

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ**

«Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол»

Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»
Направленность (профиль) «Спортивная тренировка»
Учебный план 2026 года

Ставрополь, 2026

ВВЕДЕНИЕ

Методические указания содержат материал практических занятий дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол», разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования для бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка».

В издании раскрывается порядок, логика и специфика изучения тем учебной дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол», проведения практических занятий, описаны задания с целью распространения наиболее эффективных, рациональных вариантов, образцов действий применительно к освоению методики футбола и организации соревнований по футболу.

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов способностей использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры.

Место дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол» в структуре ООП бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка» определяется ее образовательной и воспитательной значимостью. Дисциплина относится к обязательной части (Б1.О.29). Ее освоение происходит в 6 семестре.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими компетенциями:

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-1 Способен осуществлять планирование, учет и контроль тренировочной и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ИД-1 _{ПК-1} Демонстрирует знания документов планирования и учета, методов контроля и оценки, как неотъемлемых элементов управления тренировочным процессом	Демонстрирует знания документов планирования и учета, методов контроля и оценки, как неотъемлемых элементов управления тренировочным процессом
	ИД-2 _{ПК-1} Осуществляет оперативное, текущее, этапное и перспективное планирование тренировочного процесса	Осуществляет оперативное, текущее, этапное и перспективное планирование тренировочного процесса
	ИД-3 _{ПК-1} На основе анализа показателей контроля осуществляет коррекцию и прогнозирование учебно-тренировочной и соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки	На основе анализа показателей контроля осуществляет коррекцию и прогнозирование учебно-тренировочной и соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки

ПК-4 Способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов	ИД-1_{ПК-4} Демонстрирует знания компонентов структуры соревновательной деятельности и факторов, обуславливающих ее эффективность	Демонстрирует знания компонентов структуры соревновательной деятельности и факторов, обуславливающих ее эффективность
	ИД-2_{ПК-4} Осуществляет анализ факторов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности в соответствии со спецификой избранного вида спорта	Осуществляет анализ факторов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности в соответствии со спецификой избранного вида спорта
	ИД-3_{ПК-4} Обеспечивает непосредственное управление деятельностью спортсменов в конкретном соревновании в избранном виде спорта	Обеспечивает непосредственное управление деятельностью спортсменов в конкретном соревновании в избранном виде спорта

Практическое занятие №1

Тема: Обучение ударам по мячу.

Цель: обучить технике выполнения удара по мячу.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучения на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4

Актуальность темы: Удары по мячу являются основным средством ведения игры.

Теоретическая часть:

Техника владения мячом включает следующую группу приемов: удары, остановки, ведение, обманные движения (финты), отбор мяча и вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по мячу являются основным средством ведения игры, выполняются ногой и головой различными способами. Все они имеют определенную целевую направленность, которая характеризуется траекторией полета мяча и его оптимальной, а часто максимальной скоростью. Удары по мячу ногой. В технике футбола выделяют 7 точек соприкосновения стопы с мячом в зависимости от способа удара ногой. Выполняются удары по неподвижному мячу, катящемуся, летящему, с места, в движении, в прыжке, с поворотом, в падении.

Несмотря на многообразие ударов ногой, в технике выполнения выделяют основные, общие фазы движения.

1. Предварительная фаза – разбег способствует предварительному наращиванию скорости ударных звеньев. Его величина и скорость индивидуальны, однако, выполняя его, следует рассчитывать, чтобы удар по мячу производился заранее намеченной ногой, этого можно добиться, увеличивая, уменьшая предпоследний шаг.

2. Подготовительная фаза – замах ударной и постановка опорной ноги. Чтобы правильно выполнить замах нужно несколько удлинить последний шаг разбега до 2,5 м, обычный шаг составляет 1,30м-1,50м. Опорная нога ставится с права или слева от мяча в 10-15 см, а ударная после толчка значительно (близко к максимальному) разгибается в бедре и сгибается в голени. Что позволяет увеличить путь стопы и предварительно растянуть мышцы передней поверхности бедра и все приводящие мышцы. Все это позволяет к концу движения развить большую скорость.

3. Рабочая (основная) фаза – ударное движение и проводка. Ударное движение начинается в момент постановки опорной ноги, с активного сгибания бедра, сохраняя угол между бедром и

голенью. Это дает отставание голени и стопы и позволяет увеличить угловую скорость центра тяжести всей ноги. Перед ударом идет торможение бедра, что позволяет увеличить скорость меньших звеньев движения – голени и стопы, и резким захлестывающим движением голени и стопы выполняется удар по мячу. Ударная нога движется вместе с мячом, создавая большую скорость мячу и определяя его направление.

4. Завершающая фаза – принятие и.п. для следующего движения. Нога движется вперед-вверх и перемещается вперед, создавая наилучшие условия для дальнейших действий. Эта общая структура выполнения ударов. Однако каждый из способов ударов имеет некоторые специфические особенности и детали.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Характеристика игровой деятельности футболистов.
2. Понятие и формы выполнения удара по мячу.
3. Классификация техники владения мячом.

Практическое занятие №2

Тема: Обучение остановкам мяча.

Цель: обучить технике выполнения остановки мяча.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучения на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4

Актуальность темы: Остановка мяча – это средство приема и овладения мячом, используется для погашения скорости катящегося и летящего мяча. **Теоретическая часть:** Остановка мяча ногой – наиболее часто применяемый прием. Подготовительная фаза – принятие исходного положения – (одноопорного) вес тела на опорной, слегка согнутой ноге. Останавливающая нога направлена к мячу и развернута к нему останавливающей поверхностью. Рабочая фаза – уступающие – амортизирующие движения останавливающей ногой, она слегка расслаблена, в момент соприкосновения с мячом идет движение ноги назад, которое постепенно замедляется и скорость мяча гасится. Завершающая фаза – принятие исходного положения для дальнейших действий и тяжесть тела переносится в сторону останавливающей ноги.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Классификация техники игры.
2. Классификация остановок мяча.
3. Структура технического приема.

Практическое занятие №3

Тема: Обучение ведению мяча.

Цель: обучить технике выполнения остановки мяча.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучения на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4

Актуальность темы: Ведение мяча – прием, позволяющий игроку с мячом перемещаться по полю. Осуществляется ногой или головой.

Теоретическая часть:

Ведение мяча ногой – основной прием ведения мяча. Представляет собой сочетание бега, режы ходьбы, и ударов по мячу ногой различными способами. Если нужно преодолеть значительное расстояние, мяч отпускают от себя на 10м-12 м, если соперник рядом то на – 1-2 м. Подготовительная фаза – последний толчок маховой ноги, опорная нога ставится сбоку от мяча. Рабочая фаза – маховая нога производит удар. Завершающая фаза – тяжесть тела переносится на маховую ногу. Прямолинейное движение с мячом осуществляется средней частью подъема и носком, перемещение по дуге – внутренней частью подъема. Ведение мяча внутренней стороной стопы используют для изменения направления. Наиболее универсальное ведение мяча выполняется внешней частью подъема. Оно позволяет выполнять и прямолинейное, и движение по дуге, и с изменением направления.

Используя срединную часть подъема или бедро можно продвигаться, держа мяч в воздухе.

