*Набор 2021 г.*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра Теории и методики футбола и хоккея

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Начальник Учебно-  методического управления  к.п.н. А.С. Солнцева  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «18» мая 2021 г. | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК  проректор по учебной работе  к.п.н., профессор А.Н Таланцев  (протокол УМК №8/21)  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «18» мая 2021 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Теория и методика спортивной тренировки в избранном виде спорта**

**(футбол)»**

**Б1.О.35**

**Направление подготовки:**

49.03.04 Спорт

***ОПОП:***

«Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании».

**Квалификация выпускника**

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

**Форма обучения**

очная/заочная

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Декан тренерского факультета, к.п.н., доцент  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В. Лепешкина | СОГЛАСОВАНО  Декан факультета  заочной формы обучения, к.п.н., профессор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Х Шнайдер | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 5,  «02» апреля 2021 г.)  Заведующий кафедрой,  к.п.н., профессор Портнов А.В.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Малаховка 2021**

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 25 сентября 2019 г., № 886 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 октября 2019 г., регистрационный номер № 56284), с изменениями, утвержденными приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 681 от 25 мая 2020 г.

**Составители рабочей программы:**

А.В. Портнов, к.п.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

А.А.Зайцев, д.б.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

П.Ф.Ежов, к.п.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Н.В.Иванов, к.п.н., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Н.Е.Фролов, ст.преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

В.И.Вощинин, ст.преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

А.В.Шергин, доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рецензенты:**

Семиколенных Н.Л., к.п.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Бурякин Ф.Г. к.п.н., профессор  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.03.04):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Код ПС** | **Профессиональный стандарт** | **Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ** | **Аббрев. исп. в РПД** |
| **01 Образование и наука** | | | |
| 01.001 | "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)" (с изменениями и дополнениями) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. N 544н *(с изменениями и дополнениями от: 25 декабря 2014 г., 5 августа 2016 г.)* | **П** |
| 01.003 | "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. N 298н | **ПДО** |
| **05 Физическая культура и спорт** | | | |
| 05.003 | ["Тренер"](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 28 марта 2019 г. N 191н | **Т** |
| 05.010 | «Специалист по антидопинговому обеспечению» | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 февраля 2016 г. N 73н | **СА** |

1. **Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:**

ОПК-1 Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2 Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-3 Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-4 Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-5 Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях

ОПК-6 Способен воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения

ОПК-7 Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

ОПК-8 Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности

ОПК-9 Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся

ОПК-10 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма

ОПК-11 Способен проводить работу по предотвращению применения допинга

ОПК-12 Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов. в том числе с использованием методик измерения и оценки

ОПК-13 Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

ОПК-14 Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики

ОПК-15 Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-16 Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами Российской Федерации и международными актами в сфере физической культуры и спорта и сфере образования

ОПК-17 Способен осуществлять организацию и судейство спортивных соревнований

ОПК-18 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-19 Способен осуществлять материально-техническое оснащение занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий

Результаты обучения по дисциплине:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Соотнесенные профессиональные стандарты | Планируемые результаты обучения |
| ОПК-1 | **Т**  **D/02.6** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства. | **ОПК-1.1.** **Знает** историю и современное состояние футбола его место и значение в физическом воспитании, науке и образовании; положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки; виды, содержание и технологии планирования тренировочных занятий в футболе; систему оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся футболом; содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке футболистов.  **ОПК-1.2.** **Умеет** планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки; планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося; подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся.  **ОПК-1.3.** **Имеет опыт** планирования тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки; составления календаря спортивных соревнований по футболу; периодического и текущего контроля результатов исполнения планов спортивной подготовки футболистов; анализа показателей самоконтроля футболистов; анализа результатов выступлений футболистов в спортивных соревнованиях, учета динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях. |
| ОПК-2 | **Т**  **D/01.6** Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.    **F/02.6** Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды.  **ПДО**  **А/01.6** Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. | **ОПК-2.1.** **Знает** методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду; методы выявления задатков и способностей, оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств, психических особенностей занимающихся с учетом спортивной ориентации; порядок составления отчетной документации по отбору занимающихся на различных этапах тренировочного процесса; требования для присвоения спортивных разрядов и званий по футболу в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; порядок отбора спортсменов в спортивную команду; теоретические и методические основы спортивного отбора и спортивной ориентации в футболе (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта).  **ОПК-2.2.** **Умеет** выбирать и использовать методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду; ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; реализовывать систему отбора в футболе; выявлять способности занимающихся к достижению высоких спортивных результатов, к перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок; использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий футболом; использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в футболе по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию; набирать и комплектовать группы обучающихся с учетом специфики реализуемых дополнительных общеобразовательных программ (их направленности и (или) осваиваемой области деятельности), индивидуальных и возрастных характеристик обучающихся (для преподавания по дополнительным общеразвивающим программам).  **ОПК-2.3**. **Имеет опыт** проведения спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду; проведения тестирования подготовленности футболистов; выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; организации процесса отбора в основной и резервный составы спортивной команды по футболу; набора на обучение по дополнительной общеразвивающей программе. |
| ОПК-3 | **Т**  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **F/01.6** Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды. | **ОПК-3.1.** **Знает** средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий с футболистами; средства спортивной тренировки футболистов и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; основы техники упражнений базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; принципы, средства и методы спортивной тренировки со спортсменами спортивной команды по футболу; федеральный стандарт спортивной подготовки по футболу.  **ОПК-3.2.** **Умеет** подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений; использовать средства, методы и методические приемы обучения технике выполнения упражнений базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата в футболе.  **ОПК-3.3.** **Имеет опыт** проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; подбора методов тренировки с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий футболистов; составления комплекса упражнений по обучению технике выполнения упражнений базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; определения и установки режима тренировочного процесса спортсменов спортивной команды. |
| ОПК-4 | **Т**  **D/01.6** Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.  **F/01.6** Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды. | **ОПК-4.1. Знает** средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов; методики развития физических качеств средствами футбола; комплексы упражнений по общефизической подготовке (упражнения для гармоничного развития силы мышц; приобретения общей выносливости; формирования общих скоростных способностей; увеличения подвижности основных суставов; улучшения ловкости в разнообразных действиях, умения координировать простые и сложные движения); различные формы проведения тренировочных занятий по разносторонней физической подготовке, овладению техникой специальных подготовительных упражнений, повышению уровня развития основных физических качеств, занимающихся футболом; методики оценки развития физических качеств и функциональных возможностей футболистов; методики контроля развития физических качеств футболистов при проведении тренировок со спортсменами спортивной команды.  **ОПК-4.2. Умеет** подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта; разрабатывать комплексы по общефизической подготовке футболистов (упражнения для гармоничного развития силы мышц; приобретения общей выносливости; формирования общих скоростных способностей; увеличения подвижности основных суставов; улучшения ловкости в разнообразных действиях, умения координировать простые и сложные движения); прогнозировать развитие общих и специальных спортивных способностей футболистов; осуществлять контроль и анализ функциональных возможностей футболистов.  **ОПК-4.3. Имеет опыт** подбораметодик на развитие физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта; выполнения с занимающимися комплекса упражнений по общефизической подготовке (упражнения для гармоничного развития силы мышц; приобретения общей выносливости; формирования общих скоростных способностей; увеличения подвижности основных суставов; улучшения ловкости в разнообразных действиях, умения координировать простые и сложные движения); проведения тренировочных занятий по разносторонней физической подготовке, овладению техникой специальных подготовительных упражнений, повышению уровня развития основных физических качеств, занимающихся футболом; оценки развития физических качеств и функциональных возможностей футболистов; контроля развития физических качеств футболистов при проведении тренировок со спортсменами спортивной команды. |
| ОПК-5 | **Т**  **D/02.6** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов. | **ОПК-5.1. Знает** особенности организации подготовки футболистов различной квалификации; виды соревнований, правила игры в футбол.  **ОПК-5.2. Умеет** организовывать подготовку футболистов различной квалификации для участия в спортивных и физкультурных мероприятиях.  **ОПК-5.3. Имеет опыт** организации тренировочного процесса футболистов различной квалификации; управлением командой различной квалификацией в спортивных и физкультурных мероприятиях. |
| ОПК-6 | **П**  **А/02.6** Воспитательная деятельность. | **ОПК-10.1. Знает** основы общей педагогики и психологии, факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; ценностные основы взаимодействия и общения, ценности физической культуры и спорта, этики (в т.ч., спортивной этики, концепции Олимпизма); основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности, индикаторы и индивидуальные особенности траекторий жизни и их возможные девиации, приемы их диагностики; основы методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий.  **ОПК-10.2. Умеет** решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту; проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения; воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции; строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей.  **ОПК-10.3. Имеет опыт** воспитания у спортсменов социально-значимых личностных качеств, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, а также профилактики негативного социального поведения в процессе спортивной подготовки в футболе; анализа педагогических ситуаций, определения причин их возникновения и способы их решения; определения интересов и потребностей занимающихся, показывать роль и значение изучаемого материала, выполняемой деятельности в реализации личных планов; регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды; формирования толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде. |
| ОПК-7 | **ПДО**  **А/02.6**  Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы. | **ОПК-11.1. Знает** роль, структуру и функции физической культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни; безопасные методы и приемы выполнения работы на спортивных объектах; теоретические основы организации физкультурно-спортивной деятельности; методики проведения физкультурно-спортивных мероприятий; передовой опыт физкультурно-спортивной деятельности; основные направления физкультурно-спортивной деятельности, особенности организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий; методы и формы организации деятельности и общения, техники и приемы вовлечения обучающихся в деятельность и общение при организации и проведении физкультурно-спортивных мероприятий; способы и методы пропаганды здорового образа жизни.  **ОПК-11.2. Умеет** проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни; панировать проведение физкультурно-спортивных мероприятий; разрабатывать программу физкультурно-спортивных мероприятий; собирать и анализировать информацию в области физкультурно-спортивной деятельности; изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности; использовать при проведении физкультурно-спортивных мероприятий педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации деятельности и общения обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей; осуществлять анализ организации физкультурно-спортивной деятельности, подготовки и проведения физкультурно-спортивных мероприятий, отслеживать педагогические эффекты проведения мероприятий; пропагандировать среди населения различные формы занятий как фактора здорового образа жизни и активного отдыха.  **ОПК-11.3. Имеет опыт** формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни; составления программы проведения физкультурно-спортивного мероприятия с учетом его целей и задач; проведения самостоятельно или с привлечением других лиц физкультурно-спортивных мероприятий; изучения и обобщения передового спортивного опыта физкультурно-спортивной деятельности; оценки результатов физкультурно-спортивной деятельности; нормирования нагрузки с учетом возраста и пола занимающихся при организации и проведении занятий с целью рекреации и формирования навыков здорового образа жизни; пропаганды здорового образа жизни и активного отдыха; применения средств и методов восстановления работоспособности. |
| ОПК-8 | **Т**  **D/04.6** Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.  **F/03.6** Организация соревновательной деятельности спортивной команды. | **ОПК-8.1.** **Знает** содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в футболе; антидопинговые правила; методы организации допинг-контроля, права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований; программу спортивной подготовки по футболу; особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров); положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по футболу; правила вида спорта; правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по футболу; требования для присвоения спортивных разрядов и званий по футболу в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в соревновательный период.  **ОПК-8.2.** **Умеет** определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в футболе; координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт; применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям; определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры; контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях; организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в соревновательный период.  **ОПК-8.3. Имеет опыт** информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в футболе; формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований; контроля прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедуру допинг-контроля; контроля справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур; организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в соревновательный период. |
| ОПК-9 | **Т**  **D/04.6** Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.  **F/03.6** Организация соревновательной деятельности спортивной команды. | **ОПК-9.1. Знает** особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы; уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности, достигнутый спортсменами спортивной сборной команды РФ; технологии профессионального спортивного совершенствования в футболе; адаптацию и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках; программу спортивной подготовки по футболу; минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на различных этапах многолетней спортивной подготовки в футболе; модельные характеристики подготовленности по футболу и индивидуальные характеристики спортсменов высокой квалификации; индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зону поддержания высших спортивных результатов занимающегося; показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося; приемы и методы восстановления после физических нагрузок; содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по футболу; структуру календаря спортивных соревнований по футболу; требования для присвоения спортивных разрядов и званий по футболу в соответствии с всероссийской спортивной классификацией.  **ОПК-9.2.** **Умеет** анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки в футболе; определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося; производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании; формировать структуру действий занимающегося в зависимости от фазы соревновательной деятельности; использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях; мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд РФ, на включение в состав спортивных сборных команд РФ по футболу; использовать соревновательную практику, оптимально строить систему соревнований для подведения команды к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия; оценивать и координировать навыки планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности занимающегося; вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях; выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося; оценивать уровень спортивных достижений спортсменов спортивной команды, результативность выступления спортивной команды на спортивном соревновании; производить анализ результатов выступления спортивной команды, выявлять негативные тенденции в системе подготовки спортивной команды к выступлениям на спортивном соревновании.  **ОПК-9.3. Имеет опыт** анализа соревновательной деятельности для корректировки процесса подготовки в футболе; моделирования соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности; проектирования системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности занимающегося (предстартовая, собственно соревнование, фаза последействия) и действий занимающегося; определения общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям; выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников; формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, психолого-методическая поддержка занимающегося в период соревнований; анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников; анализа эффективности выступления спортивной команды на спортивных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной команды. |
| ОПК-10 | **Т**  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **ПДО**  **А/01.6** Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы.  **ППО**  **А/01.6** Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и(или) ДПП.  **П**  **А/02.6** Воспитательная деятельность. | **ОПК-12.1. Знает** правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи; предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; основные разделы гигиенической науки и их содержания; санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физической культурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по футболу; нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; требования обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся; факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, правила техники безопасности при их выполнении; методики обучения технике упражнений в футболе, правила техники безопасности при их выполнении; специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по футболу; причины травматизма, меры предупреждения на занятиях по футболу; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по футболу; меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, находящихся под их руководством.  **ОПК-12.2. Умеет** обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь; обеспечивать технику безопасности на занятиях с учетом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок; распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; обеспечивать безопасность занимающихся на тренировочных занятиях и соревнованиях по футболу; выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности; обеспечивать на занятиях порядок и сознательную дисциплину.  **ОПК-12.3. Имеет опыт** обеспечения безопасности при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по футболу; измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; использования специальной аппаратуры и инвентаря; оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом; составления плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; обеспечения безопасности при проведении тренировочного занятия по футболу; обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря; регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды. |
| ОПК-11 | **СА**  **В/01.6** Организация работы специалистов по антидопинговому обеспечению.  **В/02.6** Планирование и проведение информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с использованием разработанных рекомендаций, инструкций и пособий.  **Т**  **D/05.6** Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки. | **ОПК-13.1. Знает** нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий; содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; международные антидопинговые правила и стандарты; антидопинговое законодательство Российской Федерации; современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; антидопинговые правила; основные виды нарушений антидопинговых правил и последствия их нарушения.  **ОПК-13.2. Умеет** планировать и проводить антидопинговые мероприятия; осуществлять работу с выбранной целевой аудиторией; изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств; представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам.  **ОПК-13.3. Имеет опыт** проведения работы по предотвращению применения допинга; подготовки и проведения информационных антидопинговых мероприятий, способствующих раскрытию, сдерживанию и предотвращению случаев применения допинга в спорте; выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; информирования занимающихся о номенклатуре запрещенных препаратов и манипуляций, о психологических и имиджевых последствиях использования допинга, об организационных и процедурных аспектах допинг-контроля; обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности; проведения дополнительных контрольных процедур для минимизации рисков нарушения антидопинговых правил, включая регулярное получение информации от занимающегося о месте его нахождения, о номенклатуре принимаемых занимающимся фармакологических средств. |
| ОПК-12 | **Т**  **D/01.6** Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.  **D/02.6** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **Е/03.6** Руководство медико-биологическим и функциональным обеспечением подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды. | **ОПК-14.1. Знает** методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов; средства и методы диагностики уровня физического развития, физической подготовленности футболистов и их функционального состояния; методики педагогического контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности футболистов; нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральном стандарте спортивной подготовки по футболу, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; особенности оценивания процесса и результатов тренировочного процесса в футболе; содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; методики тестирования основных спортивных качеств и умений молодых спортсменов; методики медико-биологического тестирования, психодиагностики и психокоррекции спортсмена; организацию медико-биологического контроля в спорте.  **ОПК-14.2. Умеет** подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов, интерпретировать результаты контроля; использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию; использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся футболом; использовать техники оценки физической подготовленности занимающегося, соответствующие федеральному стандарту спортивной подготовки по футболу; использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся боксом; анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося футболом; контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; контролировать функциональное состояние, оценивать степень воздействия тренировочной нагрузки на спортсмена, группу спортсменов, спортивную команду.  **ОПК-14.3. Имеет опыт** контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов; проведения антропометрических исследований; проведения тестирования различных сторон подготовленности занимающихся футболом; анализа и интерпретации результатов педагогического контроля футболистов; анализа данных медико-биологического контроля занимающихся футболом; мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям. |
| ОПК-13 | **Т**  **D/02.6** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.  **D/05.6** Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.  **Е/03.6** Руководство медико-биологическим и функциональным обеспечением подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды. | **ОПК-15.1. Знает** содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в футболе; алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса; нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральном стандарте спортивной подготовки по футболу, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; методики педагогического, медико-биологического и психологического тестирования.  **ОПК-15.2. Умеет** разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в футболе; использовать результаты педагогических, психологических и медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок индивида и вносить соответствующие коррективы в тренировочный процесс; нормировать, осуществлять контроль и коррекцию тренировочных и соревновательных нагрузок спортсменов высокой квалификации; использовать и модифицировать системы показателей для контроля, оценки и коррекции тренировочного процесса в футболе; использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося.  **ОПК-15.3.** **Имеет опыт** коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в футболе; нормирования, контроля и коррекции тренировочных и соревновательных нагрузок в футболе; анализа результатов прохождения занимающимися процедур и мероприятий медицинского контроля, индивидуальных предписаний медицинских работников, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки футболистов; анализа и обобщение контрольных результатов медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки, контроль коррекции программы спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды. |
| ОПК-14 | **Т**  **Е/01.6** Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности.  **F/04.6** Координация работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов спортивной команды.  **СА**  **В/01.6** Организация работы специалистов по антидопинговому обеспечению.  **ПДО**  **А/01.6** Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. | **ОПК-16.1. Знает** функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности; нравственные и этические нормы в процессе коммуникации; способы убеждения, аргументации, установления контактов со слушателями разного возраста, родителями несовершеннолетних (лицами, их заменяющими), коллегами по работе; методы, приемы и способы формирования благоприятного психологического климата и обеспечения условий для сотрудничества участников в процессе спортивной подготовки; этику деловой переписки и делового общения.  **ОПК-16.2. Умеет** устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации в процессе спортивной подготовки; соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации; организовывать взаимодействие и взаимообмен данными тренеров, специалистов по подготовке спортсменов спортивной команды в тренировочном и соревновательном процессе; взаимодействовать с членами педагогического коллектива, представителями профессионального спортивного сообщества, родителями (законными представителями) занимающихся (для дополнительных общеобразовательных программ), иными заинтересованными лицами и организациями при решении задач обучения и (или) воспитания отдельных занимающихся и (или) тренировочной группы с соблюдением норм педагогической этики; вести деловую переписку и деловое общение.  **ОПК-16.3. Имеет опыт** организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки; соблюдения нравственных и этических норм в процессе коммуникации; организации работы тренерского состава спортивной команды, взаимодействия тренеров и специалистов спортивной команды по подготовке спортивной команды; организации взаимодействия специалистов по антидопинговому обеспечению с работниками системы спортивной подготовки; деловой переписки и делового общения. |
| ОПК-15 | **Т**  **Е/01.6** Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности.  **Е/02.6** Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки. | **ОПК-17.1. Знает** основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования; актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по футболу; критерии оценки эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки; роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; методы сбора, систематизации и статистической обработки информации; основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре и спорте; способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; порядок составления и оформления научной работы, научной статьи, правила цитирования.  **ОПК-17.2. Умеет** разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки; проводить экспериментальные исследования по апробации разработанных методик; использовать апробированные методики, проводить обследования и определять уровень физического развития и физической, технической, тактической, психологической подготовленности занимающихся; самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; использовать научную терминологию; классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в футболе; анализировать инновационные методики; определять задачи научного исследования в футболе, разрабатывать и формулировать гипотезу; подбирать и использовать методы исследования в футболе; применять методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); анализировать и оценивать эффективность тренировочного процесса в футболе; интерпретировать результаты собственных исследований в футболе.  **ОПК-17.3. Имеет опыт** проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки; проведения экспериментальных исследований по апробации разработанных методик; использования методик по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта; использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых – средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; публичной защиты результатов собственных научных исследований. |
| ОПК-16 | **Т**  **D/01.6** Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.  **D/04.6** Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.  **D/05.6** Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.  **Е/02.6** Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки.  **F/01.6** Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды.  **ППО**  **А/01.6** Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и(или) ДПП. | **ОПК-18.1. Знает** нормативные правовые акты в сфере физической культуры и спорта, и нормы профессиональной этики; федеральный стандарт спортивной подготовки по футболу; положения хартии международной олимпийской организации; положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по футболу; правила вида спорта; требования для присвоения спортивных разрядов и званий по футболу в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; этические нормы в области спорта; антидопинговые правила; права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля; нормативные требования к планированию спортивной подготовки по футболу; нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта в части регулирования спортивной подготовки и развития футбола; локальные нормативные акты спортивной федерации, профессиональной спортивной лиги, профессионального спортивного клуба по футболу в части регулирования подготовки спортивной команды к спортивным соревнованиям; основы российского и международного антидопингового законодательства; локальные акты образовательной организации в части организации образовательного процесса и работы спортивного зала.  **ОПК-18.2. Умеет** ориентироваться в нормативных правовых актах в сфере физической культуры и спорта, принимать решения и совершать действия в соответствии с законами и нормами профессиональной этики; использовать нормативно-правовые документы в различных видах (формах) физкультурно-спортивной деятельности; вести отчетную документацию по отбору занимающихся на этапы совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры; контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях по футболу; оформлять запрос на терапевтическое использование фармакологических средств, а также на модификации фармакологических средств, разрешенных для занимающегося; оформлять запрос на отсрочку отбора пробы по уважительным причинам; устанавливать признаки нарушения правил отбора пробы и прав спортсмена при прохождении процедуры допинг-контроля; соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации.  **ОПК-18.3. Имеет опыт** применения правовых норм и норм профессиональной этики в профессиональной деятельности; оформления тренировочной документации на различных этапах спортивной подготовки согласно нормативно-правовым документам; подготовки заключения о целесообразности перевода или зачисления занимающегося на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства; контроля прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-контроля; контроля справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур; консультирования занимающихся по выполнению антидопинговых правил, о правах и обязанностях спортсмена при прохождении процедуры допинг-тестирования, о правилах оформления запросов и подачи протестов, апелляций. |
| ОПК-17 | **Т**  **D/04.6** Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.  **F/03.6** Организация соревновательной деятельности спортивной команды. | **ОПК-19.1. Знает** регламент, правила соревнований по футболу, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; основные документы, регламентирующие порядок организации и проведения соревнований по футболу; характеристику соревнований по футболу; правила и судейство соревнований по футболу; материально-техническое обеспечение соревнований по футболу; положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по футболу; правила вида спорта; правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; антидопинговые правила; содержание календаря спортивных соревнований; состав участников спортивного соревнования, состав и функции спортивных судей, положение или регламент и программу спортивных соревнований, правила проведения жеребьевки участников спортивного соревнования; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; способы проверки наличия и качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; федеральный стандарт спортивной подготовки по футболу; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; антидопинговое законодательство Российской Федерации; виды и организацию соревнований по футболу.  **ОПК-19.2. Умеет** планировать и организовывать соревнования по футболу и осуществлять их судейство; составлять положение о соревновании, смету расходов, отчеты и т.п.; обеспечивать информационное взаимодействие между участниками и организаторами спортивного соревнования; информировать участников спортивного соревнования об организационных вопросах спортивного соревнования; проводить жеребьевку участников спортивного соревнования; пользоваться контроль-измерительными приборами; определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования; оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований; составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по футболу; определять справедливость судейства; применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе.  **ОПК-19.3. Имеет опыт** организации и судейства соревнований по футболу; разработки по мере необходимости документации для проведения соревнований: подготовки положения о соревновании, составление программы спортивного соревнования, составление сметы расходов и т.п.; участия в судействе спортивных соревнований по футболу; контроля прохождения спортсменом формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-контроля; контроля справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур. |
| ОПК-18 | **ПДО**  **А/05.6**  Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы.  **ППО**  **А/03.6** Разработка программно-методического обеспечения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и(или) ДПП. | **ОПК-20.1. Знает** содержание методического сопровождения подготовки спортсменов, принципы и порядок разработки программной документации; локальные нормативные акты, регламентирующие организацию образовательного процесса, разработку программно-методического обеспечения, ведение и порядок доступа к учебной и иной документации, в том числе документации, содержащей персональные данные; требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; основные источники и методы поиска информации, необходимой для разработки программно-методического обеспечения; возможности использования информационно-коммуникационных технологий для ведения документации методического сопровождения спортивной подготовки спортсменов; федеральный стандарт спортивной подготовки по футболу; федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; основные способы оформления и представления методических материалов по сопровождению подготовки спортсменов, включая современные методы и инновационные технологии.  **ОПК-20.2. Умеет** разрабатывать документы методического сопровождения подготовки спортсменов; вести учебную, плановую документацию, документацию спортивного зала на бумажных и электронных носителях; планировать содержание методического сопровождения подготовки спортсменов; использовать информационно-коммуникационные технологии для ведения документации методического сопровождения спортивной подготовки спортсменов; оформлять и представлять методические материалы по сопровождению подготовки спортсменов.  **ОПК-20.3. Имеет опыт** методического обеспечения спортивной подготовки; ведения документацией, обеспечивающей реализацию дополнительной общеобразовательной программы; планирования содержания методического сопровождения подготовки спортсменов; использования информационно-коммуникационных технологий для ведения документации методического сопровождения спортивной подготовки спортсменов; оформления и представления методического материала по сопровождению подготовки спортсменов. |
| ОПК-19 | **Т**  **D/02.6** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **F/01.6** Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды. | **ОПК-21.1. Знает** требования к материально-техническому оснащению тренировочных занятий и соревнований в футболе; правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; федеральный стандарт спортивной подготовки по футболу; правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; расположение помещений и устройства для судей и прессы; устройство и классификации сооружений для футбола; нормы обеспечения экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, требования к ним при организации тренировочных занятий, соревнований и спортивно-массовых мероприятий в футболе; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудования в футболе; способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.  **ОПК-21.2. Умеет** выбирать средства материально-технического оснащения тренировочных занятий и соревнований в футболе и использовать их для решения поставленных задач; использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата; применять технические средства, спортивное оборудование для проведения тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды; разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по футболу; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.  **ОПК-21.3. Имеет опыт** составления плана материально-технического обеспечения тренировочных занятий и соревнований в футболе; безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря; проведения фрагмента тренировочного занятия по футболу с использованием инвентаря и оборудования; проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря. |

1. Место дисциплины в структуре Образовательной Программы:

Дисциплина в структуре образовательной программы относится к обязательной части. Объем дисциплины составляет 1656 часов (46 з.е.). В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается в 1-8 семестрах в очной форме обучения, в 1-10 семестрах в заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: четные семестры – экзамен, нечетные семестры – зачет. Курсовая работа – зачет с оценкой в 6 семестре (очная форма обучения), в 8 семестре (заочная форма обучения).

