<table>
<tr><td rowspan="2">НАЗИВ НА ПРЕДМЕТОТ: ФУДБАЛ</td><td>КОД: ФУФВ</td><td>ЕКТС: 9</td></tr>
<tr><td>Фонд: 2+ 4
Семестар: VI</td><td>Статус на предметот:
Задолжителен</td></tr>
<tr><td>РЕАЛИЗАТОР:</td><td colspan="2">Проф. д-р Небојша Марковски</td></tr>
<tr><td>ЦЕЛИ НА ПРЕДМЕТОТ</td><td colspan="2">Целта на оваа наставна програма е едуцирање на студентите со теоретско практичните основи на фудбалот. Од посебни аспекти студентите се запознаваат со генезата на фудбалската игра, се здобиваат со теоретски сознанија за основната фудбалска техника и тактика, со судиските правила, како и со сите дидактичко методски принципи.</td></tr>
<tr><td colspan="3">СОДРЖИНА: Појава и развој на фудбалот во светот и кај нас. Карактеристики и структура на фудбалската игра. Фудбалските правила. Анализа на фудбалскиот натпревар. Записник и статистичка листа. Тестирања во фудбалот. Познавање на фудбалот (читање на играта, анализа на натпревар, принципите на играта, базична техника, играчки развој), Водење на екипата (градење на тим, лидерски принципи, планирње и др.), Базична фудбалска физиологија (принципи на фитнес тренинг, младински фудбалски развој). Методи за учење (принципите на учење, учење на играта, стилови, тренерски алатки). Правила на играта (улогата на судијата, 17 правила, фер – плеј принципи). Техника и тактика на фудбалската игра (тимска организација, индивидуални вештини, игри на скратен простор, групна тактика, учење, игри и др.). Фитнес тренинг за фудбалери, Пракса-учење.</td></tr>
<tr><td colspan="3">ЛИТЕРАТУРА:
Топлак И.: Тактика И методика, Геокарта, Београд, 1985.
Rinus Michels: Teambuilding, Data reproductions, Auburg, Michigan, 2001.
Horst Wein: Futbol 1,2, 3, Кралска фудбалска федерација на Шпанија, 2004.
ДОПЛНИТЕЛНА ЛИТЕРАТУРА:
Боженко А.: Тренинг врхунских фудбалера, Спортска књига, Београд, 1983.
The Technician: стручно списание на УЕФА (месечник).
Група автори: Прирачник за фудбалски тренери, Фудбалска федерација на Македонија, Програми за УЕФА Б, А и ПРО диплома, 2005-2010.</td></tr>
<tr><td>ОЦЕНУВАЊЕ:

Под 50 поени - 5 (F)
Од 51 – 60 поени - 6 (E)
Од 61 – 70 поени - 7 (D)
Од 71 – 80 поени - 8 (C)
Од 81 – 90 поени - 9 (B)
Од 91 – 100 поени - 10 (A)</td><td colspan="2">КРИТЕИУМИ ЗА ОЦЕНУВАЊЕ

- Редовност на практична настава - 10 бода
- Редовност на теоретска настава - 10 бода
- Пополнет практикум - 10 бода
- Прв колоквиум - практично - 20 бода
- Втор колоквиум - практично - 20 бода
- Прв колоквиум - теорија - 15 бода
- Втор колоквиум - теорија - 15 бода

- Вкупен број освоени бодови - 100 бода</td></tr>
<tr><td colspan="3">Начин на формирање на оценката: Се собираат бодовите кои се добиваат од теоретските и практичните колоквиуми, редовност на наставата и уредно пополнет практикум.</td></tr>
<tr><td colspan="3">ОГРАНИЧУВАЊА: Студентите кои не го положиле првиот колоквиум од практичниот или теоретскиот дел, не можат да го полагаат вториот колоквиум. Ако не ги положат предвидените колоквиуми, испитот го полагаат во редовните сесии.</td></tr>
</table>

Република Македонија
Универзитет "Св. Кирил и Методиј"
Факултет за физичка култура Скопје

Наставната програма
по предметот **Фудбал**
- насока физичко и здравствено образование

семестар	теоретски	практични	годишно	испит по
V	2	4	90	5 семестар

Студиска програма: **ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ОБРАЗОВАНИЕ**

Предметна програма: **ФУДБАЛ**

Семестар и број на часови: **V (2+4) 90 часа**

Кредити **4,5**

Наставник: **Проф. д-р Небојша Марковски**

Цел на предметот (описно): Основната цел на предметот Фудбал во физичкото и здравствено образование е да ги насочи студентите за одржување настава во основното и средното образование.