Ведение мяча головой – игрок удерживает мяч в воздухе, перемещаясь в различных направлениях с помощью последовательных ударов, в основном средней частью лба с такой скоростью, чтобы успеть переместиться и догнать летящий мяч и произвести следующий удар.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Действия футболиста в условиях ограниченного пространства.
2. Выполнение ведения и обгрыша соперника с пассивным и активным сопротивлением.
3. Классификация ведения мяча.

Практическое занятие №4

Тема: Обучение отбору мяча.

Цель: обучить выполнению отбора мяча.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучение на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4

Актуальность темы: Успешность отбора во многом обуславливается способностями игрока точно оценивать расстояние до соперника и до мяча, скорость их передвижения, момент атаки и т.д.

Теоретическая часть:

Параллельно с обучением финтам, юных футболистов знакомят и с отбором мяча. Поэтому при изучении способов отбора наиболее эффективны единоборства и игровые упражнения. Вначале осваивают отбор мяча «ударом» и «остановкой», затем отбор в выпаде и подкате.

Отбор мяча перехватом применяется в тех случаях, когда соперник, двигаясь с мячом навстречу, слишком далеко отпустил от себя мяч. Уловив этот момент, необходимо резким движением овладеть мячом или попытаться отбить его, ставя на его пути ногу. В зависимости от сложившейся ситуации возможно применение целого ряда вариантов этого способа. Основной же прием выполняется таким образом. Сближаясь с соперником, владеющим мячом, занять выгодную позицию на его пути. В то же время бьющая нога должна повторить те же движения, что и при ударе внутренней стороной стопы: сначала она отводится назад, ее суставы сильно напрягаются, после чего она как препятствие выносится вперед, встречая мяч. В тот же момент надо постараться отстранить соперника толчком плеча в плечо. Натолкнувшись на вас, соперник как бы по инерции продолжит движение вперед, оставляя мяч у ваших ног.

Отбор мяча толчком – простой, однако очень эффективный прием. Он, как правило, используется против соперника, бегущего с мячом рядом. Отбор толчком производится в момент, когда вес тела соперника приходится на дальнюю от защитника ногу. Толчок следует выполнять в плечо (разрешенный правилами прием). При этом необходимо прижать руку к туловищу. Соперник, как правило, после толчка теряет равновесие, а затем на какой-то миг и контроль за мячом. Важно также запомнить: если толчок выполнить в момент, когда вес тела игрока, владеющего мячом, приходится на ближнюю от защитника ногу, он может после толчка сам потерять равновесие, а соперник продвинется в опасную близость к воротам.

Отбор мяча подкатом – один из наиболее сложных технических приемов игры. Подкат применяется в тех случаях, когда уже нет возможности отобрать мяч у соперника каким-либо другим приемом. Отбор подкатом можно выполнять, находясь в различной ситуации – спереди и сбоку от соперника, владеющего мячом. Делается это следующим образом. Определив, что еще есть возможность выбить мяч из-под ноги игрока, необходимо сделать шаг дальше от соперника ногой, сгибая ее в колене. После этого скользящим движением нога вытягивается перед соперником, выталкивая мяч подошвой или внутренней стороной стопы. Помните, что при выполнении подката поверхности поля последовательно касаются внешняя часть вытянутой ноги, затем бедро и, наконец, туловище. Падение постарайтесь смягчить рукой, опираясь ею о землю со стороны бьющей ноги. Оставшаяся позади опорная нога сгибается в колене.

Отработке данного технического приема следует уделить серьезное внимание. Ведь неправильное применение подката приводит, как правило, к нарушению правил игры. Более того, это чревато получением серьезной травмы самим игроком и нанесением ее сопернику.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Основные виды отбора мяча.
2. Выполнение отбора мяча в упрощенных и усложненных.
3. Ошибки при выполнении техники отбора мяча.

Практическое занятие №5

Тема: Обучение технике вратаря. Арсенал техники полевого игрока и техники передвижения.

Цель: формировать навыки перемещения и владения мячом вратаря.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучения на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4

Актуальность темы: Техника игры вратаря существенно отличается от техники игры полевого игрока. Это связано с тем, что вратарю, согласно правилам, разрешено играть руками в пределах штрафной площади.

Теоретическая часть:

В технику вратаря входят ловля, отбивание, переводы и броски мяча. В зависимости от расположения партнеров и игроков команды противника, а также от направления, траектории и скорости движения мяча применяются различные приемы, способы и разновидности действий вратаря. Одним из факторов готовности является целесообразное исходное положение вратаря. Оно характеризуется стойкой ноги врозь (ноги на ширине плеч и несколько согнуты). Полусогнутые руки вынесены вперед на уровне груди. Ладони обращены внутрь - вперед, пальцы несколько расставлены. Правильное исходное положение позволяет вратарю быстро выносить ОЦТ за пределы площади опоры и выполнять необходимые передвижения обычным, приставным и скрестным шагом, прыжки и падения.

Ловля мяча – основное средство техники игры вратаря, осуществляется преимущественно двумя руками. Отбивание мяча. Если невозможно использовать ловлю мяча

(противодействие соперника, сильный удар, «трудный» мяч и т.д.), применяется его отбивание. К отбиванию относятся действия, с помощью которых вратарь преграждает путь мячу в ворота, прерывает прострельные и навесные передачи. Перевод мяча. Направление вратарем летящего в ворота мяча через верхнюю перекладину называется переводом. Главным образом переводятся мячи, летящие с большой скоростью и с высокой траекторией над вратарем или в стороне от него. Броски мяча. Используют наиболее часто, так как они позволяют более точно направить мяч партнеру по сравнению с ударом ногой.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Определение техники перемещения вратаря.
2. Основные технико-тактической деятельности вратаря.
3. Ошибки при выполнении ловли, отбивания и перевода мяча.

Практическое занятие №6

Тема: Броски мяча рукой.

Цель: обучить технике бросков мяча.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучения на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4,

Актуальность темы: При соответствующей физической подготовленности и отличном владении рациональной техникой вратарь может выбросить мяч на значительное расстояние до 35-40 м.

Теоретическая часть:

Используют наиболее часто, так как они позволяют более точно направить мяч партнеру по сравнению с ударом ногой. Осуществляются обычно одной и реже – двумя руками. Бросок мяча одной рукой выполняется сверху, сбоку и снизу, двумя руками – сверху, из-за головы, на месте и в движении.

Техника игры вратаря существенно отличается от техники полевого игрока, ведь вратарю, согласно правилам, разрешается играть руками в пределах штрафной площадки. Кроме того, в процессе игры вратарям приходится использовать арсенал техники полевого игрока и все многообразие техники передвижения. Вначале изучают технику передвижения и основные приемы и, способы овладения мячом. Успешное выполнение специальных приемов во многом зависит от готовности вратаря к действию. Одним из факторов такой готовности является целесообразное исходное положение, которое позволяет быстро выносить ОЦТ за пределы площади опоры и выполнять необходимые игровые действия. При обучении «стойке» применяют различные упражнения, связанные со стартовыми движениями в разных направлениях обычным, приставным и скрестным шагом, прыжками, падениями, кувырками, перекатами и т.д. Изучение техники владения мячом начинают с ловли мяча двумя руками на месте, в движении и в прыжке. Выполняется серия ударов или бросков мяча рукой с близкого расстояния (6-8 м), с заданной траекторией на вратаря или в сторону от него (1-1,5 м). Постепенно увеличивается сила ударов (бросков) и расстояние, варьируется траектория полета мяча.

Параллельно с ловлей осваивают и броски мяча рукой. Вначале даются задания на технику и точность бросков, затем на дальность (с различной траекторией) и точность.

