

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний  
університет імені К. Д. Ушинського»

Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту та спеціальної освіти  
Кафедра спортивних ігор і менеджменту фізичної культури



**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ  
І ВИКОНАННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З НАВЧАЛЬНОЇ  
ДИСЦИПЛІНИ «ФУТБОЛ»**

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності  
А7 Фізична культура і спорт

Одеса – 2026

УДК 796.015.12

Рекомендовано до друку Вченою радою Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського (протокол № від 25 червня 2026 року)

**Рецензенти:**

Кандидат педагогічних наук, доцент, керівник фізичного виховання Одеського торговельно-економічного фахового коледжу **Ірина ПАНАСЮК**

Кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри спортивних ігор і менеджменту фізичної культури ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» **Олег ПІДГІРНИЙ**

**Бандура В. А.**

Методичні рекомендації до практичних занять і виконання самостійної роботи з навчальної дисципліни «Футбол». Одеса : Університет Ушинського, 2026. 31 с.

## ЗМІСТ

Передмова

1. Навчально-тематичний план дисципліни
  - 1.1 Опис навчальної дисципліни
  - 1.2 Мета та завдання навчальної дисципліни
2. Критерії оцінювання за різними видами роботи
3. Зміст практичних занять і самостійної роботи студента
4. Індивідуальні навчально-дослідницькі завдання.
5. Список рекомендованої літератури

## ПЕРЕДМОВА

Запити на освітні послуги сучасного суспільства і тенденції розвитку бакалаврських програм напряму «Футбол» актуалізують потребу підготовки майбутніх фахівців в галузі фізичної культури і спорту, які володіють професійними компетентностями достатніми для ефективного виконання професійних обов'язків в освітніх закладах.

В запропонованій програмі навчальної дисципліни розглядаються питання методик, технологій та практик пов'язаних з організацією та проведенням навчально-тренувального процесу з футболу, навчання індивідуальній техніці, тактиці гравця, груповим тактичним взаємодіям та системам організації командної тактики у нападі та захисті, гри воротаря, удосконалення основних рухових умінь і навичок.

**Мета** навчальної дисципліни «Футбол»: формування у студентів базових знань і вмінь з планування і формулювання завдань навчання, застосовування методик, технологій та практик пов'язаних з теорією і методикою організації та проведення навчально-тренувального процесу з футболу, опанування методик навчання індивідуальній техніці, тактиці гравця, груповим тактичним взаємодіям та системам організації командної тактики у нападі та захисті, гри воротаря, удосконалення основних рухових умінь і навичок. Навчитися працювати в групах, ефективно брати участь у навчальному процесі.

У пропонованих методичних рекомендаціях розглянуті історичні та загальні питання футболу, технічна та тактична підготовка футболістів, основні теоретико-методичні аспекти тренування з футболу. У методичних рекомендаціях розроблена система самостійної роботи за курсом, переслідуються мета розвинути навички роботи з науково-методичною літературою, ознайомити з методами та принципами успішного виконання практичних завдань з футболу.

**1. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛІНИ**  
**1.1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Найменування показників	Галузь знань, ОПП, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка	<b>Статус дисципліни:</b> Обов'язкова	
	Освітньо-професійна програма: Фізична культура і спорт	<b>Рік навчання:</b>	
		2-й	2-й
Індивідуальне навчально-дослідне завдання: спеціалізоване реферування	Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт	<b>Семестр:</b>	
Загальна кількість годин – 90		4-й	4-й
		<b>Лекції</b>	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 2,5	Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)	8 год.	2 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		32 год.	8 год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		40 год.	70 год.
		<b>Індивідуальні завдання:</b>	
10 год.	10 год.		
		<b>Вид контролю:</b> залік	

## 1.2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Мета навчальної дисципліни «Футбол»:** формування у студентів базових знань і вмінь з планування і формулювання завдань навчання, застосування методик, технологій та практик пов'язаних з теорією і методикою організації та проведення навчально-тренувального процесу з футболу, опанування методик навчання індивідуальній техніці, тактиці гравця, груповим тактичним взаємодіям та системам організації командної тактики у нападі та захисті, гри воротаря, удосконалення основних рухових умінь і навичок. Навчитися працювати в групах, ефективно брати участь у навчальному процесі.

**Передумови для вивчення дисципліни:** для вивчення навчальної дисципліни «Футбол» студенти мають вивчати такі навчальні дисципліни, як: «Анатомія людини», «Педагогіка», «Спортивні ігри», «Рухливі ігри», «Фізіологія людини і вікова фізіологія», «Теорія і методика фізичного виховання».

**Дозвіл на використання ШІ:** здобувачам вищої освіти дозволено використання генеративних інструментів штучного інтелекту (ШІ) для виконання письмових робіт, наукових досліджень та інших завдань. Однак робота повинна містити оригінальні висновки, аналіз та критичне осмислення.

**Можливість перезарахування результатів навчання, отриманих у неформальній освіті** Мета: Ця можливість надається для сприяння індивідуальним освітнім траєкторіям, визнання попереднього досвіду та досягнень здобувачів, а також для оптимізації їхнього навчального навантаження.

### **Очікувані програмні результати навчання**

ПРН 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

ПРН 24. Організовувати і забезпечувати навчально-тренувальний процес зі спортивних ігор (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол).

### **Очікувані результати навчання:**

Унаслідок вивчення навчальної дисципліни студенти мають

#### **знати:**

- основи пошуку нової фахової інформації, її оцінювання;
- механізми аналізу результатів власної навчальної діяльності і практичного досвіду колег;
- сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу спеціальної фізичної та тактичної підготовки і виховання провідних фізичних якостей у футболі;
- засади професійного спілкування українською та іноземною мовами, у сфері фізичного виховання, термінологію футболу; основи професійного дискурсу і етики ділової комунікації.

