на уроках фізичної культури засобами футболу в загальноосвітній школі.

Предмет дослідження – організація і проведення уроків фізичної культури засобами футболу в середніх класах загальноосвітніх шкіл.

Мета роботи полягає у науковому обґрунтуванні методики початкового навчання техніці гри у футбол на основі навчаючих програм.

Реалізація поставленої мети передбачає розв'язання таких **завдань**:

1. Здійснити аналіз сучасного стану основних проблем проведення уроків футболу в загальноосвітніх школах.
2. Вивчити рівень технічної підготовки з футболу учнів 5-6 класів.
3. Визначити вплив навчаючих програм технічних прийомів футболу за об'єктивними та суб'єктивними показниками.

Практична значущість результатів педагогічного дослідження полягає у розробці й упровадженні у навчально-тренувальний процес практичних рекомендацій, щодо покращення процесу початкового навчання технічним приймам гри у футбол на уроках фізичної культури в загальноосвітніх школах.

Апробація результатів дослідження відбувалась під час щорічної звітної наукової конференції студентів і магістрантів за підсумками НДР у 2019-2020 н.р. Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (23-24 вересня 2020 року).

Структура і обсяг дипломної роботи. Дипломна робота складається із переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку літератури та додатків. Вона викладена на 55 сторінках машинописного тексту, містить 5 таблиць, 3 рисунки. Список літератури включає 67 джерел.

ВИСНОВКИ

1. На підставі аналізу літературних джерел виявлено: в Україні створюються всі умови для впровадження в навчальний процес загальноосвітніх закладів додаткового уроку з футболу; фахівці наголошують на необхідності застосування в процесі фізичного виховання навчальних програм; у науково-методичній літературі широко представлені основи підготовки юних футболістів в умовах дитячо-юнацьких шкіл та вдосконалення спортивної майстерності кваліфікованих футболістів, проте питання підготовки в умовах загальноосвітніх шкіл освітлене недостатньо.

2. Встановлено що одним з дієвих засобів, що позитивно впливає на створення сталої рухової навички гри у футбол є застосування на уроках фізичної культури алгоритмізованих навчаючих програм, які передбачають засвоєння відповідних знань за кроками, враховуючи основні дидактичні принципи.

3. Визначено, що ефективність навчання за алгоритмізованими програмами з техніки гри у футбол можна оцінити за об'єктивними (педагогічне тестування) та суб'єктивними (анкетування, експертна оцінка) критеріями.

4. Встановлено, що рівень технічної підготовленості учнів, які брали участь у експерименті статистично достовірно покращився за всіма показниками, що піддавалися тестуванню. Найбільший приріст спостергівся зау результатами влучності кидків у ворота та жонглюванні м'яча.

5. Метод експерних оцінок дозволив зробити загальні висновки щодо визначення впливу навчаючих програм на рівень технічної підготовленості учнів 6 класів. Експертами відзначене значне покращення вміння поєднувати технічні прийоми, доцільність їх використання у процесі гри та точність і ефективність виконання цих прийомів.

6. Застосування технології алгоритмізованих програм дозволило значно підвищити ступінь реалізації рухового потенціалу школярів з техніки футболу, що підтверджується їх власною думкою за даними анкетування.

7. Результати проведеного педагогічного експерименту підтвердили, що продумане використання методів та засобів для навчання технічним прийомам гри у футбол позитивно впливає на підвищення техніко-тактичної майстерності та результативності індивідуальних, групових і командних техніко-тактичних дій, загалом дозволяє оптимізувати процес фізичного виховання школярів.

8. *Відродження масовості занять футболом розпочинається з початкового навчання у загальноосвітніх навчальних закладах. Уроки і секційні заняття з футболу в навчальній програмі розглядаються як методичний момент обов'язкового переключення з розумової діяльності на фізичну. Це своєрідне розвантаження, сприяє відпочинку та відновленню інтелектуальних сил, що у свою чергу веде до підвищення працездатності школярів.*

Аналіз науково-методичної літератури з футболу доводить, що проблеми проведення уроків футболу в школі у процесі фізичного виховання школярів висвітлюється недостатньо та досить односторонньо, і, як правило, автори наукових робіт обмежуються узагальненням досвіду підготовки спортсменів. Такий підхід хоча і охоплює деякі з напрямків процесу фізичного виховання в школі проте вимагає внесення певних коректив. За останній час в Україні та за кордоном ведуться пошуки шляхів і засобів підвищення ефективності навчання. Це викликано стрімким зростанням обсягу науково-технічної інформації і беззупинним збільшенням числа людей, що навчаються. У теперішній час практично встановлена можливість широкого використання спеціальних технологій навчання у навчальному і тренувальному процесі школярів. Проведений аналіз сучасних публікацій засвідчив, що дослідження визначеної проблеми може доповнити уявлення про закономірності процесу фізичного виховання школярів на