Процессу освоения техники ловли и бросков мяча способствует широкое использование в тренировках подвижных игр («Мяч капитану», «Защита цели», «Мяч ловцу» и т.д.), спортивных игр (баскетбола, гандбола), упражнений в жонглировании, бросках и ловле различных мячей (теннисных, волейбольных, баскетбольных, набивных). При подготовке вратарей значительное внимание уделяется обучению ловле мяча в падении. После ознакомления с техникой падения «перекатом» в правую и левую сторону разучивается техника ловли катящихся и низко летящих мячей на расстоянии 1,5-2 м от вратаря. Для ловли сложных мячей используется падение с фазой полета. Данный вариант координационно сложен, так как в зависимости от расстояния, траектории и скорости мяча необходимо выполнить из стойки быстрое перемещение в направлении мяча, активное отталкивание, ловлю мяча в фазе полета, группировку и мягкое приземление с мячом. Вначале применяют подводящие упражнения, направленные на освоение отдельных компонентов сложной структуры техники ловли мяча в падении. Затем выполняют ловлю катящихся и летящих с различной траекторией мячей на расстоянии 2-2,5 м от вратаря. После изучения приемов ловли переходят к освоению техники отбивания и переводов мяча. Подготовительные действия данных приемов во многом аналогичны движениям при ловле мяча. Поэтому при их изучении часто применяют схожие упражнения.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Способы выполнения бросков мяча.
2. Основные технико-тактической деятельности вратаря.
3. Ошибки при выполнении бросков и ловли мяча.

Практическое занятие №7

Тема: Индивидуальные тактические действия в нападении.

Цель: сформировать навыки индивидуальных технико-тактических действий в нападении.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучения на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4

Актуальность темы: Индивидуальная тактика нападения - это целенаправленные действия футболиста, складывающиеся из его умения в игровой ситуации выбрать и осуществить наиболее целесообразное решение.

Теоретическая часть:

Действия без мяча. К действиям без мяча относятся «открывание», отвлечение соперника и создание численного преимущества на отдельном участке поля. Открывание – это перемещение игрока с целью создания выгодных условий для получения мяча от партнера. Успех зависит от умения видеть поле, партнеров, мяч, от скоростных качеств открывающегося. Во всех случаях при выборе позиции игрок должен руководствоваться следующим: Открывание выполняется неожиданно для соперника и на высокой скорости. Это позволит создавать определенный запас пространства для получения мяча. Открывание не должно затруднять действий других партнеров без мяча. Не рекомендуется слишком сближаться с игроком, владеющим мячом – это тормозит ход развития атаки. Надо внимательно следить за тем, чтобы не оказаться в положении «вне игры». Отвлечение соперника – это сложное перемещение в определенную зону с целью увести за собой опекуна и тем самым обеспечить свободу действий партнеру, владеющему мячом или находящему в более выгодной позиции для непосредственной угрозы воротам.

При отвлекающих действиях необходимо помнить, что: перемещения должны быть убедительными; перемещения не должны быть очень быстрым, чтобы защитник среагировал и начал следовать за ним (в противоположном случае это открывание); необходимо иметь несколько вариантов отвлекающих действий, чтобы затруднить действия защиты.

Создание численного преимущества на отдельном участке поля – это целесообразное перемещение одного или нескольких игроков в зону, где находится партнер с мячом. Для

создания численного преимущества для обыгрывания соперника в единоборстве или с помощью комбинаций. Чаще всего это тактическое действие применяется при постепенном нападении с включением в атаку значительного количества игроков.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Классификация индивидуальных тактических действий в нападении.
2. Основные действия с мячом и без мяча.
3. Ошибки при выполнении индивидуальных тактических действий в нападении.

Практическое занятие №8

Тема: Действия против игрока без мяча.

Цель: сформировать навыки отвлечения соперника и создание численного преимущества на отдельном участке поля.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучения на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4, .

Актуальность темы: целенаправленные действия футболиста, складывающиеся из его умения в игровой ситуации выбрать и осуществить наиболее целесообразное решение.

Теоретическая часть:

Открытие – это перемещение игрока с целью создания выгодных условий для получения мяча от партнера.

Успех зависит от умения видеть поле, партнеров, мяч, от скоростных качеств открывающегося. Во всех случаях при выборе позиции игрок должен руководствоваться следующим: Открывание выполняется неожиданно для соперника и на высокой скорости. Это позволит создавать определенный запас пространства для получения мяча. Открывание не должно затруднять действий других партнеров без мяча. Не рекомендуется слишком сближаться с игроком, владеющим мячом – это тормозит ход развития атаки. Надо внимательно следить за тем, чтобы не оказаться в положении «вне игры».

Отвлечение соперника – это сложное перемещение в определенную зону с целью увести за собой опекуна и тем самым обеспечить свободу действий партнеру, владеющему мячом или находящему в более выгодной позиции для непосредственной угрозы воротам.

При отвлекающих действиях необходимо помнить, что: перемещения должны быть убедительными; перемещения не должны быть очень быстрым, чтобы защитник среагировал и начал следовать за ним (в противоположном случае это открывание); необходимо иметь несколько вариантов отвлекающих действий, чтобы затруднить действия защиты.

Создание численного преимущества на отдельном участке поля – это целесообразное перемещение одного или нескольких игроков в зону, где находится партнер с мячом. Для создания численного преимущества для обыгрывания соперника в единоборстве или с помощью комбинаций. Чаще всего это тактическое действие применяется при постепенном нападении с включением в атаку значительного количества игроков.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Классификация индивидуальных тактических действий в нападении.
2. Основные действия без мяча.
3. Ошибки при выполнении индивидуальных тактических действиях в нападении без мяча.

Практическое занятие №9

Тема: Комбинации при стандартных положениях.

Цель: сформировать навыки групповых тактических взаимодействий.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучение на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4, .

Теоретическая часть:

Комбинация – это действия двух или нескольких игроков направленные на решение определенной тактической задачи. Принято различать два основных вида комбинаций: нападение при стандартных положениях; нападение в ходе игрового эпизода. Комбинации при стандартных положениях позволяют заранее расположить игроков в наиболее выгодных для осуществления комбинаций зонах поля: вбрасывание мяча из-за боковой линии; угловой удар; штрафной удар; свободный удар; удар от ворот. Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии - взаимодействие с вратарем и взаимодействие с партнерами направлены на сохранение мяча у своей команды. Поддача мяча в штрафную площадь выполняется верхом, мяч подрезают, чтобы он летел по дуге, закручиваясь в направлении ворот, иногда закручивают от ворот к партнерам, набегаящим на мяч, или низом вдоль ворот. Розыгрыш углового удара – выполняющий угловой удар передает мяч располагающемуся рядом партнеру, получает ответную передачу в одно касание, затем или передает мяч партнеру в выгодной позиции или сам выходит на ударную позицию. Комбинации при штрафных ударах вблизи ворот соперника. При ударе по воротам используют резаный удар, так как соперник ставит стенку. Выгодно направлять мяч в обход стенки, которую выстраивает вратарь закрывая незащищенную часть ворот. Выведение партнера для удара на выгодную позицию осуществляется, когда штрафной удар производится вблизи штрафной площади и при большом количестве (около пяти) игроков в «стенке». Розыгрыш комбинации «выведения партнера для удара» осуществляется при заранее наигранном стандартном положении. Каждая комбинация имеет несколько вариантов, из одинакового исходного положения можно разыгрывать различные комбинации. В зависимости от поставленных задач комбинацию начинает игрок или с поставленным сильным ударом, или игрок, обладающий высоким тактическим мышлением. Желательно, чтобы при выполнении ударов в непосредственной близости от ворот соперника у мяча располагались два-три игрока. Тогда соперники не смогут заранее определить, будет ли выполняться удар по воротам или последует розыгрыш мяча. Комбинации в игровых эпизодах возникают, когда команда овладела мячом. Групповые действия в игровых эпизодах подразделяются на взаимодействия в парах, тройках и т.д.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Основные комбинации при стандартных положениях.
2. Тактические взаимодействия футболистов при розыгрыше стандартных положений.