#### **вміти:**

- користуватися спеціальною та науково-методичною літературою, залучати інші джерела інформації і працювати з ними;
- використовувати фахову теоретичну інформацію, критично оцінювати власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;
- керуватися принципами, застосовувати відповідні методи і форми організації процесу загальної, спеціальної, техніко-тактичної та інших видів підготовки у футболі;
- спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, правильно використовувати термінологію футболу, володіти професійним дискурсом, дотримуватися етики ділової комунікації.

**Здобувачі, які використовують ІІІ для допомоги у виконанні завдань, зобов'язані:**

- у передмові зазначити факт використання ІІІ у роботі.
- пояснити як саме ІІІ допоміг у створенні тексту (генерація ідей, перевірка фактів, формулювання висновків).

-пояснити, які частини тексту були створені за допомогою ШІ і в яких аспектах вносено власні корективи

**Процедура визнання результатів навчання, отриманих у неформальній освіті.** Перезарахуванню підлягають лише ті результати навчання (знання, вміння), які відповідають програмним результатам навчання або змісту навчальних тем дисципліни «Футбол».

Унаслідок досягнення результатів навчання здобувачі вищої освіти в контексті змісту навчальної дисципліни мають опанувати такі компетентності:

**Загальні компетентності:**

ЗК 01. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями

ЗК 04. Здатність працювати в команді.

ЗК 09. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

**Фахові компетентності (спеціальності):**

СК 01. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

СК 02. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.

СК 05. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

СК 16. Здатність до організації навчально-тренувального процесу зі спортивних ігор (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол).

**Міждисциплінарні зв'язки:** «Навчальна практика (ознайомлювальна у спортивних, фізкультурно-оздоровчих закладах)», «Рухливі ігри», «Фізіологія людини і вікова фізіологія», «Легка атлетика», «Основи наукових досліджень і метрологія».

## 2. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

### 2.1. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА РІЗНИМИ ВИДАМИ РОБОТИ

Вид роботи	Бали	Критерії
Практичні заняття	0 балів	Здобувач відтворює незначну частину навчального матеріалу, має поверхові уявлення про предмет вивчення, неаргументовано висловлює думку. Використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали, виконує практичне завдання за умови сторонньої допомоги.
	1 бал	Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, виконуючи практичні завдання; аналізує, робить висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але припускається неточностей. Здобувач самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичні завдання. Виконане завдання у цілому відповідає вимогам, хоча має незначні огріхи.
	2 бали	Здобувач володіє міцними знаннями, оперує ними при виконанні практичних завдань. Самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичне завдання. Не припускається помилок при його виконанні. Здобувач виступає експертом практичного завдання, що виконали однокурсники.
Самостійна робота	0 балів	Здобувач розпізнає деякі об'єкти вивчення та визначає їх на побутовому рівні, може описувати деякі об'єкти вивчення; має фрагментарні уявлення з предмета вивчення; виконує елементарні прийоми практичних завдань.
	1 бал	Здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; самостійно та за допомогою викладача може виконувати частину практичних завдань; знає послідовність виконання завдання; практичні завдання містять багато суттєвих відхилень від установлених вимог, при їх виконанні потребує систематичної допомоги викладача.

	2 бали	Здобувач самостійно і логічно відтворює фактичний і теоретичний матеріал та наводить приклади; володіє навчальним матеріалом і використовує набуті знання, уміння у стандартних ситуаціях; самостійно виконує практичні завдання відповідно до методичних рекомендацій; практичні завдання мають окремі помилки; користується необхідними навчально-методичними матеріалами.
	3 бали	Здобувач володіє глибокими знаннями, демонструє відповідні компетентності, використовує їх у нестандартних ситуаціях, самостійно працює з інформацією у відповідності до поставлених завдань; систематизує та узагальнює навчальний матеріал; самостійно користується додатковими джерелами інформації; без похибок виконує та аналізує практичні завдання.
Контрольна робота	0-1 бал	Здобувач не менше ніж на 50% контрольних завдань надав правильну відповідь
	2-4 бали	Здобувач на 51% - 70% контрольних завдань надав правильну відповідь
	5-7 балів	Здобувач на 71% - 90% контрольних завдань надав правильну відповідь
	8-10 балів	Здобувач на 91% - 100% контрольних завдань надав правильну відповідь
Індивідуальне навчально-дослідне завдання (спеціалізоване реферування)	0 балів	Спеціалізоване реферування виконано неналежним чином, тези і аргументи ідентичні до зафіксованих в підручнику або інтернет-джерелах, обґрунтування відсутнє, не вказано факту використання ШІ.
	1-2 бали	Спеціалізоване реферування виконано формально і не повністю, обсягом, який складає 1/2. Зміст і структура частково відповідає вимогам завдання. Наявна значна кількість суттєвих помилок. Здобувач не володіє вмінням компетентно формувати висновок, поверхово володіє методом аналізу тренувального матеріалу, не здатен виконувати експертну роботу та узагальнювати інформацію зі спеціальної літератури. Вказано факт використання ШІ, але не описано, як саме.
	3-4 балів	Спеціалізоване реферування виконано загалом формально не в повному обсязі, який складає 2/3.

		Зміст і структура частково відповідає вимогам завдання. Наявна незначна кількість суттєвих помилок. Здобувач в окремих випадках демонструє обізнаність матеріалом, але припускається помилок в підборі важливих висновків з поданого матеріалу. Демонструє поодинокі спроби узагальнювати інформацію зі спеціальної літератури. Вказано факт використання ШІ. Продемонстровано аналіз і редагування згенерованого тексту.
	5-6 балів	Спеціалізоване реферування виконано з творчим підходом містить авторські елементи, розгорнуте, але не в повному обсязі і становить 3/4 від обсягу завдання. Зміст і структура роботи переважно відповідає вимогам завдання. Наявні поодинокі помилки. Здобувач демонструє здатність посередньо узагальнювати інформацію зі спеціальної літератури. Вказано факт використання ШІ. Продемонстровано аналіз і редагування згенерованого тексту згенерованого тексту. Є власні думки.
	7-8 балів	Завдання виконано повністю. Продемонстровано творчий підхід, містить авторські елементи, розгорнуте і деталізоване. Зміст і структура роботи відповідає вимогам завдання. Спеціалізоване реферування характеризується цілісністю і послідовністю. Залучені ефективні фізичні вправи, які зумовлюють розвиненість фізичних здібностей і можливостей. Вказано факт використання ШІ, продемонстровано редагування згенерованого тексту: є власні думки, творчий підхід
	9-10 балів	Здобувач демонструє наукове мислення, уміння аналізувати навчальний матеріал, здатність якісно виконувати дослідницьку роботу та узагальнювати інформацію зі спеціальної літератури. Дотримано академічних стандартів, без використання ШІ.

