

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора института физической культуры спорта и безопасности жизнедеятельности



/О.В. Багрянцев/

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ Б1.В.01.07 «Футбол»

**Направление подготовки:** 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

**Направленность (профиль):** Физическая культура. Дополнительное образование (спортивная тренировка)

**Квалификация (степень):** бакалавр

**Форма обучения:** очно-заочная

**Институт:** физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

**Кафедра:** теории и методики физического воспитания

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс		2	
Семестр/триместр		4, 5, 6	

Лекции		20	
Лабораторные занятия		-	
Практические (семинарские) занятия		26	
Консультации		2	
Формы промежуточной аттестации		Экзамен – 0,3	
Контроль		9	
Самостоятельная работа		160,7	

**Всего часов: 216**

**Трудоемкость: 6 зачетных единиц.**

Разработчик(и) рабочей программы:  
старший преподаватель

Прокофьев Игорь Евгеньевич

подпись

## I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### Цель изучения дисциплины:

- формирование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для проведения занятий по футболу с различным контингентом занимающихся;
- создание условий для достижения обучающимися уровня компетентности, позволяющего знать и применять на практике теорию и практику футбола.

### Задачи изучения дисциплины:

- формирование у обучающихся представлений об основах методической деятельности в сфере футбола;
- освоение обучающимися методики обучения технике и тактике футбола, развития основных физических качеств;
- обучение обучающихся основным закономерностям владения и освоения технических приемов футбола;
- формирование представлений о практической реализации положений теории и методики футбола на практике.

### Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.01.07 «Футбол» реализуется в рамках вариативной части (части, формируемой участниками образовательных отношений) блока Б1. модуля 7 «Физическая культура».

### Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПКС-2	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания образования по дисциплине, соответствующей направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка);</li><li>- структуру, состав и дидактические единицы содержания школьного предмета по дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка);</li></ul> <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка) в соответствии с дидактическими целями, возрастными особенностями обучающихся и требованиями ФГОС общего</li></ul>	<b>Знает:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- особенности организации и построения учебных занятий футболом;</li><li>- историю становления и развития отечественного и зарубежного футбола;</li><li>- теоретические основы развития физических качеств футболистов;</li><li>- основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся футболом;</li></ul> <b>Умеет:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- выполнять и показывать физические, технические, тактические упражнения, составляющие основу футбола;</li><li>- формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы обучения двигательным действиям, развития и совершенствования физических</li></ul>

	<p>образования;</p> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметным содержанием дисциплины согласно направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка);</li> <li>- умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи урочной и внеурочной форм обучения дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка).</li> </ul>	<p>способностей занимающихся, формы организации занятий футболом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовать и проводить спортивные соревнования по футболу;</li> <li>- уметь применять методику обучения двигательным действиям, используемых в футболе, на практике.</li> </ul> <p><b>Владеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- необходимым набором теоретических знаний и практических умений, необходимых для построения учебного и учебно-тренировочного процесса по футболу.</li> </ul>
--	--	--

## II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

**Очная форма обучения (не реализуется)**

**Очно-заочная форма обучения**

№	Наименование тем и разделов	Всего	Аудиторные занятия			Сам. работа
			ЛЗ	ПЗ	ЛБ	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Исторические аспекты развития отечественного футбола</b>	<b>40</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>32</b>
2	Тема 1. Краткая история и основные этапы становления отечественного футбола	5	1	-	-	4
3	Тема 2. Основные тенденции развития футбола в дореволюционный период.	6	1	-	-	5
4	Тема 3. Особенности становления отечественного футбола в советский период.	7	1			6
5	Тема 4. История становления футбола в современной России.	6	1			5
6	Тема 5. История становления футбола в Липецкой области в контексте общероссийских тенденций	8	2	-	-	6