1. Объем дисциплины и виды учебной работы:

*очная форма обучения*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Распределение по семестрам | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **776** | **72** | **108** | **136** | **108** | **60** | **108** | **120** | **64** |
| В том числе:  *Занятия лекционного типа:*  Лекции | | 232 | 24 | 24 | 40 | 36 | 20 | 36 | 30 | 22 |
| *Занятия семинарского типа:*  Семинары | | 126 | 14 | 16 | 18 | 16 | 12 | 12 | 20 | 18 |
| Методические занятия, практические занятия, учебная практика | | 418 | 34 | 68 | 78 | 56 | 28 | 60 | 70 | 24 |
| **Самостоятельная работа студента** | | **880** | **108** | **144** | **152** | **108** | **84** | **108** | **60** | **116** |
| *В том числе подготовка к экзамену* | | *72* |  | *18* |  | *18* |  | *18* |  | *18* |
| **Промежуточная аттестация:** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *зачет* | |  | + |  | + |  | + |  | + |  |
| *зачет с оценкой по курсовой работе* | |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| *экзамен* | |  |  | + |  | + |  | + |  | + |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **1656** | **180** | **252** | **288** | **216** | **144** | **216** | **180** | **180** |
| **зачетные единицы** | **46** | **5** | **7** | **8** | **6** | **4** | **6** | **5** | **5** |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Распределение по семестрам | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **172** | **10** | **10** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **16** | **16** |
| *В том числе:*  *Занятия лекционного типа:*  Лекции | | 36 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| *Занятия семинарского типа:* практические, методические, семинары, учебная практика | | 136 | 8 | 8 | 16 | 16 | 16 | 16 | 16 | 16 | 12 | 12 |
| **Самостоятельная работа студента** | | **1484** | **134** | **134** | **160** | **160** | **160** | **160** | **196** | **196** | **92** | **92** |
| **Промежуточная аттестация:** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *зачет* | |  | + |  | + |  | + |  | + |  | + |  |
| *зачет с оценкой по курсовой работе* | |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| *экзамен* | |  |  | + |  | + |  | + |  | + |  | + |
| **Общая**  **трудоемкость** | **часы** | **1656** | **144** | **144** | **180** | **180** | **180** | **180** | **216** | **216** | **108** | **108** |
| **зачетные единицы** | **46** | **4** | **4** | **5** | **5** | **5** | **5** | **6** | **6** | **3** | **3** |

4.Содержание дисциплины:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема (раздел) | Содержание раздела |
| 1 | Общие основы  футбола | 1.1. Основы учебной дисциплины  *1.1.1. Условия и правила освоения дисциплины*  *1.1.2. Структура и содержание учебной дисциплины*  *1.1.3. Основные понятия и терминология*  1.2. Актуальные вопросы оценки состояния футбола (итоги спортивного сезона)  1.3. Футбол в системе физического воспитания и спорта  1.4. Организационная структура управления футболом  1.5. История возникновения и развития футбола  1.6. Правила игры в футбол и методика судейства.  1.7 Организация и проведение соревнований. Системы розыгрыша.  1.8. Инвентарь и оборудование. Требования к местам проведения тренировки и соревнований по футболу. Меры безопасности при игре в футбол.  1.9. Характеристика футбола как вида спортивной деятельности |
| 2 | Физические качества футболистов | 2.2. Быстрота  2.3. Сила  2.4. Выносливость  2.5. Координационные способности  2.6. Гибкость |
| 3 | Психические качества футболистов | 3.1 Характеристика психических качеств |
| 4 | Техника  футбола | 4.1. Классификация техники футбола  4.2. Техника передвижения  4.3. Техника полевого игрока  4.4. Техника игры вратаря |
| 5 | Тактика  футбола | 5.1. Классификация тактики футбола  5.2. Эволюция тактики футбола. Функциональные обязанности игроков при современных системах игры  5.3. Характеристика индивидуальных, групповых и командных атакующих действий футболистов  5.4. Характеристика индивидуальных, групповых и командных оборонительных действий футболистов |
| 6 | Основы обучения и тренировки футболистов | 6.1 Принципы обучения и тренировки  6.2 Средства обучения и тренировки  6.3 Методы обучения и тренировки  6.4 Виды спортивной подготовки  6.4.1. Физическая подготовка  6.4.2 Психическая подготовка  6.4.3 Техническая подготовка  6.4.4 Тактическая подготовка  6.4.5 Теоретическая подготовка  6.5. Составление план-конспекта и проведение занятия |
| 7 | Футбол как фактор массовой пропаганды здорового образа жизни и рекреации | 7.1. Организация работы спортивно-массового, рекреационного и пропагандирующего здоровый образ жизни характера в образовательных учреждениях  *7.1.1. В системе дошкольного и школьного образования*  *7.1.2. В ССУЗах и ВУЗах*  7.2. Организация работы спортивно-массового, рекреационного и пропагандирующего здоровый образ жизни характера по месту работы  7.3. Организация работы спортивно-массового, рекреационного и пропагандирующего здоровый образ жизни характера по месту жительства и отдыха  7.4. Взаимодействие со средствами массовой информации для пропаганды здорового образа жизни |
| 8 | Система многолетней подготовки футболистов | 8.1. Характеристика этапов многолетней подготовки юных футболистов с учетом возрастных особенностей развития их организма  8.2. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки  8.3. Спортивный отбор как педагогический процесс  8.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и методика их проведения  8.5. Профилактика травматизма и сохранение работоспособности |
| 9 | Обеспечение подготовки футболистов | 9.1. Подготовка тренерских и судейских кадров  9.2. Система отбора в команды мастеров и в сборные команды  9.3. Научно-методическое обеспечение подготовки в футболе  9.4. Материально-техническое обеспечение подготовки футболистов  9.5. Медико-биологическое обеспечение подготовки футболистов  9.6. Интернет и мультимедийные технологии в подготовке футболистов |
| 10 | Управление в футболе | 10.1. Общие основы теории управления  10.2. Моделирование в процессе подготовки  10.3. Планирование подготовки игроков в футболе  10.4 Комплексный контроль в подготовке футболистов  10.5. Управление игроками и командой в тренировке и соревнованиях  10.6. Управление футболом в России. Взаимодействие людей и организаций в футболе  10.7. Нормативно-правовые акты и документы, регламентирующие деятельность в футболе |
| 11 | Научно-  исследователь-ская работа (НИР) и  учебно-иссле-довательская  работа студента (УИРС) | 11.1 Организация и содержание учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы студентов  11.2 Актуальные направления научных исследований в футболе. Новейшие исследования по проблемам футбола  11.3 Структура, содержание, оформление курсовых и ВКР  11.4 Характеристика методов исследования в футболе  11.5 Подготовка и защита курсовых и ВКР |

1. РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов  дисциплины | Виды учебной работы | | | | | | Всего  часов |
| Л | МЗ | СЗ | ПЗ | УП | СРС |
| 1 | Общие основы футбола | 14 | 4 | 10 | - | 10 | 70 | 108 |
| 2 | Физические качества футболистов | 10 | 20 | 10 | 12 | 10 | 80 | 142 |
| 3 | Психические качества футболистов | 4 | 4 | 6 | - | 10 | 10 | 34 |
| 4 | Техника футбола | 10 | 30 | 10 | 12 | 10 | 40 | 112 |
| 5 | Тактика футбола | 10 | 30 | 10 | 12 | 10 | 100 | 172 |
| 6 | Основы обучения и тренировки футболистов | 64 | 40 | 20 | 14 | 10 | 120 | 268 |
| 7 | Футбол как фактор массовой пропаганды здорового образа жизни и рекреации | 8 | 4 | 4 | - | 6 | 80 | 102 |
| 8 | Система многолетней подготовки футболистов | 46 | 40 | 20 | 12 | 10 | 120 | 248 |
| 9 | Обеспечение подготовки футболистов | 12 | 8 | 8 | - | 10 | 60 | 98 |
| 10 | Управление в футболе | 50 | 40 | 14 | 12 | 10 | 100 | 226 |
| 11 | Научно- исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская  работа студента (УИРС) | 4 | 10 | 14 | - | 18 | 100 | 146 |
|  | Итого: | 232 | 230 | 126 | 74 | 114 | 880 | 1656 |

заочная форма обучения

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов  дисциплины | Виды учебной работы | | | | | Всего  часов |
| Л | МЗ | СЗ | УП | СРС |
| 1 | Общие основы футбола | 6 | 8 | 4 | 2 | 150 | 170 |
| 2 | Физические качества футболистов | 2 | 8 | 2 | - | 150 | 162 |
| 3 | Психические качества футболистов | 2 | 2 | - | - | 100 | 104 |
| 4 | Техника футбола | 2 | 8 | 2 | - | 150 | 162 |
| 5 | Тактика футбола | 2 | 8 | 2 | - | 150 | 162 |
| 6 | Основы обучения и тренировки футболистов | 6 | 20 | 4 | 4 | 150 | 184 |
| 7 | Футбол как фактор массовой пропаганды здорового образа жизни и рекреации | 2 | 2 | - | - | 100 | 104 |
| 8 | Система многолетней подготовки футболистов | 4 | 10 | 4 | 2 | 150 | 170 |
| 9 | Обеспечение подготовки футболистов | 2 | 4 | 2 | - | 150 | 158 |
| 10 | Управление в футболе | 4 | 10 | 2 | - | 134 | 150 |
| 11 | Научно- исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская  работа студента (УИРС) | 4 | 20 | 2 | 2 | 100 | 128 |
|  | Итого: | 36 | 100 | 26 | 10 | 1484 | 1656 |

1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины (модуля)

**6.1. Основная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование | Кол-во экземпляров | |
| В библ-ке | На каф-ре |
| 1 | **Лысов П. К.** Анатомия (с основами спортивной морфологии) : учебник для вузов в 2 т. Т. 2 / П. К. Лысов, М. Р. Сапин. - М. : Академия, 2010. - 315 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование). | 5 | 1 |
| 2 | **Психофизиология: учебник для вузов** / под ред. Ю. И. Александрова. - 3-е изд., доп. и перераб. - СПб. : Питер, 2012 | 5 | 1 |
| 3 | **Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения**: учебник / под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. - 7-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2012. - 517 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-8775-7: 869.00. | 100 | 1 |
| 4 | **Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная.** (Учебник), Солодков, А.С., Сологуб Е.Е., М.: Советский спорт, 2008, 2012. | 5 | 1 |
| 5 | **Холодов Ж. К.** Теория и методика физической культуры и спорта : учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 10-е изд. - М. : Академия, 2012. - 478 с. | 5 | 1 |
| 6 | **Голомазов С. В.**   Футбол. Антиципация в игре вратарей : учебное пособие / С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. - М. : ТВТ Дивизион, 2008. - 79 с. : ил. - Библиогр.: с. 70-74. - ISBN 978-5-98724-037-3 : 100.00. | 5 | - |
| 7 | **Губа В. П.** Теория и методика футбола: учебник / В. П. Губа, А. В. Лексаков. - М.: Советский спорт, 2013. - 534 с.: табл. - Библиогр.: с. 530-531. - ISBN 978-5-9718-0680-6 | 25 | - |
| 8 | **Джоунз Р.**   Футбол. Тактика защиты и нападения : учебное пособие / Р. Джоунз, Т. Трэнтер. - М. : ТВТ Дивизион, 2008. - 132 с. : ил. - ISBN 978-5-98724-054-0 : 150.00. | 2 | - |
| 9 | **Зайцев А. А.**   Анкетирование как метод педагогического исследования / А. А. Зайцев, В. С. Левин ; МГАФК. - Малаховка, 2007. - 47 с. : ил. - Библиогр.: с. 44-47. - 47.21. | 10 | - |
| 10 | **Кузнецов А. А.**   Футбол. Настольная книга детского тренера II этап (11-12 лет) : Организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе / А. А. Кузнецов ; под ред. В. В. Радионова. - М. : Олимпия : Человек, 2010. - 203 с. : ил. - ISBN 978-5-903639-22-9 : 214.50. | 25 | - |
| 11 | **Кузнецов А. А.**   Футбол. Настольная книга детского тренера III этап (13-15 лет) : Организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе / А. А. Кузнецов ; ред. В. В. Радионов. - М. : Олимпия : Человек, 2010. - 311 с. : ил. - ISBN 978-5-903639-23-6 : 333.30. | 25 | - |
| 12 | **Кузнецов А. А.**   Футбол. Настольная книга детского тренера IV этап (16-17 лет) : Оргазационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе / А. А. Кузнецов ; под ред. В. В. Радионова. - М. : Олимпий : Человек, 2010. - 166 с. : ил. - ISBN 978-5-903639-24-3 : 214.50. | 25 | - |
| 13 | **Люкези М.**   Футбол. Анализ тактики атакующих действий / М. Люкези. - М. : ТВТ Дивизион, 2008. - 236 с. : ил. - ISBN 978-5-98724-053-3 : 150.00. | 2 | - |
| 14 | **Люкези М.**   Футбол. Обучение системе игры 4-3-3 : учебное пособие / М. Люкези. - М. : ТВТ Дивизион, 2008. - 164 с. : ил. - ISBN 978-5-98724-052-6 : 200.00. | 2 | - |
| 15 | **Тихомиров Ю. В.**   Методика подготовки юных вратарей в футболе : учебно-методическое пособие / Ю. В. Тихомиров ; МГАФК. - Малаховка, 2011. - 33 с. : ил. - Библиогр.: с. 25-28. | 11 | - |
| 16 | **Футбол**: учебник для институтов физической культуры / под ред. М. С. Полишкиса и В. А. Выжгина. - М.: Фарлонг, 2009. - 249 с.: ил. - Библиогр.: 47 назв. - ISBN 978-5-98190-050-4 : 500.00. | 200 | - |
| 17 | **Чирва Б. Г.**   Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры / Б. Г. Чирва. - М. : ТВТ Дивизион, 2008. - 119 с. : ил. - (Теория и практика футбола). - Библиогр.: с. 118-119. - ISBN 978-5-98724-056-4 : 150.00. | 5 | - |
| 18 | **Чирва Б. Г.**   Футбол. Обучение базовым элементам тактики зонного прессинга / Б. Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2011. - 214 с.: ил. - (Теория и практика футбола). - Библиогр.: с. 212-214. - ISBN 978-5-98724-083-0: 250.00. | 5 | - |
| 19 | **Чирва Б. Г.**   Футбол. Перемещения полевых игроков с мячом в играх первенства Европы 2008 г. / Б. Г. Чирва, В. С. Козлов ; РГУФКСМиТ. - М., 2011. - 52 с. : ил. - Библиогр.: с. 35. - 70.00. | 5 | - |
| 20 | **Чирва Б. Г.**   Футбол. Предыгровая разминка вратарей команд Российской премьер-лиги в 2011 г. : методическая разработка для тренеров / Б. Г. Чирва. - М., 2011. - 92 с. : ил. - 100.00. | 5 | - |
| 21 | **Чирва Б. Г.**   Футбол. Предыгровая разминка команд Российской премьер-лиги в 2010 г. : методические разработки для тренеров / Б. Г. Чирва. - М., 2011. - 68 с. : ил. - 100.00. | 5 | - |
| 22 | **Чирва Б. Г.**   Футбол. Предыгровая разминка профессиональных футболистов / Б. Г. Чирва. - М. : ТВТ Дивизион, 2011. - 127 с. : ил. - Библиогр.: с. 124-127. - ISBN 978-5-98724-091-5 : 200.00. | 5 | - |
| 23 | **Чирва Б. Г.**   Футбол. Размеры ворот как фактор, влияющий на становление мастерства юных футболистов : методические разработки для тренеров / Б. Г. Чирва ; РГУФКСМиТ. - М., 2011. - 36 с. : ил. - Библиогр.: с.32-34. - 70.00. | 5 | - |
| 24 | **Чирва Б. Г.**   Футбол. Слагаемые победы в мировом соревновании национальных сборных команд : методическое пособие / Б. Г. Чирва ; РГУФКСМиТ. - М., 2010. - 36 с. : ил. - Библиогр.: с.34-35. - 70.00. | 5 | - |
| 25 | **Чирва Б. Г.**Футбол. Модельные весоростовые характеристики защитников разных амплуа : Выпуск 37 / Б. Г. Чирва ; РГУФКСМиТ, Высшая школа тренеров по футболу. - М., 2012. - 44 с. : ил. - 150.00. | 5 | - |
| 26 | **Чирва Б.**   Футбол. Методика тренировки вратарями ловли и отражения мячей "на противоходе" : методические разработки для тренеров / Б. Чирва, С. Голомазов ; РГУФКСМиТ. - М., 2007. - 58 с. : ил. - Библиогр.: с. 58-59. - 70.00. | 5 | - |

**6.2. Дополнительная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование | Кол-во экземпляров | |
| В библ-ке | На каф-ре |
| 1 | **Гаврилова Е. А.** Стрессорный иммунодефицит у спортсменов : монография / Е. А. Гаврилова. - М.: Советский спорт, 2009. - 190 с. | 5 | 1 |
| 2 | **Карпман, В. Л.** Кардиогемодинамика и физическая работоспособность у спортсменов : сборник / авт.-сост. Р. А. Меркулова. - М. : Советский спорт, 2012. | 5 | 1 |
| 3 | **Михайлова, Д. А.** Спорт высших достижений как сфера творческой деятельности [Макрообъект] : учебное пособие / НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - СПб., 2014. | 5 | 1 |
| 4 | **Наука о спорте** / под ред. А. Жукова. - М.: Магистр-пресс, 2011. - 999 с. : ил. - (Энциклопедия систем жизнеобеспечения). | 5 | 1 |
| 5 | **Пономарев Н. А.** Методы научных исследований : учебно-методическое пособие / Н. А. Пономарев ; СПбГУФК. - СПб., 2008. - 163 с. | 5 | 1 |
| 6 | **Хоменко И. В.** Логика. Теория и практика аргументации : учебник / И. В. Хоменко. - М. : Юрайт, 2010. - 314 с. - (Основы наук). | 5 | 1 |
| 7 | **Кук М.**   Самый популярный учебник футбола! Тренировочные программы и упражнения от ведущих тренеров мира / М. Кук, Д. Шоулдер. - М. : АСТ ; Астрель, 2009. - 124 с. : ил. - ISBN 978-5-17-055643-4 : 209.00. | 5 | 1 |
| 8 | **Левин В. С.**   Футбол (общий курс) : учебная программа для студентов вузов (заочная форма обучения) / В. С. Левин, А. В. Шергин ; МГАФК. - Малаховка, 2010. - 22 с. - Библиогр.: с.16-21 | 30 | 1 |
| 9 | **Чирва Б. Г.**   Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов : монография / Б. Г. Чирва. - М. : ТВТ Дивизион, 2008. - 336 с. : ил. - Библиогр.: с. 257-288. - ISBN 978-5-98724-49-6 : 300.00. | 5 | 1 |
| 10 | **Шергин А. В.**   Футбол (общий курс) : учебная программа для студентов вузов / А. В. Шергин, В. И. Вощинин ; МГАФК. - Малаховка, 2010. - 25 с. - Библиогр.: с. 18-24. | 30 | 1 |
| 11 | **Шергин А. В.**   Футбол (общий курс) : учебная программа для студентов вузов физической культуры, обучающихся по специальности "Менеджмент организации" / А. В. Шергин, В. И. Вощинин ; МГАФК. - Малаховка, 2010. - 25 с. - Библиогр.: с. 18-24. | 30 | 1 |
| 12 | **Шергин А. В.**   Футбол. (Общий курс) : учебная программа для студентов вузов (заочная форма обучения) / А. В. Шергин, А. Ф. Шароенко ; МГАФК. - Малаховка, 2010. - 21 с. | 30 | 1 |

1. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля).
2. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
3. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
4. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
5. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
6. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>
7. Министерство образования и науки Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
8. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
9. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
10. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>
11. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
12. Министерство спорта Российской Федерации <https://minsport.gov.ru/>

12.Международная федерация футбольных ассоциаций <www.fifa.com>

13.Footballtrainer сообщество профессионалов <http://footballtrainer.ru/>

1. Материально-техническое обеспечение дисциплины представляется в виде перечня специализированных аудиторий (спортивных сооружений), имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники, программного обеспечения.

**8.1 Оборудование и спортивный инвентарь**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование оборудования и спортивного инвентаря** | **Единица измерения** | **Количество изделий** |
| 1 | Ворота футбольный, переносные, уменьшенных размеров | комплект | 4 |
| 2 | Барьеры | штук | 10 |
| 3 | Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг | комплект | 3 |
| 4 | Насос для накачивания мячей | комплект | 4 |
| 5 | Сетка для переноски мячей | штук | 2 |
| 6 | Стойки для обводки | штук | 20 |
| 7 | Тренажер «лесенка» | штук | 4 |
| **Для спортивной дисциплины: футбол** | | | |
| 8 | Ворота футбольный стандартные | комплект | 2 |
| 9 | Макет футбольного поля с магнитными фишками | штук | 1 |
| 10 | Манишка футбольная (двух цветов) | штук | 22 |
| 11 | Мяч футбольный | штук | 22 |
| 12 | Флаги для разметки футбольного поля | штук | 4 |

**8.2. Программное обеспечение.**

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или одна из лицензионных версий Microsoft Office.

Для контроля знаний обучающихся используется «Программный комплекс для автоматизации процессов контроля текущей успеваемости методом тестирования и для дистанционных технологий в обучении» разработанной ЗАО «РАМЭК-ВС»

**8.3 Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система Front Row to Go в комплекте (системы свободного звукового поля);

*-* «ElBrailleW14J G2;

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к рабочей программы дисциплины*

*«Теория и методика спортивной тренировки в избранном виде спорта»*

*(футбол)*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра «Теория и методика футбола и хоккея»

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол № 8/21 от «18» мая 2021 г.

Председатель УМК,

проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Н. Таланцев

**Фонд оценочных средств**

по дисциплине

**«Теория и методика спортивной тренировки в избранном виде спорта**

**(футбол)»**

Направление подготовки:

49.03.04 Спорт

*ОПОП:*

«Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании».

**Форма обучения**

очная/заочная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол № 5 от «02» апреля 2021г.)