## 2.2. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ (ЗАЛІК)

Для навчальної дисципліни «Футбол» навчальним планом передбачено підсумковий контроль у формі заліку. Кількість балів, необхідних для заліку

(не менше 60), студент отримує під час участі у практичних заняттях, виконання всіх видів самостійної роботи. Здобувач повинен надати короткий коментар: як саме він використовував ШІ. Що вдалося, а що було неточним? Як він оцінює його допомогу?

### 2.3. Критерії оцінювання за всіма видами контролю

Сума балів	Критерії оцінки
Відмінно (90 – 100 А)	<p>Здобувач в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час усних та письмових відповідей. Має сформоване вміння користуватися спеціальною літературою та термінологією, в тому числі із застосуванням іноземних термінів, комунікативно-мовленнєвими засобами, володіє науковим мисленням, демонструє вміння виконувати дослідницьку роботу.</p> <p>Доцільно використовує фахову теоретичну інформацію, здатен критично оцінювати власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег. Для вирішення поставлених завдань здатен оптимально підбирати засоби спеціальної фізичної підготовки і застосовувати методичні прийоми технічної і тактичної підготовки у футболі. Відмінно оперує теоретичними знаннями, основними положеннями правил, методикою спеціальної фізичної і техніко-тактичної підготовки у футболі, впевнено інтерпретує отримані результати навчання. При виконанні завдань проявляє вміння самостійно вирішувати їх, активно включається в обговорення, відстоює власну точку зору в питаннях та рішеннях, що розглядаються.</p>
Добре (82-89 В)	<p>Здобувач володіє навчальним матеріалом обґрунтовано його викладає під час усних та письмових відповідей. Має сформоване вміння користуватися спеціальною літературою та термінологією, в тому числі із застосуванням іноземних термінів, комунікативно-мовленнєвими засобами.</p> <p>Для вирішення поставлених завдань здатен підбирати засоби загальної та спеціальної фізичної підготовки і застосовувати методичні прийоми техніко-тактичної підготовки у футболі. Оперує теоретичними знаннями, основними положеннями правил, методикою загальної та</p>

	<p>спеціальної фізичної і техніко-тактичної підготовки у футболі, вправно інтерпретує отримані результати навчання. При виконанні практичних завдань, здобувач самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких є незначною.</p>
<p>Добре (74-81 C)</p>	<p>Здобувач обізнаний із навчальним матеріалом, викладає його під час усних та письмових відповідей. Має посередньо сформоване вміння користуватися спеціальною літературою та термінологією, в тому числі із застосуванням іноземних термінів, комунікативно-мовленнєвими засобами, за підтримки володіє науковим мисленням, в окремих випадках демонструє вміння виконувати дослідницьку роботу.</p> <p>Не завжди здатен критично оцінювати власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег. Для вирішення поставлених завдань не завжди здатен підбирати засоби загальної та спеціальної фізичної підготовки і застосовувати методичні прийоми техніко-тактичної підготовки у футболі. Не досить чітко оперує теоретичними знаннями, основними положеннями правил, методикою загальної та спеціальної фізичної і техніко-тактичної підготовки у футболі, в більшості випадків інтерпретує отримані результати навчання. Помилки у відповідях не є системними, впевнено працює за алгоритмом.</p>
<p>Задовільно (64-73 D)</p>	<p>Здобувач виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, але його неповно викладає, припускається неточностей у формулюванні ключових понять, не завжди доказово обґрунтовує свої судження, має поверхові знання з окремих тем навчальної дисципліни.</p> <p>В окремих випадках проявляє вміння користуватися спеціальною літературою та термінологією, з фрагментарним застосуванням іноземних термінів, поверхово володіє комунікативно-мовленнєвими засобами, низький рівень володіння науковим мисленням, майже не демонструє вміння виконувати дослідницьку роботу. В більшості випадках не здатен критично оцінювати власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег. Для вирішення поставлених завдань в окремих випадках здатен підбирати засоби загальної та спеціальної фізичної підготовки і застосовувати методичні прийоми техніко-тактичної підготовки у футболі. Частково володіє теоретичними знаннями, основними положеннями правил, методикою загальної та спеціальної</p>

	фізичної і техніко-тактичної підготовки у футболі, в окремих випадках інтерпретує отримані результати навчання. Помилки у відповідях є системними, але здатен виправляти за вказівкою викладача.
Задовільно (60-63 E)	Виявляє незнання більшої частини теоретичного матеріалу, дає невпевнені відповіді, припускається багатьох неточностей у формулюванні більшості понять, не здатен обґрунтувати свої судження, має поверхові знання з більшості тем навчальної дисципліни. Системно припускається помилок при використанні спеціальної літератури та термінології, не застосовує іноземні терміни, низький рівень володіння комунікативно-мовленнєвими засобами, відсутні навички наукового мислення, самостійно не здатен виконувати дослідницьку роботу. Переважно не здатен використовувати фахову теоретичну інформацію, критично оцінювати власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег. Для вирішення поставлених завдань в більшості випадків не здатен підбирати засоби загальної та спеціальної фізичної підготовки і застосовувати методичні прийоми техніко-тактичної підготовки у футболі. Слабо володіє навичкою оперування теоретичними знаннями, основними положеннями правил, методикою загальної та спеціальної фізичної і техніко-тактичної підготовки у футболі, помилково інтерпретує отримані результати навчання. Помилки у відповідях є системними, без намагання виправити.
Незадовільно (35-59 FX)	Здобувач має фрагментарні знання, опанувавши менше половини обсягу навчального змісту, передбаченого програмою навчальної дисципліни. Відсутнє цілісне усвідомлення навчального матеріалу. Здобувач працює пасивно, практичні завдання виконує переважно з помилками, виправляє помилки лише при виконанні нескладних практичних завдань. Здобувач допускається до повторного складання заліку.

