

1. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВАНИЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- 1.1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 1.2. Постановление Правительства Российской Федерации от 22 января 2013 г. № 23 «О Правилах разработки, утверждения и применения профессиональных стандартов»;
- 1.3. Приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;
- 1.4. Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- 1.5. Разъяснения Минобрнауки РФ «Об особенностях законодательного и нормативного правового» к Закону № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (№ АК-2453/06 от 25.08.2015);
- 1.6. Профессиональный стандарт «Тренер» (Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 28 марта 2019 г. №191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер»»);
- 1.7. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. №298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»»);
- 1.8. ФГОС ВО 49.03.01 «Физическая культура», утвержденного Приказом Минобрнауки РФ № 935 от 07.08.2014.

2. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Дополнительное образование, повышение квалификации тренеров в сфере футбола и его разновидностей.

3. ХАРАКТЕРИСТИКА ПОДГОТОВКИ ПО ПРОГРАММЕ

- 3.1. Категория слушателей: специалисты, тренеры, методисты, руководители футбольных организаций.
- 3.2. Базовый уровень образования слушателей: 18 лет и старше, среднее, средне-специальное, начальное-профессиональное образование, тренеры, имеющие лицензию РФС категории Д.
- 3.3. Нормативный срок освоения программы – *124 часа*
- 3.4. Режим обучения – *до 48 часов в неделю*
- 3.5. Форма обучения – *очная (с полным отрывом от работы)*
- 3.6. Направление подготовки - *49.03.01 «Физическая культура»*
- 3.7. Выдаваемый документ - сертификат о повышении квалификации установленного образца.

4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Выпускник должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

Таблица 1.

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций (трудовых функций)
ВД 1	Педагогическая деятельность
A/02.6	Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы
C/01.6	Организация и проведение массовых досуговых мероприятий
ВД 2	Тренерская деятельность
A/01.5	Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся
C/02.6	Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки
C/03.6	Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программой спортивной подготовки
C/04.6	Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)
C/05.6	Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки
F/01.6	Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды
F/02.6	Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды
F/03.6	Организация соревновательной деятельности спортивной команды

Освоивший программу слушатель

Знает:

- Методы и формы организации деятельности и общения, техники и приемы вовлечения обучающихся в деятельность и общение при организации и проведении досуговых мероприятий;
- Техники и приемы общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседника;
 - Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности;
 - Основы теории и методики физической культуры и спорта;
 - Теорию и методику спортивной тренировки в футболе (его разновидностях);
 - Технологию спортивной тренировки в футболе (его разновидностях);
 - Программу спортивной подготовки по футболу (его разновидностям)
- Виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке;
 - Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, специальной подготовки, правила техники безопасности при их выполнении;
 - Особенности построения процесса спортивной подготовки в футболе (его разновидностях) на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки;
 - Порядок составления отчетной документации по подготовке тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся;

- Содержание спортивной тренировки в футболе (его разновидностях);
- Биомеханику двигательной деятельности в футболе;
- Методики обучения техники футбола (его разновидностей);
- Основы организации первой помощи;
- Сенситивные периоды в развитии основных физических качеств человека;
- Влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, включая факторы, ограничивающие нагрузку занимающихся на этапе начальной подготовки;
- Виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий этапов спортивно-оздоровительного, начальной подготовки;
- Методы оценки и учета параметров уровня физической, технической, теоретической подготовленности занимающихся;
- Методы построения процесса спортивной подготовки в футболе (его разновидностях);
- Средства и методы тренировки в футболе;
- Технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки;
- Правила вида спорта;
- Приемы и методы восстановления после физических нагрузок;
- Возрастная психология;
- Антидопинговые правила;
- Методы организации медико-биологического контроля в футболе;
- Методику обучения и совершенствования техники и тактики (командной и индивидуальной) в футболе (его разновидностях).