	его развития. Краткая характеристика, периодизация.					
7	Тема 6. Краткая характеристика этапов развития футбола на территории Липецкой области.	8	2	-	-	6
8	<b>Раздел 2. Содержание и основные компоненты обучения и спортивной подготовки</b>	<b>26</b>	<b>-</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>14</b>
9	Тема 1. Основы организации и построения спортивной подготовки в футболе.	26	-	12	-	14
10	ИТОГО за 4 триместр	<b>66</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>46</b>
11	<b>Раздел 3. Общие основы теории и методики футбола</b>	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>44</b>
12	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика футбола.	4	-	-	-	4
13	Тема 2. Современные тенденции развития игры.	7	1	-	-	6
14	Тема 3. Техника игры в футбол: общие понятия, классификация.	14	2	-	-	12
15.	Тема 4. Физические качества и способности: понятия, виды, характеристика.	14	2	-	-	12
16.	Тема 5. Тактика: понятия, характеристика, классификация.	11	1	-	-	10
17.	<b>Раздел 4. Основы спортивной подготовки и тренировки в футболе.</b>	<b>34</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>28</b>
18.	Тема 1. Основы организации тренировочной деятельности.	18	-	4	-	14
19	Тема 2. Организация и проведение соревнований по футболу.	16	-	2	-	14
20	Контроль	9				
21	<b>Форма отчетности</b>					
22	<b>Экзамен</b>	<b>0,3</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
23	<b>ИТОГО за 5 триместр:</b>	<b>93,3</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>72</b>
24	<b>Раздел 5. Теоретико-методические аспекты спортивной подготовки в футболе</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>24</b>
25	Тема 1. Анализ и характеристика основных документов, регламентирующих деятельность спортивных организаций в футболе	12	2	-	-	10
26	Тема 2. Структура многолетней спортивной тренировки. Этапы спортивной подготовки в футболе.	18	4	-	-	14
27	<b>Раздел 6. Содержание игровой деятельности.</b>	<b>26,7</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>18,7</b>
28	Тема 1. Методика обучения и тренировки	<b>26,7</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>18,7</b>

	<b>ИТОГО за 6 триместр:</b>	<b>56,7</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>42,7</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>216</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>-</b>	<b>160,7</b>

**Заочная форма обучения (не реализуется)**

### **III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Оценка освоения обучающимися содержания дисциплины включает текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающихся.

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы (письменного либо онлайн-тестирования), реферата, выполнения практических нормативов технической и физической подготовленности.

#### **Типовой вариант контрольной работы (тестовые задания)**

##### **1 вариант**

1. Период от начала возобновления занятий в новом годовом цикле до первого планового состязания в футболе:

- а) переходный
- б) соревновательный
- в) подготовительный
- г) основной

2. При проведении официальных соревнований по футболу составляют:

- а) сценарий
- б) положение
- в) план
- г) инструкция

3. Какой вариант (диаметр) 11-метровой отметки соответствует правилам игры в футбол?

- а) 22 см
- б) 25 см
- в) 30 см
- г) 33 см

4. Какой вид подготовки в футболе определяет уровень развития двигательных способностей игроков:

- а) техническая подготовка
- б) физическая подготовка
- в) теоретическая подготовка
- г) тактическая подготовка

5. Размер футбольного поля, рекомендованный для проведения международных футбольных матчей, должен быть равен:

- а) 90 м x 40 м
- б) 120 м x 90 м
- в) 100 м x 60 м
- г) 110 м x 70 м

6. Назовите самого известного елецкого футболиста, серебряного призера чемпионата СССР в составе команды «СКА» (Ростов):

- а) О. Моторин

- б) А. Берсенас
- в) О. Копаев
- г) Ю. Разнов

7. Какая страна считается родиной футбола?

- а) Бразилия.
- б) Англия.
- в) Италия.
- г) Россия

8. В каком году проходил Чемпионат мира по футболу в России?

- а) 2018г.
- б) 2010 г.
- в) 2002 г.
- г) 2000 г.

9. Чемпионат мира по футболу проводится:

- а) раз в 4 года.
- б) каждый год.
- в) раз в 2 года.
- г) раз в 3 года

10. Можно ли проводить игру, когда часть игроков обута в бутсы, а другая часть – в кеды или кроссовки?

- а) нет, все игроки должны играть в однородной обуви
- б) можно
- в) разрешается играть только в бутсах
- г) разрешается играть только в кедах

11. Организация обороны в футболе со строгой ответственностью каждого обороняющегося футболиста за порученного ему соперника, является системой защиты

- а) смешанной
- б) персональной
- в) зонной
- г) функциональной

12. Когда мяч при «спорном мяче» считается в игре?