### **РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ ПОТОЧНОГО І ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ**

Поточний контроль (практичні заняття, самостійна робота)			ІНДЗ	Контрольна робота	Сума
Теми	Бали	Разом			
Тема 1	0-5	0-90	0-10		0-100

Тема 2	0-5				
Тема 3	0-5				
Тема 4	0-5				
Тема 5	0-5				
Тема 6	0-5				
Тема 6	0-5				
Тема 7	0-5				
Тема 8	0-5				
Тема 9	0-5				
Тема 10	0-5				
Тема 11	0-5				
Тема 12	0-5				
Тема 13	0-5				
Тема 14	0-5				
Тема 15	0-5				
Тема 16	0-5				

0-10

## ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ЗА ВСІМА ВИДАМИ КОНТРОЛЮ

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90–100	A	зараховано
82–89	B	зараховано
74–81	C	
64–73	D	зараховано
60–63	E	
35–59	FX	незараховано з можливістю повторного складання
0–34	F	незараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## 2. ЗМІСТ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ І САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТА

Тема	Форма організації на занятті	Обов'язкове практичне завдання	Термін виконання
Диспут. Футбол: історія зародження, розвитку, становлення	Усні доповіді. колективна співбесіда, письмове	Завдання: 1. Створити презентацію на тему: «Зародження та	На практичному занятті

	<p><i>опитування Питання для диспуту:</i></p> <p>1.Зародження та розвиток футболу у світі та в Україні.</p> <p>2.Етапи розвитку футболу. Історичні аспекти розвитку гри у світі.</p> <p>3.Місце і значення футболу в системі фізичного виховання.</p> <p>4.Види футболу (класичного, міні-футболу). Досягнення українських спортсменів у складі збірної команди України.</p> <p>5.Стан і перспективи розвитку футболу. Виступи українських спортсменів на сучасній міжнародній арені. Сучасні різновиди футболу.</p>	<p>розвиток футболу у світі та в Україні.</p> <p>2.Етапи розвитку футболу. Історичні аспекти розвитку гри у світі».</p> <p>2. Скласти інтерактивний плакат на тему: «Досягнення українських спортсменів у складі збірної команди України»</p>	
<p><i>Виконання практичних завдань. Техніка нападу. Способи пересування, зупинки, стійки, ловіння і передачі м'яча на місці та у русі.</i></p>	<p><i>Виконання фізичних вправ, схематичне зображення вправ з ОМВ, усні доповіді, колективна співбесіда.</i></p> <p>Способи пересування нападника:</p> <p>1) стійки нападника;</p> <p>2) зупинки м'яча стопою, стегном, грудиною;</p> <p>3) передача м'яча на місці та їх різновиди;</p> <p>4) прийом та передача м'яча у русі при паралельному і зустрічному пересуванні;</p> <p>5) аналіз техніки виконання;</p> <p>6) методика навчання;</p>	<p>Завдання:</p> <p>1) Практичне виконання вправ, які відтворюють рухові дії: стійки нападника; зупинки м'яча стопою, стегном, грудиною; передача м'яча на місці та їх різновиди; прийом та передача м'яча у русі при паралельному і зустрічному пересуванні.</p> <p>2) Усна характеристика та аналіз виконаних рухових дій.</p> <p>3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ</p>	<p>На прак. занятті</p>

	7) типові вправи (графічний запис).		
<i>Виконання практичних завдань «Техніка нападу. Різновиди ведення м'яча, обманні дії у нападі (фінти)»</i>	<p><i>Виконання фізичних вправ, схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в парах, робота в парах, усні доповіді.</i></p> <p>Застосування підготовчих, підвідних та спеціальних вправ при вивченні:</p> <p>1) ведення м'яча по прямій та зі зміною напрямку;</p> <p>2) обманні дії у нападі (фінти) простий та складний фінт, спрямованість фінтів (фінт на кидок, фінт на прохід);</p> <p>3) обманні дії у нападі з м'ячем та без нього;</p> <p>4) аналіз техніки, методика навчання;</p> <p>5) типові вправи, (графічний запис).</p>	<p>Завдання:</p> <p>1) Практичне виконання вправ, які відтворюють рухові дії: ведення м'яча по прямій та зі зміною напрямку; обманні дії у нападі (фінти) простий та складний фінт, спрямованість фінтів (фінт на кидок, фінт на передачу, фінт на прохід); обманні дії у нападі з м'ячем та без нього.</p> <p>2) Усна характеристика та аналіз виконаних рухових дій.</p> <p>3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ</p>	На прак. занятті
<i>Тренінг. Техніка нападу. Удари м'яча по воротах в поєднанні з веденням, передачами при взаємодії з партнером. Удари м'яча головою.</i>	<p><i>Виконання фізичних вправ, схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в команді, усні доповіді.</i></p> <p>Застосування підготовчих, підвідних та спеціальних вправ при вивченні:</p> <p>1) ударів м'яча по воротах, їх різновиди;</p> <p>2) удари м'яча по воротах в опорному положенні (удари м'яча з місця, у русі);</p> <p>3) удари м'яча по воротах у безопорному положенні, їх різновиди;</p> <p>4) удари м'яча головою в опорному,</p>	<p>Завдання:</p> <p>1) Практичне виконання вправ, які відтворюють рухові дії: ударів м'яча по воротах, їх різновиди; удари м'яча по воротах в опорному положенні (удари м'яча з місця, у русі); удари м'яча по воротах у безопорному положенні, їх різновиди; удари м'яча головою в опорному, безопорному положеннях, на місці та у русі.</p> <p>2) Усна характеристика та аналіз виконаних рухових дій.</p>	На прак. занятті