Умеет:

- Взаимодействовать с членами педагогического коллектива, родителями обучающихся, иными заинтересованными лицами и организациями при подготовке и проведении досуговых мероприятий, соблюдать нормы педагогической этики;
- Контролировать обеспечение санитарно-бытовых условий и условий внутренней среды, выполнение требований охраны труда, анализировать и устранять (минимизировать) возможные риски для жизни и здоровья обучающихся при проведении массовых досуговых мероприятий;
- Планировать содержание занятий по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий;
- Подбирать средства и методы тренировки, в том числе, по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся;
- Варьировать продолжительность и характер отдыха между отдельными упражнениями;
- Определять задачи общей физической и специальной подготовки исходя из целей и задач программы подготовки занимающихся;
- Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятий по общей физической и специальной подготовке;
- Вести отчетную документацию по проведению тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке;

- Формировать мотивацию занимающихся к занятиям физической культурой и спортом, навыки здорового образа жизни;
- Планировать содержание тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по футболу (его разновидностям);
- Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительного, начальной подготовки и резервы улучшения результативности тренировочного процесса;
- Моделировать в тренировке условия проведения реальных соревнований по футболу (его разновидностям);
- Управлять спортивной командой в соревновательном процессе;
- Анализировать и оценивать качество командной игры и степень выполнения тренерского задания спортсменами спортивной команды.

Владеет:

- Планированием массовых досуговых мероприятий;
- Определением задач тренировочных занятий;
- Выбором оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической);
- Подбором комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки;
- Формированием содержания тренировочного занятия (подготовительной, основной и заключительной части), в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений;
- Определением требований к спортивному инвентарю и оборудованию, месту и санитарно-гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия;
- Определением системы контрольных показателей и условий достижения программы тренировочных занятий;
- Подготовкой проектов текущих (годовых) планов спортивной подготовки групп спортивно-оздоровительного этапа и начальной подготовки в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по футболу (его разновидностям)
- Разработкой оперативных планов спортивной подготовки групп спортивно-оздоровительного этапа и начальной подготовки, в том числе планов тренировочных занятий, планов подготовки к спортивным соревнованиям;
- Оценкой прироста индивидуальных показателей физической подготовки занимающихся, уровня освоения основ техники в футболе, внесение корректив в дальнейшую подготовку занимающихся
- Разбором с занимающимися результатов выступления на соревновании;
- Организацией подготовки и участия спортивной команды в спортивных соревнованиях;
- Разработкой общей стратегии и тактики, целевых показателей выступления спортивной команды в спортивных соревнованиях.

5. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Таблица 2.

№ пп	Наименование тем	Зачет н. едйн.	Всего, час.	В том числе:			Форма контроля
				Лекции	Практические занятия	Самост. работа	
1	Социальная значимость футбола в регионе		4	4			
2	Структура тренировочного процесса в футболе		4	4			
3	Основы планирования тренировочного процесса.		4	4			
4	Принципы построения спортивной тренировки и особенности их реализации		12	4	4	4	
5	Методика физической подготовки юных футболистов		8	4	2	2	
6	Методические закономерности роста и развития игрока		8	4	2	2	
7	Методика оценки уровня подготовленности футболистов разного уровня и возраста. Методы коррекции слабых сторон		16	6	6	4	
8	Травматизм в футболе. Методы его профилактики. Перетренированность спортсмена.		4	4			
9	Принципы организации врачебно-педагогического контроля в футболе.		8	4	2	2	
10	Взаимоотношения тренера с юными футболистами, родителями, коллегами и др. лицами		4	4			
11	Методика обучения технике и тактике игры юных футболистов		12	6	4	2	
12	Медико-биологические, психологические принципы диагностики и восстановления футболистов		8	4	2	2	
13	Анализ тренировочного занятия		8	2	4	2	
14	Правила игры. Методика судейства.		8	4		4	
	Консультация		8			8	
	Итоговая аттестация		8		8		экзамен
	Итого	3,4	124	58	34	32	

6. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Таблица 3.