к.п.н., профессор А.В. Портнов\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Малаховка, 2021 год

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

1. **Паспорт фонда оценочных средств**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Трудовые функции  (при наличии) | Индикаторы достижения |
| ОПК-1 | **Т**  **D/02.6** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.  **П**  **А/01.6**  Общепедагогическая функция. Обучение. | Планирует, учитывает и анализирует результаты занятий физической культуры и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования **(составляет тренировочный план на микро-, мезо-, макроциклы спортивной подготовки для спортсменов тренировочных групп; составляет план-конспект по ОФП для обучающихся; отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене; проходит тестирование).** |
| ОПК-2 | **Т**  **D/01.6** Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.    **F/02.6** Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды.  **ПДО**  **А/01.6** Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. | Знает теоретические аспекты проведения спортивного отбора, спортивной ориентации в процессе занятий и оценку перспективности занимающихся на различных этапах многолетней спортивной подготовки **(отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене; проходит тестирование).** |
| ОПК-3 | **Т**  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **F/01.6** Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды.  **П**  **А/01.6**  Общепедагогическая функция. Обучение. | Знает средства и методы проведения занятий по физической культуре и спорту в сфере спортивной подготовки, сфере образования **(отвечает на индивидуальный опрос, зачете и экзамене, проходит тестирование).**  Применяет на практике комплексы специальных упражнений, направленные на повышение уровня общей и специальной физической подготовленности спортсменов **(составляет комплексы специальных упражнений по ОФП и СФП в составе плана-конспекта для спортсменов).**  Применяет на занятиях комплексы упражнений, направленные на повышение уровня общей физической подготовленности обучающихся **(составляет комплексы упражнений по ОФП в составе плана-конспекта для обучающихся).** |
| ОПК-4 | **Т**  **D/01.6** Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **F/01.6** Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды.  **П**  **А/01.6**  Общепедагогическая функция. Обучение. | Знает средства и методы развития физических качеств и факторы повышающие функциональные возможности спортсменов и обучающихся,  современные технологии психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования **(защищает реферат, отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).**  Применяет на практике комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств и повышение функциональных возможностей спортсменов и обучающихся **(разрабатывает план-конспект занятия по ОФП).** |
| ОПК-5 | **Т**  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **D/04.6** Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.  **F/01.6** Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды.  **ПДО**  **А/01.6** Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы.  **А/02.6** Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы. | Знает различные методы и формы организации подготовки спортсменов и обучающихся различной квалификации; правила прохождения формальных процедур для обеспечения участия спортсменов и обучающихся в спортивных соревнованиях и физкультурных мероприятиях **(защищает реферат, отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).**  Применяет на практике различные методы и формы организации подготовки спортсменов и обучающихся различной квалификации **(составляет плана-конспекта по обучению (совершенствованию) технике выполнения соревновательных упражнений).** |
| ОПК-6 | **П**  **А/02.6** Воспитательная деятельность. | Знает особенности ведения воспитательной работы с занимающимися физической культурой и спортом **(отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |
| ОПК-7 | **ПДО**  **А/02.6**  Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы. | Знает приемы и способы формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности; способы и методы пропаганды здорового образа жизни **(отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |
| ОПК-8 | **Т**  **D/04.6** Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.  **F/03.6** Организация соревновательной деятельности спортивной команды. | Знает содержание информационного, технического и психологического сопровождения соревновательной деятельности **(отвечает на коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |
| ОПК-9 | **Т**  **D/04.6** Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.  **F/03.6** Организация соревновательной деятельности спортивной команды. | Знает методику анализа соревновательной деятельности для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся **(отвечает на коллоквиуме, зачете).** |
| ОПК-10 | **Т**  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **ПДО**  **А/01.6** Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы.  **П**  **А/02.6** Воспитательная деятельность. | Знает теоретические аспекты техники безопасности и профилактики травматизма при подготовке и в ходе проведения тренировочного занятий и соревнований **(защищает реферат, отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |
| ОПК-11 | **СА**  **В/01.6** Организация работы специалистов по антидопинговому обеспечению.  **В/02.6** Планирование и проведение информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с использованием разработанных рекомендаций, инструкций и пособий.  **Т**  **D/05.6** Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки. | Знает содержание и организацию работы по предотвращению применения допинга **(отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене).** |
| ОПК-12 | **Т**  **D/01.6** Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.  **D/02.6** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **Е/03.6** Руководство медико-биологическим и функциональным обеспечением подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды. | Знает методики контроля, измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов **(отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиум, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |
| ОПК-13 | **Т**  **D/02.6** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.  **D/05.6** Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.  **Е/03.6** Руководство медико-биологическим и функциональным обеспечением подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды.  **П**  **А/02.6** Воспитательная деятельность. | Знает алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта на основе полученных результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля;методики контроля воспитательной работы **(отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |
| ОПК-14 | **Т**  **Е/01.6** Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности.  **F/04.6** Координация работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов спортивной команды.  **СА**  **В/01.6** Организация работы специалистов по антидопинговому обеспечению.  **ПДО**  **А/01.6** Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. | Знает функции участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования и принципы организации их совместной деятельности с соблюдением профессиональной этики **(отвечает на коллоквиум, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |
| ОПК-15 | **Т**  **Е/01.6** Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности.  **Е/02.6** Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки. | Знает средства, методы и технологию организации научного исследования, способы обработки результатов исследования и анализа полученных данных **(отвечает на индивидуальный опрос, зачете и экзамене, защита реферата, проходит тестирование).** |
| ОПК-16 | **Т**  **D/01.6** Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.  **D/04.6** Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.  **D/05.6** Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.  **Е/02.6** Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки.  **F/01.6** Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды.  **П**  **А/01.6**  Общепедагогическая функция. Обучение. | Ориентируется в нормативных правовых актах Российской Федерации и международных актах в сфере физической культуры и спорта и сфере образования **(отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |
| ОПК-17 | **Т**  **D/04.6** Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.  **F/03.6** Организация соревновательной деятельности спортивной команды. | Знает правила и судейство спортивных соревнований; основные документы, регламентирующие порядок организации и проведения спортивных соревнований **(отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).**  Планирует спортивные соревнования **(составляет положение о соревнованиях).** |
| ОПК-18 | **ПДО**  **А/05.6**  Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы.  **В/03.6** Мониторинг и оценка качества реализации педагогическими работниками дополнительных общеобразовательных программ. | Знает содержание методического обеспечения и контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования, принципы и порядок разработки программной документации **(отвечает на коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |
| ОПК-19 | **Т**  **D/02.6** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.  **D/03.6** Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.  **F/01.6** Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды. | Знает требования к материально-техническому оснащению занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий **(отвечает на индивидуальный опрос, коллоквиуме, зачете и экзамене, проходит тестирование).** |

**Типовые задания:**

1.1 Вопросы для зачета:

***1 КУРС***

***ПЕРВЫЙ СЕМЕСТР***

1. Возникновение футбола и его развитие
2. История чемпионатов мира
3. История чемпионатов Европы
4. История Олимпийских Игр
5. История международных клубных турниров
6. Развитие футбола в России
7. Современное развитие футбола в мире и в России
8. Характеристика изменений в правилах футбола. Влияние изменений в правилах на технику и тактику игры
9. Характеристика физических качеств футболиста
10. Удары по мячу ногой: способы, техника выполнения
11. Остановки мяча: способы, техника выполнения
12. Отбор мяча: способы, особенности техники выполнения
13. Правила игры: размеры футбольного поля, размеры и вес мяча, разметка поля, продолжительность матча
14. Правила игры: игроки и судьи
15. Правила игры: стандартные положения, нарушения правил и недисциплинированное поведение участников матча, тренерского состава, болельщиков
16. Правила игры: мяч в игре, вне в игры
17. Правила игры: жестикуляция судьи (главного, линейных)
18. Основные показатели, характеризующие соревновательную деятельность в футболе
19. Место футбола в системе физического воспитания и спорта
20. Российский футбольный союз (РФС) – руководящий орган по развитию футбола в России
21. Меры безопасности при подготовке к тренировке и игре
22. Первая медицинская помощь пострадавшим в учебно-тренировочном занятии, игре
23. Профилактика травматизма.
24. Факторы, определяющие результативность соревновательной деятельности в футболе
25. Структура соревновательной деятельности
26. Терминология в футболе

***2 КУРС***

***ТРЕТИЙ СЕМЕСТР***

1. Структура и организация любительского футбольного клуба (ЛФК)
2. Организация и содержание работы секции футбола в ЛФК
3. Документы планирования и учета работы ЛФК.
4. Особенности организационной структуры проведения соревнований среди общеобразовательных учреждений
5. Организация работы секций футбола по месту жительства, работы и отдыха.
6. Характеристика процесса обучения
7. Двигательные умения и навыки
8. Дидактические принципы в обучении
9. Урок как основная форма занятия
10. Структура урока
11. Задачи различных частей урока
12. Структура процесса обучения и совершенствования
13. Задачи, средства и методы физической подготовки
14. Общая и специальная физическая подготовка
15. Комплексные и тематические занятия
16. Анализ средств и методов обшей и специальной физической подготов­ки с преимущественным воздействием на определенные физические качества
17. Требования к силовым способностям футболистов
18. Скоростно-силовые способности («динамическая» сила в быстрых движениях; «амортизационная» сила, «взрывная» сила и другие)
19. Средства развития силы
20. Основные методы развития силы
21. Требования к становлению, развитию и совершенствованию быстроты
22. Компоненты быстроты
23. Требования к ловкости футболистов
24. Компоненты ловкости
25. Средства и методы развития ловкости
26. Требования к выносливости футболистов
27. Общая и специальная выносливость
28. Использование тренировочных средств и методов для развития выносливости
29. Требования к гибкости футболиста
30. Активная и пассивная гибкость
31. Основные факторы, определяющие степень развития гибкости
32. Основные средства и методы развития гибкости
33. Стретчинг

***3 КУРС***

***ПЯТЫЙ СЕМЕСТР***

1. Цели, задачи, принципы спортивной подготовки
2. Основные виды подготовки спортсмена
3. Физические упражнения как основные средства учебно-тренировочного занятия
4. Классификация тренировочных средств
5. Собственно соревновательные упражнения
6. Специально подготовительные упражнения
7. Обще подготовительные упражнения
8. Методы применения основных тренировочных средств
9. Соответствие средств и методов различным видам подготовки футболиста
10. Применение физических упражнений анаэробной направленности в учебно-тренировочном процессе
11. Применение физических упражнений аэробно-анаэробной направленности в учебно-тренировочном процессе
12. Применение физических упражнений аэробной направленности в учебно-тренировочном процессе
13. Положение о ДЮСШ, СДЮШОР и УОР
14. Цели, задачи, структура работы в ДЮСШ, СДЮШОР и УОР
15. Методика проведения контрольных и переводных испытаний
16. Режим работы спортивных школ по футболу: количество групп, их наполняемость
17. Планирование работы
18. Основные документы планирования
19. Учет работы в спортивной школе
20. Содержание, распределение учебного материала в программе для ДЮСШ, СДЮШОР, УОР
21. Возрастные анатомо-физиологические и психологические особенно­сти юных футболистов различных возрастных групп
22. Цели и задачи учебного процесса в группах начальной подготовки
23. Цели и задачи учебного процесса в учебно-тренировочных группах
24. Особенности построения учебно-тренировочного процесса и мето­дика проведения занятий по физической, технической и тактической под­готовке в группах начальной подготовки
25. Особенности построения учебно-тренировочного процесса и мето­дика проведения занятий по физической, технической и тактической под­готовке в учебно-тренировочных группах
26. Тренировочные на­грузки для групп начальной подготовки в микроциклах
27. Тренировочные на­грузки для учебно-тренировочных групп в микроциклах
28. Тренировочные на­грузки для групп начальной подготовки в мезоциклах
29. Тренировочные на­грузки для учебно-тренировочных групп в мезоциклах
30. Тренировочные на­грузки для групп начальной подготовки в макроциклах
31. Тренировочные на­грузки для учебно-тренировочных групп в макроциклах
32. Возрастные анатомо-физиологические особенности юных футболистов в группах спортивного совершенствования
33. Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования
34. Особенности построения учебно-тренировочного процесса и методика проведения занятий по физической, технической и тактиче­ской подготовке в группах спортивного совершенствования
35. Тренировочные на­грузки для групп спортивного совершенствования в микроциклах
36. Тренировочные на­грузки для групп спортивного совершенствования в мезоциклах
37. Тренировочные на­грузки для групп спортивного совершенствования в макроциклах
38. Структура многолетнего процесса подготовки юных футболистов в спортивной школе

***4 КУРС***

***СЕДЬМОЙ СЕМЕСТР***

* 1. Функции управления и системы.
  2. Модели и модельные характеристики в практике управления спортивной подготовкой в футболе
  3. Мо­дельные характеристики соревновательной деятельности футболистов
  4. Модельные характеристики морфофункциональных показателей футболистов
  5. Модельные характеристики показателей игровых действий футболистов различного амплуа
  6. Модельные характеристики различных уровней специальной физи­ческой подготовленности игроков
  7. Параметры моделирования и модельные показатели технико-тактического мастерства
  8. Параметры моделирования тренировочной деятельности футболи­стов
  9. Взаимосвязь и взаимодействие моделей игровой и тренировочной деятельности
  10. Моделирование тренировочных программ в микроцикле
  11. Моделирование тренировочных программ в мезоцикле
  12. Моделирование тренировочных программ в макроцикле
  13. Цели и задачи планирования спортивной подготовки футбольных команд
  14. Требования к планированию (реальность, обоснованность, кон­кретность)
  15. Виды планирования (перспективное, текущее, оператив­ное)
  16. Содержание перспективного планирования
  17. Построение тренировочного процесса с учетом особенностей перспективного планирования, при подготовке футболистов
  18. Содержание текущего планирования
  19. Построение тренировочного процесса с учетом особенностей текущего планирования, при подготовке футболистов
  20. Содержание оперативного планирования

***5 КУРС***

***ДЕВЯТЫЙ СЕМЕСТР***

1. Построение тренировочного процесса с учетом особенностей оперативного планирования, при подготовке футболистов
2. Методика оценки величины и направленности физических нагрузок в футболе
3. Энергетические критерии управления и их использование в подготовке футболистов
4. Методы оценки энергетических показателей
5. Характеристика зон интенсивности при выполнении тренировочных и соревновательных упражнений
6. Частота сердечных сокращений как критерий управления подготовкой футболистов
7. Зависимость частоты сердечных сокращений от пола, возраста, квалификации и игрового амплуа футболистов
8. Определение состояния игрока по скорости восстановления частоты сердечных сокращений после выполнения упражнений
9. Соотношение между частотой сердечных сокращений и двигательной активностью футболистов в различных зонах энергетической производительности
10. Педагогическая оценка физических нагрузок в процессе тренировки и соревнований
11. Анализ контрольных тренировочных упражнений для оценки энергетических показателей, зоны интенсивности этих упражнений
12. Определение текущего состояния игрока по скорости восстановления частоты сердечных сокращений
13. Комплексный контроль в системе подготовки футболистов
14. Характеристика содержания и направленности педагогического контроля
15. Применение методов медико-биологического контроля в системе подготовки футболистов
16. Психологический контроль как составная часть комплексного контроля в футболе
17. Средства, методы и процедура проведения комплексного контроля на обще подготовительном этапе подготовительного периода в годичном цикле подготовки футболистов
18. Средства, методы и процедура проведения комплексного контроля на специально подготовительном этапе подготовительного периода в годичном цикле подготовки футболистов
19. Средства, методы и процедура проведения комплексного контроля в соревновательном периоде годичного цикла подготовки футболистов
20. Средства, методы и процедура проведения комплексного контроля в переходном периоде годичного цикла подготовки футболистов
21. Последовательность проведения тестовых процедур оценки подготовленности футболистов, медико-биологического контроля в лабораторных и полевых условиях, психологического контроля готовности игроков к соревнованиям
22. Последовательность проведения тестовых процедур медико-биологического контроля подготовленности футболистов в лабораторных условиях
23. Последовательность проведения тестовых процедур медико-биологического контроля подготовленности футболистов в полевых условиях
24. Последовательность проведения тестовых процедур психологического контроля готовности игроков к соревнованиям
25. Контроль соревновательной деятельности в системе подготовки футболистов
26. Особенности индивидуальных характеристик игроков различных амплуа
27. Основные критерии мастерства футболистов
28. Характеристики различных методик записи игр с последующим анализом полученных данных и расчетом коэффициента эффективности соревновательной деятельности футболистов на основе полученных показателей

**Критерии оценки**

**Оценка «зачтено»** ставится в случае, когда студент:

- прочно усвоил предусмотренный программный материал;

- правильно, аргументированно ответил на все вопросы, с приведением примеров;

- показал глубокие систематизированные знания;

- владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников;

- теорию связывает с практикой, другими темами данного курса, других изучаемых предметов.

Обязательным условием выставленной оценки является грамотная речь в быстром или умеренном темпе.

Дополнительным условием получения оценки «зачтено» могут быть успехи при выполнении самостоятельной работы, систематическая активная работа на семинарских занятиях.

**Оценка «не зачтено»** ставится в случае, когда студент:

- показывает незнание большой части программного материала;

- отвечает, как правило, лишь на наводящие вопросы преподавателя неуверенно;

- при применении знаний на практике испытывает серьезные затруднения и не преодолевает их с даже с помощью преподавателя;

- в устных и письменных ответах допускает грубые ошибки при изложении материала;

- незнаком с терминологией;

-не выделяет связь программного материала с другими дисциплинами.

* 1. Объемные требования к экзамену

***1 КУРС***

1. Возникновение футбола и его развитие
2. Терминология в футболе
3. История чемпионатов мира
4. Структура соревновательной деятельности
5. История чемпионатов Европы
6. Факторы, определяющие результативность соревновательной деятельности в футболе
7. История Олимпийских Игр
8. Первая медицинская помощь пострадавшим в учебно-тренировочном занятии, игре. Профилактика травматизма.
9. История международных клубных турниров
10. Меры безопасности при подготовке к тренировке и игре
11. Развитие футбола в России
12. Российский футбольный союз (РФС) – руководящий орган по развитию футбола в России
13. Современное развитие футбола в мире и в России
14. Место футбола в системе физического воспитания и спорта
15. Характеристика изменений в правилах футбола. Влияние изменений в правилах на технику и тактику игры
16. Характеристика психических качеств, необходимых футболисту
17. Классификация техники футбола
18. Оборонительные технико-тактические действия: классификация и характеристика
19. Классификация тактики футбола
20. Атакующие технико-тактические действия: классификация и ха­рактеристика
21. Техника игры как основное средство тактики. Взаимосвязь техники и тактики в футболе
22. Виды технико-тактических действий
23. Характеристика физических качеств футболиста
24. Технико-тактическое действие как основной элемент соревновательной деятельности.
25. Удары по мячу ногой: способы, техника выполнения
26. Правила игры: стандартные положения, нарушения правил и не­ дисциплинированное поведение участников матча, тренерского состава, болельщиков
27. Остановки мяча: способы, техника выполнения
28. Основные показатели, характеризующие соревновательную дея­тельность в футболе
29. Отбор мяча: способы, особенности техники выполнения
30. Правила игры: жестикуляция судьи (главного, линейных)
31. Характеристика основных технических приёмов, используемых в футболе
32. Правила игры: мяч в игре, вне в игры
33. Правила игры: размеры футбольного поля, размеры и вес мяча, разметка поля, продолжительность матча, игроки и судьи
34. Понятия стратегии и тактики игры. Взаимосвязь стратегии, так­тики и техники игры

***2 КУРС***

1. Структура и организация любительского футбольного клуба (ЛФК)
2. Задачи, средства и методы физической подготовки
3. Организация и содержание работы секции футбола в ЛФК
4. Общая и специ­альная физическая подготовка
5. Документы планирования и учета работы ЛФК.
6. Комплексные и тематические занятия
7. Особенности организационной структуры проведения соревнований среди общеобразовательных учреждений
8. Анализ средств и методов обшей и специальной физической подготов­ки с преимущественным воздействием на определенные физические качества
9. Организация работы секций футбола по месту жительства, работы и отдыха.
10. Требования к силовым способностям футболистов
11. Характеристика процесса обучения
12. Скоростно-силовые способности («динамическая» сила в быстрых движениях; «амортизационная» сила, «взрывная» сила и другие)
13. Двигательные умения и навыки
14. Средства развития силы
15. Дидактические принципы в обучении
16. Основные методы развития силы
17. Урок как основная форма занятия
18. Требования к становлению, развитию и совершенствованию быстроты
19. Структура урока
20. Компоненты быстроты
21. Задачи различных частей урока
22. Требования к ловкости футболистов
23. Структура процесса обучения и совершенствования
24. Компоненты ловкости
25. Принципы составления конспекта урока, его содержание
26. Средства и методы развития ловкости
27. Основная схема методики обучения техническим приемам
28. Требования к выносливости футболистов
29. Применение технических средств для повышения эффек­тивности процесса обучения
30. Общая и специальная выносливость
31. Выполнение строевых и общеразвивающих упражнений
32. Использование тренировочных средств и методов для развития выносливости
33. Проведение занятий по обучению технике владения мячом
34. Требования к гибкости футболиста
35. Понятие «тактика футбола»
36. Активная и пассивная гибкость
37. Тактические задачи, их интеллектуальное и практическое решение
38. Стратегия, система, стиль игры
39. Проведение занятий по обучению тактическим действиям
40. Основные факторы, определяющие степень развития гибкости
41. Индивидуальные тактические действия
42. Основные средства и методы развития гибкости
43. Групповые тактические действия
44. Стретчинг
45. Командные тактические действия
46. Обоснование выбора темы квалификационной работы
47. Структура квалификационной работы
48. Определение основных направлений исследований в футболе

***3 КУРС***

1. Цели, задачи, принципы спортивной подготовки
2. Цели и задачи учебного процесса в группах начальной подготовки
3. Основные виды подготовки спортсмена
4. Анализ содержания основных разделов работы комплексных научных групп по научно-методическому обеспечению подготовки футболистов в командах мастеров и сборных командах страны
5. Физические упражнения как основные средства учебно-тренировочного занятия
6. Особенности построения учебно-тренировочного процесса и мето­дика проведения занятий по физической, технической и тактической под­готовке в группах начальной подготовки
7. Классификация тренировочных средств
8. Особенности построения учебно-тренировочного процесса и мето­дика проведения занятий по физической, технической и тактической под­готовке в учебно-тренировочных группах
9. Собственно соревновательные упражнения
10. Тренировочные на­грузки для учебно-тренировочных групп в микроциклах
11. Специально подготовительные упражнения
12. Тренировочные на­грузки для групп начальной подготовки в мезоциклах
13. Обще подготовительные упражнения
14. Тренировочные на­грузки для учебно-тренировочных групп в мезоциклах
15. Методы применения основных тренировочных средств
16. Тренировочные на­грузки для групп начальной подготовки в макроциклах
17. Соответствие средств и методов различным видам подготовки футболиста
18. Тренировочные на­грузки для учебно-тренировочных групп в макроциклах
19. Применение физических упражнений анаэробной направленности в учебно-тренировочном процессе
20. Возрастные анатомо-физиологические особенности юных футболистов в группах спортивного совершенствования
21. Применение физических упражнений аэробно-анаэробной направленности в учебно-тренировочном процессе
22. Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования
23. Применение физических упражнений аэробной направленности в учебно-тренировочном процессе
24. Особенности построения учебно-тренировочного процесса и методика проведения занятий по физической, технической и тактиче­ской подготовке в группах спортивного совершенствования
25. Система спортивного отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена
26. Тренировочные на­грузки для групп спортивного совершенствования в микроциклах
27. Задачи, организация и методика начального спортивного отбора
28. Тренировочные на­грузки для групп спортивного совершенствования в мезоциклах
29. Понятие о задатках, одаренности и способностях к занятиям футболом
30. Тренировочные на­грузки для групп спортивного совершенствования в макроциклах
31. Методика определения физического развития
32. Структура многолетнего процесса подготовки юных футболистов в спортивной школе
33. Методика определения технико-тактических способностей
34. Характеристика различных организационно-методических форм проведения учебно-тренировочного процесса
35. Методика определения игрового (оперативного) мышления
36. Характеристика видов занятий и методика их проведения на отдельных этапахгодичного цикла
37. Метод экспертных оценок
38. Характеристика травм у футболистов и их профилактика
39. Спортивная пригодность и ориентация как основные этапы спортивного отбора
40. Режим тренировок и отдыха, питание, витаминизация
41. Основные критерии спортивного отбора
42. Планирование и проведение педагогического эксперимента
43. Средства и методы спортивного отбора: общие, инструментальные, специфические
44. Особенности использования методов статистического анализа при обработке экспериментальных данных
45. Оценка технико-тактической подготовленности в детско-юношеском футболе
46. Характеристика системы подготовки тренерских кадров для футбола в России
47. Положение о СШ, СШОР и УОР
48. Лицензирование тренеров категорий «ПРО», «А», «В», «С»
49. Цели, задачи, структура работы в СШ, СШОР и УОР
50. Состояние селекционной работы в командах высокой квалификации в нашей стране и за рубежом
51. Методика проведения контрольных и переводных испытаний
52. Критерии отбора кандидатов в клубные и сборные команды страны
53. Режим работы спортивных школ по футболу: количество групп, их наполняемость
54. Особенности комплектования команды зарубежными игроками
55. Планирование работы.
56. Психологическая совместимость футболистов
57. Основные документы планирования
58. Материально-техническое обеспечение как важный фактор эффектив­ного проведения процесса подготовки футболистов
59. Учет работы в спортивной школе
60. Современная учебно-тренировочная база и ее обеспечение необходи­мым оборудованием, инвентарем, техническими средствами
61. Содержание, распределение учебного материала в программе для СШ, СШОР, УОР
62. Задачи и организация научно-методического обеспечения футболистов высокой квалификации
63. Возрастные анатомо-физиологические и психологические особенно­сти юных футболистов различных возрастных групп
64. Формирование комплексных научных групп. Задачи и содержание работы педагогического и медико-биологического секторов КНГ
65. Цели и задачи учебного процесса в учебно-тренировочных группах
66. Тренировочные на­грузки для групп начальной подготовки в микроциклах