уроках футболу. Одним із шляхів розв'язання цієї проблеми є обґрунтування ефективності проведення уроку футболу з використанням навчаючих програм технічним прийомам.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреев С.Н. Играй в мини-футбол. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 46 с.
2. Андреев С.Н. Играй в футбол. – М.: ПОМАТУР, 1999. – 142 с.
3. Бабушкин В.З. Специализация в спортивных играх. - К: Здоровье, 1981.-161 с.
4. Бальсевич В.К. Методические принципы исследований по проблеме отбора и спортивной ориентации // Теория и практика физ.культуры. – 1986. -№1. – С. 31-34
5. Благуш П.К. К теории тестирования двигательных способностей. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 165 с.
6. Бойченко Б. Висхідні положення спортивного відбору футболістів. /Практикум з футболу. – К.: Науково-методичний (технічний) комітет ФФУ, 2003. – С. 86
7. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: .: Физкультура и спорт, 1980. – 128 с.
8. Бубе Х. и др. Тесты в спортивной практике. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 238 с.
9. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. – М.: ФиС, 1988. – 330 с.
10. Вихров К., Догадайло В. Педагогический контроль в процессе тренировки. – К: Научно-методический отдел Федерации футбола Украины, 2000. – 66 с.
11. Вихров К.Л. Игры в тренировке футболистов. – К: Здоровье, 1983. – 91 с.
12. Вихров К.Л. Футбол в школе. – К: Радянська школа, 1990. – 188 с.
13. Волков Л.В. Обучение и воспитание юного спортсмена. – К.: Здоров'я, 1984. – 144 с.

14. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – К.: Олимпийская литература, 2002. – 244 с.
15. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста.: Автореферат дис. ... доктора пед.наук. – М., 1979. – 26 с.
16. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.
17. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства. – М.: Спорт Академ Пресс, 2000. – 80 с.
18. Гриндлер К., Пальке Х., Хелемс Х. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 256с.
19. Дулібський А.В., Виноградський Б.А. Комплексний контроль у процесі підготовки команд з футболу //Практикум з футболу. – К.: Науково-методичний (технічний) комітет Федерації футболу України, 2003. – С. 69-78
20. Дулібський А.В., Фалес Й.Г. Техніко-тактична підготовка юних футболістів. – К.: Науково-методичний (технічний) комітет Федерації футболу України, 2001. – 130 с.
21. Жмарев Н.В. Управленческая и организационная деятельность тренера. – К: Здоровье, 1986. – 126 с.
22. Журид С.Н. Эффективность применения стандартных тренировочных заданий в решении стратегии защитных действий футбольных команд //Практикум з футболу. – К.: Науково-методичний (технічний) комітет Федерації футболу України, 2003. – С. 31
23. Загайнов Р.М. Психолог в команде. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 143 с.
24. Зеленцов А.М., Лобановский В.В. Моделирование тренировки в футболе. – К.: Здоровье, 1986. – 126 с.
25. Зотов В.П. Восстановление работоспособности у спортсменов. –

К.: Здоровье, 1990. – 196 с.

26. Иванов В.В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 256 с., ил.

27. Калинин АЛ. Игра защитников. 4-е издан., испр. и дополн. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 79 с.

28. Карпман А.Л., Белоцерковский З.Б., Гудков И.Н. Исследование физической работоспособности у спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – 91 с.

29. Качалин Г.Ф. Тактика в футболе. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 177 с.

30. Качани Л., Горский Л. Тренировка футболистов. /пер. со словац. А.Н.Самыгина/. – Братислава: Шпорт, 1984. – 239 с.

31. Келлер В.С., Соломонко В.В. Індивідуальне тренування футболістів. – К.: Здоров'я, 1975. – 78 с.

32. Кириллов А.А. Исследование физической работоспособности у футболистов. : Автореф. дис. канд. пед. наук. – М., 1978. – 18 с.

33. Костюкевич В.М. Футбол. Навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання університетів і педагогічних інститутів. – К.-Вінниця: ВАТ «Віноблдрукарня», 1997. – 260 с.