Наименование модуля, разделов и тем	Содержание обучения (по темам в дидактических единицах), наименование и тематика лабораторных работ, практических занятий (семинаров), самостоятельной работы, используемых образовательных технологий и рекомендуемой литературы
Тема 1. Социальная значимость футбола в регионе	Квалификационные характеристики и должностные обязанности специалистов сферы футбола. Статистические данные представителей руководства РФС, Федерации футбола Свердловской области. Анализ деятельности тренеров по футболу.
Тема 2. Структура тренировочного процесса в футболе	Цели, задачи тренировочного процесса и отдельной тренировки. Форма, содержание, средства, методы, технологии построения тренировочного процесса в футболе. Виды нагрузки в футболе.
Тема 3. Основы планирования тренировочного процесса.	Перспективное планирование тренировочного процесса. Текущее планирование тренировочного процесса. Оперативное планирование тренировочного процесса. Методика построения тренировочного занятия (план-конспект)
Тема 4. Принципы построения спортивной тренировки и особенности их реализации	Структура годичной подготовки в футболе (макроциклы). Общая характеристика тренировочных микроциклов. Методика построения тренировочных микроциклов. Структура микроциклов различных типов. Виды мезоциклов. Мезоциклы и сочетание в них тренировочных микроциклов (втягивающий, базовый, контрольно-подготовительный, предсоревновательный, соревновательный) Направленность нагрузки в футболе, совершенствование функциональных возможностей систем энергообразования. Последовательность действий при планировании тренировочного микроцикла, основные принципы и правила планирования тренировочного микроцикла
Тема 5. Методика физической подготовки юных футболистов	Характеристика физической подготовки как неотъемлемой части тренировочного процесса в футболе. Физическое развитие. Сила, гибкость, быстрота, выносливость, ловкость как физические качества и их проявления в футболе. Средства и методы воспитания этих качеств. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания. Физическое упражнение как специфическое средство физического воспитания. Форма, содержание, фазы, техника физического упражнения
Тема 6. Методические закономерности роста и развития игрока	Методические закономерности роста игрока. Концентрация на мяче. Концентрация на мяче и воротах. Концентрация на мяче, воротах и сопернике. Концентрация на мяче, воротах, сопернике и партнере.
Тема 7. Методика оценки уровня подготовленности футболистов разного	Ориентация на возрастные приоритеты в обучении и развитии. Современные методики оценки уровня подготовленности футболистов разного уровня и возраста. Методы коррекции слабых сторон футболистов

уровня и возраста. Методы коррекции слабых сторон	
Тема 8. Травматизм в футболе. Методы его профилактики. Перетренированность спортсмена.	Признаки и тактика оказания первой помощи при различных механических повреждениях футболистов. Способы и средства профилактики травматизма. Определение перетренированности, причины и предпосылки возникновения. Стадии перетренированности. Сенситивные периоды развития физических качеств у спортсменов. Основные задачи тренера в плане профилактики травматизма в футболе.
Тема 9. Принципы организации врачебно-педагогического контроля в футболе.	Виды и формы обследований спортсменов. Основные методы проведения врачебно-педагогического наблюдения. Критерии результатов ВПН
Тема 10. Взаимоотношения тренера с юными футболистами, родителями, коллегами и др. лицами	Психологическая работа в футболе. Основные направления работы. Социально-психологический климат в футболе. Специфика психологической работы в детском футболе. Психотехнологии в футболе (формирование психологической стабильности. Формирование психологической надёжности в футболе). Использование психической саморегуляции в футболе.
Тема 11. Методика обучения технике и тактике игры юных футболистов	Средства и методы технической подготовки. Направленность тренировочного процесса технической подготовки на разных этапах развития футболиста. Критерии технической подготовленности. Основы технической подготовки. Фазовая структура и классификация основных технических приемов. Командная тактика нападения. Командная тактика обороны. Принципы позиционного нападения. Принципы позиционной обороны. Основные принципы перехода из обороны в атаку и из атаки в оборону
Тема 12. Медико-биологические, психологические принципы диагностики и восстановления футболистов	Использование лабораторного оборудования для диагностики и восстановления футболистов. Проведение исследований, анализ и обработка данных для использования результатов в тренерской деятельности.
Тема 13. Анализ тренировочного занятия	Средства и методы анализа тренировочного занятия, Систематизация данных, организация системы при планировании и организации последующих занятий.
Тема 14. Правила игры. Методика судейства.	Основные правила игры в футбол (его разновидностей). Трактовка различных спорных моментов. Методика судейства и взаимоотношения тренер – арбитр.
Практические занятия (семинары) - темы	1. Принципы построения спортивной тренировки и особенности их реализации.