3. Ошибки при выполнении стандартных положений.

Практическое занятие №10

Тема: Взаимодействия двух игроков. Индивидуальные тактические действия в защите.

Цель: сформировать навыки коллективных технико-тактических действий в защите.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучения на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4, .

Теоретическая часть:

Основным содержанием групповой тактики игры в обороне являются организованные действия игроков защиты против атакующих соперников.

Взаимодействия двух игроков. К способам взаимодействия двух игроков в защите относятся: страховка; противодействие комбинации в «стенку»; «скрещивание». К способам взаимодействия нескольких игроков относятся специально организованные противодействия, а именно построение «стенки» и создание искусственного положения «вне игры». Страховка – один из способов взаимопомощи во время игры, который направлен на выбор такой позиции и последующих действий, чтобы в случае необходимости исправить ошибку, допущенную партнером по обороне. Эта позиция сзади и ближе к своим воротам. Противодействие комбинации «в стенку». Главным моментом в противодействии этой комбинации является выбор позиции по отношению к сопернику, получившему первый пас. Следует занять место возле него с таким расчетом, чтобы выбить мяч, затруднить его передачу или заставить его изменить первоначальное решение. Противодействие комбинации «скрещивание». Комбинация «скрещивание» в смысле угрозы воротам не является таким опасным тактическим средством, как комбинация «в стенку». Обычно она применяется на довольно далеком расстоянии от ворот и направлена в основном на сохранение инициативы. В момент «скрещивания» защитникам целесообразно сосредоточиться на действиях опекаемых ими игроков, особенно на действиях игрока, оказавшегося с мячом, с тем, чтобы преградить путь к воротам. Взаимодействия трех и более игроков. Противодействие комбинации «пропуск мяча». Комбинация «пропуск мяча» построена на неожиданности и наиболее эффективна в пределах штрафной площади.

Действия защищающихся в данной комбинации заключаются в том, чтобы своевременно подстраховать партнера, вышедшего на перехват передачи при пропуске мяча нападающим, или опередить нападающего, перехватить мяч и не дать ему возможность нанести удар по воротам.

Создание искусственного положения «вне игры». Осуществляется, как правило, при следующих обстоятельствах: команда соперника, атакует; нападающие пытаются открываться и выйти на свободное место в глубь обороны; когда защита начинает атакующие действия, а на её половине остаются один - два игрока соперника, которым адресуются мячи для контратаки.

Создание положения «вне игры» зависит, прежде всего, от согласованности действий игроков линии обороны. Наиболее широкие полномочия для организации положения «вне игры» возлагаются на игрока, находящегося ближе других к своим воротам. Он должен внимательно следить за действиями и расположением партнеров, а также за действиями соперников, владеющих мячом. Построение «стенки». К этому тактическому средству прибегает команда, в чьи ворота назначен свободный или штрафной удар. Обороняющиеся выстраивают группу игроков, с целью преградить путь мячу при ударах, в непосредственной близости от ворот. Правильная организация «стенки» во многом гарантирует безопасность ворот. Обычно в «стенку» встают 4-6 игроков. Чем дальше от ворот назначается удар, тем меньше игроков становится в «стенку». Обычно главная цель обороняющихся - обезопасить от прямого удара ближний угол своих ворот.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Классификация групповых тактических действий в защите.
2. Основные действия с мячом и без мяча в защите.
3. Ошибки при выполнении групповых тактических действий в защите.

Практическое занятие №11

Тема: Классификация тактики игры. Командная тактика.

Цель: сформировать навыки командных технико-тактических действий.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучение на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4, .

Актуальность темы: Командная тактика объединяет усилия всех игроков, придает стройность и организованность игре. Без четкой организации атакующих действий всей команды игроки будут просто бегать по полю, стремясь любой ценой овладеть мячом и забить его в ворота.

Теоретическая часть:

Командная тактика – это организация коллективных действий всей команды при решении задач, возникших в конкретной игровой ситуации

Тактическая система – это организация командных игровых действий, при которой обусловлены функции каждого игрока и их расстановка на футбольном поле.

При любых тактических системах командная тактика осуществляется посредством двух видов действий: быстрого и постепенного нападения. Быстрое нападение – это наиболее эффективный способ атакующих действий команды. Преимущество быстрого нападения состоит в том, что у соперников нет достаточного времени на перегруппировку сил в обороне.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Особенности командных взаимодействий футболистов в защите.
2. Основные тактические схемы игры в защите.
3. Ошибки при выполнении индивидуальных тактических действиях в защите.

Практическое занятие №12

Тема: Классификация тактических действий в игре. Командная тактика.

Цель: сформировать навыки командных технико-тактических действий.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучения на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4, .

Актуальность темы: Командная тактика объединяет усилия всех игроков, придает стройность и организованность игре. Без четкой организации атакующих действий всей команды игроки будут просто бегать по полю, стремясь любой ценой овладеть мячом и забить его в ворота.

Теоретическая часть:

Возможность в короткое время создать атакующие действия после срыва атаки соперника, с помощью наименьшего числа передач и вывести нападающего на ударную позицию, возлагаются на действия защитников.

После того как команда овладела мячом в ходе игрового эпизода, можно различать три фазы быстрого нападения: начальная фаза – переход от обороны к атаке: возвращение игроков, участвовавших в обороне, на свои места в линию атаки и быстрая передача мяча игроку, находящемуся впереди; развитие атаки – осуществление прорыва обороны соперников до того, как они успеют усилить и организовать действия по нейтрализации атаки; завершение атаки – создание голевой ситуации и удар по воротам.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Особенности командных взаимодействий футболистов в нападении.
2. Основные тактические схемы игры в нападении.
3. Ошибки при выполнении индивидуальных тактических действиях в нападении.

Практическое занятие №13

Тема: Способы организации защитных командных действий.

Цель: сформировать навыки организации защитных командных действий.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучение на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4, .

Актуальность темы: В основе командной игры в обороне лежат организованные тактические действия игроков против атакующих соперников. Такие действия позволяют с успехом отражать атаки и выходить из состояния обороны с последующим переходом в наступление.