- а) как только судья выпустил мяч из рук
- б) как только мяч коснется кого-либо из игроков
- в) как только коснется грунта
- г) сразу после свистка

13. За умышленную игру рукой полевым игроком в своей штрафной площади судья обязан назначить?

- а) штрафной удар
- б) спорный мяч
- в) свободный удар
- г) пенальти

14. При передачах мяча на близкое расстояние по земле и по воздуху, для взятия ворот при прострелах, при выполнении одиннадцатиметрового удара, чаще всего применяют удар

- а) серединой подъема
- б) внешней частью подъема
- в) внутренней стороной стопы
- г) носком

15. Где располагаются запасные игрок команды во время проведения матча

- а) на трибунах
- б) в раздевалке
- в) за воротами
- г) на скамейке запасных

16. Каким образом в протоколе матча должны отмечаться игроки, забившие голы с 11-метровой отметки (пенальти)?

- а) +П
- б) +1
- в) 3+1П
- г) пен.

17. Как располагаются соперники при розыгрыше «спорного мяча»?

- а) со стороны своих ворот (спиной к воротам)
- б) со стороны боковых линий (спиной к боковым линиям)
- в) произвольно
- г) спиной к мячу лицом к своим воротам

18. Каково минимальное число игроков, при котором футбольная команда может продолжать играть в официальных соревнованиях?

- а) 10 чел.
- б) 8 чел.
- в) 5 чел.
- г) 7 чел.

19. Как называется футбольный полузащитник?

- а) форвард
- б) хавбек
- в) вингер
- г) инсайд

20. Самый значимый и важный европейский клубный футбольный турнир называют

- а) Кубок кубков
- б) Лига чемпионов
- в) Лига Европы
- г) Лига Наций

21. Может ли матч проводиться без перерыва?

- а) нет – минимальное время перерыва – 5 мин.
- б) может по желанию обеих команд
- в) может по усмотрению судьи
- г) может в любом случае

22. Имеет ли право футбольный вратарь пробивать 11-метровый штрафной удар?

- а) только полевые игроки
- б) да
- в) нет

23. Сколько длится тайм в футболе?

- а) 30 мин.
- б) 20 мин.
- в) 45 мин.
- г) 35 мин.

24. Какой термин не относится к футболу?

- а) свободный удар
- б) тайм-аут
- в) 11-метровый удар
- г) вне игры

25. Какой частью тела нельзя играть в футболе полевому игроку:

- а) грудью
- б) головой
- в) спиной
- г) рукой

## 2 вариант

1. Год первого участия сборной команды России по футболу в Олимпийских играх
  - а) 1932 г.
  - б) 1935 г.
  - в) 1912 г.
  - г) 1936 г.
2. Первая из елецких команд, дебютировавших в нелюбительских отечественных чемпионатах
  - а) Торпедо
  - б) Локомотив
  - в) ФК «Елец»
  - г) Эльта
3. После пробития 11-метрового удара в добавленное для этого время мяч, пройдя расстояние около метра, лопается. Какое решение должен принять судья?
  - а) матч прекращается
  - б) 11-метровый удар перебить новым мячом
  - в) назначить «спорный мяч», с места, где мяч пришел в негодность
  - г) на усмотрении судьи
4. Размеры футбольных ворот
  - а) 7 м 32 см х 2 м 44 см
  - б) 7 м 30 см х 2 м 44 см
  - в) 7 м 31 см х 2 м 43 см
  - г) 6 м 72 см х 2 м 34 см
5. В каком году проходил первый Чемпионат мира по футболу?
  - а) 1941 г.
  - б) 1930 г.
  - в) 1925 г.
  - г) 1960 г.
6. Состав команды для игры в футбол:
  - а) 10 чел.
  - б) 11 чел.
  - в) 5 чел.
  - г) 12 чел.
7. Сколько длится тайм в футболе?
  - а) 30 мин.
  - б) 20 мин.
  - в) 45 мин.
  - г) 35 мин.
8. Тактический способ защиты футболистов, при котором каждый защитник контролирует определенный участок поля и вступает в борьбу за мяч в его пределах, соответствует системе защиты
  - а) смешанной
  - б) персональной
  - в) зонной
  - г) функциональной
9. К какому разделу подготовки относится обучение перемещениям
  - а) физической
  - б) тактической
  - в) технической
  - г) технико-тактической
10. Страна – родоначальник игры в футбол



