

РОССИЙСКИЙ ФУТБОЛЬНЫЙ СОЮЗ
МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ
В СФЕРЕ ФУТБОЛА «ЮГ»

«Утверждаю»

директор МЦПСФ «Юг»

_____ А.П. Золотарев

« _____ » _____ 2013 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДИСЦИПЛИНЫ
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФУТБОЛА
(лицензионный уровень D)

Краснодар – 2013

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика футбола» разработана в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Авторы:

Профессор, доктор
педагогических наук

А.П. Золотарёв / _____

Доцент, кандидат
биологических наук

В.В. Лавриченко / _____

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

В результате освоения образовательной программы обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Теория и методика футбола».

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Планируемые результаты освоения (компетенции), достижение которых обеспечивает дисциплина		Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
Код компетенции	Содержание компетенций (формулировка компетенций приводится в соответствии со стандартом)	Знать: Уметь: Владеть:
Общекультурные: ОК-6	Способность работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия.	Знать: социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служению во благо Отечества, обладать высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности и повышению своего культурного и профессионального уровня.
ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию.	Уметь: логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь; критически оценивать свои достоинства и недостатки, намечать пути и выбирать средства развития достоинств и устранения недостатков; использовать основные положения и методы социальных, гуманитарных и экономических наук при решении социальных и профессиональных задач.
ОК-8	Использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Владеть: способами установления контактов и поддержания взаимодействия с субъектами деятельности в сфере физической культуры и спорта в условиях поликультурной среды; способностью находить

		<p>организационно-управленческие решения в нестандартных ситуациях и готовностью нести за них ответственность; стремлением к постоянному саморазвитию, самосовершенствованию и повышению своей квалификации и мастерства.</p>
<p>Общепрофессиональные:</p>		<p>Знать: основное содержание стандартов, учебных программ спортивной подготовки по футболу; правила техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий; методику судейства соревнований и способы проведения соревнований различного уровня; документы планирования и отчётности при обеспечении спортивной деятельности.</p> <p>Уметь: использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учётом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам; организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования.</p> <p>Владеть: навыками использования прав и исполнения обязанностей; различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; навыками рационального использования учебного и управленческого</p>
ОПК-3	Способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки.	
ОПК-7	Способность обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.	
ОПК-8	Способность организовывать и проводить соревнования	

		оборудования, специальной литературы и инвентаря, современной компьютерной техники; способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны.
Профессиональные:		
<i>Педагогическая деятельность:</i>		Знать: историю развития педагогической мысли, принципы и методы физического воспитания различных контингентов населения; организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в избранном виде спорта; закономерности психического, физического развития детей и особенности их проявления в разные возрастные периоды; актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля и контроля качества обучения.
ПК-1	Способность использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии.	
ПК-2	Способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры.	Уметь: определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность; планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физической деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации
ПК-3	Способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий.	
ПК-4	Способность проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-массовую работу.	
ПК-5	Способность применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учётом их пола и	

ПК-6	<p>возраста, индивидуальных особенностей.</p> <p>Способность осуществлять пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни.</p>	<p>занимающихся.</p> <p>Владеть: умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни; техническими элементами избранного вида спорта, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов; методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.</p>
<p><i>Тренерская деятельность:</i></p> <p>ПК-8</p> <p>ПК-9</p> <p>ПК-10</p>	<p>Способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры.</p> <p>Способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции.</p> <p>Способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с</p>	<p>Знать: историю, теорию и методику избранного вида спорта; способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта.</p> <p>Уметь: аргументировать социальную и личностную значимость избранного вида спорта, прогнозировать условия и направления его развития в социально-культурном аспекте, формировать мотивации у населения для занятий избранным видом спорта; использовать нормативные документы в своей деятельности; использовать в своей деятельности</p>

ПК-12	<p>использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психологических особенностей обучающихся.</p> <p>Способность использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учётом возраста и пола обучающихся.</p>	<p>профессиональную лексику; использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам; определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития; использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности занятий; определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и самосовершенствования; оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий.</p>
ПК-14	<p>Способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владение в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.</p>	<p>Владеть: различными средствами коммуникации в профессионально деятельности; техническими элементами избранного вида спорта, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов; актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием</p>
ПК-15	<p>Способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму.</p>	<p>Владеть: различными средствами коммуникации в профессионально деятельности; техническими элементами избранного вида спорта, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов; актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием</p>