***4 КУРС***

1. Функции управления и системы.
2. Определение текущего состояния игрока по скорости восстановления частоты сердечных сокращений
3. Модели и модельные характеристики в практике управления спор­тивной подготовкой в футболе
4. Комплексный контроль в системе подготовки футболистов
5. Модельные характеристики соревновательной деятельности футболистов
6. Характеристика содержания и направленности педагогического контроля
7. Модельные характеристики морфофункциональных показателей футболистов
8. Применение методов медико-биологического контроля в системе подготовки футболистов
9. Модельные характеристики показателей игровых дейст­вий футболистов различного амплуа
10. Психологический контроль как составная часть комплексного контроля в футболе
11. Модельные характеристики различных уровней специальной физи­ческой подготовленности игроков
12. Средства, методы и процедура проведения комплексного контроля на обще подготовительном этапе подготовительного периода в годичном цикле подготовки футболистов
13. Параметры моделиро­вания и модельные показатели технико-тактического мастерства
14. Средства, методы и процедура проведения комплексного контроля на специально подготовительном этапе подготовительного периода в годичном цикле подготовки футболистов
15. Параметры моделирования тренировочной деятельности футболи­стов
16. Средства, методы и процедура проведения комплексного контроля в соревновательном периоде годичного цикла подготовки футболистов
17. Взаимосвязь и взаимодействие моделей игровой и тренировочной деятельности
18. Средства, методы и процедура проведения комплексного контроля в переходном периоде годичного цикла подготовки футболистов
19. Моделирование тренировочных программ в микроцикле
20. Последовательность проведения тестовых процедур оценки подготовленности футболистов, медико-биологического контроля в лабораторных и полевых условиях, психологического контроля готовности игроков к соревнованиям
21. Моделирование тренировочных программ в мезоцикле
22. Последовательность проведения тестовых процедур медико-биологического контроля подготовленности футболистов в лабораторных условиях
23. Моделирование тренировочных программ в макроцикле

**5 КУРС**

1. Последовательность проведения тестовых процедур медико-биологического контроля подготовленности футболистов в лабораторных условиях
2. Моделирование тренировочных программ в макроцикле
3. Последовательность проведения тестовых процедур медико-биологического контроля подготовленности футболистов в полевых условиях
4. Цели и задачи планирования спортивной подготовки футбольных команд
5. Последовательность проведения тестовых процедур психологического контроля готовности игроков к соревнованиям
6. Требования к планированию (реальность, обоснованность, кон­кретность)
7. Контроль соревновательной деятельности в системе подготовки футболистов
8. Виды планирования (перспективное, текущее, оператив­ное)
9. Особенности индивидуальных характеристик игроков различных амплуа. Основные критерии мастерства футболистов
10. Содержание перспективного планирования
11. Характеристики различных методик записи игр с последующим анализом полученных данных и расчетом коэффициента эффективности соревновательной деятельности футболистов на основе полученных показателей
12. Построение тренировочного процесса с учетом особенностей перспективного планирования, при подготовке футболистов
13. Виды управления соревновательной деятельностью футболистов
14. Содержание текущего планирования
15. Характеристика стратегического управления
16. Построение тренировочного процесса с учетом особенностей текущего планирования, при подготовке футболистов
17. Разработка плана предстоящего матча и установка на игру
18. Содержание оперативного планирования
19. Управленческие действия тренерского состава в ходе матча и в перерыве. Проведение разбора игры
20. Построение тренировочного процесса с учетом особенностей оперативного планирования, при подготовке футболистов
21. Характеристика оперативного управления
22. Методика оценки величины и направленности физических нагрузок в футболе
23. Современные подходы к системе управления подготовкой футболистов
24. Энергетические критерии управления и их использование в подготовке футболистов
25. Основные функции, средства и методы управления тренировочной деятельностью футболистов
26. Методы оценки энергетических показателей
27. Методические подходы к оптимизации тренировочного процесса в футбольных командах
28. Характеристика зон интенсивности при выполнении тренировочных и соревновательных упражнений
29. Формирование игровых концепций в тренировочном процессе футбольных команд
30. Частота сердечных сокращений как критерий управления подготовкой футболистов
31. Система массового, любительского и профессионального футбола в России
32. Зависимость частоты сердечных сокращений от пола, возраста, квалификации и игрового амплуа футболистов
33. Правовое обеспечение деятельности физических и юридических лиц в сфере футбола
34. Определение состояния игрока по скорости восстановления частоты сердечных сокращений после выполнения упражнений
35. Финансовое положение, структура и маркетинговой политика различных футбольных организаций
36. Соотношение между частотой сердечных сокращений и двигательной активностью футболистов в различных зонах энергетической производительности
37. Закон о физической культуре и спорте
38. Педагогическая оценка физических нагрузок в процессе тренировки и соревнований
39. Стандарт подготовки в футболе
40. Анализ контрольных тренировочных упражнений для оценки энергетических показателей, зоны интенсивности этих упражнений
41. Трансферт как основа юридической защиты игрока

**Критерии оценки**

**Оценка «5»** ставится в том случае, когда учащийся исчерпывающе знает весь программный материал, отлично понимает и прочно усвоил его. На вопросы (в пределах программы) дает правильные, сознательные и уверенные ответы. В различных практических заданиях умеет самостоятельно пользоваться полученными знаниями. В устных ответах и письменных работах пользуется научными терминами свободно. Широко умеет использовать межпредметные связи.

**Оценка «4»** ставится в том случае, когда учащийся знает требуемый программой материал, хорошо понимает его. На вопросы (в пределах программы) отвечает без существенных затруднений. Умеет применять полученные знания в практических заданиях. В устных ответах и письменных работах использует научные термины и не делает грубых ошибок. Умеет использовать межпредметные связи.

**Оценка «3»** ставится в том случае, когда учащийся обнаруживает знание только основного (или минимального) программного учебного материала. При применении знаний на практике испытывает некоторые затруднения и преодолевает их с небольшой помощью преподавателя. В устных и письменных ответах допускает ошибки при изложении материала (но не более одной грубой). Допускает ошибки в терминологии (но не очень грубые). Слабо выделяет связь программного материала с другими дисциплинами.

**Оценка «2»** ставится в том случае, когда ученик показывает незнание большой части программного материала, отвечает, как правило, лишь на наводящие вопросы преподавателя неуверенно. При применении знаний на практике испытывает серьезные затруднения и не преодолевает их с даже с помощью преподавателя. В устных и письменных ответах допускает грубые ошибки при изложении материала Незнаком с терминологией. Не выделяет связь программного материала с другими дисциплинами.

1. ***Темы индивидуальных творческих заданий (проектов):***

**Раздел 1. Общие основы футбола**

Задание 1. Составить положение о соревнованиях.

Вариант 1. Круговая система розыгрыша (чемпионат)

Вариант 2. Система розыгрыша с выбыванием (соревнование на кубок)

Вариант 3. Смешанная система розыгрыша (турнир; различные условия)

Вариант 4. Блиц-турнир (однодневный) для детей 10 лет (различные условия)

**Раздел 2. Физические качества футболистов**

Задание 1.Составить комплекс упражнений, направленный на развитие (или совершенствование отдельных физических (двигательных) способностей:

Вариант 1. Развитие скоростных способностей футболистов

Вариант 2. Развитие скоростно-силовых способностей

Вариант 3. Развитие силовых способностей

Вариант 4. Развитие координационных способностей

Вариант 5. Развитие общей выносливости

Вариант 6. Развитие специальной выносливости

Вариант 7. Совершенствование скоростных способностей футболистов

Вариант 8. Совершенствование скоростно-силовых способностей

Вариант 9. Совершенствование силовых способностей

Вариант 10. Совершенствование координационных способностей

Вариант 11. Совершенствование общей выносливости

Вариант 12. Совершенствование специальной выносливости

**Раздел 6. Основы обучения и тренировки футболистов**

**Техническая подготовка:**

1.Составить комплекс технической направленности для групп НП-1.

Задача: обучение технике передвижения (продолжительность 10 минут).

2.Составить комплекс технической направленности для групп НП-1.

Задача: обучение технике ведения мяча (продолжительность 15 минут).

3. Составить комплекс технической направленности для групп НП-1.

Задача: обучение технике ударов по мячу внутренней стороной стопы и его остановок (продолжительность 15 минут).

4. Составить комплекс технической направленности для групп НП-1.

Задача: обучение финтам (по выбору; продолжительность 15 минут).

5. Составить комплекс технической направленности для групп НП-1. Задача: обучение технике ударов по мячу средней частью подъема (продолжительность 15 минут).

6. Составить комплекс технической направленности для групп НП-1. Задача: обучение технике отбора мяча (продолжительность 15 минут).

7. Составить комплекс технической направленности для групп НП-1. Задача: обучение технике вбрасывания мяча (продолжительность 15 минут).

8. Составить комплекс технической направленности для групп НП-2. Задача обучение технике ловли мяча вратарем (продолжительность 15 минут).

9. Составить комплекс технической направленности для групп НП-2. Задача обучение технике отбивания мяча вратарем (продолжительность 15 минут).

10. Составить комплекс, направленный на обучение технике передвижения в футболе для групп НП-1 (продолжительность 10 минут).

**Технико-тактическая подготовка:**

1. Составить комплекс технико-тактической направленности для групп ТЭ-1. Задача: обучение атакующим действиям (быстрая атака).
2. Составить комплекс технико-тактической направленности для групп ТЭ-3. Задача: обучение атакующим действиям (быстрая атака).
3. Составить комплекс технико-тактической направленности для групп ТЭ-5. Задача: совершенствование атакующим действиям (быстрая атака).
4. Составить комплекс технико-тактической направленности для групп ТЭ-1. Задача: обучение атакующим действиям (позиционная атака).
5. Составить комплекс технико-тактической направленности для групп ТЭ-3. Задача: обучение атакующим действиям (позиционная атака).
6. Составить комплекс технико-тактической направленности для групп ТЭ-5. Задача: совершенствование атакующим действиям (позиционная атака).
7. Составить комплекс технико-тактической направленности для групп ТЭ-1. Задача: обучение быстрому переходу от оборонительных действий к атакующим и наоборот.
8. Составить комплекс технико-тактической направленности для групп ТЭ-3. Задача: обучение быстрому переходу от оборонительных действий к атакующим и наоборот
9. Составить комплекс технико-тактической направленности для групп ТЭ-5. Задача: совершенствование быстрого перехода от оборонительных действий к атакующим и наоборот
10. Составить комплекс технико-тактической направленности, направленный на розыгрыш стандартных положений (для возраста 10-13 лет; 14-17 лет)

**Раздел 8. Система многолетней подготовки футболистов**

Задание 1. Составить тренировочный план на микро-, мезо-, макроциклы спортивной подготовки для футболистов различных возрастных групп.

Вариант 1. Составить план недельного микроцикла для групп НП-1.

Вариант 2. Составить план недельного микроцикла для групп НП-2.

Вариант 3. Составить план недельного микроцикла для групп НП-3.

Вариант 4. Составить план недельного микроцикла для групп ТЭ-1.

Вариант 5. Составить план недельного микроцикла для групп ТЭ-2.

Вариант 6. Составить план недельного микроцикла для групп ТЭ-3.

Вариант 7. Составить план недельного микроцикла для групп ТЭ-4.

Вариант 8. Составить план недельного микроцикла для групп ТЭ-5.

Вариант 9. Составить план недельного микроцикла для групп СС.

Вариант 10. Составить план недельного микроцикла для групп ВСМ.

Вариант 11. Составить план учебно-тренировочных сборов для детей 8-12 лет в режиме детского спортивного лагеря

Вариант 12. Составить план учебно-тренировочных сборов для футболистов 13-16 лет на спортивной базе.

Вариант 13. Составить годовой учебный план для групп НП.

Вариант 14. Составить годовой учебный план для групп ТЭ.

Вариант 15. Составить годовой учебный план для групп СС.

Вариант 16. Составить годовой учебный план для спортивно-оздоровительных групп (дети дошкольного возраста 5-6 лет).

Задание 2. Составить план конспект тренировочных занятий для футболистов различного возраста.

Вариант 1. Составить план конспект для спортивно-оздоровительных групп

Вариант 2. Составить план конспект для групп НП-1.

Вариант 3. Составить план конспект для групп НП-2.

Вариант 4. Составить план конспект для групп НП-3.

Вариант 5. Составить план конспект для групп ТЭ-1.

Вариант 6. Составить план конспект для групп ТЭ-2.

Вариант 7. Составить план конспект для групп ТЭ-3.

Вариант 8. Составить план конспект для групп ТЭ-4.

Вариант 9. Составить план конспект для групп ТЭ-5.

Вариант 10. Составить план конспект для групп СС.

Вариант 11. Составить план конспект для групп ВСМ.

Задание 3. Составить план мероприятия по отбору футболистов.

Вариант 1. Первоначальный отбор в футбольную школу

Вариант 2. Отбор в юношеские сборные команды

Вариант 3. Отбор в молодежные сборные команды

Задание 4. Составить план расписания занятий в футбольной школе

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**(примерный перечень основных разделов)**

1. Цель и задачи соревнований.

2. Руководство проведением соревнования.

З. Сроки и места проведения.

4. Участники соревнований.

5. Условия проведения соревнований.

6. Порядок подачи протестов и их рассмотрение.

7. Порядок и условия определения победителей и призеров.

8. Награждение победителей и призеров.

9. Ответственность команд за недисциплинированные проступки игроков и ответственность администрации стадионов за поддержание порядка во время игр.

10. Места соревнований и требования к ним.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПЛАН – КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ**

**Студент** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ **Дата** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Для занимающихся группы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Задачи занятия:**

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Оборудование и инвентарь:** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Частные задачи** | **№ п.п.** | **Вводно-подготовительная часть занятия.**  **Содержание (упражнения)** | **Дозировка**  (кол-во раз, мин. и т.п.) | **Организационно-методические указания** |
|  |  |  |  |  |
| **Частные задачи** | **№ п.п.** | **Основная часть занятия**  **Содержание (упражнения)** | **Дозировка**  (кол-во раз, мин. и т.п.) | **Организационно-методические указания** |
|  |  |  |  |  |
| **Частные задачи** | **№ п.п.** | **Заключительная часть занятия**  **Содержание (упражнения)** | **Дозировка**  (кол-во раз, мин. и т.п.) | **Организационно-методические указания** |
|  |  |  |  |  |

* 1. **ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ**

**Раздел 1. Общие основы футбола**

1. Когда состоялся первый зафиксированный матч отечественных футбольных команд «Санкт-Петербужский кружок любителей спорта» «Василеостровское общество футболистов» (0:6)

1) 24 октября 1897

2) 15 июня 1860

3) 23 марта 1891

4) 2 августа 1923

2. Дата основания первого официального футбольного органа страны- Всероссийского футбольного союза?

1) 15 февраля 1898

2) 3 апреля 1905

3) 19 января 1912

4) 29 июня 1918

3. Дата первого матча сборной России в официальном международном турнире (Олимпийский игры, Россия 1:2 Финляндия)?

1) 25 июня 1917

2) 16 августа 1924

3) 5 января 1900

4) 30 июня 1912

4. В каком году был проведен первый чемпионат страны (РСФСР) по футболу? Чемпионат РСФСР по футболу — футбольный турнир, который проводился с 1920 по 1934 год в России среди команд и сборных городов. В чемпионате РСФСР также принимали участие представители других республик Советского Союза.

1) 1920

2) 1927

3) 1930

4) 1935

5. Первый чемпионат СССР по футболу был разыгран в рамках I Всезоюзного Праздника физкультуры в Москве с 3 по 9 сентября. Принимали участие сборные команд городов и республик. В каком году произошло это событие?

1) 1915

2) 1923

3) 1931

4) 1938

6. 17 августа 1928 г. произошло открытие первого стадиона страны, соответствующего международным стандартам. О каком стадионе идет речь?

1) «Лужники»

2) «Динамо»

3) «Им.Эдуарда Стрельцова»

4) «Локомотив»

7. В каком году сборная СССР по футболу победила на Олимпийских играх в Мельбурне, обыграв в финале Югославию 1:0 (гол забил Ильин)?

1) 1949

2) 1953

3) 1956

4) 1962

8. В каком году сборная СССР победила на Чемпионате Европы (Кубок европейских наций), обыграв в финале на поле «Парк де Пренс» в Париже сборную Югославии в дополнительное время 2:1 (победный гол забил Виктор Понедельник)?

1) 1960

2) 1964

3) 1972

4) 1988

9. В этих годах сборная СССР по футболу занимала второе место на Чемпионатах Европы. Отметьте неправильную дату.

1) 1964

2) 1972

3) 1980

4) 1988

10. Эти советские футболисты получали награду «Золотой мяч». Отметьте игрока, который не получал этот приз.

1) Лев Яшин

2) Олег Блохин

3) Эдуард Стрельцов

4) Игорь Беланов

11. В каком году сборная СССР по футболу победила на Олимпийских играх в Сеуле, обыграв в финале бразильцев в дополнительное время 2:1 (победный гол забил Юрий Савичев)?

1) 1976

2) 1980

3) 1984

4) 1988

12. В каком году и какой свой лучший результат национальная сборная по футболу показала на Чемпионате мира в Англии?

1) 1958-3 место

2) 1962-2 место

3) 1966-4 место

4) 1970-1/4 финала

13. В каком году тбилисское «Динамо» завоевало Кубок обладателей Кубков?

1)1979

2)1981

3)1985

4)1987

14. В каких годах киевское «Динамо» побеждала в Кубке обладателей Кубков?

1) 1975, 1986

2) 1983, 1987

3) 1984, 1990

4) 1973,1988

15. Дата создания РФС- общероссийской общественной спортивной организации, правопреемника Всероссийского Футбольного союза и Федерации футбола СССР?

1) 8 февраля 1992

2) 5 октября 1993

3) 1 мая 1994

4) 10 августа 1995

16. В каком году состоялся первый Чемпионат России по футболу?

1) 1990

2) 1991

3) 1992

4) 1993

17. В каком году «ЦСКА» завоевал Кубок УЕФА?

1) 2002

2) 2003

3) 2004

4) 2005

18. В каком году «Зенит» завоевал Кубок УЕФА?

1) 2007

2)2008

3) 2009

4) 2010

19. В каком году и какая советская команда дебютировала в еврокубках?

1) 1965 «Динамо» Киев

2) 1968 «Спартак» Москва

3) 1970 «Динамо» Тбилисси

4) 1972 «Торпедо» Москва

20. В каком году сборная России по футболу заняла 3 место на Чемпионате Европы?

1) 1988

2) 1996

3) 2004

4) 2008

21. В каком году и где состоялся первый чемпионат мира по футболу?

1) 1930 год в Уругвае

2) 1934 год в Италии

3) 1938 год во Франции

4) 1950 в Бразилии

22. В каком году и где состоялся первый чемпионат Европы по футболу?

1) 1956 год в Англии

2) 1960 год во Франции

3) 1964 год в Испании

4) 1968 год в Италии

23. В каком году Зенит завоевал Суперкубок УЕФА?

1) 2006

2) 2007

3) 2008

4) 2009

24. До реконструкции (1999 – 2000) этот стадион был самым большим в мире и вмещал до 200 тысяч зрителей.

1) Маракана (Рио-де-Жанейро, Бразилия)

2) Сан-Сиро (Милан, Италия)

3) Уэмбли (Лондон, Англия)

4) Камп Ноу ( Барселона, Испания)

25. Кто является рекордсменом по количеству голов, забитых в финальных стадиях чемпионатов мира (15 голо3)?

1) Пеле (Бразилия)

2) Роналдо (Бразилия)

3) Мирослав Клозе (Германия)

4) Герд Мюллер (ФР4)

26. Кто является рекордсменом по количеству голов, забитых в финальных стадиях чемпионатов европы (9 голо3)?

1) Тьерри Анри (Франция)

2) Мишель Платини (Франция)

3) Алан Ширер (Англия)

4) Криштиану Роналду (Португалия)

27. Лучший бомбардир чемпионатов СССР, забивший 35 голов за сезон?

1) Виталий Старухин («Шахтер» Донецк)

2) Никита Симонян («Спартак» Москв1)

3) Олег Блохин («Динамо» Кие3)

4) Олег Протасов («Днепр» Днепропетровск)

28. Лучший бомбардир чемпионатов России по футболу забивший 28 голов за сезон?

1) Сейду Думбья ЦСКА (Москв1)

2) Александр Кержаков Зенит (Санкт-Петербур4)

3) Олег Веретенников Ротор (Волгоград)

4) Игорь Симутенков Динамо (Москв1)

29. Кто является лучшим бомбардиром отечественного футбола, забившим за карьеру 319 голов? Занимает первое место в списке бомбардиров клуба Григория Федотова.

1) Александр Кержаков 2) Олег Блохин

3) Олег Протасов 4) Олег Веретенников

30. Какой советский арбитр был главным судьей на финальном матче чемпионате мира в 1962 году? (Бразилия 3-1 Чехословакия)

1) Тофик Бахрамов

2) Николай Латышев

3) Сергей Хусаинов

4) Владимир Руднев

31. Какой советский вратарь был признан лучшим вратарем мира по версии МФФИИС (Международная федерация футбольной истории и статистики) в 1988 году?

1) Алексей Прудников

2) Станислав Черчесов

3) Ринат Дасаев

4) Владимир Маслаченко

32. В каком году был проведен первый клубный чемпионат СССР по футболу?

1) 1915

2) 1923

3) 1931

4) 1936

33. В каком году произошло вступление Всероссийского футбольного союза в ФИФА?

1) 1927

2) 1932

3) 1912

4) 1950

34. В каком году произошло вступление Секции (с 1959 года Федерация футбола СССР) футбола СССР в УЕФА?

1) 1923

2) 1954

3) 1966

4) 1971

35. Самая титулованная сборная чемпионатов мира. Пятикратный победитель Чемпионата мира по футболу?

1) Бразилия

2) Испания

3) Германия

4) Италия

36. Какие размеры футбольного поля предусмотрены Правилом 1?

1) длина 90-120, ширина 45-90 метров

2) длина 90-110, ширина 75-90 метров

3) длина 85-115, ширина 45-75 метров

37. Какие размеры футбольного поля предусмотрены Правилом №1 для международных матчей?

1) длина 90-110, ширина 50-75 метров

2) длина 90-120, ширина 64-70 метров

3) длина 100-110, ширина 64-75 метров

38. Если в ходе матча, проводимого по регламенту какого-либо соревнования, сломается перекладина, а возможностей починить или заменить ее нет, должен ли такой матч быть прекращен?

1) Да. Перекладина-это часть ворот, и она всегда должна быть на месте

2) Нет, можно продолжить игру, использовав вместо перекладину веревку

3) Нет, игра может быть продолжена без перекладины, если обе команды согласны на это

39. Как следует поступить судье, если защитник, находящийся в области, ограничиваемой линией ворот и сеткой ворот, наносит удар кулаком оказавшемуся здесь по инерции нападающему соперников в тот момент, когда мяч находится в игре?

1) Игра останавливается, защитник удаляется с поля с показом ему красной карточки. Игра возобновляется *«спорным мячом»* в том месте, где находился мяч в момент остановки игры

2) Игра останавливается, защитник удаляется с поля с показом ему красной карточки. Игра возобновляется *свободным ударом* в том месте, где находился мяч в момент остановки игры

3) Игра останавливается, защитник удаляется с поля с показом ему красной карточки, судья назначает 11-метровый удар

40. Как должен поступить судья, если защитник, находящийся в области, ограничиваемой линией и сеткой собственных ворот, в тот момент, когда мяч был в игре наносит удар кулаком сопернику, оказавшемуся в площади ворот команды этого защитника?

1) Игра останавливается, судья удаляет защитника с поля с показом ему красной карточки. Игра возобновляется *свободным ударом* с того места, где находился мяч в момент ее остановки

2) Игра останавливается, судья удаляет защитника с поля с показом ему красной карточки. Игра возобновляется *«спорным мячом»* в том месте, где находился мяч в момент остановки игры

3) Игра останавливается, судья назначает 11-метровый удар и удаляет защитника с поля с показом ему красной карточки

41. Обязательно ли использование сеток для ворот?

1) Нет, не обязательно 2) Да, разрешено 3)Да, обязательно, если размеры ячеек не менее 5х5 см

42. Игрок, выполнявший 11-метровый удар, насыпает на 11-метровую отметку горку земли, на которую устанавливает мяч. Следует ли считать эти действия игрока нарушением Правила 1?

1) Нет, это не будет нарушением Правил, если 11-метровая отметка залита водой и мяч на нее трудно установить

2) Да, это является нарушением Правил, и судья должен сделать внушение игроку

3) Да, это является нарушением Правил и игроку должны быть вынесено предупреждение

43. В ходе матча любительских соревнований по радиоузлу стадиона диктор обращается к игрокам местной команды с призывом победить соперника. Какое решение должен принять судья?