- а) Аргентина
- б) Англия
- в) Россия
- г) США

11. В то время, когда мяч находился в игре, два игрока одной команды в пределах поля допускают агрессивное поведение по отношению друг к другу. Судья остановил игру, используя принцип преимущества, применил дисциплинарные санкции. Каким образом возобновляется игра?

- а) «спорным мячом»
- б) штрафным ударом
- в) свободным ударом
- г) ударом с центра поля

12. В каком году ФК «Елец» дебютировал во 2-й лиге первенства ПФЛ?

- а) 1997
- б) 1998
- в) 1999
- г) 2000

13. Воспитанник елецкого футбола, Мастер спорта России, участник финального матча Кубка России 2018 г.

- а) О. Копаев
- б) А. Кутьин
- в) Д. Жуковский
- г) К. Гоцук

14. Период от первого до последнего планового состязания в футболе называется

- а) переходный
- б) соревновательный
- в) подготовительный
- г) основной

15. Основная задача общеподготовительного периода многолетней подготовки футболистов

- а) разносторонняя общая физическая подготовка
- б) выступление в календарных играх
- в) специальная физическая подготовка
- г) соревнования

16. Каково минимальное число игроков, при котором футбольная команда может продолжать играть в официальных соревнованиях?

- а) 10 чел.
- б) 8 чел.
- в) 5 чел.
- г) 7 чел.

17. Как располагаются соперники при розыгрыше «спорного мяча»?

- а) со стороны своих ворот (спиной к воротам)
- б) со стороны боковых линий (спиной к боковым линиям)
- в) произвольно
- г) спиной к мячу лицом к своим воротам

18. Каким образом в протоколе матча должны отмечаться игроки, забившие голы с 11-метровой отметки (пенальти)?

- а) +П
- б) +1
- в) 3+1П
- г) пен.

19. Может ли судья показать красную карточку запасному игроку до его выхода на замену?

- а) нет
- б) да но только после замены и его выхода на футбольное поле
- в) да
- г) только в перерыве

20. Может ли матч проводиться без перерыва?

- а) нет – минимальное время перерыва – 5 мин.
- б) может по желанию обеих команд
- в) может по усмотрению судьи
- г) может в любом случае

21. Когда мяч при «спорном мяче» считается в игре?

- а) как только судья выпустил мяч из рук
- б) как только мяч коснется кого-либо из игроков
- в) как только коснется грунта
- г) сразу после свистка

22. В футболе гол считается забитым, если мяч:

- а) коснулся линии ворот между стойками
- б) полностью пересёк линию ворот между стойками
- в) коснулся сетки ворот
- г) попал в перекладину

23. Как называется выход мяча за боковую линию поля в футболе?

- а) свободный удар
- б) боковой удар
- в) аут
- г) угловой удар

24. В футболе гол считается не забитым, если мяч:

- а) коснулся линии ворот между стойками
- б) полностью пересёк линию ворот между стойками
- в) коснулся сетки ворот
- г) попал в перекладину

24. Какой термин не относится к футболу?

- а) свободный удар
- б) тайм-аут
- в) 11-метровый удар
- г) вне игры

### 3 вариант

1. В каком году футбол включили в программу Олимпийских игр?

- а) 1914 г.
- б) 1898 г.
- в) 1908 г.
- г) 1910 г.

2. Со сколько метров от ворот пробивается пенальти в футболе?

- а) 11 м.
- б) 10 м.
- в) 15 м.
- г) 9 м.

3. Где располагается тренерский штаб команды во время проведения матча

- а) на трибунах
- б) в раздевалке
- в) за воротами

г) на скамейке запасных

4. Как в футболе называют нападающего?

