ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

Розділ 1. Спортивні ігри в системі фізичного виховання та спорту

Індивідуальне завдання 1. Аналітичне дослідження ролі спортивної гри в системі фізичного виховання

Завдання: Підготувати аналітичну доповідь (5–7 стор.) на тему: «Місце обраної спортивної гри (футбол, волейбол, баскетбол, гандбол тощо) у системі фізичного виховання закладів освіти».

Структура роботи:

Етап роботи	Зміст діяльності студента	Очікуваний результат
Теоретичний аналіз	Аналіз нормативних документів, освітніх програм, наукових джерел	Визначення функцій гри в освітньому процесі
Порівняльний аналіз	Порівняння використання гри у ЗЗСО, ДЮСШ, ЗВО	Таблиця порівняння
Методичне обґрунтування	Визначення виховного, оздоровчого та соціального потенціалу гри	Аргументовані висновки

Форма подання: аналітичний звіт + структурна схема.

Індивідуальне завдання 2. Розробка моделі інтеграції спортивної гри в освітню програму

Завдання: Розробити модель впровадження спортивної гри у систему багаторічної підготовки.

Необхідно:

- Визначити вікові етапи підготовки;
- Описати педагогічні цілі на кожному етапі;
- Побудувати логіко-структурну схему.

Віковий етап	Провідні завдання	Форми роботи	Очікувані результати
Початковий	Формування інтересу	Ігрові вправи	Розвиток координації
Базовий	Опанування техніки	Навчально-тренувальні заняття	Стійкі навички
Спортивного вдосконалення	Інтеграція техніки й тактики	Змагальна діяльність	Зростання результату

Форма подання: модель + презентація (10 слайдів).

Розділ 2. Змагальна діяльність в спортивних іграх та системи змагань

Індивідуальне завдання 3. Аналіз структури змагальної діяльності

Завдання: Проаналізувати структуру змагальної діяльності в обраній спортивній грі.

Компонент	Характеристика	Приклад (конкретна гра)
Технічний	Кількість і варіативність дій	Передачі, удари
Тактичний	Командні взаємодії	Пресинг, зонний захист
Фізичний	Рухова активність	Обсяг бігової роботи
Психологічний	Стресостійкість	Поведінка в критичних ситуаціях

Додатково: побудувати графічну модель структури змагальної діяльності.

Індивідуальне завдання 4. Проєктування системи проведення змагань

Завдання: Розробити систему проведення турніру (шкільного, студентського або клубного рівня).

Елемент	Опис
Формат	Коловий / Олімпійський / Змішаний
Кількість команд	6–12
Календар	Термін проведення
Критерії визначення переможця	Очки, різниця м’ячів

Результат:

- Сітка змагань
- Положення про проведення
- Критерії оцінювання ефективності

Розділ 3. Основи навчання техніки, тактики ігрової та змагальної діяльності

Індивідуальне завдання 5. Розробка фрагмента навчально-тренувального заняття

Завдання: Скласти план-конспект заняття з навчання конкретного технічного прийому.

Частина заняття	Зміст	Методичні вказівки
Підготовча	Розминка з м’ячем	Поступове підвищення навантаження
Основна	Навчання технічної дії	Метод розчленованого навчання
Заключна	Ігрова вправа	Контроль якості виконання

Обов’язково: описати типові помилки та способи їх корекції.

Індивідуальне завдання 6. Побудова алгоритму навчання тактичної дії

Завдання: Розробити алгоритм формування тактичної взаємодії (наприклад, швидкий прорив, позиційна атака, командний захист).

Етап	Зміст	Метод
Теоретичний	Пояснення тактичної схеми	Відеоаналіз
Моделювання	Відпрацювання без опору	Ігрове моделювання
Ускладнення	Введення захисників	Варіативний метод
Закріплення	Контрольна гра	Змагальний метод

Розділ 4. Інтеграція результатів навчання в цілісну ігрову змагальну діяльність

Індивідуальне завдання 7. Модель інтегральної підготовки

Завдання: Побудувати модель інтеграції технічної, тактичної, фізичної та психологічної підготовки.

Вид підготовки	Засоби	Форми інтеграції
Технічна	Комбіновані вправи	Ігрові ситуації
Тактична	Тактичні завдання	Моделювання гри
Фізична	Інтервальні навантаження	Змагальні мікроцикли
Психологічна	Ситуаційні вправи	Контрольні матчі

Результат: схема інтегрального тренувального мікроциклу.

Індивідуальне завдання 8. Аналіз ефективності цілісної змагальної діяльності

Завдання: Провести аналіз виступу команди у 3–5 матчах.

Показник	Дані	Висновок
Точність передач	%	Рівень технічної підготовки
Реалізація моментів	%	Тактична ефективність
Обсяг рухової активності	км	Фізична готовність
Кількість помилок	од.	Стійкість до стресу

Додатково: Розробити рекомендації щодо підвищення ефективності змагальної діяльності.