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Методика физической подготовки юных футболистов. 3. Методические закономерности роста и развития игрока. 4. Методика оценки уровня подготовленности футболистов разного уровня и возраста. Методы коррекции слабых сторон. 5. Принципы организации врачебно-педагогического контроля в футболе. 6. Методика обучения технике и тактике игры юных футболистов. 7. Лабораторный практикум. Медико-биологические, психологические принципы диагностики и восстановления футболистов. 8. Анализ тренировочного занятия.
Самостоятельная работа - темы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Принципы построения спортивной тренировки и особенности их реализации. 2. Методика физической подготовки юных футболистов. 3. Методика оценки уровня подготовленности футболистов разного уровня и возраста. Методы коррекции слабых сторон. 4. Принципы организации врачебно-педагогического контроля в футболе. 5. Методика обучения технике и тактике игры юных футболистов. 6. Медико-биологические, психологические принципы диагностики и восстановления футболистов. 7. Анализ тренировочного занятия. 8. Правила игры. Методика судейства.
Используемые образовательные технологии	Диалоговые лекции, кейс-технологии, интерактивные практики, круглые столы по обсуждению событий, методы проблемного, активного обучения.
Форма итоговой аттестации	экзамен
Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 02.07.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» 2. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) «Об образовании в Российской Федерации» 3. Закон Свердловской области от 16.07.2012 N 70-ОЗ (ред. от 25.03.2013) «О физической культуре и спорте в Свердловской области». 4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. / Ж.К. Холодов, В.С.Кузнецов. - М.: Издательский центр «Академия», 2010. 480 с.1. 5. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, В.М.Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 272 с. 6. Программа подготовки футболистов 10-14 лет. Второе

издание. Учебное пособие – М.: РФС, 2018. – 309 с.

7. Программа подготовки футболистов 15-17 лет. Учебное пособие – М.: РФС, 2018. – 256 с.

Дополнительная литература

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов / Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: СпортАкадемПресс, 2011. - 543 с.

2. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - [3-е изд., стер.]. - М.: Советский спорт, 2010. - 463 с.

3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: Учебник для студентов высш. учеб. завед. физич. воспитания и спорта. / В.Н.Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 2004. 808 с.

4. Рубин В.С. Разделы теории и методики физической культуры: учеб. пособие. / В.С. Рубин. – М.: Физическая культура, 2016. 112 с.

5. Селуянов В.Н. Определение одаренности и поиск талантов в спорте / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков. – М.: СпортАкадемПресс, 2000. – 112 с.

6. Семёнова Г.И. Спортивная ориентация и отбор: Учеб.-метод. Пособие / Г.И. Семёнова. – Тобольск, 2012.

7. Сологуб Е.Б. Спортивная генетика: Учебное пособие / Е.Б. Сологуб, В.А. Таймазов. – М.: TerraСпорт, 2000. – 127 с.

8. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. Научно-педагогический аспект. Книга для педагога. / Ю.А.Янсон. Ростов н/Д: Феникс, 2014. 624 с.

9. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>

10. Дембо А.Г. Врачебный контроль в спорте. - М.: Медицина, 1988.- 283 с.

11. Дембо А.Г. Заболевания и повреждения при занятиях спортом. – Л.: Медицина, 1991 – С.305.

12. Дистрофия миокарда вследствие психофизического перенапряжения у спортсменов: Метод. указания БелМАПО и Респ. дисп. спорт. мед. – Мн. – 2003. – 28 с.

13. Загородный Г.М. Особенности акклиматизации спортсменов при трансмеридианных перелетах // Мед. новости. – 2012. - № 10 –С.35-38.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

14. Российская государственная библиотека www.rsl.ru

15. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>

16. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>

17. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/ТРФК>

18. Электронный образовательный ресурс УрФУ «Врачебно-

	<p>педагогический контроль в спорте» http://media.ls.urfu.ru/224/</p> <p>19. Электронный образовательный ресурс УрФУ «Частные методики физической реабилитации» http://media.ls.urfu.ru/211/</p> <p>20. Научная электронная библиотека http://elibrary.ru</p> <p>21. Информационный интернет-портал «Спортивная медицина» www.sportmedicine.ru</p> <p>22. Российская государственная библиотека www.rsl.ru</p> <p>23. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) http://lib.sportedu.ru</p> <p>24. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского http://book.uraic.ru</p> <p>25. Теория и практика физической культуры http://lib.sportedu.ru/TPFK</p> <p>26. http://podhod.nm.ru/1.html</p>
--	---

7. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

7.1. Форма итоговой аттестации – экзамен (устный)

7.2. Система контроля и оценивания включает:

Таблица 4.