Содржина на предметот: Содржината на предметот ги опфаќа сите основни фудбалски техники, анализа на фудбалската игра и методика на обучување на елементите,тактиката и техниката. Правилата на играта се застапени во скратена форма но сосема доволно за основните и среддните училишта .

Проверка на знаењата: Испитот се состои од теоретски и практичен дел.

Литература:

Rinus Michels: Teambuilding, Data reproductions, Auburg, Michigan, 2001.
Horst Wein: Futbol 1,2, 3, Кралска фудбалска федерација на Шпанија, 2004.
ДОПЛНИТЕЛНА ЛИТЕРАТУРА:
The Technician: стручно списание на УЕФА (месечник).
УЕФА конвенција за заеднички тренерски квалификации, верзија 3, септември 2005.
Едмонд Миха: Фудбал, Репринт Скопје, 2004.
Бозенко А: Основе теорије и методике тренинга фудбалера, Крајинаграф, 2007.
Pero Dujmovic: Школа савременог ногомета, Загреб, 2006.

Теоретски предавања - 30 часа

Вовед: Дефиниција на предметот, план и програма на наставата, методи на учење, преглед на литературата. / 3 /

Настанување и развој на фудбалот кај нас и во светот, СФР Југославија и Македонија. Организација и систем на натпревари (ФИФА и УЕФА). Фудбалот во програмата на Олимписките игри. / 1 /

Значење и карактеристики и улога во системот на физичкото воспитување. Биолошко-здравствени, воспитно-образовни, социолошко-психолошки и економски аспекти на фудбалот. Степен на застапеноста на основните психовизички особини во играта и нивното изградување и усовршување. Теоретски основи на психомоторните способности кај фудбалерите и нивна застапеност во фудбалската игра. / 2 /

Правила на фудбалската игра, теоретска анализа на правилата. Судии, делегат и водење на записник. Димензии на игралиштето, реквизити и опрема. Организација на натпревари, Интернационална светска фудбалска федерација (ФИФА), Европска фудбалска федерација (УЕФА). / 2 /

Фудбалот во училишното друштво за физичка култура, селекција како форма за рано спортско насочување. Начин на селекција, искуства во светот и кај нас. Тестови применети и проверени во нашата земја. Содржина на наставниот план и програма. Планирање на наставно-спортската работа. Евиденцијата, нејзиното значење во наставниот процес, форми на евиденција, дневник за работа и картон на ученикот спортист. / 2 /

Техника на играта и методика на обучувањето. Анализа на содржините во играта односно движењата. Систематизација на елементите на техниката на играта. Движењето на играчите со и без топка. Основна анализа на примање и додавањето на топката, водење на топката, ударите на гол и одбрана на голманот.
/ 2 /

Начин на учење на техниката, како и натамошно усовршување и подготвување за натпревари. Демонстрирањето и неговото значење. Уочување и исправување на грешките во учењето на елементите на техниката кај почетниците. Дозирањето и интезитетот на часот. / 2 /

Биомеханичка анализа на примање и додавање на топката / 1 /

Биомеханичка анализа на ударите на гол. / 1 /

Воопшто за тактиката во спортските игри, значење на тактиката во фудбалот. Систематизација на елементите на тактика на играта во одбрана и напад - ндивидуална, групна и колективна. Тактичка подготовка. . / 1 /

Систем на играта во одбраната: индивидуална одбрана (игра човек на човек), зонска одбрана и комбинирана одбрана. Разработка на системите на зонски формации во сите варијанти. Разработка на системите на комбинирани зонски формации во сите варијанти. Прилагодување на одбрамбената зонски формации на различни напаѓачки системи.