		человека; современными методиками определения антропометрических, физических и психологических особенностей обучающихся с целью отбора в процессе спортивной деятельности.
<p><i>Организационно-управленческая деятельность:</i></p> <p>ПК-21</p>	Способность организовывать и проводить массовые физкультурные и спортивно-зрелищные мероприятия.	<p>Знать: основные проблемы, определяющие конкретную область своей профессии, их взаимосвязь в системе знаний.</p> <p>Уметь: проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования.</p> <p>Владеть: способностям обеспечивать технику безопасности при проведении занятий.</p>

2. Содержание дисциплины

№ занятия	Содержание	Вид занятия, количество часов
1	2	3
1	Основные понятия спортивной тренировки в футболе	Лекция - 2
2, 3	Правила игры классического футбола. Правила игры мини-футбола. Оборудование полей и площадок для занятий футболом.	Лекция - 4
4, 5	Анатомо-физиологические и психологические особенности развития детей 6-12 лет	Лекция - 4
6, 7,8	Организация и методика начального спортивного отбора. Основы педагогического контроля в учебно-	Лекция - 2 Методическое – 2

	тренировочной работе с юными футболистами.	Учебная практика - 2
9	Формы организации занятий футболом. Структура учебно-тренировочного занятия. Динамика нагрузки в процессе занятия.	Лекция - 2
10,11,12,13,14, 15,16, 17, 18, 19, 20	Основы методики начального обучения технике игры юных футболистов разных возрастных групп.	Лекция – 2 Практическое – 6 Методическое – 4 Учебная практика – 14
21,22,23,24,25	Основы методики физической подготовки юных футболистов разных возрастных групп.	Лекция – 2 Практическое – 2 Методическое – 2 Учебная практика – 4
26,27,28,29	Основы методики начальной тактической подготовки юных футболистов разных возрастных групп.	Лекция – 2 Практическое – 2 Методическое – 2 Учебная практика – 2
30	Особенности управления детским коллективом	Лекция – 2
31,32,33	Управление командой на соревнованиях	Лекция – 2 Учебная практика – 4
34	Основы профилактики травматизма детей в процессе занятий футболом. Первая помощь при травмах.	Лекция – 2
35,36	Итоговая аттестация	Экзамен 4

3. ОБЪЕМНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

теоретического раздела (экзамен) итоговой аттестации тренеров лицензионного уровня «D» по дисциплине «Теория и методика футбола»

1. Анатомо-физиологические особенности мальчиков 11-12 лет.
2. Анатомо-физиологические особенности мальчиков 6-8 лет.
3. Анатомо-физиологические особенности мальчиков 9-10 лет.
4. Быстрота и ее проявления в футболе.
5. Выносливость и ее проявления в футболе.
6. Гибкость и ее значение в футболе.
7. Значение педагогического контроля в начальной спортивной подготовке юных футболистов.
8. Классификация тактики футбола.
9. Классификация техники владения мячом (группы приемов, приемы, способы выполнения).

10. Классификация техники передвижений в футболе (разновидности, способы).
11. Классификация техники ударов по мячу ногой и головой.
12. Классификация техники футбола.
13. Ловкость и ее значение в успешности овладения техникой футбола.
14. Методика начального обучения тактике индивидуальных, групповых и командных действий.
15. Методика начального обучения технике ведения мяча.
16. Методика начального обучения технике обманных движений (финтов).
17. Методика начального обучения технике отбора мяча у соперника.
18. Методика начального обучения технике ударов по мячу головой (на примере удара средней частью лба).
19. Методика начального обучения технике ударов по мячу ногой (на примере одного из способов).
20. Методика обучения передвижениям в футболе.
21. Методика оценки способностей юных футболистов в процессе начального спортивного отбора.
22. Начальное обучение тактике футбола. Основные методические требования.
23. Начальное обучение технике футбола. Основные методические требования.
24. Начальный спортивный отбор (организация, методика, критерии).
25. Основные задачи этапа начальной подготовки юных футболистов.
26. Основные требования к технике безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий с юными футболистами.
27. Основы методики начальной тактической подготовки юных футболистов.
28. Первый и второй этапы начального спортивного отбора юных футболистов (задачи, содержание).
29. Понятие «спортивная подготовка».
30. Понятие «спортивная тренировка».
31. Профилактика травматизма в тренировке юных футболистов.
32. Психологические особенности мальчиков 6-12 лет.
33. Психолого-педагогические основы управления детским коллективом. Общение тренера с родителями юных спортсменов.
34. Разделы подготовки футболистов.
35. Сенситивные периоды в возрастной динамике физических качеств юных футболистов.
36. Сила и ее проявления в футболе.
37. Скоростно-силовые качества футболиста.
38. Структура учебно-тренировочного занятия. Задачи каждой из частей УТЗ.
39. Тесты для оценки технической подготовленности юных футболистов на этапе начальной подготовки.
40. Тесты для оценки физической подготовленности юных футболистов на этапе начальной подготовки.