Теоретическая часть:

В своей оборонительной части эти действия сводятся к быстрой концентрации сил в опасной зоне, к перегруппировке игроков защитных линий и надежной страховке. В зависимости от структуры и характера атакующих действий командные действия в обороне включают защиту против быстрого нападения и защиту против постепенного нападения. Защита против быстрого нападения. Если соперники делают главный акцент при переходе в нападение на быструю атаку, приняв за основу в качестве тактического средства пас по центру или по краю, то в начальной фазе атаки ближайшие к мячу игроки защищающейся команды должны решительно атаковать соперника, владеющего мячом, стремясь: препятствовать первой передаче, которая во многом может определить успех или неудачу атаки; заставить ошибаться, делать лишние передачи ближайшим партнерам. При развитии атаки, когда соперник активно маневрирует, надо плотно закрыть своих подопечных, внимательно наблюдать за их перемещениями в свободные зоны и пресекать попытки получения мяча. Если соперник стремится завершить атаку по центру, то игроки защитной линии более плотно концентрируются в районе штрафной площади и ведут непосредственную борьбу за мяч, ликвидируя голевые моменты. Если же нападение ведется по флангу, игроки защитной линии перемещаются в сторону направления атаки, нередко оголяя противоположный край ради надежной страховки. В первом случае главную роль в страховке, которая принимает форму углом назад, будет играть задний центральный защитник. Во втором случае, наравне с задним центральным защитником, ответственность за страховку несет свободный от активной борьбы фланговый игрок, который занимает позицию сзади по диагонали в сторону ворот. Основные требования к организации защиты против быстрого нападения: Обязательно вступать в борьбу за мяч, чтобы вновь овладеть им или помешать сделать первую передачу. Четко взаимодействовать, чтобы предотвратить скоростной маневр соперников, одновременно закрыть все пути к воротам за счет концентрации групп игроков на отдельных участках поля. Нейтрализовать игрока, которому, как правило, адресуется первая передача. Защита против постепенного нападения. Если соперник использует постепенное нападение, приняв в качестве тактических средств короткие и средние передачи, обороняющаяся команда в начальной фазе обороны отходит назад преимущественно без активной борьбы. Несмотря на то, что отдается инициатива,

организованные и согласованные оборонительные действия на своей половине поля лишают соперника такого важного фактора, как пространство на пути к воротам.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

Подготовительная часть. Бег трусцой 7-10 минут. Общеразвивающие и специально-беговые упражнения 20 минут.

Основная часть. 1. Выполнения ведения мяча. 2. Упражнения в парах, тройках 3. Фазовый состав выполнения ударов по мячу.

Заключительная часть. Упражнения на дыхание, гибкость, психорегуляцию. Анализ учебной деятельности студентов.

Вопросы для контроля

1. Особенности командных взаимодействий футболистов в защите.
2. Основные тактические схемы игры.
3. Ошибки при выполнении индивидуальных тактических действиях в защите.

Практическое занятие №14

Тема: Способы организации защитных командных действий.

Цель: сформировать навыки организации защитных командных действий.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы, формируемые компетенции или их части

В результате освоения темы практического занятия у студента формируются:

Знать:

основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

средства и методы проектирования предметной среды образовательной программы.

историю, основы, средства и методы футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

применять средства и методы футбола в проектировании предметной среды образовательной программы.

разрабатывать программы для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности посредством футбола

Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает;

навыками проектирования предметной среды образовательной программы с учетом особенностей футбола.

навыками обучение на основе средств и методов футбола для формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4, .

Актуальность темы: В основе командной игры в обороне лежат организованные тактические действия игроков против атакующих соперников. Такие действия позволяют с успехом отражать атаки и выходить из состояния обороны с последующим переходом в наступление.

Теоретическая часть:

При развитии атаки игроки обороны концентрируются в направлении атаки или рассредоточиваются по фронту и активно участвуют в борьбе за пространство и мяч с обязательной организацией страховки и взаимостраховки. По мере приближения соперника к

воротам увеличивается не только скорость действия игроков с мячом и без мяча, но и количество игроков в атаке. Игроки обороны должны создать на опасном участке плотный заслон с тем, чтобы затруднить выход соперников на ударную позицию.

Основные требования к организации защиты против постепенного нападения: Осуществить отход игроков назад с целью нейтрализации острых продолжений в развитии атаки, что вынуждает соперников переходить на поперечные передачи. Активно участвовать в непосредственной борьбе за мяч и пространство. Как правило, эта борьба начинается, когда соперники перешли на половину поля защищающейся команды. Сохранять стройность оборонительных линий при страховке, концентрироваться и перемещаться в направлении атаки.

Способы организации защитных командных действий. Несмотря на то, что существуют общие тактические закономерности ведения игры в защите против быстрого и постепенного нападения, можно выделить различные способы организации командных действий в обороне, которые определяют основные задачи и обязанности отдельных игроков или группы игроков. В зависимости от преимущественной нацеленности на решение той или иной задачи эти способы подразделяются на персональную, зонную и комбинированную защиты.

Персональная защита – это организация обороны со строгой ответственностью каждого обороняющегося игрока за порученного ему соперника.

Основная цель персонального «держания» игрока заключается в том, чтобы сковать его действия и затруднить взаимосвязь с партнерами. Для этого необходимо находиться от подопечного игрока на таком расстоянии, которое позволяет перехватить адресованные ему мячи, либо атаковать его в момент приема мяча для отбора.

К недостаткам этого способа следует отнести то, что атакующие имеют возможность с помощью маневров «увести» опекунов и освободить определенные зоны для острого развития и завершения атаки. При строгой персональной защите нарушается взаимодействие между линиями и затрудняется возможность страховки.

Персональная опека требует от игроков точного тактического понимания игры, быстроты действий и умения выполнять смежные функции. В современном футболе способ персональной игры в защите не применяется в чистом виде. Например: персонально опекают вблизи ворот нападающего, хорошо владеющего сильным ударом.

Зонная защита – это тактический способ игры в защите, при котором каждый из игроков контролирует определенный участок поля и вступает в борьбу за мяч с любым соперником, появившимся в его пределах.

Необходимым элементом при зонной защите является взаимопомощь партнера в виде четкой страховки и своевременной «передачи» подопечных игроков друг другу. Эта «передача» должна осуществляться до начала атаки либо в самом ее начале. «Передавать» же игроков в игре непосредственно у своих ворот, в завершающей стадии атаки, не рекомендуется. Зонная система игры в защите имеет преимущество перед персональной опекой в том, что ни один из участков поля не оставлен без контроля обороняющихся. Однако и эта система не лишена недостатков. Атакующим предоставляется относительная свобода перемещений, что позволяет им без особых помех принять мяч, создать численное преимущество и т.д. Комбинированная защита является в современном футболе наиболее распространенной и рациональной тактикой игры в защите. Она гармонично сочетает принципы персональной и зонной игры. При этом одни игроки могут по заданию опекать исключительно своих соперников, а другие - преимущественно играть в зоне. Сочетание этих двух методов возможно также в игре одного игрока. Такое умение обогащает арсенал оборонительных действий команды и усиливает их, разнообразя методы ведения игры в защите.

Вопросы и задания:

В течение данного практического занятия студентам предлагается выполнить следующие задания.

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол» для студентов, 2023 [Электронная версия].
2. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол» для студентов, 2023 [Электронная версия].

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:

1. <http://www.iprbookshop.ru> Электронно-библиотечная система IPRbooks
2. <http://www.biblioclub.ru> университетская библиотека online
3. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
4. <http://fanat.ua/lessons/index.html>. - электронный учебник по футболу;
5. <http://www.football.yugzone.ru> - электронный учебник по футболу

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

При чтении лекций используется компьютерная техника, демонстрации презентационных мультимедийных материалов. На семинарских и практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные ими в часы самостоятельной работы.

Информационные справочные системы:

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:

1. www.rfs.ru – Российский футбольный союз;
2. www.amfr.ru – Ассоциация мини-футбола России;
3. www.ffsk.ru – Федерация футбола Ставропольского края;

Программное обеспечение:

Специальное программное обеспечение не требуется.