а) форвард

б) хавбек

в) вингер

г) инсайд

5. Период годовичного цикла подготовки, который является базовым для закладывания «фундамента» общей физической подготовки в футболе называется

а) переходный

б) соревновательный

в) обще подготовительный

г) специально подготовительный

6. Назовите главную футбольную команду Липецкой области

а) ФК «Елец»

б) Спартак

в) Metallург

г) Родник

7. Какая высота флагштока углового флага соответствует Правилам игры в футбол?

а) 120 см

б) 145 см

в) 155 см

г) 160 см

8. При выполнении быстрых и неожиданных, без подготовки ударов в футболе, при выбивании мяча у противника в выпаде или шпагате, чаще всего используют удар

а) серединой подъема

б) внешней частью подъема

в) внутренней стороной стопы

г) носком

9. Своевременный опережающий выход к мячу футболиста обороняющейся команды для срыва атакующих действий соперника, называется

а) перехват

б) дуплет

в) закрывание

г) отступление

10. Как называется длинная сторона футбольного поля?

а) боковая

в) вратарская

г) лицевая

в) штрафная

11. Когда мяч считается в игре при выполнении углового удара?

а) когда по нему нанесен удар, и он находится в движении

б) когда по нему нанесен удар, и он покинет угловой сектор

в) когда мяч после удара пройдет длину своей окружности

г) сразу после свистка арбитра

12. Показательные, учебные двусторонние, контрольные, товарищеские игры относятся в футболе к соревнованиям

а) вспомогательным

б) основным

в) подводящим

г) подытоживающим

13. Положение, при котором футболист нападающей команды находится на чужой половине поля ближе к линии ворот соперника, чем мяч, называется

- а) «вне зоны»
- б) «вне игры»
- в) «вне защиты»
- г) «вне нападения»

14. Чемпионаты или первенства, розыгрыши кубка, официальные отборочные соревнования по футболу относятся к соревнованиям

- а) вспомогательные
- б) подводящие
- в) подытоживающие
- г) основные

15. Судья из-за непригодности поля отменил игру, а команды решили провести на этом поле товарищескую встречу. Можно ли этому судье в ней участвовать?

- а) да
- б) нет
- в) можно, но после оформления протокола календарного матча
- г) можно, если он сам этого хочет

16. Если игрок футбольной команды ударит соперника рукой, сделает подножку, прыгнет на соперника, толкнет его сзади, задержит соперника, сыграет в мяч рукой, назначается удар. Как он называется

- а) свободный
- б) штрафной
- в) удар с центра поля
- г) угловой

17. Как называется в футболе введение мяча в игру после того, как он вышел за короткую линию поля от игрока нападающей команды?

- а) свободный удар
- б) угловой
- в) удар от ворот
- г) начальный

18. Как называется короткая сторона футбольного поля?

- а) боковая
- в) вратарская
- г) лицевая
- в) штрафная

19. Кто был капитаном футбольной сборной, ставшей чемпионом Олимпийских игр 1956 года?

- а) А. Парамонов
- б) И. Нетто
- в) Л. Яшин
- г) Н. Симонян

20. Что обязательно должен сделать полевой игрок, заменивший вратаря в футбольном матче?

- а) надеть вратарские перчатки
- б) надеть вратарский свитер
- в) отдать капитанскую повязку полемому игроку
- г) уйти с боковую линию и войти в игру заново

21. Где располагается тренерский штаб команды во время проведения матча

- а) на трибунах
- б) в раздевалке
- в) за воротами
- г) на скамейке запасных

22. Как называется центральный защитник в футболе?

- а) стоппер
- б) хавбек
- в) инсайд
- г) форвард

23. Проходят ли судьи международной категории по футболу испытания по физической подготовленности?

- а) нет
- б) перед каждой официальной игрой
- в) да
- г) на усмотрение судьи

24. В футболе гол считается не забитым, если мяч:

- а) коснулся линии ворот между стойками и пересек ее
- б) полностью пересёк линию ворот между стойками
- в) коснулся сетки ворот
- г) попал в перекладину

25. Может ли судья показать красную карточку запасному игроку до его выхода на замену?