34. Костюкевич В.М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки. – Винница: Планер, 2006. – 683 с.

35. Лаптев А.Л. Режим футболиста. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 79 с.

36. Лисенчук Г.А. Технология оценки потенциальных возможностей футболистов детского возраста. //Наука в олимпийском спорте. – 2002. - № 3-4. – С. 45-48.

37. Лях В.И., Витковский З., Жмуда В. Спортивно-двигательные тесты для оценки специфических координационных способностей футболистов //Теория и практика физ. культ. – 2002. – №8. – С. 51-55.

38. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы

подготовки спортсменов. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 317с.

39. Мукиан Майкл, Дьюрст Дин Все о тренировке юного футболиста: пер. с англ. – М.: АСТ: Сатрель, 2008. – XVIII, 235 [3] с.: ил.

40. Основы математической статистики: Учебное пособие для институтов физической культуры /Под ред В.С. Иванова. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 176 с.

41. Основы управления подготовкой юных спортсменов. /Под ред. М.Я. Набатниковой. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 280 с.

42. Осташев П.В. Прогнозирование способностей футболиста. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 96 с.

43. Пехр Иржи. Футбол. Путеводитель по чемпионатам мира. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 157 с.

44. Підсумки діяльності федерації футболу України (2000 – 2004 рр.). – К., 2004. – 142 с.

45. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.

46. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

47. Плон Б.И. Новая школа в футбольной тренировке. Издание 2-е, испр. и дополн. – М.: Олимпия, Человек, 2008. – 240 с.: ил

48. Пшибыльски В. Критерии оценки подготовленности футболистов детско-юношеского возраста //Наука в олимпийском спорте. – 1997. – №2. – С. 23-28.

49. Пшибыльски Войцех Специальная физическая подготовленность квалифицированных футболистов в подготовительный период тренировки //Наука в олимпийском спорте. – 2003. – №1. – С. 23-27.

50. Романенко В.С., Джус О.Н., Догадин М.Е. Тренировка футболистов. – К.: Здоров'я, 1987. – 261 с.

51. Романенко В.С., Джус О.П., Догадин М.Е. Книга тренера по

футболу. – К.: Здоров'я, 1988. – 252 с.

52. Селуянов В.Н., Сарсания С.К., Сарсания К.С. Физическая подготовка футболистов. – М.: «ТВТ Дивизион», 2004. – 192 с.

53. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. – К.: Олімпійська література, 2001. – 438 с.

54. Соломонко В.В., Лисенчук Г.А., Соломонко О.В. Футбол: Підр. для студ. Вузів фіз.. вих.. і спорту – К.:Олімпійська література, 1997. – 286 с.

55. Соломонко В.В., Соломонко О.В. Побудова тренувальних занять з футболу. – К.: Технічний комітет Федерації футболу України, 2005. – 40 с.

56. Спортивная метрология: Учебник для институтов физической культуры /Под ред. В.М. Зациорского. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 256 с.

57. Спортивные игры и методика преподавания: Учебник для институтов физической культуры /Под ред. Ю.И.Портных. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 318 с.

58. Спортивные игры: Техника, тактика, методики обучения: Учебник для студ. высш. пед. учебн. заведений /Ю.Д. Железняк, Ю.М.Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков; под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М.Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 520 с.

59. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере /Под ред. М.П. Шестакова и Г.И. Попова: Учебное пособие для студ. высш. учеб. завед. физ. культ. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 278 с.

60. Сушков М.П., Розин М.Б. Лукашин Ю.С. Ваш друг кожаный мяч. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 168 с.

61. Тюленьков С.Ю. Методика этапного контроля физической работоспособности футболистов //Теория и практика физ. культ. – 2001. – №11. – С. 37-39.

62. Футбол: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. – К : Республіканський науково-методичний

кабінет Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту, 2003. – 105 с.

63. Футбол: Учебник для институтов физической культуры /Под ред.. Полишкиса М.С., Выжгина В.А. – М.: Физкультура, образование и наука, 1999. – 254 с., ил.

64. Чанади Арпад. Футбол. Техника. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 253 с., ил.

65. Чанади Арпад. Футбол. Тренировка. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 256 с., ил.

66. Шамардин В.Н., Савченко В.Г. Футбол: Метод. Пособие. – Днепропетровск: ГДИФК, 1997. – 213 с.

67. Швыков И.А. Футбол в школе. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2002. – 144 с.: ил. – (Спорт в школе).