

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

модуля (курса)

«Футбол»

1. АННОТАЦИЯ

Программа знакомит слушателей с теоретическими и практическими основами игры «Футбол»; методиками физического воспитания оздоровительных занятий; порядка проведения врачебного контроля и способов оказания доврачебной помощи во время занятий, пользоваться спортивным инвентарем; оказывать первую доврачебную помощь;

Программа учит слушателей проводить самостоятельно тренировочные занятия, контролировать двигательную активность, собственное физическое состояние, своевременно выявлять угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов; оперативно реагировать на внешние ситуации и применять верные алгоритмы для устранения или снижения опасности последних; соблюдать на занятиях требования охраны труда.

Существенное внимание уделено знакомству с планированием, организацией и проведением занятий по футболу, тренировочных занятий, проведению спортивно-оздоровительной работы; физической подготовке и освоению основных элементов игры в футбол.

Цель сформировать у студентов универсальные компетенции, необходимые для самоорганизации и саморазвития (в том числе здоровьесбережение) в области физической культуры и спорта, связанных с организацией физкультурно-оздоровительной работы и спортивно-массовой деятельности в избранном виде спорта

2. СОДЕРЖАНИЕ

.Учебная программа по модулю

№ п/п	Наименование модуля, разделов и тем	Содержание обучения (по темам в дидактических единицах), наименование и тематика лабораторных работ, практических занятий (семинаров), самостоятельной работы с указанием кол-ва часов, используемых образовательных технологий и рекомендуемой литературы
1.	Общая физическая подготовка	
1	Общие требования к физической подготовке физического воспитания молодежи. История возникновения футбола. Развитие футбола в РФ и за рубежом. Крупнейшие соревнования по футболу в РФ и международные	Общие требования к физической подготовке физического воспитания молодежи. История возникновения футбола. Развитие футбола в РФ и за рубежом. Крупнейшие соревнования по футболу в РФ и международные Лекция 2 часа

2.	Техническая подготовка	
1	<p>Понятие о спортивной технике</p> <p>Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов</p> <p>Классификация и терминология приемов владения мячом</p> <p>Качественные показатели индивидуальной техники владения мячом</p>	<p>Понятие о спортивной технике</p> <p>Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов</p> <p>Классификация и терминология приемов владения мячом.</p> <p>Анализ выполнения технических приемов и их применения в различных игровых ситуациях</p> <p>Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовке для футболистов</p> <p>Лекция 2 часа</p>
3.	Тактическая подготовка	
1	<p>Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры.</p> <p>Значение тактических заданий, которые даются футболистам на игру, и умение играть по плану-заданию</p>	<p>Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры.</p> <p>Тактика игры в нападении</p> <p>Тактика игры в защите</p> <p>Тактические комбинации (в нападении и защите) при выполнении ударов</p> <p>Лекция 2 часа</p>
4.	Специальная подготовка футболиста.	
	<p>Психологическая подготовка: характеристика морально-волевой подготовки, задачи, средства и методы морально-волевой подготовки</p> <p>Интегральная подготовка</p> <p>Теоретическая подготовка</p> <p>Игровая подготовка</p>	<p>Психологическая подготовка: характеристика морально-волевой подготовки, задачи, средства и методы морально-волевой подготовки</p> <p>Интегральная подготовка</p> <p>Теоретическая подготовка</p> <p>Игровая подготовка</p> <p>Спортивные соревнования – высшая форма интегральной подготовки футболистов</p> <p>Лекция-2 часа</p>
5.	Учебные и тренировочные игры	
	<p>Участие во внутрифилиальных, городских, областных соревнованиях, участие в товарищеских встречах различного уровня</p>	<p>Участие во внутрифилиальных, городских, областных соревнованиях, участие в товарищеских встречах различного уровня</p> <p>Лекция – 2 часа</p>
6.	Контрольные игры и соревнования	<p>Участие во внутрифилиальных, городских, областных соревнованиях, участие в товарищеских встречах различного уровня</p> <p>Лекция – 2 часа</p>
7.	Судейская практика	