	<p>безопорному положеннях, на місці та у русі;</p> <p>5) типові вправи, (графічний запис);</p> <p>6) аналіз техніки виконання;</p> <p>7) методика навчання.</p>	<p>3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ</p>	
<p><i>Тренінг.</i></p> <p>Техніка захисту. Способи пересування, стійки захисника, зупинки, відбір м'яча, перехоплення.</p>	<p><i>Виконання фізичних вправ, схематичне зображення вправ з ОМВ, усні доповіді, робота в парах, колективна співбесіда.</i></p> <p>Застосування підготовчих, підвідних та спеціальних вправ при вивченні:</p> <p>1) техніки пересувань відбору м'яча;</p> <p>2) способи пересування, зупинки, різновиди стійок захисника;</p> <p>3) способи відбору м'яча ногами під час ведення суперником та плече в плече;</p> <p>4) перехоплення м'яча при передачі між суперниками;</p> <p>5) типові вправи, (графічний запис);</p> <p>6) аналіз техніки захисних прийомів та методика навчання.</p>	<p>Завдання:</p> <p>1) Практичне виконання вправ, які відтворюють рухові дії: пересування, зупинки, різновиди стійок захисника; способи відбору м'яча ногами під час ведення суперником та плече в плече; перехоплення м'яча при передачі між суперниками</p> <p>2) Усна характеристика та аналіз виконаних рухових дій.</p> <p>3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ</p>	<p>На прак. занятті</p>
<p><i>Майстер-клас.</i></p> <p>Техніка захисту. Блокування ударів по воротах, блокування руху нападника з м'ячем, обманні дії у захисті. Основні правила гри.</p>	<p><i>Виконання фізичних вправ, усні доповіді, схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в команді, дискусія</i></p> <p>Застосування підготовчих, підвідних та спеціальних вправ при вивченні:</p>	<p>Завдання:</p> <p>1) Доповідь на тему «Блокування ударів по воротах в переміщенні, у підкаті; блокування нападника, що виконує атакуючі дії з ударом по воротах; обманні дії у захисті і їх спрямування»</p>	<p>На прак. занятті</p>

	<p>1) блокування та обманних дій у захисті;</p> <p>2) блокування ударів по воротах в переміщенні, у підкаті;</p> <p>3) блокування нападника, що виконує атакуючі дії з ударом по воротах;</p> <p>4) обманні дії у захисті і їх спрямування;</p> <p>5) типові вправи, (графічний запис);</p> <p>6) аналіз техніки захисних прийомів;</p> <p>7) методика навчання.</p>	<p>2) Усна характеристика та аналіз виконаних рухових дій.</p> <p>3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ</p>	
<p><i>Семінар.</i> Техніка гри воротаря. Сстійки воротаря, способи пересування, захист воріт: ловіння м'ячів, відбивання, вихід на м'яч, підбір м'яча, передачі м'яча, обманні дії воротаря.</p>	<p><i>Усні доповіді, колективна співбесіда. Виконання фізичних вправ, рольова гра, дискусія.</i> Застосування підготовчих, підвідних та спеціальних вправ при вивченні дій воротаря:</p> <p>1) різновиди стійок;</p> <p>2) способи пересувань у рамці воріт (виходи вперед, відходи на лінію воріт, ловіння ударів руками, відбивання ногами, вихід на м'яч, підбір м'яча, передачі м'яча руками та ногами);</p> <p>3) спрямування обманних дій воротаря;</p> <p>4) типові вправи, (графічний запис);</p> <p>5) аналіз техніки гри воротаря;</p> <p>6) методика навчання.</p>	<p>Завдання:</p> <p>1) Практичне виконання вправ, які відтворюють рухові дії: різновиди стійок; способи пересувань у рамці воріт (виходи вперед, відходи на лінію воріт, ловіння ударів руками, відбивання ногами, вихід на м'яч, підбір м'яча, передачі м'яча руками та ногами); спрямування обманних дій воротаря.</p> <p>2) Усна характеристика та аналіз виконаних рухових дій.</p> <p>3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ</p>	<p>На прак. занятті</p>

<p><i>Тренінг.</i> Тактика нападу. Індивідуальні тактичні дії у нападі з м'ячем та без м'яча, дії у захисті. Групові тактичні взаємодії у нападі</p>	<p><i>Усні доповіді, колективна співбесіда, схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в парах</i> 1) вибір місця, доцільність вибору технічних прийомів нападу та захисту; 2) своєчасність їх застосування відповідно до ігрової ситуації; 3) індивідуальні тактичні дії воротаря: вибір позиції на лінії воріт, по глибині; 4) методика навчання.</p>	<p>Завдання: 1) Практичне виконання вправ які відтворюють реалізацію індивідуальних тактичних дії у нападі: з м'ячем та без м'яча, вибір місця, доцільність вибору технічних прийомів нападу та захисту; своєчасність їх застосування відповідно до ігрової ситуації; індивідуальні тактичні дії воротаря: вибір позиції на лінії воріт, по глибині; 2) Усна характеристика та аналіз виконаних індивідуальних тактичних дій. 3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ.</p>	<p>На прак. занятті</p>
<p><i>Майстер-клас.</i> Тактика нападу. Організація командних атакуючих дій за системами нападу</p>	<p><i>Схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в команді, усні доповіді.</i> 1) взаємодії двох, трьох нападників спрямовані на досягнення локальної переваги в окремих ігрових ситуаціях: – «хрест»; – «стінка»; – «розрізання»; 2) розіграші стандартних положень: – вільний удар; – штрафний удар; – кутовий удар; – вкидання із-за бокової лінії; 3) застосування в структурі систем напад;</p>	<p>Завдання: 1) Практичне виконання вправ які відтворюють реалізацію групових тактичних взаємодій: двох, трьох нападників спрямовані на досягнення локальної переваги в окремих ігрових ситуаціях: «хрест», «стінка», «розрізання»; розіграші стандартних положень: вільний удар, штрафний удар, кутовий удар; вкидання із-за бокової лінії; застосування в структурі систем напад 2) Усна характеристика та аналіз виконаних</p>	<p>На прак. занятті</p>