- а) нет
- б) да но только после замены и его выхода на футбольное поле
- в) да
- г) только в перерыве

### Примерная тематика рефератов

1. История становления и развития отечественного футбола.
2. Место и значение футбола в системе физического воспитания.
3. «Техника игры в футбол». Общая характеристика техники игры в футбол, классификация.
4. Организация и проведение соревнований по футболу.
5. Физическая подготовка: виды, роль и значение в футболе.
6. Ловкость, и методика ее воспитания в футболе.
7. Гибкость, и методика ее воспитания в футболе.
8. Сила, и методика ее воспитания в футболе.
9. Выносливость, и методика ее воспитания в футболе.
10. Быстрота, и методика ее воспитания в футболе.
11. Обучение основным элементам техники игры в футбол: передачи мяча и удары по мячу ногами.
12. Обучение основным элементам техники игры в футбол: ведения мяча.
13. Обучение основным элементам техники игры в футбол: остановки мяча.
14. Обучение основным элементам техники игры в футбол: удары по мячу головой.
15. Обучение основным элементам техники перемещений в футболе: бег, прыжки, остановки.
16. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: финты и отбор мяча.
17. Обучение основным элементам техники игры вратаря.
18. Правила игры и методика судейства.

### Практические нормативы

#### 1. Физическая подготовка.

	Юноши	Девушки
1. Бег 30 м с высокого старта.	4,5 сек	5,5 сек

2. Метание набивного мяча сидя на полу (2-3 кг).	7 м	5 м
3. Прыжки в длину с места.	2,3 м	1,6 м
4. Челночный бег 30 м (3х10 м)	26,5 сек	30 сек

## 2. Техническая подготовка.

1. Удар по воротам на точность (створ ворот делится на 3 части). Мяч лежит на передней линии штрафной площадки (16,5 м от ворот).

Произвести удар по мячу любым способом и попасть в заданный угол ворот. Выполняются 5 ударов. Норматив не менее 3 попаданий в ворота.

2. Жонглирование мячом: 20 ударов ногой без падения мяча на землю. Удары выполняются любым способом.

3. Ведение мяча, обводка и удар по воротам. Старт с центра поля. Провести мяч 20 метров, обвести 4 стойки, расстояние 2 м друг от друга, забить мяч в ворота. Норматив: выполнить упражнения в течении 12-15 с. С трех попыток.

4. Передача мяча верхом на точность на расстоянии 30 м. Норматив: выполняется 5 ударов, 3 попадания в квадрат 5х5 м.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме экзамена с использованием следующих оценочных материалов: вопросы к экзамену.

### **Перечень вопросов к экзамену (5 триместр очно-заочная форма обучения)**

1. Исторические аспекты развития футбола в дореволюционной России.
2. Современные тенденции развития игры в футбол.
3. Краткая история становления футбола в России: периодизация и краткая характеристика этапов.
4. Техника игры в футбол: общие понятия, классификация.
5. Основные этапы становления отечественного футбола.
6. Классификация техники игры в футбол.
7. Исторические аспекты развития регионального футбола в России на примере Липецкой области.
8. Физические качества и способности футболистов.
9. История становления футбола в Липецкой области в контексте общероссийских тенденций его развития.
10. Быстрота и скоростные способности.
11. Дайте характеристику 1 этапа истории футбола Липецкой области.
12. Дайте характеристику 2 этапа истории футбола Липецкой области.
13. Дайте характеристику 3 этапа истории футбола Липецкой области.
14. Ловкость и координационные способности.
15. Быстрота и скоростные способности.
16. Дайте характеристику 4 этапа истории футбола Липецкой области.
17. Тактика игры в футбол: понятия, характеристика, классификация.
18. Дайте характеристику 5 этапа истории футбола Липецкой области.
19. Дайте характеристику истории становления советского футбола.
20. Выносливость и основные виды ее проявления в футболе.
21. Основные вехи истории отечественного футбола в период 1992 г. – по настоящее время.
22. Индивидуальная тактика игры в футбол.
23. Дореволюционный этап развития отечественного футбола.
24. История становления советского футбола.
25. Дайте характеристику 6 этапа истории футбола Липецкой области.