4. Глоссарий дисциплины

1. Техника игры – это способы выполнения двигательных действий футболистами, направленными на целесообразное и эффективное решение задач игры.

2. Тактика игры – это организация индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение победы над соперником, т.е. взаимодействие футболистов команды по определенному плану, позволяющему успешно вести борьбу с соперником.

3. Индивидуальная тактика – это целенаправленные действия футболиста, его умение из несколько возможных вариантов в данной игровой ситуации выбрать наиболее рациональное.

4. Групповая тактика – это решение тактических задач, возникающих в ходе игрового эпизода на ограниченном участке поля с помощью комбинаций группы футболистов (2-4 человека). Комбинация – это действие двух или нескольких игроков, решающих определенную тактическую задачу. При этом комбинации бывают заранее подготовленными в процессе тренировки и импровизированными, т.е. возникающими в ходе самого матча.

5. Командная тактика – это организация коллективных действий всей команды при решении задач в определённой фазе игры (оборона, атака, переход из обороны в атаку, переход из атаки в оборону).

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

7. Положение о соревнованиях – это основной документ, регламентирующий условия и порядок их проведения.

8. ФИФА (международная федерация футбола) – организация, объединяющая футбольные федерации во всем мире и руководящая международной жизнью футбола.

9. УЕФА (Союз европейских футбольных ассоциаций) – организация, объединяющая футбольные федерации европейских стран и руководящая футболом в Европе.

10. РФС (Российский футбольный союз) – организация, осуществляющая развитие футбола в России.

11. ПФЛ (Профессиональная футбольная лига) – объединение нелюбительских футбольных клубов в России.

12. Региональная федерация – федерация футбола территорий субъектов Российской Федерации (республики, края области, г. Москвы и г. Санкт-Петербург).

13. Местная федерация – федерация футбола города (за исключением г. Москвы и г. Санкт-Петербурга), района.

14. ККФФ – «Краснодарская краевая федерация футбола».

15. АТМ РФС – «Академия тренерского мастерства Российского футбольного союза».

16. ВШТ – «Высшая школа тренеров при РГУФКСМиТ».

17. Спортивная подготовка – процесс направленного воздействия на развитие спортсмена и обеспечение готовности к спортивным достижениям.

18. Общая физическая подготовка (ОФП) – это неспециализированный процесс физического воспитания, содержание, которого ориентировано на то, чтобы создать общие предпосылки успеха в разных видах деятельности.

19. Специальная физическая подготовка (СФП) – это разновидность физического воспитания, специализированного применительно к особенностям какой-либо деятельности (профессиональной, спортивной), выбранной в качестве объекта углубленной специализации.

20. «ДЮСШ» – детско-юношеская спортивная школа.

21. «СДЮШОР» – специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва.

22. «ЖЕЛ» – жизненная емкость легких.

23. «ФР» – Физическая работоспособность.

24. «ЦНС» – центральная нервная система.

25. «ЧСС» – частота сердечных сокращений.

26. Тактическая подготовленность – умение грамотно построить ход борьбы с учетом особенностей вида спорта, своих индивидуальных особенностей, возможностей соперников, создавшихся внешних условий.

27. Интегральная подготовка – направлена на приобретение соревновательного опыта, повышение устойчивости к соревновательному стрессу и надежности. Может

осуществляться в процессе соревнований и тренировочных занятий в форме игровых упражнений.

28. Спортивная форма – состояние наивысшей подготовленности, характерное для данного этапа спортивного совершенствования.

29. Перспективное планирование – на четырехлетний цикл.

30. Этапное планирование – на мезоцикл.

31. Текущее планирование – на микроцикл.

32. Оперативное направление – на тренировочное занятие.

33. Этапный контроль – предлагает регистрацию нагрузки на этапах, длительность которых, колеблется от 2-5 микроциклов (25-30 дней) до 1 года.

34. Оперативный контроль – предназначен для регистрации нагрузки тренировочного упражнения, серии упражнений и целостного занятия.

35. Текущий контроль – предполагает регистрацию нагрузок в микроциклах, длительность которых в разных видах спорта колеблется от 5 до 14 дней.

36. Управление – это воздействие на объект с помощью педагогических приемов и тренировочных нагрузок, обеспечивающее улучшающее функционирование или развитие данного объекта.

37. «СД» - соревновательная деятельность.

38. Сенситивный период – возрастной период, наиболее благоприятный для развития того или иного физического качества посредством воздействия соответствующих физических нагрузок.