Материально-техническое обеспечение дисциплины

- лекционные аудитории;
- спортивная площадка;
- оборудование и инвентарь: мячи, манишки, стойки, ворота, фишки.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ**

«Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол»

Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»
Направленность (профиль) «Спортивная тренировка»
Учебный план 2026 года

Ставрополь, 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Введение	4
2. Общая характеристика самостоятельной работы студента при изучении дисциплины	5
3. План-график выполнения самостоятельной работы	6
4. Контрольные точки и виды отчетности по ним	7
5. Методические рекомендации по изучению теоретического материала	7
6. Методические указания (по видам работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины)	7
7. Методические указания по подготовке к экзамену	8
8. Список рекомендуемой литературы	8
9. Методические указания по выполнению курсовых работ	9

ВВЕДЕНИЕ

Целью и задачами освоения дисциплины является овладение студентами теоретическими знаниями, методикой обучения основным элементам футбола, формирование основных двигательных умений и навыков в футболе и повышение уровня спортивной подготовленности студентов для реализации образовательных программ в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта.

Методические рекомендации содержат материал самостоятельных занятий по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол», разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования для бакалавров по направлению 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка».

В издании раскрывается порядок, логика и специфика изучения тем учебной дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол», описаны задания с целью распространения наиболее эффективных, рациональных вариантов, образцов действий применительно к освоению методики футбола и организации соревнований по футболу.

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол» входит в вариативную часть дисциплин и изучается в шестом семестре.

Самостоятельная работа студентов формирует следующие компетенции:

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-1 Способен осуществлять планирование, учет и контроль тренировочной и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ИД-1 _{ПК-1} Демонстрирует знания документов планирования и учета, методов контроля и оценки, как неотъемлемых элементов управления тренировочным процессом	Демонстрирует знания документов планирования и учета, методов контроля и оценки, как неотъемлемых элементов управления тренировочным процессом
	ИД-2 _{ПК-1} Осуществляет оперативное, текущее, этапное и перспективное планирование тренировочного процесса	Осуществляет оперативное, текущее, этапное и перспективное планирование тренировочного процесса
	ИД-3 _{ПК-1} На основе анализа показателей контроля осуществляет коррекцию и прогнозирование учебно-тренировочной и соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки	На основе анализа показателей контроля осуществляет коррекцию и прогнозирование учебно-тренировочной и соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки
ПК-4 Способен осуществлять управление	ИД-1 _{ПК-4} Демонстрирует знания компонентов структуры	Демонстрирует знания компонентов структуры

соревновательной деятельностью спортсменов	соревновательной деятельности и факторов, обуславливающих ее эффективность ИД-2_{ПК-4} Осуществляет анализ факторов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности в соответствии со спецификой избранного вида спорта ИД-3_{ПК-4} Обеспечивает непосредственное управление деятельностью спортсменов в конкретном соревновании в избранном виде спорта	соревновательной деятельности и факторов, обуславливающих ее эффективность Осуществляет анализ факторов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности в соответствии со спецификой избранного вида спорта Обеспечивает непосредственное управление деятельностью спортсменов в конкретном соревновании в избранном виде спорта
--	--	--

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТА ПРИ ИЗУЧЕНИИ ДИСЦИПЛИН

По учебному плану самостоятельная работа студентов предусматривает изучение тем дисциплины согласно представленным ниже методическим рекомендациям.

Методическое обеспечение самостоятельной работы дисциплине состоит из:

1. Определения учебных вопросов, которые студенты должны изучить самостоятельно;
2. Подбора необходимой учебной литературы, обязательной для проработки и изучения;
3. Поиска дополнительной научной литературы, к которой студенты могут обращаться по желанию, если у них возникает интерес в данной теме;
4. Определения контрольных вопросов, позволяющих студентам самостоятельно проверить качество полученных знаний;
5. Организации консультаций преподавателя со студентами для разъяснения вопросов, вызвавших у студентов затруднения при самостоятельном освоении учебного материала.

Самостоятельная работа студента – это особым образом организованная деятельность, включающая в свою структуру такие компоненты, как:

- ~ уяснение цели и поставленной учебной задачи;
- ~ четкое и системное планирование самостоятельной работы;
- ~ поиск необходимой учебной и научной информации;
- ~ освоение собственной информации и ее логическая переработка;
- ~ использование методов исследовательской, научно-исследовательской работы для решения поставленных задач;
- ~ выработка собственной позиции по поводу полученной задачи;
- ~ представление, обоснование и защита полученного решения;
- ~ проведение самоанализа и самоконтроля.

Виды самостоятельных работ по учебной дисциплине:

- ~ работа с понятийным аппаратом;

- ~ поисковая работа с различными источниками;
- ~ составление аннотированного списка литературы по проблеме;
- ~ подготовка докладов по теме.

Контроль знаний студентов включает формы текущего контроля. Текущий контроль осуществляется в процессе изучения дисциплины и включает в себя оценку работы студентов на практических занятиях.

Выполняя самостоятельную работу студент должен:

- ~ освоить минимум содержания дисциплины, выносимый на самостоятельную работу и предложенный преподавателем в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования;
- ~ планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;
- ~ самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой;
- ~ выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе магистрантов.

Основными видами самостоятельной работы студента по дисциплине являются: изучение литературы по темам дисциплины, подготовка к практическим занятиям, подготовка к выполнению творческих заданий.

ПЛАН-ГРАФИК ВЫПОЛНЕНИЯ СРС ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Коды реализуемых компетенций, индикатора (ов)	Вид деятельности студентов	Средства и технологии оценки	Объем часов, в том числе		
			СРС	Контактная работа с преподавателем	Всего
6 семестр					
ПК-1 ПК-4	Подготовка реферата, доклада	доклад	10	15	25
ПК-1 ПК-4	Самостоятельное изучение литературы	конспект	17	16,5	33,5
Итого за 6 семестр			27	31,5	58,5
Итого			27	31,5	58,5

КОНТРОЛЬНЫЕ ТОЧКИ И ВИДЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО НИМ

№ п/п	Вид деятельности студентов	Сроки выполнения	Количество баллов
6 семестр			
1	Контрольная точка. Собеседование по темам 1-6.	Практическое занятие 5	28
2	Контрольная точка. Собеседование по темам 7-13.	Практическое занятие 8	27
	Итого за 6 семестр:		55
	Итого:		55

Максимально возможный балл за весь текущий контроль устанавливается равным **55**.

Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Рейтинговый балл, выставляемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Рейтинговый балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
Отличный	100
Хороший	80
Удовлетворительный	60
Неудовлетворительный	0

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА

Для успешного освоения дисциплины «Теория и методика футбола», необходимо самостоятельно детально изучить представленные темы по рекомендуемым источникам информации представленном в списке литературы.

Самостоятельная работа студента предусматривает освоение следующих тем:

- ~ Обучение технике владения мячом полевого игрока.
- ~ Организация и проведение соревнований по футболу.

В ходе изучения тем дисциплины рекомендуется вести конспектирование учебного материала.

В ходе изучения литературы по темам дисциплины рекомендуется конспектирование источников. Результаты конспектирования могут быть представлены в различных формах.

План – это схема прочитанного материала, краткий (или подробный) перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала. Подробно составленный план вполне заменяет конспект.