/ 2/

Тактика во напад,развивање на нападот, основно поставување на играчите и нивно движење во нападот. Припрема и реализација на контра нападот и правилно движење на играчите. / 2 /

Видови на напад, фази на нападот, форми на нападот, карактеристики на нападот. / 3 /

Напад од прекин на играта, директен и индиректен удар, корнер, изведување на аут во зависност од зоната (прва, втора, трета, изведување на пенал. / 2 /

Физичка припрема на фудбалерите. Принцип на тренинг за физичка припрема. Периоди и начини на тренинзи за физичката припрема. / 1 /

Футсал. Почетоци и развој нафутсал играта, основни принципи на играта и правила. Видео приказ на играта. / 1 /

Анализа на фудбалски натпревар,. Телевизиски и компјутерски прикази со комплетни анализи. / 2 /

Вежби /практична работа/ - 60 часа

Вежби за обучување и усовршување на техниката и методиката на фудбалската игра, со приказ на методските постапки со посебен осврт на моделот на игра.

Техника на играта со топка и без топка. / 3 /

Примање на топка во место и движење според височината, правецот, аголот и брзината на летот на топката. Во услови на игра. / 4 /

Додавање на топката со подобрата и послабата нога. Во услови на игра. / 6 /

Водење на топката: водење на топката со подобра и послаба нога. Водење на топката праволиниски, водење со измена на правецот на движењето, водење со менување на брзината на движењето и запирање по водењето.Во услови на игра / 6 /

Удари на гол од најразлични позиции со и без присуство на одбрамбен играч. Во услови на игра. / 4 /

Специјални удари на гол: слободен удар, скратен корнер, удар на гол преку жив зид и др. / 3 /

Техника на одбрана на голманот: основна голманска техникаодбрана на ниски, полувисоки и високи топки сњо фрлање и со паѓање. / 3 /

Игра на два гола со судење на натпревар се спроведува на поголемиот дел од практичните часови, при кое се поставуваат одредени техничко-тактички задачи во одбраната и нападот. Воедно се вежба и судењето и организацијата на натпреварот.

Тактика на играта. Индивидуалната тактика во одбраната: покривање на играчот, одземање на топката и пречење на противникот во додавањето, водењето и изведбата на ударот на гол, пресекување на топката, покривање на играчот без топка, блокирање на топката. Во услови на игра. / 2 /

Колективната тактика во одбраната: практично увежбување на сите современи системи во сите варијанти. Спречување на контранапад и пазење на кружен напаѓач. Примена на комбинирана одбрана. Во услови на игра / 13 /

Индивидуална тактика во напад: откривање, примање на топката и додавање, водење на топката и продор кон голот на противникот, движење на топката со

финтирање и вкрстување, контранапад со еден играч. Поставување блокади на противникот. Во услови на игра / 5 /

Колективната тактика во напад: напад со измени на местата и игра преку крило, изведување на контранапад со двајца и повеке играчи, напад против одбрана човек-човек. Напад со играчи повеќе. Во услови на игра. / 10 /

Игра на два гола со судење на натпревар се спроведува на поголемиот дел од практичните часови, при кое се поставуваат одредени техничко-тактички задачи во одбраната и нападот. Воедно се вежба и судењето и организацијата на натпреварот.

Испит

Испитот по предметот ФУДБАЛ се состои од практичен и теоретски дел и се полага после В семестар. Обврска на студентот е да го положи практичниот дел од испитот со што се здобива со право да го полага теоретскиот дел од испитот. Студентот има обврска во текот на студиите да изработи семинарска работа и со тоа се стекнува со право да полага колоквиум од практичниот дел на испитот. Со одбраната на семинарската работа и положениот колоквиум од практичниот дел од испитот студентот освојува доволен број на кредити со кои има право да го полага финалниот дел на практичниот и теоретскиот испит од предметот. На крајот, по завршување на сите предвидени обврски, студентот добива единствена оцена од предметот Фудбал.

На пртактичниот дел од испитот се оценува познавањето на основната техника.

Теоретскиот дел од испитот се состои од прашања предвидени со наставниот план и програма за теоретскиот и практичниот дел од овој предмет.