39. Быстрое нападение – это такой вид нападения, при котором, путем 1-3 передач, организуется выход игрока на выгодную, для взятия ворот, позицию.

40. Постепенное нападение - это такой вид нападения, при котором, за счет длительного держания мяча большим количеством игроков и создания численного преимущества на одном из участков поля, осуществляется прорыв обороны противника и вывод на ударную позицию одного из футболистов.

41. Объем нагрузки – количественная характеристика тренировочной деятельности спортсмена, которая выражается во времени, расстоянии, весе и т.п.

42. Интенсивность нагрузки – характеризует количество выполненной работы в единицу времени. Об интенсивности нагрузки может говорить и такой показатель, как мощность, напряжённость работы.

43. Двигательный навык – это такая степень владения действиям, когда управление им осуществляется автоматизировано.

44. Физические упражнения - основные средства подготовки футболистов, которые представляют собой двигательные действия, выбранные и используемые методически правильно для реализации поставленной задачи.

45. Соревновательные упражнения – это совокупность двигательных действий, составляющих предмет игры в футбол и выполняемых в полном соответствии с правилами состязаний по футболу.

46. Специальные упражнения – это двигательные действия, состоящие из элементов соревновательных упражнений и их вариантов.

47. Общеподготовительные упражнения – это двигательные действия, являющиеся преимущественно средством общей подготовки футболиста.

48. Специально-подготовительные упражнения – это двигательные действия, которые имеют существенное сходство со специальными упражнениями по форме, структуре и характеру проявления физических и психических качеств.

49. Метод – способ достижения поставленной цели, определенным образом упорядоченная деятельность.

50. Отбор – это система организационно-методических мероприятий комплексного характера, включающих педагогические, социологические, психологические и медико-

биологические методы определения, на основе которых выявляются задатки и способности детей для специализации в том или ином виде спорта.

51. Спортивная ориентация – это система организационно-педагогических мероприятий комплексного характера, которым целесообразно заниматься тому или иному ребенку.

52. Критериями называются какие-либо качества, свойства личности, которые имеются возможность оценить или измерить при отборе, желательно с большей степенью достоверности (например, координация движений является важным критерием отбора в футболе).

53. Задатки – это врожденные анатомо-физиологические и психические особенности человека, лежащие в основе его будущих способностей.

54. Одаренность – это своеобразное сочетание качеств и свойств личности, от которого зависит будущий спортивный успех.

55. Способности – это свойства человека, делающие его пригодным к успешному выполнению какой-либо деятельности.

56. Планирование – это предвидение конечной цели и ее достижение.

57. Беседа – форма общения тренера с учащимися в виде диалога, одна из распространенных организационных форм теоретической подготовки.

58. Установка – это план игры, в котором не должна ограничиваться личная творческая инициатива футболистов.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

5.1. Основная литература:

1. Футбол: учебник для институтов физической культуры / под. ред. Полишкиса М.С., Выжгина В.А. – М.: Физкультура, образование и наука, 2010. – 254 с.
2. Лавриченко, В. В. Современные требования к формированию профессионального мастерства тренера по футболу: учебное пособие / В.В. Лавриченко, С.К. Григорьев. – Краснодар: КГУФКСТ, 2011. – 183 с.
3. Золотарёв, А. П. Теория и методика футбола: учебное пособие. / А.П. Золотарёв, Р.З. Гакаме, А.А. Семенюков. – Краснодар, M&D Production, 2008. – 175 с.

5.2. Дополнительная литература:

4. Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов : учеб.пособие / В. В. Варюшин. - М.: Физическая культура, 2007. – 112 с.-7.
5. Лях, В. Координационная тренировка в футболе: науч.-метод. изд. / В. Лях, З. Витковски. - М.: Советский спорт, 2010. – 216 с.
6. Теория и методика футбола: практикум / сост. А.П. Золотарев, Р.З. Гакаме, В.В. Суворов. - Кубанский ГУФКСИТ. - Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 29 с.

7. Швыков, И. А. Подготовка вратарей в футбольной школе: практ.пособие / И.А. Швыков. - 2-е изд. - М.: Олимпия Пресс:ТВТ Дивизион, 2006. – 96 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. www.center-ug – сайт Межрегионального центра подготовки специалистов в сфере футбола «Юг».
3. www.footballufo.ru - официальный сайт союза федераций футбола Южного Федерального округа.
5. www.rfs.ru - официальный сайт Российского футбольного союза.
4. <http://kkff-kuban.ru> - официальный сайт Краснодарской краевой федерации футбола.
5. <http://www.minsport.gov.ru> - Министерство спорта РФ.
6. <http://www.usmsport.ru> - Федеральное государственное учреждение «Управление по организации и проведению спортивных мероприятий».