	Изучение жестов, сигналов во время судейства, правил игры	Изучение жестов, сигналов во время судейства, правил игры Лекция – 2 часа
	Практические занятия	<p>Раздел 1. Общая физическая подготовка Гимнастика: общеразвивающие упражнения, кувырки, стойки, мостики, направленные на развитие гибкости занимающихся Легкая атлетика: бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, кроссовый бег, эстафетный бег, прыжки в длину с места и с разбега, прыжки в высоту с места и с разбега, метание гранат Футбол л: ведение мяча, , перемещение, действия с мячом, двусторонняя игра Спортивные и подвижные игры</p> <p>Раздел 2. Техническая подготовка Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов Качественные показатели индивидуальной техники владения мячом Анализ выполнения технических приемов и их применения в различных игровых ситуациях Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовке для футболистов</p> <p>Раздел 3. Тактическая подготовка Тактика игры в нападении Тактика игры в защите Тактические комбинации (в нападении и защите) при выполнении ударов Значение тактических заданий, которые даются футболистам на игру, и умение играть по плану-заданию</p> <p>Раздел 4. Специальная подготовка футболистов Психологическая подготовка: характеристика морально-волевой подготовки, задачи, средства и методы морально-волевой подготовки Интегральная подготовка Теоретическая подготовка Игровая подготовка Спортивные соревнования – высшая форма интегральной подготовки футболистов</p> <p>Раздел 5. Учебные и тренировочные игры Участие во внутрифилиальных, городских, областных соревнованиях, участие в товарищеских встречах различного уровня</p>

		Раздел 6. Судейская практика Изучение жестов, сигналов во время судейства, правил игры. Число часов: 130
--	--	--

3. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ МОДУЛЯ (формы аттестации, оценочные и методические материалы)

Программа предусматривает проведение итоговой аттестации.

Формы и методы контроля и оценки результатов освоения модуля

№ п/п	Наименование модуля	Основные показатели оценки	Формы и методы контроля и оценки
	Итоговая аттестация	Тестирование	Оценка «отлично» 80 – 100 % правильных ответов; Оценка «хорошо» 60 – 79 % правильных ответов; Оценка «удовлетворительно» 40 – 59% правильных ответов. Оценка «неудовлетворительно» менее 40 % правильных ответов.

Шкала оценивания сформированности компетенции

Уровень сформиро- ванности компетенци и (индикатора достижения компетенци и)				
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено	зачтено		
<u>Знания</u>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем требованиям программы подготовки, без ошибок.
<u>Умения</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения.	Продemonстрированы основные умения, решены типовые задачи с негрубыми	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с негрубыми	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные

	Имели место грубые ошибки.	ошибками, выполнены все задания, но не в полном объеме.	ошибками, выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	задачи с отдельными несущественным и недочетами, выполнены все задания в полном объеме.
<u>Навыки</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами.	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.

Реализация программы предусматривает проведение итоговой аттестации в форме тестирования по следующим вопросам:

1. Какое решение принимает футбольный арбитр, если игрок, пробивающий пенальти, нарушает правила при выполнении удара и забивает гол?

1. гол не засчитывает и назначает повторное выполнение пенальти
2. гол не засчитывает и назначает удар от ворот
3. гол не засчитывает и назначает штрафной удар в пользу обороняющейся команды
4. гол засчитывает и выносит игроку предупреждение

2. Какое решение принимает футбольный арбитр, если при выполнении пенальти правила нарушает вратарь обороняющейся команды, но гол был забит?

1. гол не засчитывает и назначает повторное выполнение пенальти
2. гол засчитывает и назначает ещё одно пенальти
3. гол засчитывает и назначает начальный удар в сторону обороняющейся команды
4. гол засчитывает и назначает начальный удар в пользу обороняющейся команды

3. Какое решение принимает футбольный арбитр, если партнёр игрока, пробивающего пенальти, до удара входит в штрафную площадь или пересекает линию-дугу и гол был забит?

1. Засчитывает гол
2. не засчитывает гол и назначает свободный удар в пользу обороняющейся команды с места, где в момент удара находился партнёр бьющего, нарушивший правила
3. не засчитывает гол и назначает удар от ворот
4. не засчитывает гол и назначает повтор пенальти

4. Какое решение принимает футбольный арбитр, если вратарь отбил мяч за пределы поля, а его партнёр до удара входит в штрафную площадь или пересекает линию-дугу?

1. Назначает повтор пенальти
2. назначает введение мяча в игру атакующей командой (угловой или вбрасывание)
3. назначает свободный удар в пользу команды, выполняющей пенальти, с места, где в момент удара находился партнёр вратаря, нарушивший правила
4. назначает «спорный мяч» в месте, где в момент удара находился партнёр вратаря, нарушивший правила

5. Какое решение принимает футбольный арбитр, если после начального удара мяч попадает в ворота?

1. не засчитывает гол, при попадании мяча в любые ворота
2. засчитывает гол при попадании мяча в любые ворота
3. засчитывает гол, при попадании мяча только в свои ворота
4. засчитывает гол, при попадании мяча только в чужие ворота

6. Засчитывается ли в футболе гол, если мяч после удара от ворот попадает в ворота?