1) Судья продолжает игру

2) В момент ближайшей остановки игры судья обращается к администрации стадиона с поручением запретить передавать через радиоузел призывы к местной команде. После окончания матча судья вносит соответствующую запись о происшествии в протокол матча

3) Судья останавливает игру и требует, чтобы администрация стадиона запретила передавать через радиоузел призывы к игрокам местной команды. Игра возобновляется «спорным мячом» в том месте, где находился мяч в момент остановки игры. После окончания матча судья вносит соответствующую запись о происшествии в протокол матча

44. 11-метровая отметка, с которой должен выполняться 11-метровый удар, залита водой. Игрок согласен выполнить этот удар, отодвинув мяч назад на 50-70 см и просит судью разрешить это сделать. Какое решение должен принять судья?

1) Разрешить игроку установить мяч, отнеся его на 50-70 см дальше от 11-метровой отметки

2) Разрешить игроку отнести мяч в сторону на незначительное расстояние, чтобы выполнить 11-метровый удар с поверхности поля не залитого водой

3) Предложить игроку установить мяч строго на 11-метровую отметку, несмотря на то, что она залита водой

45. Какова длина окружности мяча?

1) 69-73 см 1)68-71см 3)68-70 см

46. Какой вес должен иметь мяч к моменту начала матча?

1)410-450 гр 2) 420-440 3)400-430 гр

47. Какое давление должен иметь мяч (ед.изм.амтосферы)?

1)0,6-1,1 2)0,4-1,4 3)0,8-1,3

48. После углового удара мяч останавливается посторонним предметом, либо вышедшим на поле зрителем, но ни один из игроков до этого еще не сыграл в мяч. Какие действия должен принять судья?

1) судья останавливает игру. Игра возобновляется «спорным мячом» на линии дуги углового сектора

2) судья останавливает игру. Игра возобновляется «спорным мячом» в том месте, где мяч находился в момент остановки игры

3) судья останавливает игру и просить повторить угловой удар

49. Во время игры на поле был выброшен второй мяч. Следует ли судье остановить игру?

1) Да, судье следует остановить матч

2) Второй мяч на поле рассматривается как посторонний предмет, но матч следует остановить только в том случае, если этот мяч находится на той половине поля, на которой в данный момент идет игра

3) Второй мяч на поле рассматривается как посторонний предмет, но матч следует остановить только в том случае, если этот мяч мешает игре

50. Разрешается ли использовать на мячах какую-либо рекламу?

1) Не допускается использование на мячах какой-либо рекламы, за исключением эмблемы соревнований, организатора соревнований и утвержденной торговой марки изготовителя

2) Допускается использованием на мячах коммерческой рекламы, нанесенной только в виде прямоугольных логотипов, размером не более 30х50 мм. Число таких логотипов не может быть более двух, за исключением эмблемы соревнований, организатора соревнований и утвержденной торговой марки изготовителя

3) Допускается использование на мячах коммерческой рекламы, при условии, что положение об этом содержится в регламенте проводимого национальной ассоциацией соревнования

51. Во время игры при острой атаке в штрафной площади в центральном круге футбольного поля оказался второй мяч. Игрок обороняющейся команды, находящийся рядом с этим мячом, намеренно выбил его в пределы штрафной площади своей команды, помешав развитию атаки соперников. Какое решение должен принять судья?

1) Судья останавливает игру, выносит предупреждение футболисту обороняющейся команды за неспортивное поведение и возобновляет матч свободным ударом в сторону его ворот с того места, где второй мяч попал в игровой

2) Судья останавливает игру, выносит предупреждение футболисту обороняющейся команды за неспортивное поведение и возобновляет матч «спорным мячом» с того места, где находился игровой мяч в момент остановки игры

3) Судья останавливает игру, выносит предупреждение футболисту обороняющейся команды за неспортивное поведение и возобновляет матч свободным ударом в сторону его ворот с места нарушения (откуда игрок нанес удар по мячу)

52. Во время атаки на ворота соперников, когда мяч оказался в штрафной площади обороняющейся команды, раздался хорошо слышимый свисток с трибуны. Защитник, полагая, что это судья остановил игру, взял мяч в руки. Какое решение должен принять судья, если он не давал сигнал?

1) Если, по мнению судьи, свисток с трибуны действительно ввел в заблуждение игрока, арбитр должен дать свой свисток на остановку игры и возобновить ее «спорным мячом» в том месте, где игрок взял его в руки

2) Если, по мнению судьи, свисток с трибуны действительно ввел в заблуждение игрока, арбитр должен дать свой свисток на остановку игры и возобновить ее «спорным мячом» в том месте, где находился мяч в момент остановки игры судьей

3) Назначить 11-метровый удар

53. Во время матча защитник одной из команд, полагая, что мяч пришел в негодность, взял его в руки в пределах собственной штрафной площади. Судья убедился, что мяч действительно необходимо заменить. Как следует возобновить игру?

1) Если, по мнению судьи, мяч действительно пришел в негодность, арбитр должен дать свой свисток на остановку игры и возобновить ее «спорным мячом» в том месте, где игрок взял его в руки.

2) Судья должен заменить мяч и назначить 11-метровый удар в ворота команды этого защитника

3) Если, по мнению судьи, мяч действительно пришел в негодность, арбитр должен дать свой свисток на остановку игры и возобновить ее «спорным мячом» в том месте, где находился мяч в момент остановки игры

54. Судья в конце второго тайма добавляет время для выполнения назначенного 11-метрового удара. Мяч, войдя в игру после удара, лопнул. Какое решение должен принять судья?

1) Повторить 11-метровый удар новым мячом

2) После замены мяча возобновить игру «спорным мячом» в том месте, где мяч пришел в негодность, после чего сразу дать свисток на окончание матча

3) Завершить матч

55. Каковы размеры футбольных ворот?

1) 7,30х2,40 см

2) 7,32х2,44 см

3) 7,32х2,42 см

56. Первая помощь при ушибе

1. надо наложить что-то холодное, через ткань
2. растереть согревающей мазью
3. зафиксировать поврежденное место
4. ничего не надо делать (покой)

57. Первая помощь при растяжении мышц

1. надо наложить что-то холодное, через ткань
2. растереть согревающей мазью
3. зафиксировать поврежденное место
4. ничего не надо делать (покой)

58. Как следует поступить при закрытом переломе руки?

1. обеспечить пострадавшему покой
2. наложить шину
3. самостоятельно вправить перелом
4. обеспечить пострадавшему покой, по возможности наложить шину, вызвать врача и оказать психологическую помощь

59. В сутки в период тренировочных занятий футболист должен получить с пищей примерно (из расчета на 1 кг)

1. 6367 ккал
2. 5560 ккал
3. 4050 ккал
4. 8090 ккал

60. Как называют недостаток витамина в организме

1. гиповитаминоз
2. авитаминоз
3. гипервитаминоз
4. витаминоз

61. Сроки возобновления занятий после перелома лодыжки (с момента снятия иммобилизирующей повязки)

1. 4560 дней
2. 3035 дней
3. 2530 дней
4. 8090 дней

62. Сроки возобновления занятий после перелома ключицы? (при условии хорошего срастания ключицы и отсутствии осложнений)

1. 3060 дней
2. 6070 дней
3. 7080 дней
4. 8090 дней

63. Спортсмен не может встать на цыпочки при разрыве:

1. икроножной мышцы
2. ахиллова сухожилия
3. четырехглавой мышцы бедра
4. приводящих мышц бедра

**Раздел 2. Физические качества футболиста**

1. Наиболее благоприятным (благоприятными) периодом (периодами) для развития силы у мальчиков и юношей считается возраст
2. от 12-13 до 15-17 лет
3. от 15 до 16 лет
4. от 13-14 до 16-18 лет
5. от 14 до 17 лет
6. Наиболее благоприятным (благоприятными) периодом (периодами) для развития силы у девушек считается возраст
7. от 12 до 14 лет
8. от 11-12 до 15-16 лет
9. от 13 до 15 лет
10. от 13-14 до 16 лет
11. Какое из перечисленных понятий не относится к элементарным формам быстроты
12. быстрота реакции
13. скорость одиночного движения
14. скорость стартового разгона
15. частота (темп) движения
16. Какое из перечисленных понятий не относится к комплексным формам быстроты
17. скорость старта в простой и сложной ситуациях
18. быстрота начала движения
19. скорость стартового разгона
20. абсолютная (пиковая) скорость
21. Основой методики развития быстроты у юных футболистов являются беговые упражнения, выполняемые с максимально предельной интенсивностью в течение
22. не более 30 сек
23. не более 15 сек
24. не более 60 сек
25. не имеет значения
26. Разминка, проводимая перед выполнением беговых упражнений с максимально предельной интенсивностью, должна составлять
27. 10 сек
28. не более 15 сек
29. 15-20 сек
30. 30 сек
31. Упражнения с преимущественной направленностью на развитие быстроты рекомендуется включать в
32. начало основной части тренировочного занятия
33. конец основной части тренировочного занятии
34. в заключительную часть тренировочного занятия
35. в отдельное занятие
36. Наиболее благоприятными для развития быстроты у мальчиков является возраст
37. 12-13 лет
38. 10-12 лет
39. 7-11 лет
40. 13-15 лет
41. Основным средством развития общей выносливости на этапе начальной специализации является
42. интенсивный длительный бег
43. интенсивный непродолжительный бег
44. спокойный длительный бег
45. длительное чередование интенсивного и спокойного бега (равномерно-переменный бег)
46. Интенсивность выполнения упражнений, направленных на развитие выносливости при равномерно-переменном методе на этапе углубленной специализации, должна быть такой, чтобы на завершающей стадии ЧСС достигала
47. 160 уд/ мин
48. 140 уд/мин
49. 180 уд/мин
50. 130 уд/мин
51. Продолжительность выполнения упражнений, развивающих выносливость на этапе углубленной специализации, определяется в пределах
52. выполнение 45-60 сек, интервал отдыха 45-60 сек
53. выполнение 15-20 сек, интервал отдыха 30-45 сек
54. выполнение 30-45 сек, интервал отдыха 15-45 сек
55. выполнение 60 сек, интервал отдыха 60 сек
56. Основным методом развития скоростной выносливости является
57. интервальный
58. поточный
59. круговой
60. равномерно-переменный
61. Наиболее благоприятным периодом для развития ловкости является
62. 10-12 лет
63. 7-11 лет
64. 12-13 лет
65. 9-12 лет
66. Какая из перечисленных характеристик не относится к понятию гибкость
67. динамичная
68. общая
69. активная
70. пассивная
71. Какой из перечисленных факторов является неблагоприятным для развития эластичности упругости мышц и связок с помощью упражнений на растягивание
72. предварительная разминка
73. массаж
74. теплый душ
75. малоинтенсивный бег
76. Гибкость с возрастом имеет тенденцию к
77. увеличению
78. к неравномерности развития
79. к снижению
80. к постоянству
81. С какого возраста в спортивной школе необходимо планировать упражнения на развитие гибкости
82. с 9 лет
83. с 7 лет
84. с 10 лет
85. с 12 лет

18. Морфофункциональные качества, благодаря которым возможна двигательная активность спортсмена

1) координационные способности

2) физические качества

3) выносливость

4) скоростные способности

19. Сколько физических качеств спортсмена принято выделять в теории спорта?

1) 7

2) 4

3) 5

4) 6

20. Скоростно-силовые возможности игроков следует оценивать по результатам

1) выпрыгивания вверх с места

2) приседаний со штангой

3) бега на дистанцию 60 метров

4) жима штанги лежа

21. Укажите неверное физическое качество спортсмена

1) Скорость

2) Сила

3) Выносливость

4) Быстрота

22. Какая сила проявляется спортсменом безотносительно к специфическим движениям хоккеиста?

1) взрывная сила

2) общая сила

3) силовая выносливость

4) специальная сила

23. Какая сила проявляется спортсменом в специфических движениях, адекватных соревновательным?

1) специальная сила

2) общая сила

3) относительная сила

4) абсолютная сила

24. Какие физические качества характеризуется способностью мышц к проявлению значительных напряжений в минимальное время?

1) относительная сила

2) скоростно-силовые

3) общая сила

4) абсолютная сила

25. Какой вид силы характеризует способность мышц к сохранению эффективности их функционирования в условиях длительной работы?

1) относительная сила

2) абсолютная сила

3) общая сила

4) силовая выносливость

26. Быстрота реакции бывает:

1) простой и сложной

2) слабой и средней

3) простой и быстрой

4) быстрой и сильной

27. Укажите неверный вид силы

1) абсолютная сила

2) быстрая сила

3) силовая выносливость

4) специальная сила

28. Характеристика физического качества "гибкость"

1) Развитие силы мышц, влияющая на уровень гибкости футболиста

2) Степень эластичности мышц, связок и сухожилий, обеспечивающая максимальную подвижность в суставах

3) Зависимость подвижности в суставах от особенностей телосложения футболиста

4) Размах движений (амплитуды), не лимитированный напряжением мышц-антагонистов

28. Активная гибкость по сравнению с пассивной:

1) больше

2) несравнима

3) меньше

4) равна

29. Сколько физических качеств спортсмена принято выделять в теории спорта

1) 5

2) 3

3) 6

4) 4

30. Какое качество футболиста не относится к физическому

1) смелость

2) гибкость

3) сила

4) ловкость

31. Укажите неверное физическое качество спортсмена

1) Скорость

2) Сила

3) Выносливость

4) Быстрота

32. Характеристика координационных способностей

1) Способность мышц к активному расслаблению, осуществление сложных двигательных упражнений, обусловленное проявлением высокой подвижности нервных процессов

2) Зрительный контроль футболистом выполнения им движений способен обеспечить высокую точность движения

3) Координационные способности футболиста не зависят от наследственных и средовых предпосылок

4) Выполнение упражнений с закрытыми глазами затрудняет формирование пространственно-временной структуры движения

33. Активная гибкость по сравнению с пассивной развивается:

1) в 1,5-2 раза быстрее

2) на 10-20% медленнее

3) на 10-20% быстрее

4) в 1,5-2 раза медленнее

34. Что относится к физическому качеству футболиста

1) Гибкость

2) Твердость

3) Упорство

4) Изменчивость

35. Физическим качеством не является

1) воля

2) сила

3) выносливость

4) ловкость

36. Труднее всего (и, соответственно, медленнее) гибкость развивается в

1) локтевом суставе

2) лучезапястном суставе

3) тазобедренном суставе

4) плечевом суставе

37. Наивысшие показатели гибкости проявляются в:

1) вечерние часы

2) пределах 11-18 часов

3) не зависит от времени суток

4) утренние часы

**Раздел 3. Психические качества футболиста**

1. Какой из перечисленных разделов психологической подготовки в спортивных школах указан неверно:

1. Общая психологическая подготовка
2. Психологическая подготовка к сборам
3. Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям
4. Отметьте характеристику, не относящуюся к характеристикам внимания юного футболиста
5. Характеризуется способностью одновременно контролировать несколько объектов
6. Характеризуется способностью определять направление и расстояние различных объектов
7. Характеризуется способностью противостоять различным отвлекающим и сбивающим факторам
8. Наиболее важным свойством внимания в футболе считается распределение и переключение. Какая из перечисленных способностей данного свойства ошибочна:
9. Заключается в способности одновременно контролировать самый важный объект
10. Моментально переключать внимание с одних объектов на другие
11. Заключается в способности одновременно контролировать несколько объектов
12. Для развития точности глазомера реже всего используются:
13. Передачи на различное расстояние с разной скоростью и траекторией
14. Удары по воротам с различных точек игрового поля
15. Упражнения, моделирующие различные по сложности игровые ситуации
16. Какая из перечисленных характеристик не относится к характеристикам тактического мышления:
17. Оно выражается в быстрой оценке складывающейся игровой ситуации
18. Оно выражается в способности одновременно контролировать несколько объектов
19. Оно выражается в способности принятия правильного решения и его своевременной реализации

6. Является ли психологическая подготовка футболистов важной составляющей тренировочного (не соревновательного) процесса:

1. нет, так как тренировочный процесс протекает спокойнее, чем соревновательный
2. нет
3. да
4. да, если идет подготовка к соревнованиям

7. Какой из перечисленных пунктов не относится к вопросу психологической подготовки футболистов к конкретным соревнованиям:

1. осознание значения предстоящей игры
2. привитие уверенности в своих силах
3. изучение технических приемов игры команды соперника и ее тактических схем
4. выявление сильных и слабых сторон в игре соперников и подготовка к соревнованиям с учетом этих особенностей

8. Проявления психологической готовности команды во время официальной игры –

1) как изменяются игровые действия при проигрышном счёте

2) как реагируют на необъективное судейство и другие сбивающие факторы

3) все ответы верны

4) насколько активно проходит предыгровая разминка

9. Психофизиологические качества: скорость переработки информации, оперативное мышление, быстрота и объём зрительного восприятия, подвижность нервных процессов, устойчивость и концентрация внимания у хоккеистов формируются

1) в 10 – 11 лет

2) в 15-16 лет

3) в 17-18 лет

4) в 12-14 лет

**Раздел 4. Техника футбола**

1. Назовите основные фазы выполнения технического приема «удар по мячу ногой»?

1.предварительная - подготовительная-рабочая,

2.разбег-замах-удар - проводка,

3.подготовительная-основная-заключительная.

4. предварительная -основная-рабочая

2. От чего зависит изменение траектории полета мяча?  
1.от постановки опорной ноги

2.от места соприкосновения бьющей ноги с мячом

3.от координации верхнего плечевого пояса

4.от разбега.

3. Какой способ выполнения удара по мячу наиболее точен?  
1.серединой подъема,

2.внутренней стороной стопы

3.внешней частью подъема,

4.с носка.

4. Какой из перечисленных приемов отбора мяча не используется в футболе

1. накладывание стопы

2. перехват

3. выбивание

4. подкат

5. За счет чего гасится скорость полета мяча в игре вратаря?  
1. за счет сгибания рук в локтевых суставах,

2. за счет амортизационного действия веса опущенных рук и их сгибания

3. за счет чрезмерного напряжения рук

4 .за счет наклона корпуса вперед

6. Какой прием перемещений чаще всего используют игроки в футболе

1. ходьба

2. бег

3. прыжки

4. повороты

7. Какая из перечисленных фаз не является фазой удара по мячу

1. предварительная

2. подготовительная

3. рабочая

4. исполнительная

8. Какая из 4-х перечисленных фаз удара по мячу в движении является лишней

1. разбег

2. ускорение

3. замах бьющей ногой и постановка опорной ноги

4. ударное движение и проводка

9. При выполнении удара по мячу внутренней стороной стопы носок опорной ноги

1. всегда должен совпадать с направлением предполагаемого движения мяча

2. не должен совпадать с направлением предполагаемого движения мяча

3. должен располагаться перпендикулярно направлению предполагаемого движения мяча

4. не зависит от направления предполагаемого движения мяча

10. При выполнении удара по мячу внутренней стороной стопы стопа согнутой в коленном суставе бьющей ноги перед ударом

1. сильно разворачивается наружу без выноса вперед

2. не разворачивается наружу, но выполнен вынос вперед

3. сильно разворачивается наружу и выносится вперед

4. действует по ситуации

11. Какой из перечисленных видов ударов не относится к ударам по мячу подъемом

1. удары серединой подъема

2. удары носком

3. удары внутренней частью стопы

4. удары внешней частью стопы

12. При выполнении удара серединой подъема

1. удар выполняется с прямого разбега по отношению к предполагаемому направлению полета мяча

2. удар выполняется без разбега по отношению к предполагаемому направлению полета мяча

3. удар выполняется с разбега слева по отношению к предполагаемому направлению полета мяча

4. удар выполняется с разбега справа по отношению к предполагаемому направлению полета мяча

13. При выполнении удара серединой подъема удар наносится

1. сбоку мяча

2. точно в середину мяча

3. способ нанесения удара не имеет значения

4. под мяч

14. При выполнении удара внутренней частью подъема с места удар наносится

1. сбоку мяча

2. точно в середину мяча

3. в нижнюю часть мяча

4. под мяч

15. При выполнении удара носком удар, как правило, выполняется

1. с сильным замахом

2. с очень сильным замахом

3. почти без замаха

4. сила замаха не имеет значения

16. При выполнении приема катящегося мяча внутренней стороной стопы принимающая нога выносится навстречу мячу так, что

1. ее стопа развернута наружу на 90 %

2. ее стопа развернута наружу на 45 %

3. ее стопа направлено носком вперед

4. угол разворота стопы не имеет значения

17. При выполнении приема опускающегося на игрока мяча внутренней стороной стопы опорная нога ставится

1. впереди в месте предполагаемого падения мяча

2. сзади-сбоку

3. способ постановки опорной ноги не имеет значения

4. впереди-сбоку от места предполагаемого падения мяча

18. Какой из перечисленных способов дриблинга не применяется в футболе

1. внешней, внутренней, средней частями подъема

2. внутренней стороной стопы

3. внешней стороной стопы, пяткой

4. носком и подошвой

19. Каким должно быть максимальное расстояние «отпускания» мяча от себя при выполнении ведения

1. не более, чем на 30-40 см

2. не более, чем на 10 см

3. не более, чем на 50 см

4. не имеет значения

20. Какое из перечисленных действий не является целью выполнения обманных движений – финтов

1. сохранение мяча

2. обыгрыш соперника

3. придание игре большей зрелищности

4. освобождение от опеки соперника

21. Наиболее эффективно при отборе мяча действуют те игроки, которые умеют оценивать следующие показатели:

1. расстояние до соперника

2. мышечную силу соперника

3. скорость движения

4. расстояние до мяча

22. Классификация техники игры

1) техника игры в обороне

2) техника игры вратаря

3) техника игры полевых игроков и вратаря.

4) техника игры в атаке;

23. Объём технического мастерства футболиста

1) количество технических приёмов, используемых футболистом в игре

2) количество эффективно используемых в игре технических приёмов

3) количество игр, проведённых футболистом в течение сезона

4) количество турниров, проведенных футболистом в течение сезона

**Раздел 5. Тактика футбола**

1 Выберите тактические системы игры команды, которая в современном футболе используется реже?

1. 4x3x3

2. 4x4x2,

3. 3x5x2

4. 6x3x1.

2 Выберите основные виды тактики игры в обороне?

1. зонная,

2. комбинированная

3. индивидуальная

4. групповая.

3 Какие амплуа не относятся к футболу?  
1. полувратарь

2. защитник

3. нападающий

4. полузащитник.

4 Основные задачи тактической подготовки футболистов:  
1. овладение теоретическими знаниями о полном арсенале тактического мастерства

2. развитие двигательных способностей,

3.освоение технико-тактических приемов, комбинаций и систем, командной тактики ведения игры,

4. развитие физических качеств.

5 Основные требования к защите против быстрого нападения?

1.нейтрализация игрока, которому адресуется передача,

2.обязательное вступление в борьбу за мяч, чтобы помешать сопернику сделать первую длинную передачу,

3.защитникам обороняющейся команды сместиться в свою штрафную площадь,

4.нейтрализация игроков, которым может быть сделана передача.

6. Какие из перечисленных действий игроков не относятся к понятию «тактика»

1. индивидуальные действия игроков

2. командные действия игроков

3. межкомандные действия игроков

4. групповые действия игроков

7. Какая из перечисленных характеристик не относится к характеристикам тактического мышления:

1. Оно выражается в быстрой оценке складывающейся игровой ситуации
2. Оно выражается в способности одновременно контролировать несколько объектов
3. Оно выражается в способности принятия правильного решения и его своевременной реализации

8. Какая из перечисленных фаз не применяется при командных действиях в атаке при быстром нападении

1. подготовка атаки

2. начало атаки

3. развитие атаки

4. завершение атаки

9. Какая из перечисленных тактических систем командной игры в обороне не применяется в футболе

1. персональная

2. зонная

3. комбинированная

4. командная

10. Какие формы защитных действий не относятся к тактическим системам командной игры в обороне

1. комбинированная оборона

2. дриблинг

3. прессинг

4. рассредоточенная оборона

11. Структура тактических действий хоккеистов

1) командные тактические действия

2) тактические действия в нападении и в обороне

3) индивидуальные тактические действия

4) групповые тактические действия

12. К компонентам тактики относят –

1) теоретические сведения о возможностях и способах построения схем и систем игры;

2) умение и навыки в оценке собственных действий, действий партнёров, соперников, умение использовать свой технико-тактический арсенал, умение разнообразить технико-тактические действия

3) знание индивидуальных функций и обязанностей как в отдельных фазах атаки, обороны, так и при взаимодействиях с партнёрами

4) все ответы верны

13. Какой вид тактики неверный?

1) Турнирная тактика

2) Перспективная тактика

3) Тактика игры в неравных составах

4) Тактика атаки

14. Какой тактики игры в обороне нет в классификации?

1) Активная

2) Командная

3) Индивидульная

4) Групповая

15. Неверное стандартное положение в футболе

1) Штрафной

2) Угловой

3) Аут

4) Инпут

16. Какая тактика игры в атаке не правильная?

1) Стратегическая

2) Командная

3) Групповая

4) Индивидуальная

17. Чередование отдельных технико-тактических операций во времени - это...

1) тактика

2) система ведения игры

3) стратегия

4) стиль игры

18. Несуществующий вид тактики игры в обороне

1) Зонная

2) Позиционная

3) Ситуационная

4) Персональная

19. Целесообразное применение игроком технических приёмов в сложившейся ситуации это:

1) Групповые тактические действия

2) Стратегические действия

3) Индивидуальные тактические действия

4) Командные тактические действия

**Раздел 6. Основы обучения и тренировки футболистов**

1) Назовите основные дидактические принципы обучения и тренировки?