26. Групповая тактика игры в футбол.
27. Дайте характеристику 7 этапа истории футбола Липецкой области.
28. Дайте характеристику 8 этапа истории футбола Липецкой области.
29. ФССП по виду спорта «футбол» - основные плюсы и минусы
30. Дайте характеристику 9 этапа истории футбола Липецкой области.
31. Дайте характеристику 10 этапа истории футбола Липецкой области.
32. Охарактеризуйте спортивно-оздоровительного этапа подготовки в футболе.
33. Критерии технического мастерства, характеристика структуры технического приема как отдельного двигательного действия с точки зрения его основных аспектов (содержательного и целевого).
34. Охарактеризуйте начальный этап подготовки в футболе.
35. Охарактеризуйте структуру скоростных и скоростно-силовых способностей и основных форм их проявлений в игровой деятельности футболистов.
36. Охарактеризуйте основное содержание тренировочного этапа.

#### **IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

##### **4.1. Основная литература**

1. Губа В.П. Тестирование и контроль подготовленности футболистов : монография / В.П. Губа, А. Скрипко, А. Стула. - Москва: Спорт, 2016. - 169 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9907239-8-6; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461312> (25.02.2019) (дата обращения 12.03. 2022)
2. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов : методическое пособие / О.Б. Лапшин. - Москва: Человек, 2014. - 177 с. : схем., табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-903508-73-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461413> (дата обращения 15.02.2022)
3. Прокофьев И.Е. Теория и методика футбола (общие и частные аспекты) : учебное пособие / И.Е. Прокофьев. – Елец: ЕГУ им. И.А. Бунина, 2022. – 98 с. - ISBN 978-5-00151-336-0
4. Теория и методика футбола : учебник / под общей ред. В.П. Губы, А.В. Лексакова. – Москва: Советский спорт, 2013. – 516 с. : ил. – Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9718-0680-6; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=467454> (дата обращения 02.03.2022)

##### **4.2. Дополнительная литература**

1. Губа В.П. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы / В.П. Губа, А. Стула, К. Кромке ; худож. А. Литвиненко. - Москва: Спорт, 2017. - 272 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-75-6; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454495> (дата обращения 13.03.2022)
2. Лапшин О.Б. Учим играть в футбол: планы уроков / О.Б. Лапшин. - Москва: Человек, 2015. - 257 с. : схем., табл., ил. - ISBN 978-5-906131-51-5; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461414> (дата обращения 12.03.2022)
3. Макаров Ю. М. Концептуальные особенности совершенствования системы спортивной подготовки в игровых видах: монография / Ю.М. Макаров. - Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 150 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3923-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363696> (дата обращения 16.02.2022)
4. Мелентьев В.П. Футбольные финты, уловки, трюки: самоучитель для футболиста / В.П. Мелентьев. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Спорт, 2016. - 65 с. : ил. - ISBN 978-5-906839-24-4; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461331> (дата обращения 17.02.2022)

#### **V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

№ пп	Ссылка информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	<a href="http://edu.ru/">http://edu.ru/</a>	<b>Российское образование: Федеральный портал.</b> Включает ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ

#### VI.СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	<a href="http://www.elibrary.ru">www.elibrary.ru</a>	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ

#### VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Организация обеспечена достаточным комплектом лицензионного программного обеспечения: Microsoft Windows XP Professional; Microsoft Windows 7 Professional; Microsoft Windows 8 Professional; Microsoft Windows Server 2008 Std/Ent; Microsoft Windows Server 2012R2 Standard (операционные системы для ПК; серверные операционные системы). Академические лицензии OLP (Open License). Срок действия лицензии: бессрочно.

Microsoft Office Professional Plus 2010, Microsoft Office Professional Plus 2013 (пакет офисных приложений). Академические лицензии OLP (Open License). Срок действия лицензии: бессрочно.

Антивирусное ПО Kaspersky Endpoint Security 10. Коммерческая лицензия для 300 компьютеров.

#### VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук). Практические занятия проводятся в спортивном зале, стадионе.



Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Предусмотрены помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

## **IX. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

Дополнения и изменения в рабочей программе на \_\_\_\_ / \_\_\_\_ уч. год.

---

---

---

---

Дополнения и изменения рассмотрены на заседании кафедры \_\_\_\_\_ протокол №  
\_\_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Зав. кафедрой:** \_\_\_\_\_ /Семянникова В.В./