Результаты (освоенные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля	
ВД 1	Педагогическая деятельность		
А/02.6	Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы	демонстрирует понимание технологии организации досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации программ	Участие в практических занятиях
С/01.6	Организация и проведение массовых досуговых мероприятий	предлагает различные стратегии организации и проведения массовых досуговых мероприятий	Участие в практических занятиях
ВД 2	Тренерская деятельность		
А/01.5	Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся	демонстрирует понимание технологии разработки планов и проведения тренировочных занятий по общей физической и специальной физической подготовке	Участие в практических занятиях
С/02.6	Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки	Демонстрирует навыки и умения по планированию, учету и анализу результатов спортивной подготовки на разных этапах подготовки	Участие в семинарских занятиях, активное участие в групповой работе
С/03.6	Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программой спортивной подготовки	демонстрирует понимание видов подготовленностей в футболе.	Участие в семинарских занятиях, круглых столах
С/04.6	Подготовка занимающихся к участию в	демонстрирует понимание в подготовке	Участие в семинарских

	соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	занимающихся к участию в соревнованиях по футболу	занятиях, круглых столах
С/05.6	Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	демонстрирует понимание по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	Активное участие в лабораторных занятиях
F/01.6	Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды	Предлагает и формулирует цели и задачи тренировки, участвует в подборе упражнений, соответствующее целям и задачам.	Активное участие в практических занятиях, групповой работе
F/02.6	Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды	Анализирует и формирует критерии отбора и подготовки футболистов	Участие в семинарских занятиях, активное участие в групповой работе
F/03.6	Организация соревновательной деятельности спортивной команды	Демонстрирует понимание организации соревновательной деятельности в футболе	Участие в семинарских занятиях

7.3. Примерная тематика итоговых работ (Примерные контрольные задания)

не предусмотрена

Вопросы к экзамену:

1. Перспективное планирование тренировочного процесса
2. Текущее планирование тренировочного процесса.
3. Оперативное планирование тренировочного процесса
4. Методика построения тренировочного занятия (план-конспект)
5. Структура годичной подготовки в футболе (макроциклы)
6. Общая характеристика тренировочных микроциклов (основные составляющие микроцикла, типы микроциклов)
7. Методика построения тренировочных микроциклов
8. Структура микроциклов различных типов.
9. Особенности построения микроциклов при нескольких занятиях в течении дня (основные ошибки)
10. Виды мезоциклов
11. Мезоциклы и сочетание в них тренировочных микроциклов (втягивающий, базовый, контрольно-подготовительный, предсоревновательный, соревновательный)
12. Направленность нагрузки в футболе.
13. Совершенствование функциональных возможностей систем энергообразования
14. Последовательность действий при планировании тренировочного микроцикла
15. Основные принципы и правила планирования тренировочного микроцикла