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Необходимо обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. В ходе подготовки по темам дисциплины необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ (ПО ВИДАМ РАБОТ, ПРЕДУСМОТРЕННЫХ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММОЙ ДИСЦИПЛИНЫ)

Методические рекомендации по самостоятельному изучению тем дисциплины для выполнения творческих заданий

Тема 1. Обучение технике владения мячом полевого игрока

Цель: обучить технике выполнения удара по мячу

Задание. Разработать комплексы подготовительных и подводящих упражнений для обучения:

1. удару внутренней стороной стопы;
2. удару серединой, внутренней и внешней частью подъема;
3. удару пяткой и носком;
4. удару с полуволет.
5. удару головой;

6. остановкам мяча;
7. остановкам катящегося мяча внутренней и внешней стороной стопы, подошвой;
8. остановкам (приему) мяча: головой, бедром, животом и грудью.

Тема 2 . Организация и проведение соревнований по футболу

Цель: подготовить положение об организации и проведении соревнований

Задание. Разработать положение о соревнованиях по футболу для:

- ~ юных футболистов;
- ~ городских и ведомственных соревнований;
- ~ любительской футбольной лиги;
- ~ студенческих команд.

При проверке практического задания, оцениваются **практические контрольные нормативы:**

№	Упражнения	Юноши	Девушки
1	Удары по воротам. Десять ударов по воротам на точность с линии радиусом 13 м. от центра ворот. Расстояние между мячами от центра вправо-влево – 1м. Удары выполняются верхом с оббеганием стойки расположенной на расстоянии 19 м. от центра ворот. Время выполнения упражнения 40 сек. Оценивается количество попаданий.	4 > неудовл. 4 - удовл. 6 - хорошо 8 - отлично	4 > неудовл. 4 - удовл. 5 - хорошо 6 - отлично
2	«Восьмерка». Четыре стойки располагаются на углах квадрата со стороной 10 м. и пятая стойка в центре квадрата. Ведение мяча от первой стойки к центральной, от центральной ко второй, от второй к третьей, от третьей к центральной, от центральной к четвертой и от четвертой к первой стойке. Оценивается время выполнения (сек.)	18 > неудовл. 18 - удовл. 17 - хорошо 16 - отлично	24 > неудовл. 24 - удовл. 23 - хорошо 22 - отлично 22
3	Жонглирование мячом. Выполняются удары правой и левой ногой (серединной, внутренней и внешней частями подъема), бедром и головой. Оценивается количество раз.	15 > неудовл. 15 - удовл. 20 - хорошо 30 - отлично	6 > неудовл. 6 - удовл. 8 - хорошо 10 - отлично

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЭКЗАМЕНУ

В качестве промежуточной аттестации по дисциплине предусмотрен экзамен в 6 семестре.

Экзамен является неотъемлемой частью учебного процесса и предназначен для проверки закрепления знаний студентов, полученных на лекционных занятиях и самостоятельно.

Экзамен предусмотрен в устной форме по билетам.

Требования к ответу студента:

- раскрытие вопроса как проблемы;
- владение понятийным аппаратом;
- анализ основных направлений в научной и научно-практической деятельности по проблеме;
- авторская позиция;
- знание, понимание и анализ первоисточников;
- структурированность ответа в исторической и проблемной логике;

- установка междисциплинарных связей;
- прикладная и практическая значимость;
- лаконичность, четкость речи;
- соблюдение регламента.

Процедура проведения экзамена осуществляется в соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования в СКФУ.

В экзаменационный билет включаются два вопроса:

- первый вопрос отражает знаниевый компонент содержания учебного материала дисциплины «Физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях»;
- второй вопрос направлен на отражение состава компетенции: уметь, владеть.

Курсивом выделены вопросы повышенного уровня сформированности компетенций.

Для подготовки по билету отводиться 20 минут.

При подготовке к ответу студенту предоставляется право пользования справочными таблицами.

Примерные вопросы для экзамена

1. Возникновение и развитие футбола, его социальное значение в общественной жизни.
2. Футбол в современном виде. Футбол – мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта.
3. Характеристика игровой деятельности футболистов. Характер и объем игровых действий футболистов. Хронометраж двигательной деятельности футболистов во время игры.
4. Классификация техники игры. Классификация техники игры. Технический прием. Техника игры. Структура технического приема. Правила игры. Техническая подготовка. Техника передвижений в футболе. Техника владения мячом полевого игрока. Техника владения мячом вратаря.
5. Техника передвижения в футболе. Бег: обычный, спиной вперед, скрестным шагом, приставным шагом. Прыжки: толчком одной ноги, толчком двух ног. Остановки: остановки прыжком, остановки выпадом. Повороты: поворот переступанием, поворот прыжком, поворот на опорной ноге.
6. Техника владения мячом полевого игрока. Удары по мячу: ногой (внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, внутренней частью подъема, средней частью подъема, внешней частью подъема, носком, коленом, пяткой), головой (средней частью лба, боковой частью головы). Фазы движения.
7. Техника владения мячом полевого игрока. Остановки мяча: внутренней стороной стопы, подошвой, подъемом, бедром, грудью, головой. Ведение: ногой, головой. Вбрасывание мяча. Фазы движения.
8. Техника владения мячом вратаря. Ловля мяча: снизу, сверху, в прыжке, в падении. Отбивание мяча. Перевод мяча. Броски мяча.
9. Классификация тактики игры. Тактика игры. Тактическая подготовка. Амплуа игроков: вратарь, защитники, полузащитники, нападающие.
10. Классические тактические системы игры. Система «пять в линию». Система «дубль-ве». Система «1 + 4 + 2 + 4». Система «1+4+3+3». Система «1+4+4+2».
11. Правило 1. Поле для игры.
12. Правило № 2. Мяч. Правило № 3. Число игроков. Правило № 4. Экипировка игроков.
13. Правило № 5. Судья.
14. Правило № 6. Помощники судьи.
15. Правило № 7. Продолжительности игры.
16. Правило № 8. Начало и возобновление игры.
17. Правило № 9. Мяч в игре и не в игре.