1) доступности,

2) прочности,

3) единства техники и тактики,

4) постепенности.

2. Назовите основные методы обучения и тренировки?

1) практические,

2) оздоровительные,

3) словесные,

4) наглядные.

3. В какой последовательности осуществляется разучивание технического приема?

1) ознакомление-разучивание в упрощенных условиях - совершенствование приема в условиях, близких к игровым - закрепление приема в игре,

2) разучивание в упрощенных условиях *-* закрепление приема в игре - ознакомление - совершенствование приема в условиях, близких к игровым,

3) закрепление приема в игре - ознакомление – совершенствование приема в условиях, близких к игровым - разучивание в упрощенных условиях,

4) ознакомление - совершенствование приема в условиях, близких к игровым.

4. Определите последовательность структуры проведения тренировки?

1) подготовительная - основная - заключительная часть,

2) основная-заключительная-подготовительная часть,

3) заключительная-основная - подготовительная часть,

4) подготовительная-основная часть.

5. Назовите процентное соотношение объема учебно-тренировочного  
занятия?

1) подготовительная часть - 20 %, основная часть - 70%, заключительная часть -10%,

2) подготовительная часть - 30%, основная часть - 55%, заключительная часть - 15%,

3) подготовительная часть - 10%, основная часть - 85%, заключительная часть - 5%,

4) подготовительная - 15%, основная - 75%, заключительная - 10%.

6. Назовите основные виды педагогического контроля.  
1) начальный,

2) оперативный,

3) текущий,

4) этапный.

7. Основные разновидности классификации атакующих действий футболистов?

1) индивидуальные,

2) групповые;

3) парные,

4) командные.

8. Какие из перечисленных действий футболистов не относятся к атакующим действиям без мяча

1) открывание

2) передача мяча

3) отвлечение соперника

4) создание численного преимущества в отдельных зонах

9. Какие из перечисленных действий футболистов не относятся к атакующим действиям с мячом

1) передача мяча

2) ведение, финты

3) отвлечение соперника

4) удары по воротам

10. Какие из перечисленных дистанционных характеристик передач мяча не употребляются в футболе

1) короткие

2) средние

3) длинные

4) продольные

11. Какие из перечисленных характеристик передач мяча по назначению не употребляются в футболе

1) в ноги или на ход партнеру

2) продольная

3) на удар

4) прострельная

12. Какие из перечисленных характеристик передач мяча по направлению не употребляются в футболе

1) продольная

2) поперечная

3) верхом по дуге

4) диагональные

13. Назовите основные фазы выполнения технического приема «удар по  
мячу ногой»?

1) предварительная – подготовительная – рабочая

2) разбег-замах-удар - проводка,

3) подготовительная-основная-заключительная.

4) предварительная – основная – рабочая

14. От чего зависит изменение траектории полета мяча?  
1) от постановки опорной ноги,

2) от места соприкосновения бьющей ноги с мячом,

3) от координации верхнего плечевого пояса,

4) от разбега.

15. Какой способ выполнения удара по мячу наиболее точен?

1) серединой подъема,

2) внутренней стороной стопы,

3) внешней частью подъема,

4) с носка.

16. Расстановка и взаимодействие игроков в определённом порядке в атаке и обороне - это...

1) тактика игры

2) стратегия игры

3) ритм игры

4) система ведения игры

17. За счет чего гасится скорость полета мяча в игре вратаря?

1) за счет сгибания рук в локтевых суставах,

2) за счет амортизационного действия веса опущенных рук и их

сгибания,

3) за счет чрезмерного напряжения рук,

4) за счет наклона корпуса вперед.

18. Какие из перечисленных средств восстановления функционального состояния занимающихся должны использоваться реже других

1) психолого-педагогические средства

2) медико-биологические средства

3) химические средства

4) гигиенические средства

19. Восстановление функционального состояния спортсменов должно осуществляться

1) только при высокой и очень высокой физической нагрузке

2) после соревновательного периода

3) когда в этом есть необходимость

4) всегда, когда была получена физическая нагрузка

20.Закон «плато» в развитии двигательного навыка обозначает:

1. Длительную задержку в развитии навыка
2. Прекращение развития навыка
3. Прекращение развития навыка ввиду достижения максимальной его степени

21. Закон угасания навыка проявляется:

1. Когда длительное время не повторяется действие
2. Когда нет необходимости в частом повторении действия
3. Когда действие отработано до автоматизма

22. Перенос двигательного навыка не может быть:

1. Положительным
2. Нейтральным
3. Отрицательным

23. Какая из трех перечисленных задач не относится к этапу начального разучивания двигательного действия:

1. Сформировать смысловое и зрительное представления о двигательном действии и способе его выполнения.
2. Создать двигательные представления по основным опорным точкам (элементам действия) путем освоения подводящих упражнений или структурных элементов изучаемого действия.
3. Добиться целостного выполнения двигательного действия на основе сознательного контроля пространственных, временных и динамических характеристик техники.

24. Какая из трех перечисленных задач не относится к этапу углубленного разучивания двигательного действия:

1. Уточнить действие во всех основных опорных точках, как в основе, так и в деталях техники.
2. Обеспечить вариативное использование действия в зависимости от конкретных практических обстоятельств.
3. Устранить мелкие ошибки в технике, особенно в ее основном звене.

25. Общая плотность занятия по обучению технике футбола должна стремиться к:

1. 100 %
2. 85 %
3. 50-60 %

26. Оптимальной моторной плотностью занятия для футболистов 12-15 лет является:

1) 75-85 %

2) 50-60 %

3) около 100 %

27. В какой из частей занятия реже всего используется фронтальный метод:

1. В вводной части
2. В основной части
3. В заключительной части

28. После выполнения «резаного» удара мяч, как правило, летит:

1. По дуге, вращаясь вокруг своей оси
2. Прямо, не вращаясь
3. По дуге, не вращаясь и «ныряя» в конце

29. Какой из перечисленных видов отбора мяча не применяется в футболе:

1. Отбор накладыванием стопы
2. Отбор выбиванием
3. Отбор подкатом

30. Какое из перечисленных действий не относится к прямой компетенции вратаря:

1. Перехват
2. Ловля мяча
3. Введение мяча в игру

31. Игровые комбинации представляют собой:

1. Тактическое взаимодействие всей команды одновременно
2. Индивидуальное техническое мастерство игроков
3. Тактическое взаимодействие нескольких игроков

32. Разучивание занимающимися комбинаций рекомендуется начать:

1. Без соперников, роль которых на новых этапах их освоения могут выполнять специальные ориентиры (стойки, набивные мячи и пр.).
2. С подключения других игроков (например, в упражнение против двух атакующих одного обороняющегося).
3. С игровых упражнений.

33. Какая из трех перечисленных фаз быстрого нападения ошибочна:

1. Организация атаки
2. Начало атаки
3. Завершение атаки

34. Что развивает принцип наглядности?

1) Зрительное восприятие и представление о двигательном действии

2) Самостоятельность

3) Внимательность

4) Мышечную память

35. Какой из трех перечисленных форм командных действий в обороне не существует в теории и методике футбола:

1. Концентрированная оборона
2. Рассредоточенная оборона
3. Групповая оборона

36. Какое из трех перечисленных понятий относится к оборонным действиям:

1. Прессинг
2. Дриблинг
3. Финты

37. Концентрированная оборона предполагает:

1. Начало активных противодействий атакующему сопернику на дальних подступах к своим воротам
2. Активные действия обороняющихся в непосредственной близости от своих ворот
3. Противодействие всем атакующим соперникам, независимо от занимаемых ими позиций и владения мячом

38. Основные требования к защите против быстрого нападения?

1) нейтрализация игрока, которому адресуется передача

2) обязательное вступление в борьбу за мяч, чтобы помешать сопернику сделать первую длинную передачу

3) защитникам обороняющейся команды сместиться в свою штрафную площадь

39. Если футболисты тренировали действия с мячом в более «сложных» условиях, а выполнять эти действия с мячом необходимо в более «простых» условиях, перенос точности:

1) Происходит в любом случае

2) Происходит в зависимости от функционального состояния

3) Не происходит

40. Тренировочная работа по совершенствованию техники владения мячом, развитию двигательных качеств и чувствительных систем должна проводиться:

1) Последовательно

2) Параллельно

3) Произвольно

41. Выполнение неспецифических упражнений сказываются на качестве выполняемых непосредственно за тем действий с мячом:

1) Положительно

2) Отрицательно

3) Никак не сказываются

42. При совершенствовании квалифицированными футболистами техники атакующих действий противодействие обороняющихся игроков:

1) Должно быть намного ниже, чем в игре

2) Должно быть чуть-чуть ниже, чем в игре

3) Должно быть таким, как в игре

43. Для улучшения технического мастерства при выполнении приема его надо выполнить с необходимой точностью:

1) 5-10 раз

2) 15-20 раз

3) 25-30 раз

44. Назовите основную задачу физической подготовки

1) Сбросить вес

2) Развить память

3) Повышение уровня функциональных возможностей

4) Увеличить объём мышечной массы

45. Последовательность в обучении тактике игры

1) командные тактические действия – групповые – индивидуальные

2) все ответы верны

3) групповые тактические действия – индивидуальные – командные

4) индивидуальные тактические действия – групповые – командные

46. Отличительный признак двигательного умения?

1) Концентрация, внимание на деталях выполнения двигательного действия

2) выполнение двигательного действия под контролем сознания

3) Отсутствие стабильности при выполнении двигательного действия

4) Выполнение двигательного действия автоматизировано

47. Под чем обычно понимают интенсивность ведения игры?

1) ритм

2) тактические предпочтения

3) стиль

4) темп

48. Назовите метод обучения, который не существует

1) Наглядный

2) Достоверный

3) Практический

4) Словесный

49. Основное средство в теории и методике тренировки

1) Физические упражнения

2) Интеллектуальные упражнения

3) Упражнения на внимание

4) Строевые упражнения

50. Что принято понимать под стилем игры:

1) Признаки характерные нескольким игрокам

2) Признаки характерные одному игроку

3) Признаки характерные нескольким командам, а также сборной страны

4) Признаки характерные конкретной команде

51. Сведения о команде соперников тренер получает

1) просматривая видеозаписи последних матчей

2) от игроков команды соперников

3) от болельщиков

4) из прессы

52. Рациональное построение и организация коллективных и индивидуальных действий футболистов при оптимальном использовании средств и методов борьбы с противником для достижения победы - это...

1) ритм игры

2) тактика игры

3) система ведения игры

4) стратегия игры

53. Принцип прогрессирования выражается:

1) В цикличности тренировочного процесса

2) В доступности тренировочных заданий, и стабилизации нагрузок

3) В увеличении интервалов отдыха спортсмена

4) В последовательном повышении нагрузок и усложнении заданий

54. Не относится к дидактическим принципам обучения

1) Настойчивость

2) Доступность

3) Сознательность и активность

4) Последовательность

55. Содержание подготовительной части ТЗ зависит от:

1) задач периода подготовки

2) задач заключительной части ТЗ

3) задач этапа подготовки

4) задач основной части ТЗ

56. Укажите факторы, определяющие уровень физической нагрузки

1) Продолжительность. Специфичность

2) Объем. Интенсивность

3) Техническая сложность

4) Направленность. Продолжительность.

57. Назовите несуществующий метод обучения

1) Достоверный

2) Наглядный

3) Словесный

4) Проблемный

58. Укажите верную последовательность этапов обучения двигательному действию

1. Начальное разучивание

2. Ознакомление

3. Закрепление

4. Углубленное разучивание

1) 2-3-4-1

2) 2-1-4-3

3) 4-3-2-1

4) 1-2-3-4

59. Укажите несуществующий этап обучения физическому упражнению

1) Этап образного восприятия

2) Этап начального разучивания

3) Этап закрепления и совершенствования

4) Этап углубленного разучивания

60. Не является целью педагогической деятельности

1) Физическое развитие

2) Обучение

3) Экономическое развитие

4) Духовное развитие

61. Педагогический процесс воспитания двигательных качеств и развития функциональных возможностей

1) Техническая подготовка

2) Физическая подготовка

3) Психическая подготовка

4) Тактическая подготовка

62. Какое из названных понятий является средством физической культуры и спорта

1) Методика обучения

2) Физические упражнения

3) Принцип сознательности

4) Технология обучения

63. Назовите, какого этапа формирования двигательного навыка не существует

1) Этап закрепления и дальнейшего совершенствования

2) Этап расширенного разучивания

3) Этап углубленного разучивания

4) Этап начального разучивания

64. Укажите неверный вид физической подготовки

1) Общая

2) Специальная

3) Практическая

4) Базовая

65. Подбор комплексов упражнений для основной части ТЗ зависит от:

1) результатов подготовительной части ТЗ

2) задач заключительной части ТЗ

3) основных задач ТЗ

4) результатов этапного контроля

66. Основное средство физического воспитания

1) Физические упражнения

2) Планирование ТЗ

3) Теоретические задания

4) Тактические задания

67. Укажите не существующий метод воспитания

1) Убеждение

2) Исключение

3) Принуждение

4) Поощрение

68. Какой вид подготовки относится к интегральному?

1) Теоретическая

2) Техническая

3) Физическая

4) Технико-тактическая

69. К каким видам спорта относится футбол

1) к циклическим индивидуальным

2) к циклическим командным

3) к ациклическим командным

4) к ациклическим индивидуальным

70. Что развивает принцип наглядности

1) Координационные возможности

2) Зрительные восприятия

3) Самостоятельность

4) Ловкость

71. Что является формой физического воспитания

1) Урочные формы занятия

2) Педагогические наблюдения

3) Педагогический учет и контроль

4) Контрольные упражнения для определения уровня физической подготовленности

72. Укажите не существующий вид спортивной подготовки

1) Физическая

2) Теоретическая

3) Методическая

4) Техническая

73. Футболисты по-разному реагируют на тренировочную нагрузку. Это учитывается принципом:

1) прогрессивности тренировочной нагрузки

2) индивидуализации тренировочной нагрузки

3) цикличности тренировочной нагрузки

4) специфичности тренировочной нагрузки

74. Для увеличения поперечника мышц возрастает объём упражнений,   
выполняемых с использованием:

1) изометрического метода

2) плиометрического метода

3) эксцентрического метода

4) изокинетического метода

75. Тренировочные нагрузки в аэробном режиме в меньшей степени развивают

1) быстроту

2) силовую выносливость

3) общую выносливость

4) функциональные системы организма

76. Для увеличения максимальной силы при выполнении упражнений в динамическом режиме надо учитывать, что концентрическая часть работы (по сравнению с эксцентрической) должна выполняться:

1) за одинаковое время

2) всё зависит от индивидуальных особенностей

3) в 2 раза быстрее

4) в 2 раза медленнее

77. Во время оздоровительного бега ногу надо ставить

1) на переднюю часть стопы

2) индивидуально, в зависимости от биомеханических особенностей техники бега

3) на пятку

4) на полную стопу

78. Несколько серий (обычно 2-3) с последовательным выполнением   
6-10 упражнений – характерный признак:

1) интервальной тренировки

2) непрерывной тренировки

3) круговой тренировки

4) игровой тренировки

79. Все тренировочные программы должны содержать периоды поддержания достигнутого уровня тренированности.   
Это учитывается принципом:

1) специфичности тренировочных нагрузок

2) индивидуализации тренировочных нагрузок

3) чередования объема и интенсивности тренировочных нагрузок

4) прогрессивности нагрузки

80. Упражнения, на которых базируется тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной систем, не должны быть:

1) аэробными

2) непрерывными или повторно-интервальными

3) анаэробными

4) субмаксимальной интенсивности

81. Число повторений кратковременных упражнений предельной интенсивности, при которой возможно поддержание максимальной мощности (метод максимальных усилий):

1) 5-6 повторений

2) 10-12 повторений

3) 1-2 повторения

4) 14-16 повторений

82. Прирост силы у юных футболистов вследствие силовой подготовки не обусловлен:

1) улучшением двигательной координации

2) повышением активности двигательных единиц

3) гипертрофией мышц

4) адаптационными реакциями нервной системы

83. Футболисты вследствие тренировочных нагрузок на развитие силовой выносливости увеличивают:

1) общую массу тела

2) мышечную массу

3) относительное количество жира

4) жировую массу

84. Программа аэробики была специально разработана для развития:

1) регулирования состава тела

2) кардиореспираторной системы

3) гибкости

4) мышечной силы и выносливости

85. Наиболее болезненные ощущения в мышцах наблюдаются после тренировок в:

1) эксцентрическом режиме

2) изометрическом режиме

3) концентрическом режиме

4) не зависит от режима тренировки

86. Упражнения на растягивание мышц и повышение подвижности в суставах применяется как восстановительное и разминочное средство и называются:

1) релаксацией

2) электростимуляцией

3) стретчингом

4) читингом

87. Продолжительность тренировок для развития и поддержания физического состояния зависит от интенсивности физической нагрузки. Рекомендуемая минимальная продолжительность непрерывной аэробной работы равна:

1) 10 минут

2) 20 минут

3) 1,5 часа

4) 90 минут

88. Метод тренировки, не являющийся методом, способствующим развитию выносливости

1) длительной непрерывной работы (равномерной или переменной)

2) повторной тренировки

3) интервальной тренировки

4) метод повторных предельных упражнений

89. При одинаковой частоте, интенсивности и продолжительности занятий по общей физической подготовке футболистов более эффективны упражнения по:

1) эффект не зависит от вида упражнения

2) гребле

3) плаванию

4) бегу

90. По мере адаптации организма тренировочные нагрузки должны изменятся. Это обеспечивается принципом:

1) индивидуальности тренировочных нагрузок

2) снижения тренировочных нагрузок

3) специфичности тренировочных нагрузок

4) прогрессивности нагрузки

91. К видам координационных способностей не относится:

1) величина амплитуды движения

2) оценка и регуляция пространственно-временных параметров движения

3) оценка и регуляция динамических параметров движения

4) сохранение устойчивости и ориентации в пространстве

92. Разминку часто называют разогреванием. Кроме того, разминка:

1) оказывает положительное влияние на терморегуляцию

2) усиливает деятельность всех звеньев кислородотранспортной системы

3) повышает возбудимость сенсорных и моторных нервных центров

4) все ответы верны

93. Общая масса тела (мышечная масса остаётся при этом неизменной или слегка увеличивается) снижается только при упражнениях на:

1) быстроту

2) координированность

3) выносливость

4) силу

94. Взрывной компонент силы, результат силы и скорости движения-проявление

1) быстроты

2) мышечной выносливости

3) скоростно-силовых качеств

4) максимальной силы

95. Используя разнообразные программы аэробики, необходимо получить максимальную пользу за минимальное время. Для этого достаточно посвящать занятиям аэробикой около:

1) 80-90 минут в неделю

2) 300 минут в неделю

3) 150-160 минут в неделю

4) 200-210 минут в неделю

96. Повышенный уровень гибкости в результате качественного выполнения комплекса упражнений на растягивание и разогрев сохраняется в течение:

1) 10-15 минут

2) 120-150 минут

3) 30-45 минут

4) 60-75 минут

97. Оценкой максимальной высоты прыжка вверх с места тестируют:

1) быстроту

2) гибкость

3) скоростно-силовую подготовленность

4) динамическую силу

98. Задачи спортивной тренировки

1) Физическая подготовка

2) Идейное, нравственное, эстетическое, интеллектуальное воспитание и специальные задачи в области психической подготовки спортсмена

3) Все ответы верны

4) Технико-тактическая подготовка

99. Уровень физической подготовленности   
при прекращении занятий заметно снижается (возвращается к исходному) уже через

1) 2 месяца / 3-8 месяцев

2) 2 недели / 3-8 недель

3) 1 год / 1,5- 2 года

4) 0,5 года / 1-1,5 года

100. Для увеличения максимальной силы за счёт совершенствования внутримышечной и межмышечной координации должен быть увеличен объём:

1) концентрической работы

2) плиометрической работы

3) изометрической работы

4) изокинетической работы

101. Продолжительность тренировок для развития и поддержания физического состояния футболистов зависит от интенсивности физической нагрузки. Рекомендуемая минимальная продолжительность непрерывной анаэробной работы равна:

1) 90 сек

2) 10 сек

3) 20 сек

4) 50 сек

102. Прирост силы у подростков вследствие силовой подготовки не обусловлен:

1) повышением активации двигательных единиц

2) улучшением двигательной координации

3) адаптационными реакциями нервной системы

4) гипертрофией мышц

103. Однократные силовые упражнения с субмаксимальной нагрузкой

1) приводят к гипертрофии мышц

2) увеличивают синтез белка в печени

3) вызывают угнетение синтеза белка

4) уменьшают распад мышечных белков

104. При недостаточной физической нагрузке её следует повышать, в первую очередь, за счёт:

1) равномерное увеличение всех перечисленных показателей

2) увеличение частоты занятий

3) увеличение объёма нагрузки

4) увеличение интенсивности нагрузки

105. Ритм дыхания во время оздоровительного бега должен

1) соотноситься вдох к выдоху как 4:2

2) соответствовать выдоху на 6 шагов, вдоху на 2 шага

3) автоматически приспосабливаться к темпу бега

4) соотноситься вдох к выдоху как 2:4

106. Низкая интенсивность и большое количество повторений (12-20) в силовых тренировках c отягощением соответствуют преимущественному развитию:

1) максимальной силы

2) силовой выносливости

3) абсолютной силы

4) взрывной силы

107. Взрывная сила и стартовая сила – это проявления

1) силовой выносливости

2) скоростно-силовых качеств

3) скоростной силы

4) максимальной силы

108. Методический приём силовой подготовки, сущность которого сводится к подключению к работе дополнительных мышц, когда спортсмен уже не в состоянии продолжить повторение в подходе, что нарушает правильную технику выполнения упражнения, но обеспечивает дополнительную нагрузку работающих мышц:

1) читинг

2) эксцентрическое повторение

3) стретчинг

4) уменьшение веса отягощений

109. Упражнения, предполагающие двигательные действия, которые создают специальный фундамент для последующих тренировочных заданий называются:

1) вспомогательными

2) общеподготовительными

3) соревновательными

4) специальноподготовительными

110. При проведении этапного контроля, независимо от специфики выполняемых тренировочных нагрузок, не обязательно оценивать:

1) функциональное состояние опорно-двигательного аппарата

2) функциональное состояние сердечно-сосудистой системы

3) функциональное состояние центральной и вегетативной нервной систем:

4) энергетические возможности организма.

111. Максимальная произвольная сила человека (абсолютная сила мышц) зависит от двух групп факторов: мышечных и координационных (внутримышечных и межмышечных координаций). К мышечным факторам относятся:

1) все ответы верны

2) механические условия действия мышечной тяги – плечо рычага действия мышечной силы и угол приложения этой силы к костным рычагам

3) композиция мышц – соотношение быстрых и медленных мышечных волокон в сокращающихся мышцах

4) длина мышц и поперечник (толщина) активируемых мышц

112. Футболисты высокого класса, достигают показателей максимального потребления кислорода (МПК) уже через 60-90 секунд работы. Футболисты 2-3 спортивных разрядов для этого

1) - хватает 45 секунд

2) необходимо то же время

3) зависит от индивидуальных особенностей футболистов

4) не хватает 3-4 минут

113. Физическое качество «гибкость» обусловлено врождёнными особенностями организма:

1) все ответы верны

2) биохимическими

3) анатомическими

4) функциональными

114. Футболисты по-разному реагируют на конкретную тренировочную программу. Это учитывается принципом:

1) специфичности тренировочных нагрузок

2) прогрессивности тренировочных нагрузок

3) снижения тренировочных нагрузок

4) индивидуальности тренировочных нагрузок

115. Форма непрерывной нагрузки в интервальной тренировке («игра» скоростей) продолжительностью 45 минут и более называется:

1) джоггинг

2) фристайл

3) ультрараннинг

4) фартлек

116. Короткие или средние периоды работы, чередующиеся с такими же периодами отдыха или пониженной активности, характерны для:

1) круговой тренировки

2) силовой тренировки

3) интервальной тренировки

4) непрерывной тренировки

117. Целостный этап тренировочного процесса от 3 до 6 недель называется:

1) мезоциклом

2) микроциклом

3) мегациклом

4) макроциклом

118. При превышении уровня физической нагрузки прежде всего необходимо:

1) снизить интенсивность нагрузки

2) использовать все перечисленные способы

3) уменьшить количество занятий

4) снизить объём нагрузки

119. К видам координационных способностей относится

1) пассивная гибкость

2) произвольное расслабление мышц

3) скоростная сила

4) активная гибкость

120. Минимальное количество повторений (1-3) с субмаксимальным отягощением в силовых тренировках соответствуют преимущественному развитию:

1) быстроты

2) мощности

3) максимальной силы

4) силовой выносливости

121. Методический приём силовой подготовки – объединение в серию двух подходов упражнений, ориентированных на группу мышц антагонистов без интервалов отдыха между ними:

1) эксцентрическое повторение

2) читинг

3) круговая тренировка

4) однонаправленная серия

122. Эффективность рационально проведённой разминки сохраняется в течение (в случае, например, перерыва между разминкой и соревнованием):

1) 40-60 минут

2) 120-150 минут

3) 20-30 минут

4) 90-120 минут

123. В какой части тренировочного занятия решаются главные задачи?