16. Характеристика физической подготовки как неотъемлемой части тренировочного процесса в футболе. Физическое развитие.
17. Сила как физическое качество и её проявления в футболе. Средства и методы воспитания силы.
18. Быстрота как физическое качество и её проявления в футболе. Средства и методы воспитания скоростных способностей.
19. Выносливость как физическое качество и её проявления в футболе. Средства и методы воспитания специальной выносливости.
20. Гибкость как физическое качество. Средства и методы воспитания гибкости.
21. Ловкость как физическое качество и её проявления в футболе. Средства и методы воспитания координационных способностей.
22. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания.
23. Физическое упражнение как специфическое средство физического воспитания. Форма, содержание, фазы, техника физического упражнения.
24. Средства и методы технической подготовки
25. Направленность тренировочного процесса технической подготовки на разных этапах развития футболиста
26. Критерии технической подготовленности футболиста
27. Основы технической подготовки футболиста
28. Фазовая структура и классификация основных технических приемов. Удары по мячу головой.
29. Фазовая структура и классификация основных технических приемов. Удар по мячу ногой.
30. Фазовая структура и классификация основных технических приемов. Прием мяча (Остановка мяча)
31. Фазовая структура и классификация основных технических приемов. Ведение мяча.
32. Фазовая структура и классификация основных технических приемов. Обманные движения (Финты)
33. Фазовая структура и классификация основных технических приемов. Отбор мяча.
34. Командная тактика нападения
35. Командная тактика обороны
36. Принципы позиционного нападения
37. Принципы позиционной обороны
38. Основные принципы перехода из обороны в атаку и из атаки в оборону
39. Основные проблемы существующей в настоящее время в России системы подготовки и медико-биологического сопровождения детского и юношеского спорта
40. Внутренние факторы риска травматизма в детско-юношеском спорте
41. Факторы риска развития переутомления и перетренированности при занятиях спортом
42. Определение допинга с точки зрения нарушения антидопинговых правил (перечислить нарушения)
43. «перетренированность», характеристика этого состояния
44. Методические закономерности роста игрока. Концентрация на мяче.
45. Методические закономерности роста игрока. Концентрация на мяче и воротах.
46. Методические закономерности роста игрока. Концентрация на мяче, воротах и сопернике.
47. Методические закономерности роста игрока. Концентрация на мяче, воротах, сопернике и партнере.
48. Ориентация на возрастные приоритеты в обучении и развитии.
49. Обязательно ли использование сеток для ворот?
50. Во время матча другой мяч попадает на поле. Должен ли судья немедленно остановить игру?

51. Какие существуют способы возобновления игры
52. Индивидуально-типологические особенности спортсменов 10-14 лет
53. Влияние сформированности профессионально-важных качеств футболистов на успешность в профессиональной деятельности
54. Методы психофизиологической диагностики футболистов
55. Взаимосвязь индивидуальных особенностей спортсмена и направленности мотивации.
56. Значение саморегуляции в спортивной деятельности.

8. СОСТАВ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ, УЧАСТВУЮЩИХ В РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «Методическая, теоретическая и практическая подготовка тренеров по футболу на категорию «С»

Таблица 5.

№	ФИО	Место работы, должность, ученое звание	Модуль/темы
1	Банников Сергей Евгеньевич	Профессор кафедры физической культуры УрФУ, к.х.н., главный тренер сборной УрФУ по футболу	4,5
2	Кондратович Светлана Викторовна	Старший преподаватель кафедры Сервиса и оздоровительных технологий УрФУ	10,12
3	Кузьмин Михаил Александрович	Старший преподаватель кафедры Сервиса и оздоровительных технологий УрФУ, инструктор-преподаватель Российского футбольного союза, главный тренер сборной Свердловской области по футболу	2,3,6,7,11,13,14
4	Мехдиева Камилия Рамазановна	Зав. лабораторией «Технологии восстановления и отбора в спорте» УрФУ, к.м.н.	8,9,12
5	Набойченко Евгений Станиславович	Заведующий кафедрой физической культуры УрФУ, к.э.н., доцент	1

9. ОБОСНОВАНИЕ ВОСТРЕБОВАННОСТИ ПРОГРАММЫ

«Методическая, теоретическая и практическая подготовка тренеров по футболу на категорию «С».

Программа разработана совместно с Российским футбольным союзом (получена аккредитация Института ФКСИМП на обучение и лицензирование специалистов в сфере футбола на категории С и Д).

Многочисленные индивидуальные и групповые запросы на проведение программы получены от руководителей, менеджеров, администраторов, тренеров как частных, так и государственных футбольных организаций, региональных, областных, городских федераций футбола не только УрФО, но и других регионов.

АННОТАЦИЯ
дополнительной общеобразовательной программы
«Методическая, теоретическая и практическая подготовка тренеров по футболу на
категорию «С» (124 часа)

Программа включает в себя рассмотрение всех аспектов подготовки в футболе (физической, технико-тактической, психологической) с точки зрения методической, теоретической и практической деятельности тренеров по футболу в детско-юношеском футболе 10-14 лет.