	4) методика навчання.	групових тактичних взаємодій. 3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ.	
<i>Тренінг.</i> Тактика захисту. Групові тактичні взаємодії у захисті. Тактика захисту. Організація командних тактичних захисних дій за системами захисту.	<i>Схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в команді, усні доповіді.</i> 1) «стрімкий прорив» (взаємодії двох, трьох гравців при організації контратаки довгою передачею та короткими передачами, взаємодія з воротарем); 2) «позиційний напад» (варіанти 3-4-2-1, 4-3-3, 5-3-2-1); 3) методика навчання.	Завдання: 1) Практичне виконання вправ які відтворюють реалізацію командних атакуючих дій: «стрімкий прорив» (взаємодії двох, трьох гравців при організації контратаки довгою передачею та короткими передачами, взаємодія з воротарем); «позиційний напад» (варіанти 3-4-2-1, 4-3-3, 5-3-2-1). 2) Усна характеристика та аналіз виконаних командних атакуючих дій. 3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ.	На прак. занятті
<i>Тренінг.</i> Тактика гри воротаря при захисті воріт та організації атакуючих дій.	<i>Схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в парах, усні доповіді, колективна співбесіда.</i> 1) взаємодії флангових захисників і півзахисників, центральних і флангових захисників спрямовані на нейтралізацію загроз атаки воріт або проривів шляхом узгоджених пересувань та зайняття вигідних позицій, включає в себе закривання, колективне	Завдання: 1) Практичне виконання вправ які відтворюють реалізацію групових тактичних взаємодій: взаємодії флангових захисників і півзахисників, центральних і флангових захисників спрямовані на нейтралізацію загроз атаки воріт або проривів шляхом узгоджених пересувань та зайняття вигідних позицій, включає в себе закривання, колективне	На прак. занятті

	<p>перехоплення, підстрахування при відборі, при пласуванні, при супроводженні нападника;</p> <p>2) застосування групових тактичних взаємодій в структурі систем захисту;</p> <p>3) взаємодія з воротарем;</p> <p>4) методика навчання.</p>	<p>перехоплення, підстрахування при відборі, при пласуванні, при супроводженні нападника;</p> <p>застосування групових тактичних взаємодій в структурі систем захисту; взаємодія з воротарем</p> <p>2) Усна характеристика та аналіз виконаних індивідуальних тактичних дій у захисті.</p> <p>3) Схематичні зображення виконаних вправ з ОМВ.</p>	
<p>Семінар. Методика тренування з футболу</p>	<p><i>Усні доповіді, колективна співбесіда, схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в парах</i></p> <p>1.Методичні рекомендації до навчання технічним прийомам. Послідовність у навчанні технічним прийомам.</p> <p>2.Методика навчання тактичним діям у футболі. Методи об'єктивного обліку ігрової діяльності.</p> <p>3.Спосіб оцінювання рівня техніко-тактичної майстерності (INDEX). Спосіб оцінки коефіцієнту «корисності» гравця (К). Спосіб оцінки ефективності змагальної діяльності (Е). Спосіб оцінки коефіцієнту активності (Ка). Методика занять з</p>	<p>Завдання: Підготувати методичні рекомендації до проведення тренування з футболу з деталізацією етапів заняття й обґрунтування методів.</p>	<p>На прак. занятті</p>

	<p>жіночими командами.</p> <p>4.Соціально-психологічні чинники та анатомо-фізіологічні особливості жіночого організму. Характер спілкування на тренувальних заняттях.</p> <p>5.Методичні положення в тренувальному процесі жіночих команд.</p>		
<p>Виконання практичних завдань. Методика проведення тренувань з футболу</p>	<p><i>Усні доповіді, колективна співбесіда, схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в парах</i></p> <p>1. Визначення мети та завдань тренування.</p> <p>2.Основна мета – розвиток фізичних якостей учасників тренування (швидкість, витривалість, координація) через елементи гри у футбол.</p> <p>3.Завдання включають формування технічних умінь (удари, передачі, ведення м'яча), виховання командного духу та дисципліни.</p> <p>4.Поетапна структура тренування (підготовча, основна, заключна).</p>	<p>Завдання Підготувати розгорнутий план тренування з футболу</p>	<p>На прак. занятті</p>
<p>Диспут. Принципи навчання та виховання на тренуваннях з футболу</p>	<p><i>Усні доповіді, колективна співбесіда, схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в парах</i></p> <p>1.Принципи доступності, поступовості,</p>	<p>Завдання</p> <p>1.Розробити тестові завдання з теорії футболу.</p> <p>2.Розробити комплекс вправ (10) для тренування з футболу.</p>	<p>На прак. занятті</p>

	<p>систематичності, індивідуального підходу, ігрового методу та позитивної мотивації учнів.</p> <p>2.Вибір методів та прийомів тренування (пояснювально-показовий метод, вправляння (повторення рухів), змагальний метод, ігрові ситуації та рольові ігри).</p> <p>3.Організація і безпека тренування.</p> <p>4.Диференційований підхід на тренуванні з футболу.</p> <p>5.Оцінювання результатів тренування (технічні показники (точність передач, швидкість, удари), старанність, участь у командній грі, дотримання правил і прояв спортивного духу).</p>		
<p><i>Семінар.</i> Організація змагань з футболу</p>	<p><i>Усні доповіді, колективна співбесіда, схематичне зображення вправ з ОМВ, робота в парах</i></p> <p>1.Особливості навчання та тренування дітей, підлітків і юнаків.</p> <p>2.Завдання спортивної підготовки молоді у ЗЗСО. Формування навчальних груп.</p> <p>3.Зміст занять з футболу. Керівництво командою на змаганнях з футболу. Підготовка команди до змагань.</p> <p>4.Керівництво командою під час</p>	<p>Завдання Розробити техніку й методу змагань з футболу</p>	<p>На прак. занятті</p>