1) Основной

2) Вспомогательный

3) Подготовительный

4) Заключительный

124. Сенситивным периодом развития тактического мышления следует считать возраст

1) 14-16 лет

2) 8-10 лет

3) 10-13 лет

4) 17 – 18 лет

125. Не существующий в спорте вид подготовки:

1) Тактическая

2) Теоретическая

3) Практическая

4) Психологическая

126. Развитие силовой выносливости требует выполнения упражнений с отягощением при количестве повторений не менее ...

1) восьми

2) двенадцати

3) четырех

4) шести

127. Схема обеспечения тактической подготовки к предстоящему матчу

1) сопоставление запланированного с реализованным, анализ расхождений

2) анализ игры соперника, составление предварительного тактического плана, его реализация по ходу поединка

3) все ответы верны

4) анализ итогов реализации намеченного плана после окончания игры

128. Укажите несуществующий вид подготовки в спорте.

1) теоретическая

2) техническая

3) физическая

4) политическая

129. Что является первичным при обучении двигательному действию (техническому приему)?

1) Выявление ошибок

2) Многократное выполнение

3) Объединение и показ приема

4) Игровые упражнения

130. Техническая подготовка футболистов

1) педагогический процесс, направленный на освоение и совершенствование технического мастерства футболиста

2) не зависит от уровня физической подготовленности

3) зависит от игрового амплуа

4) не зависит от индивидуальных особенностей

131. Наличие прочного двигательного навыка характеризуется ...

1) устойчивостью к различным «сбивающим» факторам

2) автоматическим выполнением

3) быстротой действия

4) стабильностью

132. Физическим качеством футболиста не является ...

1) выносливость

2) гибкость

3) ловкость

4) настойчивость

133. Цели спортивной тренировки

1) Развитие физических и психологических способностей

2) Использование спортивной деятельности спортсмена как фактора гармонического формирования личности и воспитания в интересах общества

3) Развитие физических способностей

4) Достижение высоких спортивных результатов

134. Содержание подготовительной части тренировочного занятия зависит от ...

1) продолжительности ТЗ

2) задач основной части ТЗ

3) содержания заключительной части ТЗ

4) задач предыдущего ТЗ

135. В чем основной отличительный признак двигательного навыка?

1) Концентрация внимания на деталях выполнения двигательного действия

2) Отсутствие стабильности при выполнении двигательного действия

3) Выполнение двигательного действия автоматизировано

4) Выполнение двигательного действия под контролем сознания

136. Принцип прогрессивности нагрузки позволяет избежать ...

1) психического утомления

2) перетренированности

3) физического утомления

4) адаптации организма к нагрузке

137. Стретчинг - упражнения на развитие ...

1) выносливости

2) гибкости

3) ловкости

4) быстроты

138. Содержание основной части тренировочного занятия зависит от ...

1) уровня теоретической подготовленности

2) задач годичного цикла

3) состояния окружающей среды

4) задач этапа подготовки

139. Оценка и регуляция пространственно-временных параметров движения относится к физическому качеству ...

1) ловкость

2) выносливость

3) внимательность

4) гибкость

140. На силу удара влияет уровень развития ...

1) скоростно-силовых качеств

2) силы

3) гибкости

4) ловкости

141. Для развития двигательно-координационных способностей применяют …

1) акробатические упражнения

2) бег на короткие дистанции

3) челночный бег

4) прыжковые упражнения

142. Укажите неверную часть тренировочного занятия

1) Заключительная

2) Подготовительная

3) Основная

4) Вводная

143. Подбор тренировочных средств зависит от ...

1) продолжительности тренировки

2) интенсивности нагрузки

3) направленности тренировочных воздействий

4) объема нагрузки

144. С каких упражнений следует начинать процесс обучения и тренировки юных футболистов

1) Упражнения для общего и специального развития двигательных качеств

2) Упражнения для обучения технике владения шайбой

3) Упражнения для развития функциональных возможностей организма

4) Упражнения для разучивания тактических приемов

145. Физическая подготовка включает в себя …

1) общеразвивающие упражнения

2) прикладные упражнения

3) технические упражнения

4) специальноразвивающие упражнения

146. Какой тест определяет уровень общей выносливости юных футболистов?

1) Подтягивание на перекладине (кол-во раз)

2) Бег 400 м (сек)

3) Бег 3000м (мин)

4) Пятикратный прыжок в длину (м)

147. Какой метод практического обучения является главным при начальном обучении двигательному действию (техническому приему)?

1) Игровой

2) Соревновательный

3) Вариативный

4) Повторный

148. Укажите существующий в спорте вид подготовки.

1) Экономическая

2) Политическая

3) Теоретическая

4) Практическая

149. Физическая подготовка подразделяется на …

1) общую и специальную

2) общеразвивающую и специально-развивающую

3) специализированную и направленную

4) служебную и прикладную

150. Назовите метод обучения, который не существует

1) Достоверный

2) Наглядный

3) Словесный

4) Практический

151. Отметьте несуществующий метод тренировки.

1) Повторный

2) Интервальный

3) Переменный

4) Систематизированный

152. Назовите какого этапа формирования двигательного навыка не существует

1) Этап углубленного разучивания

2) Этап расширенного разучивания

3) Этап начального разучивания

4) Этап закрепления и совершенствования

153. Поддержание достигнутого уровня тренированности обеспечивается ...

1) прогрессивностью нагрузки

2) чередованием величин объема и интенсивности нагрузки

3) персонализацией нагрузки

4) специализацией нагрузки

154. Физическим качеством футболиста не является ...

1) выносливость

2) гибкость

3) ловкость

4) эластичность

155. Для развития быстроты применяют …

1) интервальный бег

2) поднимание и переноска тяжестей

3) продолжительный бег

4) бег на короткие дистанции

156. Метод, непригодный для развития выносливости:

1) максимальных усилий

2) интервальный

3) повторный

4) равномерный

157. Возможная продолжительность сохранения высокой спортивной формы:

1) до 1 месяца

2) до 2 месяцев

3) до 3 месяцев

4) до 4 месяцев

158. Изометрический режим работы способствует ...

1) увеличению быстроты

2) увеличению гибкости

3) увеличению выносливости

4) увеличению максимальной силы

159. Сохранение высокого уровня работоспособности на всем игровом отрезке требует проявления ...

1) специальной выносливости

2) силовой выносливости

3) координированности

4) общей выносливости

160. Для учитывания особенностей каждого игрока следует соблюдать принцип...

1) прогрессивности нагрузки

2) цикличности нагрузки

3) специфичности нагрузки

4) индивидуализации нагрузки

161. Основные методы спортивной тренировки

1) Все ответы верны

2) Игровой и соревновательный

3) Интервальный, повторный, круговой.

4) Стандартно-повторного и переменно-вариативного упражнения

162. Виды подготовки

1) Физическая, техническая, тактическая

2) Физическая, техническая, тактическая, теоретическая

3) Физическая, техническая, тактическая, технико-тактическая, теоретическая, психологическая

4) Физическая, техническая, тактическая, теоретическая, психологическая

163. Что относится к методам демонстрации?

1) Различные виды упражнений

2) Беседа

3) Рассказ

4) Натуральный показ

164. Назовите несуществующий принцип обучения

1) Сознательности и активности

2) Доступности

3) Прочности

4) Единство техники и тактики

165. Что определяет управление подготовкой и выступление команды в турнирах различного ранга.

1) система ведения игры

2) стиль игры

3) стратегия

4) тактика

166. Совокупность отличительных признаков, характеризующих игру футболистов и команды в целом это...

1) система ведения игры

2) темп игры

3) ритм игры

4) стиль игры

167. В чём отличительный признак двигательного навыка?

1) отсутствие стабильности при выполнении двигательного действия

2) концентрация, внимание на деталях выполнения двигательного действия

3) выполнение двигательного действия автоматизировано

4) выполнение двигательного действия под контролем сознания

168. Принцип прогрессирования выражается

1) В стабильном тренировочном процессе

2) В цикличности нагрузок

3) В снижении нагрузки

4) В постепенном усложнении тренировочных заданий и росте нагрузок

169. Что является первичным, при обучении двигательному действию (техническому приёму)?

1) многократное повторение

2) игровые упражнения

3) объяснение и показ приёма

4) выявление ошибок

170. Что является наиболее информативным показателем интенсивности работы

1) Частота дыхания

2) Потоотделение

3) Покраснение кожного покрова

4) Частота сердечных сокращений

171. Величина амплитуды движения относится к физическому качеству ...

1) гибкость

2) ловкость

3) сила

4) взрывная сила

172. Аэробная подготовка футболистов направлена на развитие:

1) мышечной силы и выносливости

2) регулирования состава тела

3) кардиореспираторной системы

4) гибкости

173. Назовите какого этапа формирования двигательного навыка не существует

1) Этап углублённого разучивания

2) Этап начального разучивания

3) Этап расширенного разучивания

4) Этап закрепления и дальнейшего совершенствования

174. Какой метод тренировки является основным при начальном обучении техническому действию?

1) игровой

2) вариативный

3) соревновательный

4) повторный

175. Эффективность обучения будет значительно выше, если футболисты будут...

1) изучать видеозаписи упражнений и игр

2) изучать технику и тактику игры высоко квалифицированных игроков

3) Все ответы правильные

4) чётко представлять и знать, как выполняется прием

**Раздел 8. Система многолетней подготовки юных футболистов**

1. Что является обязательным при начальном отборе детей в ДЮСШ по футболу?

1) Пожелание родителей

2) Характеристика учителя физкультуры

3) Пожелание ребенка

4) Медицинское обследование

2. Какие из перечисленных сбивающих факторов не влияют на качество выполнения технических приемов

1. экзогенные (внешние)

2. эндогенные (внутренние)

3. психогенные

3. Какому из видов подготовки вратарей следует уделять наибольшее внимание на начальном этапе

1) Общая физическая

2) Техническая

3) Интегральная

4) Специальная физическая

4. Какая подготовка является приоритетной на этапе начальной подготовки (8-10 лет)?

1) физическая

2) тактическая

3) соревновательная

4) техническая

5. Какая организация создается в первую очередь при проведении соревнований

1) Организационный комитет

2) Судейская комиссия

3) Спортивно-техническая комиссия

4) Мандатная комиссия

6. Выберите неверное название микроцикла

1) Зубчатый

2) Маятниковый

3) Ударный

4) Поддерживающий

7. Несуществующая характеристика фазы спортивного отбора

1) Выявление задатков и одаренности

2) Генетическая экспертиза

3) Определение интереса к занятиям

4) выявление способности к занятиям

8. Назовите определяющий фактор при отборе юных футболистов в группы начальной подготовки ДЮСШ?

1) Успеваемость в общеобразовательной школе

2) Близость места жительства в ДЮСШ

3) Уровень технической подготовленности

4) Ростовесовые показатели

9. Отметьте несуществующий период подготовки

1) Восстановительный

2) Подготовительный

3) Соревновательный

4) Переходный

10. К методам обучения двигательным действиям не относятся:

1. Целостный метод или метод целостно-конструктивного упражнения

2. Расчлененно-конструктивный метод

3. Метод строго регламентированного упражнения

11. Какое дополнительное образовательное учреждение спортивной направленности согласно структуре многолетней подготовки от новичков до МСМК будет первым?

1) УОР

2) СДЮШОР

3) ДЮСШ

4) ШВСМ

12. Преимущественный вид подготовки в переходном периоде:

1) специальная физическая и технико-тактическая

2) специальная физическая и тактическая

3) общая физическая и техническая

4) специальная физическая и техническая

13. Какое количество периодов подготовки юных футболистов предусматривает текущий план?

1) 3

2) 2

3) 4

4) 5

14. при использовании в целях воспитания физических качеств метода переменного упражнения применяют упражнения с определенной нагрузкой. Какой вид нагрузки указан ошибочно?

1. Упражнения с прогрессирующей нагрузкой

2. Упражнения с постоянной нагрузкой

3. Упражнения с убывающей нагрузкой

15. Назовите количество этапов спортивного отбора в подготовке юных футболистов.

1) 3

2) 4

3) 5

4) 2

16. Что не является отчетным документом тренера?

1) Текущий план

2) План-конспект занятия

3) Протоколы тестирования

4) Расписание занятий

17. В практике спортивной тренировки все методы строго регламентированного уп­ражнения подразделяются на две подгруппы. Какая из подгрупп указана ошибочно?

1. Методы обучения двигательным действиям

2. Методы закрепления двигательных действий

3. Методы воспитания физических качеств.

18. Без какого документа планирования – тренер ДЮСШ не имеет права проводить тренировочное занятие?

1) Тематического рабочего плана

2) Плана воспитательной работы

3) Конспекта занятия

4) Расписания занятий

19. Назовите определяющий фактор при начальном отборе детей в ДЮСШ по футболу?

1) Желание обучаться футболю

2) Двигательная активность

3) Согласие родителей

4) Футбольная форма

20. Какое из этих утверждений наиболее полно раскрывает сущность соревновательного метода:

1. Сущность соревновательного метода заключается в использовании соревнований в качестве средства повышения уровня подготовленности занимающихся

2. Сущность соревновательного метода заключается в том, что двигательная деятельность за­нимающихся организуется на основе содержания, условий и правил игры

3. Сущность соревновательного метода заключается в том, что фактор удовольствия, эмоциональности и привлекательности способствует формированию у занимающихся устойчивого положительного интереса и деятельного мотива к занятиям

21. Ведущее физическое качество вратаря

1) Быстрота бега

2) Быстрота перемещения

3) Быстрота сложной реакции

4) Быстрота простой реакции

22. Кто составляет расписание учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ?

1) Тренер-преподаватель

2) Директор ДЮСШ

3) Старший тренер

4) Заместитель директора по учебной работе

23. Какая подготовка является приоритетной для учебно-тренировочных групп (11-15 лет)?

1) Техническая

2) Физическая

3) Тактическая

4) Соревновательная

24. В каком возрасте происходит формирование игрового потенциала, с закреплением отдельных технических приемов

1) 13-14 лет

2) 15-16 лет

3) 10-11 лет

4) 8-9 лет

25. Кто руководит педагогическим советом ДЮСШ?

1) Тренеры-преподаватели

2) Директор ДЮСШ

3) Старший тренер

4) Медицинские работники

26. В какой из перечисленных фаз изменения эффекта упражнения «следовой» эффект теряется (при условии, что время между занятиями слишком продолжительно)

1. В фазе относительной нормализации
2. В суперкомпенсаторной фазе
3. В редукционной фазе

27. Какая из организационно-методических форм занятий наиболее эффективна на этапе углубленной специализации в подготовке юных футболистов?

1) Круговая

2) Самостоятельная

3) Раздельная

4) Поточная

28. Что представляет собой система проведения соревнований с выбыванием

1) Четное количество участников

2) Допускается ничейный результат

3) Не допускается ничейный результат

4) Ограничено число участников

29. На одной тренировке не следует изучать технических приемов более...

1) трех

2) двух

3) четырех

4) одного

30. Какая из организационно-методических форм занятий недостаточно используется в процессе подготовки юных футболистов?

1) Круговая

2) Раздельная

3) Поточная

4) Самостоятельная

31. Выполнение серии различных упражнений без интервалов отдыха является характерным признаком...

1) интервальной тренировки

2) круговой тренировки

3) непрерывной тренировки

4) динамической тренировки

32. Какой тест определяет скоростные способности юных футболистов вне поля?

1) Прыжок в длину с места (см)

2) Бег на 300 м (сек)

3) Приседание со штангой (кол-во раз)

4) Бег 30 метров с высокого старта (сек)

33. Что может изменить реализацию планов подготовки юных футболистов?

1) Разработка контрольных нормативов по годам обучения

2) Отсутствие современной базы

3) Врачебный контроль за состоянием здоровья юных футболистов

4) Планирование нагрузок по годам обучения

34. Выделите ошибочный элемент классификации физических упражнений по признаку физиологических зон мощности

1. Упражнения максимальной мощности
2. Упражнения умеренной мощности
3. Упражнения минимальной мощности

35. Укажите главную задачу переходного периода.

1) Сохранение общей тренированности на достаточно высоком уровне

2) Обеспечение активного отдыха, лечение травм, укрепление здоровья

3) Устранение недостатков в технико-тактической подготовленности

4) Подготовка и контроль индивидуальных заданий на период отпуска

36. Какая из организационно-методических форм занятий наиболее эффективна на этапе начальной подготовки юных футболистов?

1) Раздельная

2) Поточная

3) Круговая

4) Самостоятельная

37. Какой возрастной период благоприятен для развития общей выносливости юных футболистов?

1) 15-16 лет

2) 8-10 лет

3) 13-14 лет

4) 10-12 лет; 17-18 лет

38. Основными средствами физической подготовки являются …

1) технические приемы

2) технические устройства, тренажеры

3) физические упражнения

4) гигиенические средства

39. Физическим качеством спортсмена не является ...

1) адекватность

2) выносливость

3) ловкость

4) гибкость

40. Общая физическая подготовка – это процесс …

1) совершенствования специальных двигательных качеств, в соответствии с требованиями, предъявляемыми игровой деятельностью

2) гармоничного развития двигательных качеств и функциональных систем организма

3) повышения уровня профессиональной деятельности

4) Укрепления здоровья

41. Укажите главную задачу общеподготовительного этапа подготовительного периода в тренировке юных футболистов.

1) Развитие физических качеств и повышения уровня функциональной подготовленности

2) Обучение и совершенствование тактики футболя

3) Освоение игровой деятельности

4) Обучение и совершенствование техники футболя

42. На какой временной период составляется оперативный план в ДЮСШ?

1) 2 месяца

2) 1 неделя

3) 1 месяц

4) 2 недели

43. Какой из перечисленных методов спортивной тренировки не относится к специфическим методам:

1. Метод повторного упражнения

2. Игровой метод

3. Соревновательный метод (использование упражнений в соревновательной форме

44. Укажите неверную задачу этапа основных соревнований

1) Снижение интенсивности и увеличение объема нагрузок

2) Повышение доли тактической подготовки

3) Поддерживание спортивной формы

4) Снижение объема и увеличение интенсивности нагрузок

45. Тренировочный этап продолжительностью от 6 до 12 месяцев:

1) макроцикл

2) мезоцикл

3) мегацикл

4) микроцикл

46. Какой возрастной период наиболее благоприятен для развития ловкости и гибкости юных футболистов?

1) 11-13 лет

2) 8-9 лет

3) 14-15 лет

4) 7-10 лет

47. Укажите неверное название микроцикла.

1) Развивающий

2) Ступенчатый

3) Стабилизирующий

4) Втягивающий

48. Тренировочный этап продолжительностью от 3 до 7 дней:

1) мегацикл

2) мезоцикл

3) микроцикл

4) макроцикл

49. Укажите неверную задачу переходного периода

1) Обеспечение активного отдыха

2) Укрепление здоровья

3) Снижение интенсивности и повышение объема нагрузки

4) Снижение объема и интенсивности нагрузок

50. Какой возрастной период благоприятен для развития спортивно-силовых качеств юных футболистов?

1) 11-12 лет

2) 13-14 лет

3) 7-8 лет.

4) 9-10лет; 14-17 лет

51. Преимущественные виды подготовки на специально-подготовительном этапе

1) специальная физическая и техническая

2) общая физическая и техническая

3) специальная физическая и технико-тактическая

4) специальная физическая и тактическая

52. Какая из указанных систем розыгрыша не применяется в футболе

1) Круговая

2) Олимпийская

3) Кубковая

4) Зонарная

53. Основной формой физической подготовки является …

1) тематические занятия

2) факультативные занятия

3) Тренировочное занятие

4) комплексные занятия

54. Укажите главную задачу соревновательного периода.

1) Подготовка к матчам и успешное выступление в них

2) Совершенствование новых тактических вариантов игры

3) Закрепление и совершенствование новых технических приемов

4) Контроль за соревновательной деятельностью юных футболистов

55. Какой из этапов спортивного отбора в ДЮСШ является основополагающим?

1) Комплектование групп спортивного совершенствования

2) Комплектование групп начальной подготовки

3) Комплектование групп высшего спортивного мастерства

4) Комплектование учебно-тренировочных групп

56. Группа спортивного совершенствования соответствует возрасту

1) 7-9 лет

2) 10-11 лет

3) 12-16

4) 17-18

57. Преимущественные виды подготовки в соревновательном периоде:

1) специальная физическая и тактическая

2) общая физическая и техническая

3) специальная физическая и техническая

4) специальная физическая и технико-тактическая

58. Суть метода контрастных заданий заключается в:

1) Выполнении действий с мячом, резко отличающихся по усилиям, проявляемым футболистом

2) Выполнении действий с мячом, резко отличающихся по продолжительности

3) Выполнении действий с мячом, резко отличающихся по количеству участвующих в упражнении

59. Эффект физических упражнений в большей степени зависит от:

1. Биомеханических характеристик отдельных движений
2. Наследственных характеристик
3. Технических средств

60. Какая подготовка является приоритетной для групп спортивного совершенствования (16-17 лет)?

1) соревновательная

2) физическая

3) тактическая

4) техническая

61. Что необходимо использовать в тренировке для закрепления технических приемов

1) Использовать в тренировке игру

2) Включать в занятие ранее изученные упражнения

3) Увеличивать длительность выполнения упражнений

4) Повышать интенсивность выполнения упражнений

62. Преимущественные виды подготовки на общеподготовительном этапе:

1) специальная физическая и тактическая

2) общая физическая и техническая

3) специальная физическая и техническая

4) специальная физическая и технико-тактическая

63. Успешная соревновательная деятельность является следствием высокого уровня ...

1) технико-тактической подготовленности

2) физической подготовленности

3) интегральной подготовленности

4) технической подготовленности

64. Какой возрастной период благоприятен для развития абсолютной силы юных футболистов?

1) 11-13 лет

2) 9-10 лет

3) 14-17 лет

4) 7-8 лет

65. Какое количество этапов тренировки юных футболистов предусматривается в подготовительном периоде?

1) 2

2) 5

3) 4

4) 3

66. Укажите неправильный вид соревновательных микроциклов.

1) Подводящий

2) Постсоревновательный

3) Подготовительный

4) Собственно соревновательный

67. Какая подготовка является приоритетной на спортивно-оздоровительном этапе (5-7 лет)?

1) физическая

2) игровая

3) техническая

4) тактическая

68. Какое из перечисленных упражнений не используется для оценки уровня общей физической подготовленности юных футболистов

1) бег 30 м с высокого старта, сек

2) бег 300 м, сек

3) челночный бег 3х10 м, сек

4) тройной прыжок, см

69. Назовите количество этапов многолетней подготовки юных футболистов в ДЮСШ, СДЮШОР

1) 5

2) 3

3) 6

4) 4

70. Качественная обводка стоек (конусов) требует проявления ...

1) быстроты

2) выносливости

3) координационных способностей

4) гибкости

71. Какое из перечисленных упражнений не входит в комплексный тест для оценки уровня специальной подготовленности (выполняется на игровом поле на время; начало по звуковому сигналу)

1) ведет мяч, 12 м

2) обводит 5-6 стоек (расстояние 2 м друг от друга)

3) выполняет 3 кувырка

4) с расстояния 8 м выполняет удар ногой по воротам

72. Главный критерий работы тренера ДЮСШ.

1) Объем освоенных тренировочных нагрузок

2) Уровень подготовленности выпускников ДЮСШ

3) Стабильность состава занимающихся

4) Победа в отдельных соревнованиях года

73. Специальными задачами физической подготовки являются …

1) воспитание волевых качеств

2) формирование умений и навыков

3) развитие основных физических качеств

4) увеличение способов быстрого передвижения

74. Какому возрасту соответствует этап углубленной спортивной специализации

1)7-9 лет

2) 10-11 лет

3) 12-16

4) 17-18

75. Какой возрастной период благоприятен для развития относительной силы юных футболистов?

1) 8-10 лет

2) 11-12 лет

3) 11-12 лет

4) 13-14 лет

76. Основное условие для проведения соревнования - наличие ...

1) Правил соревнований

2) Места соревнований

3) Положения о соревновании

4) Известного числа команд

77. Аэробный режим работы футболистов направлен на развитие:

1) общей выносливости

2) специальной выносливости

3) ловкости

4) быстроты

78. При какой системе розыгрыша каждая команда встречается со всеми командами, участвующими в соревнованиях

1) Круговая

2) Групповая

3) Кубковая

4) Олимпийская

79. Какой возрастной период благоприятен для развития специальной выносливости юных футболистов?

1) 14-16 лет

2) 7-8 лет

3) 11-13 лет

4) 9-10 лет

80. Тестирование юных футболистов в спортивной школе проводят

1) каждый месяц

2) 1 раз в год

3) 2-3 раза в год

4) перед или после соревновательного периода

81. На каком из этапов происходит формирование игровых способностей

1) Спортивное совершенствование

2) Начальная специализация

3) Начальная подготовка

4) Углубленная специализация

82. Какая из перечисленных характеристик не может быть отнесена к тестированию

1) моментальность

2) получение среза качественных показателей

3) информативность

4) получение среза количественных показателей

83. Назовите наиболее эффективный метод определения двигательной активности детей 8-10 лет при отборе в ДЮСШ.

