

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности  
/Шахов А.А./

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.01.08 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:** очная, очно-заочная

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

**Кафедра:** теории и методики физического воспитания

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	1	2	
Семестр/триместр	1	4	

Лекции	18	8	
Лабораторные занятия	-	-	
Практические (семинарских) занятия	36	10	
Консультации	2	2	
Формы промежуточной аттестации	Экзамен – 0,3	Экзамен – 0,3	
Контроль	36	9	
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	87,7	150,7	

**Всего часов: 180**

**Трудоемкость: 5 зачетных единиц.**

Разработчик(и) рабочей программы: преподаватель Лавриненко В.И.

## 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:** реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений блока Б1. Дисциплины (модули).

### Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПКС-2	<p><b>Знать:</b></p> <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> <p><b>Уметь:</b></p> <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 образования;</li></ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- предметным содержанием дисциплины согласно направленности (профилю)</li></ul>	<p><b>Знает:</b></p> <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> <p><b>Умеет:</b></p> <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 способностей занимающихся, формы организации занятий футболом;</li><li>- организовать и проводить спортивные соревнования по футболу;</li></ul>

	<p>Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка);</p> <p>- умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи урочной и внеурочной форм обучения дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка).</p>	<p>- уметь применять методику обучения двигательным действиям, используемых в футболе, на практике.</p> <p><b>Владеет:</b></p> <p>- необходимым набором теоретических знаний и практических умений, необходимых для построения учебного и учебно-тренировочного процесса по футболу.</p>
--	--	--

## 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

№	Наименование тем и разделов	Всего	Аудиторные занятия			Сам. работа
			ЛЗ	ПЗ	ЛБ	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. История становления отечественного футбола</b>	<b>13</b>	<b>5</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>8</b>
2	Тема 1. Футбол в дореволюционной России. История становления советского футбола.	3	1	-	-	2
3	Тема 2. Тенденции развития футбол в современной России. Выдающиеся отечественные футболисты.	3	1	-	-	2
4	Тема 3. История становления футбола в Липецкой области.	3	1	-	-	2
5	Тема 4. История становления футбола в Ельце.	4	2	-	-	2
<b>6</b>	<b>Раздел 2. Общие основы теории футбола</b>	<b>60</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>38</b>
7	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика футбола	3	1	-	-	2
8	Тема 2. Техника игры в футбол.	26	2	8	-	16
9	Тема 3. Организация и проведение соревнований по футболу	31	3	8	-	20
<b>10</b>	<b>Раздел 3. Содержание игровой деятельности</b>	<b>68,7</b>	<b>7</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>41,7</b>

11	Тема 1. Методика обучения и тренировки	<b>68,7</b>	7	20	-	41,7
12	Контроль	<b>36</b>	-	-	-	-
13	Консультации	<b>2</b>	-	-	-	-
	<b>Форма отчетности</b>		-	-	-	-
	<b>Экзамен</b>	<b>0,3</b>	-	-	-	-
	<b>ИТОГО за 1 семестр:</b>	<b>180</b>	<b>18</b>	<b>36</b>	<b>-</b>	<b>87,7</b>

### Очно-заочная форма обучения

№	Наименование тем и разделов	Всего	Аудиторные занятия			Сам. работа
			ЛЗ	ПЗ	ЛБ	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. История становления отечественного футбола</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>20</b>
2	Тема 1. Футбол в дореволюционной России. История становления советского футбола.	6	1	-	-	5
3	Тема 2. Тенденции развития футбол в современной России. Выдающиеся отечественные футболисты.	6	1	-	-	5
4	Тема 3. История становления футбола в Липецкой области.	6	1	-	-	5
5	Тема 4. История становления футбола в Ельце.	6	1	-	-	5
<b>6</b>	<b>Раздел 2. Общие основы теории футбола</b>	<b>62</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>56</b>
7	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика футбола	6	-	-	-	6
8	Тема 2. Техника игры в футбол.	25	1	2	-	22
9	Тема 3. Организация и проведение соревнований по футболу	31	1	2	-	28
<b>10</b>	<b>Раздел 3. Содержание игровой деятельности</b>	<b>82,7</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>74,7</b>
11	Тема 1. Методика обучения и тренировки	<b>82,7</b>	2	6	-	74,7
12	Контроль	<b>9</b>	-	-	-	-
13	Консультации	<b>2</b>	-	-	-	-
	<b>Форма отчетности</b>		-	-	-	-
	<b>Экзамен</b>	<b>0,3</b>	-	-	-	-

	<b>ИТОГО за 4 триместр:</b>	<b>180</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>150,7</b>
--	-----------------------------	------------	----------	-----------	----------	--------------

### **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 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, ложится. 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 полевому 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 (3x10 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 (1 семестр очная форма обучения, 4 триместр очно-заочная форма обучения)**

1. История развития футбола в дореволюционной России.
2. История становления футбола в Липецкой области.
3. История советского футбола.
4. Футбол в современной России.
5. Периодизация истории елецкого футбола.
6. Место и значение футбола в системе физического воспитания.
7. Организация, проведение соревнований по футболу.
8. Общая характеристика техники игры в футбол.
9. Классификация технических приемов.
10. Физическая подготовка футболистов.
11. Основные средства и методы тактической подготовки в футболе.
12. Тактическая подготовка футболистов: общие понятия, виды классификация.
13. Основные средства и методы тактической подготовки в футболе.
14. Методика воспитания физических качеств футболистов: гибкость и ловкость.
15. Выносливость и методика ее воспитания в футболе.
16. Методика воспитания физических качеств футболистов: сила, скоростно-силовые качества.
17. Быстрота и методика ее воспитания в футболе.
18. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: перемещения.
19. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: удары по мячу головой.
20. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: удары по мячу ногами.
21. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: ведение мяча.
22. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: остановки мяча.
23. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: финты и отбор мяча.
24. Основные элементы техники игры вратаря.
25. Контроль технической подготовленности юных футболистов: тесты и нормативы.
26. Контроль физической подготовленности юных футболистов.
27. Правила игры в футбол.

28. Охарактеризуйте основные этапы многолетней подготовки футболистов.

#### 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> (01.09.2020).

##### 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>

2. 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>

3. 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>

4. Футбол: программа для футбольных академий, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва / под общ. ред. В.П. Губы. - Москва : Спорт : Человек, 2015. - 208 с. : табл., схем. - Библиогр.: с. 178-180 - ISBN 978-5-906131-61-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430418>

5. Шамонин А.В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей / А.В. Шамонин. - Екатеринбург : Изд-во УралГАХА, 2011. - 70 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7408-0120-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=222104>

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

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	<a href="http://edu.ru/">http://edu.ru/</a>	<b>Российское образование: Феде-ральный 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)	Регистрация через любой университетский компьютер.
----	---	---------------------------------------	--

		Университетская библиотека онлайн	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**

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

## **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.