1. Засчитывается только в чужие ворота
2. Засчитывается только в свои ворота
3. засчитывается при попадании в любые ворота
4. не засчитывается

7. Засчитывается ли в футболе гол, если мяч после углового удара попадает в ворота?

1. Засчитывается только в чужие ворота
2. Засчитывается только в свои ворота
3. засчитывается при попадании в любые ворота
4. не засчитывается

8. Что должен назначить футбольный арбитр, если игрок, выполняющий штрафной (свободный, угловой, удар от ворот) повторно коснётся мяча?

1. Назначить повтор удара
2. назначить спорный мяч в месте повторного касания
3. назначить штрафной удар в пользу обороняющейся команды с места повторного касания
4. назначить свободный удар в пользу обороняющейся команды с места повторного касания

9. Из скольких ударов от каждой команды состоит серия «послематчевых пенальти» для определения победителя в футболе?

1. 1
2. 3
3. 4
4. 5

10. При выполнении в футболе серии «послематчевых пенальти» для определения победителя, кто из игроков может находиться вне центрального круга?

1. Обороняющийся вратарь и бьющий игрок
2. Оба вратаря и бьющий игрок
3. оба вратаря и игроки, уже выполнившие 11-метровые удары
4. оба вратаря и игроки, ещё не выполнявшие 11-метровые удары

11. Какое минимальное количество игроков допускается в одной футбольной команде?

1. 6
2. 7
3. 8
4. 9

12. Каким способом определяется право начального удара и выбор ворот в начале футбольного матча?

1. жеребьёвкой

2. по решению арбитра
3. На выбор гостей
4. На выбор хозяев

13. Какой забитый мяч в чужие ворота не засчитывается в футболе?

1. с начального удара
2. с удара от ворот
3. с углового удара
4. со свободного удара

14. С какого момента после возобновления игры в футболе мяч считается в игре?

1. с момента касания игрока к мячу
2. с момента начала движения мяча
3. когда мяч пройдёт путь равный длине его окружности
4. когда после начального удара к мячу коснётся другой игрок

15. С какой точки выполняется свободный удар, назначенный в пределах площади ворот, в пользу атакующей команды?

1. с места нарушения
2. с 11-метровой отметки
3. с места пересечения линии ворот и боковой линии, ограничивающей площадь ворот
4. с линии площади ворот, параллельной линии ворот, в точке, ближайшей к месту нарушения

16. С какой точки выполняются свободные и штрафные удары, назначенные в пределах площади ворот, в пользу обороняющейся команды?

1. с места нарушения
2. с угла площади ворот
3. с линии площади ворот, параллельной линии ворот
4. с любой точки площади ворот

17. В каком из перечисленных случаев может возникнуть положение «вне игры» в футболе?

1. При ударе от ворот
2. При вбрасывании
3. При угловом ударе
4. При штрафном ударе

18. Если мяч отскакивает в поле от углового флажка, то какое решение должен принять футбольный арбитр?

1. назначить угловой или удар от ворот
2. назначить вбрасывание из-за боковой линии
3. ничего не предпринимать (игра продолжается)
4. назначить «спорный мяч»

19. В каком месте заменённый игрок должен покинуть футбольное поле?

1. в месте пересечения боковой и центральной линий со стороны технической зоны
2. в месте пересечения боковой и центральной линий с любой стороны поля
3. за боковую линию в точку, ближайшую к месту нахождения заменённого футболиста
4. за линию ворот

20. Как переводится слово «футбол»?

1. нога + мяч
2. ступня + мяч
3. бить + мяч
4. пинать + мяч

21. У какой из названных стран больше титулов «Чемпион мира» по футболу?

1. Англия
2. Испания
3. СССР
4. Уругвай

22. Какая максимально допустимая длина футбольного поля?

1. 140 м
2. 120 м
3. 110 м
4. 100 м

23. Какая максимально допустимая ширина футбольного поля для международных матчей?

1. 90 м
2. 85 м
3. 80 м
4. 75 м

24. Как называется линия, на которой расположены футбольные ворота?

1. Торцевая линия
2. Поперечная линия
3. Боковая линия
4. Линия ворот

25. На каком расстоянии от ворот находится линия штрафной площади футбольного поля, параллельная воротам?

1. 15 м
2. 15,5 м
3. 16 м
4. 16,5 м

26. Для чего служит линия-дуга, примыкающая к штрафной площади футбольного поля?