	змагань. Спостереження за грою та її аналіз. 5.Методика використання інтегральної підготовки у змаганнях з футболу.		
--	---	--	--

### САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТА

№ з/п	Назва теми	К-ть годин		Форма контролю
		Денна форма	Заочна форма	
1	<i>Футбол в системі фізичного виховання України</i> Зародження та розвиток футболу у світі та в Україні. Етапи розвитку футболу. Історичні аспекти розвитку гри у світі. Місце і значення футболу в системі фізичного виховання.	2	2	Індивідуальна, групова співбесіда усне опитування, перевірка практичних завдань, залік
2	<i>Техніка і тактика футболу: основні поняття.</i> Споруди та обладнання. Команди та керівники команд. Ігровий формат. Ігрові дії. Перерви, інтервали і затримки. Поведінка учасників.	4	6	
3	<i>Техніка нападу.</i> Способи пересування, зупинки, стійки, ловіння і передачі м'яча на місці та у русі. Різновиди ведення м'яча, обманні дії у нападі (фінти).	4	6	
4	<i>Техніка нападу.</i> Удари м'яча по воротах в поєднанні з веденням, передачами при взаємодії з партнером. Техніка ударів м'яча головою.	4	6	
5	<i>Техніка захисту.</i> Способи пересування, стійки захисника, зупинки, відбір м'яча, перехоплення. Блокування ударів по воротах, блокування руху нападника з м'ячем, обманні дії у захисті. Основні правила гри.	4	6	
6	<i>Техніка гри воротаря.</i> Стойки воротаря, способи пересування, захист воріт: ловіння м'ячів, відбивання, вихід на м'яч, підбір м'яча, передачі м'яча, обманні дії воротаря.	2	4	
7	<i>Тактика гри</i> Класифікація командних тактичних дій, групових взаємодій та індивідуальних тактичних дій у футболі, тактика гри воротаря.	4	6	
8	<i>Тактика нападу.</i>	4	6	

	Індивідуальні тактичні дії у нападі з м'ячем та без м'яча, дії у захисті. Групові тактичні взаємодії у нападі. Організація командних атакуючих дій за системами нападу			
9	<i>Тактика захисту.</i> Групові тактичні взаємодії у захисті. Організація командних тактичних захисних дій за системами захисту.	4	6	
10	<i>Тактика захисту.</i> Класифікація систем захисту. Взаємодія захисту з воротарем. Організація командних тактичних захисних дій за системами захисту. Класифікація систем захисту: «персональний захист», «зонний захист»	4	6	
11	<i>Тактика гри воротаря</i> Тактика гри воротаря при захисті воріт та організації атакуючих дій. Взаємодія воротаря з польовими гравцями в організації захисних дій і керування захисниками при стандартних положеннях.	4	6	
12	<i>Методика тренування з футболу.</i> Методика занять з жіночими командами. Соціально-психологічні чинники та анатомо-фізіологічні особливості жіночого організму. Характер спілкування на тренувальних заняттях.	2	4	
13	<i>Методика проведення тренувань з футболу</i> Організація і безпека уроку. Диференційований підхід на тренуванні з футболу. Оцінювання результатів навчання (технічні показники (точність передач, швидкість, удари), старанність, участь у командній грі, дотримання правил і прояв спортивного духу).	4	6	
14	<i>Принципи навчання та виховання на тренуваннях з футболу</i> Організація і безпека тренування. Диференційований підхід на тренуванні з футболу. Оцінювання результатів тренування (технічні показники (точність передач, швидкість, удари), старанність, участь у командній грі, дотримання правил і прояв спортивного духу).	4	6	
15	<i>Організація змагань з футболу.</i> Керівництво командою під час змагань. Спостереження за грою та її аналіз. Методика	4	6	

	використання інтегральної підготовки у змаганнях з футболу.			
	<b>Разом</b>	<b>44</b>	<b>72</b>	

#### **4.ІНДИВІДУАЛЬНЕ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНЕ ЗАВДАННЯ (спеціалізоване реферування)**

№ з/п	Тематика (за вибором)	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Навчання тактичним діям: індивідуальні тактичні дії нападника та захисника (вибір місця, доцільність і своєчасність ухвалення рішень).		
2	Навчання тактичним діям у нападі: взаємодії двох, трьох нападників спрямовані на досягнення локальної переваги в окремих ігрових ситуаціях: «хрест», «стінка», «розрізання» .		
3	Навчання командним тактичним діям у нападі: «стрімкий прорив» (взаємодії двох, трьох гравців при організації контратаки довгою та короткими передачами, взаємодія з воротарем); «позиційний напад».		
4	Навчання блокуванню ударів по воротах: в переміщенні, у підкаті; блокування нападника, що виконує атакуючі дії з ударом по воротах; обманні дії у захисті і їх спрямування.		
5	Навчання техніці воротаря: різновиди стійок, способи пересувань у рамці воріт, виходи вперед, відходи на лінію воріт, ловіння ударів руками, відбивання ногами, вихід на м'яч, підбір м'яча, передачі м'яча руками та ногами.		
6	Індивідуальні тактичні дії у нападі: вибір місця, доцільність вибору технічних прийомів нападу та захисту, своєчасність їх застосування відповідно до ігрової ситуації.		
7	Організація командних атакуючих дій за системами нападу: «стрімкий прорив» (взаємодії двох, трьох гравців при організації контратаки довгою передачею та короткими		