18. Правило № 10. Метод определения взятия ворот.
19. Правило № 11. Положения «вне игры».
20. Правило № 12. Нарушения правил и недисциплинированное поведение игроков.
21. Правило № 13. Штрафной и свободный удары.
22. Правило № 14. Одиннадцатиметровый удар.
23. Правило № 15. Вбрасывание мяча.
24. Правило № 16. Удар от ворот.
25. Классификацию соревнований по футболу.
26. Последовательность обучения техническим приемам. Процесс обучения техническим приемам: ознакомление с приемом, разучивания приема в упрощенных условиях, разучивание приема в усложненной (игровой) обстановке, совершенствования приема в игре. Причины возникновения ошибок при обучении технике игры.
27. Обучение технике полевого игрока. Удар внутренней стороной стопы. Удар серединой подъема. Удар внутренней частью подъема. Удар внешней частью подъема. Удар пяткой. Удары с лёта. Удары с полулёта. Удары головой
28. Обучение технике полевого игрока. Обучение остановкам. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Остановка внешней стороной стопы. Остановка летящих мячей. Остановки (приемы) мяча: головой, бедром, животом и грудью.
29. Обучение технике полевого игрока. Обучение ведению. Обучение финтам: «ложный замах на удар», «ложная остановка», «пробрось мяч», «показ корпусом», «уход с мячом», «выпад в сторону», «оставь мяч партнеру», «переступание через мяч».
30. Обучение технике полевого игрока. Обучение отбору мяча: перехватом, толчком, подкатом. Обучение вбрасыванию мяча.
31. Обучение технике вратаря.
32. Индивидуальные тактические действия в нападении. Без мяча: открывание, отвлечение соперника. С мячом: остановка, удар, ведение, вбрасывание, обводка, финты.
33. Передачи мяча. Виды передач мяча: по назначению, по траектории, по времени, по дистанции, по направлению, по способу выполнения. Факторы, влияющие на эффективность передач.
34. Индивидуальные тактические действия в защите. Действия против игрока без мяча: перехват, закрывание. Действия против игрока с мячом: отбор мяча, противодействие передаче, противодействие выходу с мячом на острую позицию, противодействия ударам.
35. Групповые тактические действия в нападении. Комбинации при стандартных положениях: вбрасывание мяча из-за боковой линии, угловой удар, штрафной удар, свободный удар, удар от ворот.
36. Групповые тактические действия в защите. Страховка. Противодействие комбинации «в стенку». Противодействие комбинации «скрещивание». Противодействие комбинации «пропуск мяча». Создание искусственного положения «вне игры». Построение «стенки».
37. Командные тактические действия в нападении. Командная тактика. Тактическая система. Быстрое нападение. Постепенное нападение. Основные требования к организации.
38. Командные тактические действия в защите. Защита против быстрого нападения. Защита против постепенного нападения. Основные требования к организации защиты.
39. Способы организации защитных командных действий. Персональная защита. Зонная защита. Комбинированная защита.

40. Тактическая подготовка. Методы тактической подготовки: регламентирования, импровизирования, моделирования.
41. Организационные мероприятия по проведению соревнований. Положение о соревнованиях. Цель и задачи. Время и место проведения. Руководство проведением соревнований. Участники соревнований. Условия проведения соревнования и определение победителей. Награждение. Дисциплинарные проступки. Порядок подачи протеста. Порядок, сроки подачи заявок на участие в соревнованиях и сроки совещания представителей команд.
42. Система проведения соревнований. Круговая система. Олимпийская система розыгрыша. Смешанная система розыгрыша.

2. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: футбол» для студентов, 2023 [Электронная версия].

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:

1. <http://www.iprbookshop.ru> Электронно-библиотечная система IPRbooks
2. <http://www.biblioclub.ru> университетская библиотека online
3. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
4. <http://fanat.ua/lessons/index.html> - электронный учебник по футболу;
5. <http://www.football.yugzone.ru> - электронный учебник по футболу

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

При чтении лекций используется компьютерная техника, демонстрации презентационных мультимедийных материалов. На семинарских и практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные ими в часы самостоятельной работы.

Информационные справочные системы:

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:

1. www.rfs.ru – Российский футбольный союз;
2. www.amfr.ru – Ассоциация мини-футбола России;
3. www.ffsk.ru – Федерация футбола Ставропольского края;

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КУРСОВЫХ РАБОТ

Не предусмотрено учебным планом.

Требования к оформлению доклада

Доклад по дисциплине как форма контроля самостоятельной работы студентов, представляет собой краткое изложение научной проблемы с исторической точки зрения, содержащейся в одном или нескольких произведениях.

Общий объем работы составляет 7-15 страниц печатного текста (с учётом титульного листа, содержания и списка литературы) на бумаге формата А4, на одной стороне листа.

В тексте должны композиционно выделяться структурные части работы, отражающие суть исследования: введение, основная часть и заключение, а также заголовки и подзаголовки.

Целью работы является приобретение навыков работы с литературой, обобщения литературных источников и практического материала по теме, способности грамотно излагать вопросы темы, делать выводы.

Доклад содержит: титульный лист, оглавление, введение, основную часть, заключение, список литературы (содержит не менее 3-х источников), приложения (по мере необходимости).

Доклад начинается с оглавления, в котором указываются номера страниц по отдельным главам.

Во введении следует отразить место рассматриваемого вопроса с точки зрения исторической и научно-методической проблематики (обосновать выбор данной темы, коротко рассказать о том, почему именно она заинтересовала автора).

В основной части излагается в логической последовательности материал по теме доклада. В тексте должны быть ссылки на использованную литературу. При дословном воспроизведении материала каждая цитата должна иметь ссылку на соответствующую позицию в списке использованной литературы с указанием номеров страниц, например [12,

с.56] или "В работе [11] рассмотрены...." В начале основной части целесообразно включить несколько вступительных абзацев, непосредственно вводящих в тему доклада, а в конце подвести итоги и сделать заключение по каждой глав или параграфу.

Для наглядности изложения материала доклад желательно сопровождать рисунками и таблицами, на которые в тексте должны быть соответствующие ссылки.

Все иллюстрации в докладе должны быть пронумерованы. Нумерация должна быть сквозной, то есть через всю работу. Если иллюстрация в работе единственная, то она не нумеруется.

В тексте на иллюстрации делаются ссылки, содержащие порядковые номера, под которыми иллюстрации помещены в докладе. Ссылки в тексте на номер рисунка, таблицы, страницы, главы пишут сокращенно и без значка, например "№", например: "рис.3", "табл.4", "с.34", "гл.2". "см. рисунок 5" или "график....приведен на рисунке 2". Если указанные слова не сопровождаются порядковым номером, то их следует писать в тексте полностью, без сокращений, например "из рисунка видно, что...", "таблица показывает, что..." и т.д. Фотографии, рисунки, карты, схемы можно оформить в виде приложения к работе.

Все таблицы, если их несколько, нумеруют арабскими цифрами в пределах всего текста. Над правым верхним углом таблицы помещают надпись "Таблица..." с указанием порядкового номера таблицы (например "Таблица 4") без значка № перед цифрой и точки после нее. Если в тексте доклада только одна таблица, то номер ей не присваивается и слово "таблица" не пишут. Таблицы снабжают тематическими заголовками, которые располагают посередине страницы и пишут с прописной буквы без точки на конце.

В заключительной части доклада содержится краткое обобщение рассмотренного материала, выделение наиболее достоверных и обоснованных положений и утверждений, а также наиболее проблемных, разработанных на уровне гипотез, важность рассмотренной проблемы с точки зрения практического приложения, мировоззрения, этики и т.п. В этой части автор подводит итог работы, делает краткий анализ и формулирует выводы.

В конце работы прилагается список используемой литературы, источники литературы нумеруются и располагаются в алфавитном порядке (список литературы должен содержать на менее 3-х источников).

Доклад должен быть выполнен на одной стороне листа белой бумаги формата А4 (210х297 мм). Интервал межстрочный – полуторный. Цвет шрифта – черный. Гарнитура шрифта основного текста - «Times New Roman». Кегль (размер) 14 пунктов. Размеры полей страницы: правое - 30 мм, верхнее, и нижнее – 20 мм, левое – от 10 до 15 мм. Формат абзаца: полное выравнивание («по ширине»). Отступ красной строки одинаковый по всему тексту.

Страницы должны быть пронумерованы с учётом титульного листа, который не обозначается цифрой. Название глав и подзаголовков должны быть выделены. Размер шрифта для названия глав и подзаголовков - 14 (полужирный). Точка в конце заголовка не ставится. Заголовки не подчёркиваются. Абзацы начинаются с новой строки и печатаются с отступом в 1,25 сантиметра. Оглавление (содержание) должно быть помещено в начале работы.