1) Беседы с учителем физической культуры

2) Беседы с родителями ребенка

3) Наблюдения на уроках физической культуры

4) Наблюдения за играми детей во внеклассное время

84. Что собой представляет смешанная система проведения соревнований

1) Соревнования проводятся в подгруппах

2) Круговая и с выбыванием

3) Соревнования проводятся в два круга

4) Каждая команда играет с каждой

85. Какой из методов определения ЧСС имеет преимущества

1) Секундомер

2) Монометр

3) Тонометр

4) Кардиотестер

86. Высокие результаты в прыжковых упражнениях требуют проявления ...

1) быстроты

2) силы

3) скоростно-силовых качеств

4) ловкости

87. Воздействие на сердечно-сосудистую и дыхательную системы обеспечивается работой ...

1) в анаэробном режиме

2) с субмаксимальной интенсивностью

3) в гликолитическом режиме

4) в аэробном режиме

88. Рекомендуемый день наибольшей нагрузки в соревновательном цикле, если игра в субботу

1) Среда

2) Четверг

3) Вторник

4) Понедельник

89. Какая из перечисленных форм планирования учебно-тренировочного процесса не используется тренерами футбольных команд в СДЮШОР и ДЮСШ

1) перспективное планирование

2) стратегическое планирование

3) текущее планирование

4) оперативное планирование.

90. Названия какой из перечисленных структурных единиц учебно-тренировочного процесса не существует в теории и методике футбола

1) микроцикл

2) макроцикл

3) подводящий цикл

4) мезоцикл

91. Годовой учебный план подготовки юных футболистов в спортивной школе состоит из

1) 52 недель

2) 46 недель

3) 42 недель

4) 40 недель

92. Какой из перечисленных этапов не входит в годовой учебный план подготовки юных футболистов

1) спортивно-оздоровительный

2) начальной подготовки

3) учебно-тренировочный этап

4) заключительный этап

93. Какой из перечисленных видов педагогического контроля не используется в педагогической практике

1) этапный

2) квартальный

3) текущий

4) оперативный

**Раздел 10. Управление в футболе**

1. Укажите вид педагогического контроля.

1) Медицинский

2) Инструментальный

3) Экспертный

4) Финансовый

2. Укажите вид, не относящийся к педагогическому контролю

1) Периодический

2) Текущий

3) Оперативный

4) Этапный

3. Какие задачи решаются в ходе медико-биологического контроля

1) Переносимость нагрузок

2) Контроль состояния здоровья

3) Выявление начальной стадии заболеваний

4) Контроль за функциональным состоянием

4. Что является главным в планировании тренировочного процесса

1) Виды тренировочных занятий

2) Количество тренировочных занятий

3) Объем, интенсивность и направленность тренировочной нагрузки

4) Постепенность в дозировании нагрузок

5. Укажите главную задачу специально-подготовительного этапа подготовительного периода в тренировке юных футболистов.

1) Повышение уровня теоретической подготовленности

2) Повышение уровня специальной физической подготовки и технического мастерства

3) Восстановление и развитие двигательных качеств и навыка

4) Повышение тактического мастерства

6. Какой из видов контроля постоянно применяется в тренировочном процессе

1) Оперативный

2) Цикловый контроль

3) Текущий

4) Этапный контроль

7. Какой цикл подготовки наиболее оптимален при составлении перспективного плана?

1) 4 года

2) 2 года

3) 3 года

4) 1 год

8. Что является первичным при составлении текущего (годичного) плана подготовки юных футболистов?

1) Календарь соревнований

2) Задачи по периодам подготовки

3) Наличие перспективного плана работы

4) Основные средства и методы тренировки

9. Укажите объект контроля, не относящийся к педагогическому.

1) Физические возможности

2) Техническая подготовленность

3) Энергетические возможности организма

4) Тактическая подготовленность

10. Что не является предметом оперативного планирования?

1) Объем и интенсивность нагрузки

2) Контрольные нормативы

3) Средства и методы тренировки

4) Посещение медицинского диспансера

**Раздел 11. Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа студента (УИРС)**

1. К методам осуществления учебно-познавательной деятельности не относятся:

1) Словесные

2) Наглядные

3) Практические

4) Письменный контроль

2. Тема квалификационной работы "Тактика игры в футбол в неравночисленных составах". Назовите объект исследования.

1) Соревновательная деятельность

2) Тренировочный процесс

3) Учебно-воспитательный процесс

4) Организация и проведение соревнований

3. Тема квалификационной работы "Тактика игры в футбол в неравночисленных составах". Назовите предмет исследования.

1) Надежность игры вратаря

2) Технико-тактические действия футболистов

3) Организация контратакующих действий

4) Морально-волевые качества футболистов

4. Тема квалификационной работы "Развитие специальной выносливости юных игроков в футбол". Назовите предмет исследования.

1) Контроль тренировочного процесса

2) Оптимизация средств и методов тренировки

3) Формы проведения тренировки

4) Построение учебно-тренировочного занятия

5. Назовите наиболее доступный метод из перечисленных, применяемых в научных исследованиях по футболу?

1) Экспертное оценивание

2) Хронометраж тренировочного занятия

3) Педагогические наблюдения

4) Педагогический эксперимент

6. Тема квалификационной работы "Развитие общей выносливости игроков в футбол". Назовите объект исследования.

1) Учебно-восстановительный процесс

2) Учебно-организационный процесс

3) Соревновательная деятельность

4) Тренировочный процесс

7. Несуществующий метод исследования в футболе

1) Педагогическое тестирование

2) Педагогическое сканирование

3) Анализ научно-методической литературы

4) Педагогические наблюдения

8. Выберите несуществующий метод исследования в футболе

1) Педагогический запрос

2) Опрос-беседа

3) Педагогический эксперимент

4) Анкетирование

9. Какой из методов исследований относится к медико-биологическим?

1) Контроль двигательной активности в условиях соревнований

2) Тестирование физических качеств

3) Определение максимального потребления кислорода

4) Математико-статистические методы

**Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он отвечает на 95-100 % вопросов;

- оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он отвечает на 70-94% вопросов;

- оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он отвечает на 50-69 % вопросов;

- оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он отвечает на 49 % вопросов и менее.

**Темы рефератов**

***1 КУРС***

***1 СЕМЕСТР***

**Раздел 1. Общие основы футбола**

1. Роль и место футбола в системе физического воспитания и спорта

2. Особенности организационной структуры управления футболом

3. История возникновения и развития футбола

4. Эволюция правил игры в футбол

5. Особенности футбола как вида спортивной деятельности

**Раздел 2. Физические качества футболистов**

1. Особенности развития и проявления быстроты в футболе

1. Особенности развития и проявления силы в футболе

1. Особенности развития и проявления ловкости в футболе

1. Особенности развития и проявления выносливости в футболе

1. Особенности развития и проявления гибкости в футболе

***2 СЕМЕСТР***

**Раздел 3. Психические качества футболистов**

1. Особенности восприятия и внимания в футболе

2. Особенности мышления и проявление памяти при игре в футбол

3. Особенности зрительной и моторной реакции в футболе

4. Особенности формирования и проявления эмоций и морально-волевых качеств в футболе

**Раздел 4. Техника футбола**

1. Эволюция технических действий в футболе

2. Техника передвижения

3. Основные технические действия полевого игрока

4. Особенности техники игры вратаря

**Раздел 5. Тактика футбола**

1. Эволюция тактических действий в футболе

2. Функциональные обязанности игроков при современных системах игры

3. Характеристика атакующих действий в футболе

4. Характеристика оборонительных действий в футболе

***2 КУРС***

***3 СЕМЕСТР***

**Раздел 6. Основы обучения и тренировки футболистов**

1. Средства и методы физической подготовки в футболе
2. Средства и методы психологической подготовки в футболе

***4 СЕМЕСТР***

**Раздел 6. Основы обучения и тренировки футболистов**

1. Средства и методы технической подготовки в футболе
2. Средства и методы тактической подготовки в футболе
3. Методические особенности различных видов подготовки (по выбору) на этапе начальной спортивной подготовки
4. Методические особенности различных видов подготовки (по выбору) на этапе спортивной специализации

**Раздел 7. Футбол как фактор массовой пропаганды здорового образа жизни и рекреации**

1. Организация работы спортивно-массового характера в процессе учебы, работы и отдыха с использованием игры в футбол

2. Организация работы рекреационного характера в процессе учебы, работы и отдыха с использованием игры в футбол

3. Организация работы по пропаганде здорового образа жизни в процессе учебы, работы и отдыха с использованием игры в футбол

4. Роль средств массовой информации для пропаганды здорового образа жизни с использованием игры в футбол

***3 КУРС***

***5 СЕМЕСТР***

**Раздел 8. Система многолетней подготовки юных футболистов**

1. Организационно-правовые основы развития детско-юношеского футбола в нашей стране
2. Возрастные анатомо-физиологические особенности юных игроков в футбол
3. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса юных игроков в футбол с учётом возрастных особенностей развития организма
4. Спортивный отбор в футболе: цель, критерии, принципы, организация
5. Структура и особенности многолетней спортивной подготовки юных спортсменов в футболе

***6 СЕМЕСТР***

**Раздел 8. Система многолетней подготовки юных футболистов**

1. Спортивный отбор в футболе: цель, критерии, принципы, организация

2. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий в футболе

***4 КУРС***

***7 СЕМЕСТР***

**Раздел 9. Обеспечение спортивной подготовки в футболе**

1. Организация подготовки тренерских и судейских кадров в футболе

2. Особенности формирования сборных команд в футболе

3. Современные тенденции в материально-техническом обеспечении в футболе

4. Актуальные медико-биологическое разработки в футболе

5. Использование мультимедийных технологий и интернет-ресурсов при подготовке футболистов

**Раздел 10. Управление в футболе**

1. Базовые функции управления

2. Основы планирования и моделирования в процессе подготовки футболистов

3 Контроль и его виды в системе подготовки футболистов

***8 СЕМЕСТР***

**Раздел 10. Управление в футболе**

1. Средства и методы управления игроками и командой в тренировке и соревнованиях
2. Организационная структура управления футболом в России.
3. Актуальные изменения нормативно-правовой базы в футболе

**Раздел 11. Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа студента (УИРС)**

1. Актуальные проблемы исследований в футболе

2. Эволюция научно-методическое обеспечения в футболе

3. Научно-методическое обеспечение в современном Российском футболе

**Критерии оценки**

|  |  |
| --- | --- |
| Критерии | Показатели |
| 1.Новизна реферированного текста  Макс. - 20 баллов | - актуальность проблемы и темы;  - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы;  - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений |
| 2. Степень раскрытия сущности проблемы  Макс. - 30 баллов | - соответствие плана теме реферата;  - соответствие содержания теме и плану реферата;  - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;  - обоснованность способов и методов работы с материалом;  - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;  - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы |
| 3. Обоснованность выбора источников  Макс. - 20 баллов | - круг, полнота использования литературных источников по проблеме;  - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.) |
| 4. Соблюдение требований к оформлению  Макс. - 15 баллов | - правильное оформление ссылок на используемую литературу;  - грамотность и культура изложения;  - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;  - соблюдение требований к объему реферата;  - культура оформления: выделение абзацев. |
| 5. Грамотность  Макс. - 15 баллов | - отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;  - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых;  - литературный стиль. |

Реферат оценивается по 100-балльной шкале, баллы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

Оценка «5» - от 86 до 100 баллов;

Оценка «4» - от 70 до 85 баллов;

Оценка «3» - от 51 до 69 баллов;

Оценка «2» - менее 51 балла;

**Вопросы для коллоквиумов**

**Раздел 1. Общие основы футбола**

1. Основы учебной дисциплины

2. Актуальные вопросы оценки состояния футбола (итоги спортивного сезона)

3. Футбол в системе физического воспитания и спорта

4. Организационная структура управления футболом

5. История возникновения и развития футбола

6. Правила игры в футбол и методика судейства. Организация и проведение соревнований

7. Инвентарь и оборудование. Требования к местам проведения тренировки и соревнований по футболу. Меры безопасности при игре в футбол

8. Характеристика футбола как вида спортивной деятельности

**Раздел 2. Физические качества футболистов**

1. Быстрота

2. Сила

3. Выносливость

4. Координационные способности

5. Гибкость

**Раздел 3. Психические качества футболистов**

1. Восприятие и внимание

2. Мышление и память

3. Зрительная и моторная реакции

4. Эмоции и морально-волевые качества

**Раздел 4. Техника футбола**

1. Классификация техники футбола

2. Техника передвижения

3. Техника полевого игрока

4. Техника игры вратаря

**Раздел 5. Тактика футбола**

1. Классификация тактики футбола

2. Эволюция тактики футбола. Функциональные обязанности игроков при современных системах игры

3. Характеристика индивидуальных, групповых и командных атакующих действий футболистов

4. Характеристика индивидуальных, групповых и командных оборонительных действий футболистов

**Раздел 6. Основы обучения и тренировки футболистов**

1. Цели, задачи, принципы, средства, методы обучения и тренировки футболистов. Виды спортивной подготовки в футболе

2. Физическая подготовка

3. Психическая подготовка

4. Техническая подготовка

5. Тактическая подготовка

6. Составление план-конспекта и проведение занятия

**Раздел 7. Футбол как фактор массовой пропаганды здорового образа жизни и рекреации**

1. Организация работы спортивно-массового, рекреационного и пропагандирующего здоровый образ жизни характера в образовательных учреждениях

2. Организация работы спортивно-массового, рекреационного и пропагандирующего здоровый образ жизни характера по месту работы

3. Организация работы спортивно-массового, рекреационного и пропагандирующего здоровый образ жизни характера по месту жительства и отдыха

4. Взаимодействие со средствами массовой информации для пропаганды здорового образа жизни

**Раздел 8. Система многолетней подготовки юных футболистов**

1. Характеристика этапов многолетней подготовки юных футболистов с учетом возрастных особенностей развития их организма

2. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки

3. Спортивный отбор как педагогический процесс

4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и методика их проведения

5. Профилактика травматизма и сохранение работоспособности

**Раздел 9. Обеспечение спортивной подготовки в футболе**

1. Подготовка тренерских и судейских кадров

2. Отбор и комплектование команд старших разрядов, сборных и любительских клубных команд

3. Научно-методическое обеспечение подготовки в футболе

4. Материально-техническое обеспечение подготовки футболистов

5. Медико-биологическое обеспечение подготовки футболистов

6. Интернет и мультимедийные технологии в подготовке футболистов

**Раздел 10. Управление в футболе**

1. Общие основы теории управления

2. Моделирование в процессе подготовки

3. Планирование подготовки футболистов

4 Контроль в подготовке футболистов

5. Управление игроками и командой в тренировке и соревнованиях

6. Управление футболом в России. Взаимодействие людей и организаций в футболе

7. Нормативно-правовые акты и документы, регламентирующие деятельность в футболе

**Раздел 11. Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа студента (УИРС)**

1. Задачи и организация НИР в футболе

2. НИР и УИРС в академии физической культуры

3. Актуальные направления научных исследований в футболе

4. Методы исследования в футболе

5. Научно-практические проблемы НИР в методике обучения и тренировки

6. Новейшие исследования по проблемам футбола

**Критерии оценки**

**Оценка «5»** ставится в том случае, когда учащийся знает обсуждаемый материал во всех аспектах, отлично понимает и ориентируется в нем. На вопросы (в пределах темы) дает правильные, сознательные и уверенные ответы. В ответах пользуется научными терминами свободно. Широко умеет использовать межпредметные связи.

**Оценка «4»** ставится в том случае, когда учащийся знает требуемый темой материал, хорошо понимает его. На вопросы (в пределах темы) отвечает без существенных затруднений. В ответах и использует научные термины и не делает грубых ошибок. Умеет использовать межпредметные связи.

**Оценка «3»** ставится в том случае, когда учащийся обнаруживает знание только минимального материала по изучаемой теме. В ответах допускает ошибки при изложении материала (но не более одной грубой). Допускает ошибки в терминологии (но не очень грубые). Слабо выделяет связь программного материала с другими дисциплинами.

**Оценка «2»** ставится в том случае, когда студент показывает незнание большой части материала темы, отвечает, как правило, лишь на наводящие вопросы преподавателя неуверенно. В ответах допускает грубые ошибки при изложении материала Незнаком с терминологией. Не выделяет связь программного материала с другими дисциплинами.

**Темы докладов**

***1 КУРС***

***1 СЕМЕСТР***

**Раздел 1. Общие основы футбола**

1. Роль и место футбола в системе физического воспитания и спорта

2. Особенности организационной структуры управления футболом

3. История возникновения и развития футбола

4. Эволюция правил игры в футбол

5. Особенности футбола как вида спортивной деятельности

**Раздел 2. Физические качества футболистов**

1. Особенности развития и проявления быстроты в футболе
2. Особенности развития и проявления силы в футболе
3. Особенности развития и проявления ловкости в футболе
4. Особенности развития и проявления выносливости в футболе
5. Особенности развития и проявления гибкости в футболе

***2 СЕМЕСТР***

**Раздел 3. Психические качества футболистов**

1. Особенности восприятия и внимания в футболе

2. Особенности мышления и проявление памяти при игре в футбол

3. Особенности зрительной и моторной реакции в футболе

4. Особенности формирования и проявления эмоций и морально-волевых качеств в футболе

**Раздел 4. Техника футбола**

1. Эволюция технических действий в футболе

2. Техника передвижения

3. Основные технические действия полевого игрока

4. Особенности техники игры вратаря

**Раздел 5. Тактика футбола**

1. Эволюция тактических действий в футболе

2. Функциональные обязанности игроков при современных системах игры

3. Характеристика атакующих действий в футболе

4. Характеристика оборонительных действий в футболе

***2 КУРС***

***3 СЕМЕСТР***

**Раздел 6. Основы обучения и тренировки футболистов**

1. Средства и методы физической подготовки в футболе
2. Средства и методы психологической подготовки в футболе

***4 СЕМЕСТР***

**Раздел 6. Основы обучения и тренировки футболистов**

1. Средства и методы технической подготовки в футболе
2. Средства и методы тактической подготовки в футболе
3. Методические особенности различных видов подготовки (по выбору) на этапе начальной спортивной подготовки
4. Методические особенности различных видов подготовки (по выбору) на этапе спортивной специализации

**Раздел 7. Футбол как фактор массовой пропаганды здорового образа жизни и рекреации**

1. Организация работы спортивно-массового характера в процессе учебы, работы и отдыха с использованием игры в футбол

2. Организация работы рекреационного характера в процессе учебы, работы и отдыха с использованием игры в футбол

3. Организация работы по пропаганде здорового образа жизни в процессе учебы, работы и отдыха с использованием игры в футбол

4. Роль средств массовой информации для пропаганды здорового образа жизни с использованием игры в футбол

***3 КУРС***

***5 СЕМЕСТР***

**Раздел 8. Система многолетней подготовки юных футболистов**

1. Организационно-правовые основы развития детско-юношеского футбола в нашей стране
2. Возрастные анатомо-физиологические особенности юных игроков в футбол
3. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса юных игроков в футбол с учётом возрастных особенностей развития организма
4. Спортивный отбор в футболе: цель, критерии, принципы, организация
5. Структура и особенности многолетней спортивной подготовки юных спортсменов в футболе

***6 СЕМЕСТР***

**Раздел 8. Система многолетней подготовки юных футболистов**

1. Спортивный отбор в футболе: цель, критерии, принципы, организация

2. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий в футболе

***4 КУРС***

***7 СЕМЕСТР***

**Раздел 9. Обеспечение спортивной подготовки в футболе**

1. Организация подготовки тренерских и судейских кадров в футболе

2. Особенности формирования сборных команд в футболе

3. Современные тенденции в материально-техническом обеспечении в футболе

4. Актуальные медико-биологическое разработки в футболе

5. Использование мультимедийных технологий и интернет-ресурсов при подготовке футболистов

**Раздел 10. Управление в футболе**

1. Базовые функции управления

2. Основы планирования и моделирования в процессе подготовки футболистов

3 Контроль и его виды в системе подготовки футболистов

***8 СЕМЕСТР***

**Раздел 10. Управление в футболе**

1. Средства и методы управления игроками и командой в тренировке и соревнованиях
2. Организационная структура управления футболом в России.
3. Актуальные изменения нормативно-правовой базы в футболе

**Раздел 11. Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа студента (УИРС)**

1. Актуальные проблемы исследований в футболе

2. Эволюция научно-методическое обеспечения в футболе

3. Научно-методическое обеспечение в современном Российском футболе

**Критерии оценки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Оцениваемые параметры | Оценка  в баллах |
| 1 | Качество доклада:  - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом;  - четко выстроен;  - рассказывается, но не объясняется суть работы;  - зачитывается | 3  2  1  0 |
| 2 | Использование демонстрационного материала:  - автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался;  - использовался в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности;  - представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком или был оформлен плохо, неграмотно | 2  1  0 |
| 3 | Качество ответов на вопросы:  - отвечает на вопросы;  - не может ответить на большинство вопросов;  - не может четко ответить на вопросы. | 3  2  1 |
| 4 | Владение научным и специальным аппаратом:  - показано владение специальным аппаратом;  - использованы общенаучные и специальные термины;  - показано владение базовым аппаратом. | 3  2  1 |
| 5 | Четкость выводов:  - полностью характеризуют работу;  - нечетки;  - имеются, но не доказаны. | 3  2  1 |
| Итого максимальное количество баллов: 14 | | |

Оценка «5» - от 11 до 14 баллов

Оценка «4» - от 8 до 10 баллов

Оценка «3» - от 4 до 7 баллов

Оценка «2» - менее 4 баллов, рекомендовать студенту дополнительно поработать над данным докладом

**Тематика курсовых работ**

1. Возрастные особенности юных футболистов.

2. Построение тренировочного процесса на этапе начальной подготовки.

3. Построение тренировочного процесса на тренировочном этапе.

4. Построение тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.

5. Динамика тренировочной и соревновательной нагрузки в годичном цикле подготовки юных футболистов.

6. Методические подходы к обучению и совершенствованию техники юными футболистами в возрастном аспекте.

7. Методические подходы к обучению и совершенствованию тактики юными футболистами в возрастном аспекте.

8. Методика воспитания силовых качеств у юных футболистов разного возраста и квалификации.

9 Организация и методика спортивного отбора детей в группы начальной подготовки.

10. Организация и методика проведения занятий различных форм и видов на отдельных этапах годичного цикла.

11. Методика оценки уровня общей и специальной физической подготовленности юных футболистов.

12. Методические подходы к воспитанию психических функций и волевых качеств юных футболистов разного возраста.

13. Методика оценки уровня психической подготовленности юных футболистов разного возраста.

14. Организация и методика ведения оперативной управленческой деятельности тренера в тренировочном процессе и на соревнованиях.

15. Методика обучения технике игры вратарей.

16. Методика стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.

**Критерии оценки**

**Оценка «5»** выставляется в том случае, если:

- содержание и оформление работы соответствует требованиям методических указаний и теме работы;

- работа актуальна, выполнена самостоятельно, имеет творческий характер, отличается определенной новизной;

- дан обстоятельный анализ степени теоретического исследования проблемы, различных подходов к ее решению;

- проблема раскрыта глубоко и всесторонне, материал изложен логично;

- теоретические положения органично сопряжены с практикой; даны представляющие интерес практические рекомендации, вытекающие из анализа проблемы;

- в работе широко используются материалы исследования, проведенного автором самостоятельно или в составе группы (в отдельных случаях допускается опора на вторичный анализ имеющихся данных);

- в работе проведен количественный анализ проблемы, который подкрепляет теорию и иллюстрирует реальную ситуацию, приведены таблицы сравнений, графики, диаграммы, формулы, показывающие умение автора формализовать результаты исследования;

- широко представлен список использованных источников по теме работы;

- приложения к работе иллюстрируют достижения автора и подкрепляют его выводы;

- по своему содержанию и форме работа соответствует всем предъявленным требованиям.

**Оценка «4»:**

- содержание и оформление работы соответствует требованиям методических указаний;

- содержание работы в целом соответствует заявленной теме;

- работа актуальна, написана самостоятельно;

- дан анализ степени теоретического исследования проблемы;

- в докладе и ответах на вопросы основные положения работы раскрыты на хорошем или достаточном теоретическом и методологическом уровне;

- теоретические положения сопряжены с практикой;

- представлены количественные показатели, характеризующие проблемную ситуацию;

- практические рекомендации обоснованы;

- приложения грамотно составлены и прослеживается связь с положениями курсовой работы;

- составлен список использованных источников по теме работы.

**Оценка «3»:**

- содержание и оформление работы соответствует требованиям методических указаний;

- имеет место определенное несоответствие содержания работы заявленной теме;

- в докладе и ответах на вопросы исследуемая проблема в основном раскрыта, но не отличается новизной, теоретической глубиной и аргументированностью, имеются не точные или не полностью правильные ответы;

- нарушена логика изложения материала, задачи раскрыты не полностью;

- в работе не полностью использованы необходимые для раскрытия темы научная литература и материалы исследований;

- теоретические положения слабо увязаны с практикой, практические рекомендации носят формальный бездоказательный характер;

**Оценка «2»:**

- содержание и оформление работы не соответствует требованиям методических указаний;

- содержание работы не соответствует ее теме;

- в докладе и ответах на вопросы даны в основном неверные ответы;

- работа содержит существенные теоретико-методологические ошибки и поверхностную аргументацию основных положений;

- курсовая работа носит умозрительный и (или) компилятивный характер;

- предложения автора четко не сформулированы