	передачами, взаємодія з воротарем); «позиційний напад»		
8	Організація командних тактичних захисних дій за системами захисту: «персональний захист», «зонний захист» (варіанти розташування півзахисту та захисту), «комбінований захист»		
9	Тактика гри воротаря: вибір місця, гра на виходах, взаємодія з польовими гравцями в організації захисних дій та при стандартних положеннях, взаємодія з польовими гравцями в організації швидкої атаки, та позиційного нападу.		
10	Фізична підготовка футболіста		
	<b>Разом</b>	<b>10</b>	<b>10</b>

**ЗДОБУВАЧ ПРИ ВИКОНАННІ ІНДЗ ПОВИНЕН ДОТРИМУВАТИСЯ ПРИНЦИПІВ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ, НЕ ДОПУСКАТИ АКАДЕМІЧНИЙ ПЛАГІАТ.**

*Академічний плагіат* – оприлюднення (частково або повністю) наукових (творчих) результатів отриманих іншими особами, як результатів власного дослідження (творчості), та/або відтворення опублікованих текстів інших авторів без відповідного посилання (відповідно до ст. 69 Закону України «Про вищу освіту»).

***Види академічного плагіату:***

- копіювання;
- перефразування;
- компіляція;
- використання інформації (факти, ідеї, формули, числові значення тощо) з джерела без посилання на це джерело;
- подання як власних робіт (тез, аналітичних звітів, письмових робіт, есеїв тощо), виконаних на замовлення іншими особами, у тому числі робіт, стосовно яких справжні автори надали згоду на таке використання;
- за умови використання ШІ, під час презентації практичних завдань, ІНДЗ, здобувач повинен надати короткий коментар: як саме він використовував ШІ. Що вдалося, а що було неточним? Як він оцінює його допомогу?

## 5. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

### Основна література

1. Абдула А. Теорія та методика обраного виду спорту (футбол): навчальний посібник для здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура та спорт. Харків: ХДАФК, 2024. 174 с.
2. Дубенчук А. І. Футбол : навчальний посібник. Харків : Ранок. 2022. 128 с.
3. Костюкевич В. М., Перепелиця О. А., Гудима С. А., Поліщук В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. Київ : КНТ, 2021. 341 с.
4. Ріпак І. Футбол : навч. посіб. Львів : Ліга-Прес, 2020. 224 с.
5. Соломонко В. В. Футбол : навч.-метод. посіб. для тренерів і гравців дитячоюнацького та аматорського футболу Львів : Ліга-Прес, 2023. 134 с.
6. Стасюк В. А., Стасюк І. І., Войтенко С. М. Теорія і методика викладання футболу та футзалу. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2025. 194 с.

### Допоміжна

1. Абдула А. Особливості використання відео асистента арбітра (ВАА) у футболі. *Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи: збірник тез конференції 2023(3)*. Харків. С.72-73.
2. Височіна Н.Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті: монографія. Київ: «Центр учбової літератури», 2023. 384 с.
3. Колобич О. Особливості техніко-тактичної підготовки юних футболістів на полях зменшених розмірів. *Актуальні проблеми здоров'язберігаючих технологій у навчальних закладах: матеріали III Міжнар. наук.-пр. конф. Чернівці, 2021. С. 460– 464.*

4. Костюкевич В.М. Модельні тренувальні завдання як засіб підвищення ефективності тренувального процесу груп ПСМ з футболу в умовах ВНЗ. *Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти: матеріали Всеукр. наук.конф. Тернопіль, 2020. С 61–64.*
5. Костюкевич В. М. Побудова тренувальних занять з футболу. Вінниця. 2023. 194 с.
6. Овчаренко С. В., Мітова О. О. Проблеми контролю у футболі в зв'язку з сучасними тенденціями його розвитку. *Фізична культура спорт та здоров'я нації*. 2021. № 3 (22). С. 371-377
7. Plakias, S. (2025). Review articles on soccer performance analysis: A bibliometric analysis of current trends and emerging themes. *Sports*, 13(5), 131. URL : <https://doi.org/10.3390/sports13050131>.
8. Правила гри 2015/2016. Видання Міжнародної федерації футболу Fifa.
9. Тітова Г., Підгірний О., Буховець Б., Бандура В., Дишель Г. Методика передачі м'яча в ігрових видах спорту як базовий технічний елемент командної гри. *Педагогічна академія: наукові записки*. 2025. № 22. URL : <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/about>
10. Тітова Г.В., Бобошко В. В., Бандура В. А. Удосконалення процесу формування навичок ведення м'яча зі зміною швидкості в ігровій діяльності (на прикладі баскетболу та футболу) *Педагогічна інноватика: сучасність та перспективи*. 2025. № 9. С. 155-160. URL : <https://journals.uzhnu.uz.ua/index.php/ped/article/view/1400/1485>
11. Тітова Г., Підгірний О., Буховець Б., Бандура В., Дишель Г. Методика передачі м'яча в ігрових видах спорту як базовий технічний елемент командної гри. *Педагогічна академія: наукові записки*. 2025. № 22. С. 87-93.
12. Ferioli D., Schelling X., Bosio A., La Torre A., Rucco D., Rampinini, E. (2023) Match activities in basketball games: comparison between different competitive levels. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 34(1). URL : <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000003039>

## Інформаційні ресурси

1. Бібліотека Університету Ушинського : офіційний сайт.  
URL : <https://library.pdpu.edu.ua/>
2. Львівська національна наукова бібліотека імені В. Стефаника. URL :  
<http://www.lsl.lviv.ua>
3. Наукова бібліотека Національного університету «Києво-Могилянська академія». <http://www.library.ukma.kiev.ua>
4. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. URL :  
[www.nbuv.gov.ua](http://www.nbuv.gov.ua)
5. Репозитарій Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Факультет фізичного виховання і спорту.  
URL : <http://93.183.203.244/handle/123456789/7>