1. внутри дуги голкипер может играть руками
2. внутри дуги голкиперу запрещается играть в мяч любой частью тела
3. при пенальти всем игрокам, не принимающим участие в выполнении этого удара, надлежит находиться вне дуги
4. с дуги выполняются все свободные удары, назначенные в пределах штрафной площади в сторону ближайших ворот.

27. Сколько флагов используется в разметке футбольного поля?

1. 4
2. 6
3. 8
4. 10

28. Какое расстояние между стойками футбольных ворот (ширина ворот)?

1. 7,12 м

2. 7,22 м
3. 7,32 м
4. 7,42 м.

29. Какое расстояние от поверхности футбольного поля до перекладины ворот (высота футбольных ворот)?

1. 2,14 м
2. 2,24 м
3. 2,34 м
4. 2,44 м

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ МОДУЛЯ

4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы:

Для реализации программы имеется учебно-методическая литература, электронные ресурсы.

Реализация ДПОП ПК осуществляется информационно-библиотечным ресурсом: учебно-методической литературой. Есть доступ к электронно- библиотечной системе (ЭБС), которая обеспечивает доступ к учебной, учебно-методической и научной литературе по всем отраслям знаний ведущих российских издательств. Для реализации программы имеется учебно-методическая литература, электронные ресурсы.

4.2. Используемые образовательные технологии.

В процессе реализации программы используются: проблемная лекция, дискуссии, практические занятия (тренировки).

4.1. Литература.

Основная

1..Базовые виды спорта. Футбол: учебное пособие для студентов очной формы обучения. - Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. - 84 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции Ижевская ГСХА - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=733891&idb=0> .

2. Волков Е. Н. Мини-футбол на занятиях физической культуры в ВУЗе : учебное пособие / Волков Е. Н., Козлова Е. Г., Михайлова Н. В. - Вологда : ВГМХА им. Н.В. Верещагина, 2022. - 82 с. - Книга из коллекции ВГМХА им. Н.В. Верещагина - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=807220&idb=0> .

3. Зиганшин О. З. Организация и судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта (футбол, хоккей, хоккей с мячом) / Зиганшин О. З., Костин К. Н., Попов П. Д. - Хабаровск : ДВГАФК, 2020. - 131 с. - Допущено учебно-методическим советом ДВГАФК в качестве учебно- методического пособия для обучающихся образовательных организаций высшего образования физкультурного профиля. - Книга из коллекции ДВГАФК - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-8028-0235-9., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=798378&idb=0> .

4. Калинина И. Н. Ориентация и отбор в спортивных играх : на примере футбола / Калинина И. Н., Блинов В. А. - Омск : СибГУФК, 2016. - 76 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции СибГУФК - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=744998&idb=0>

Дополнительная литература:

1. Футбол. Теория и практика координационной подготовки : учебное пособие / Аверьянов И. В., Макарова Э. В., Дубатовкин В. С., Олейник С. С. - Москва : МГУПП, 2022. - 80 с. - Рекомендовано методическим советом Московского государственного университета пищевых производств в качестве учебного пособия для студентов вуза, обучающихся по дисциплинам: «Общая физическая подготовка», «Спортивные игры», «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту». - Книга из коллекции МГУПП - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-9920-0383-3., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=829677&idb=0> .

2. Вятлев Д. Н. Физическая подготовка студентов-футболистов. Техника и тактика игры в мини-футбол : учебно-методическое пособие / Вятлев Д. Н. - Кострома : КГУ им. Н.А. Некрасова, 2021. - 80 с. - Книга из коллекции КГУ им. Н.А. Некрасова - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-8285-1154-9., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=798344&idb=0> .

3. Мальцев Д. Н. Футбол в вузе : учебное пособие / Мальцев Д. Н. - 2-е изд., пересмотр. и доп. - Киров : Кировский ГМУ, 2020. - 144 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции Кировский ГМУ - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=756776&idb=0> .

4. Крысанкин И. В. Воспитание скоростно-силовых качеств у студентов средствами футбола : учебно-методическое пособие для студентов направления «экономика» всех специализаций 38.03.01 (бакалавриат) / Крысанкин И. В. - Москва : РУТ (МИИТ), 2019. - 50 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции РУТ (МИИТ) - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=756855&idb=0> .

Интернет- ресурсы

1. Сайт министерства спорта Российской Федерации // <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture>

2. Сайт журнала «Физическая культура и спорт» // <http://www.fismag.ru> Сайт «Здоровая Россия» // <http://www.takzdorovo.ru>

3. Сайт Российского футбольного союза. Общероссийская общественная организация <https://rfs.ru/>