

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
футбола и хоккея
от 26.06.2025 протокол № 17

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
по учебной дисциплине:
«Основы теории и методики избранного вида спорта»
Специальность 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (футбол)»
для студентов 2-го курса дневной формы получения образования
на 2025/2026 учебный год

Вопросы по теоретическому разделу

1. Общая характеристика тактики, классификация тактики, эволюция тактики, характерные особенности тактики современного футбола.
2. Основы методики обучения и совершенствования тактики: задачи, средства (игровые технико-тактические, игровые тактико-технические упражнения), методы (строго регламентированный, игровой, соревновательный), формы организации учебно-тренировочного процесса (урок и неурочные формы, комплексные и тематические занятия, групповые и индивидуальные занятия).
3. Планирование средств тактической подготовки в отдельном занятии, микроцикле, этапе, периоде, годичном цикле, многолетнем цикле.
4. Общая характеристика тактической подготовки полевых игроков. Функциональные обязанности игроков линии защиты, средней линии и линии нападения.
5. Общая характеристика индивидуальных тактических действий в нападении и защите.
6. Общая характеристика групповых тактических действий в нападении и защите.
7. Общая характеристика командных тактических действий в нападении и защите.
8. Действия без мяча – открывание: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.
9. Действия без мяча – отвлечение соперника: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.
10. Действия без мяча – создание численного преимущества: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.
11. Действия с мячом – ведение: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.
12. Действия с мячом – обводка: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.

13. Действия с мячом – удары по воротам: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.

14. Действия с мячом – передачи: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.

15. Действия против игрока без мяча – закрывание: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.

16. Действия против игрока без мяча – перехват: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.

17. Действия против игрока с мячом– отбор: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.

18. Действия против игрока с мячом – противодействие передаче: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.

19. Действия против игрока с мячом – противодействие выходу с мячом на острую позицию: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.

20. Действия против игрока с мячом – противодействие ударам: характеристика, применение. Методика обучения и совершенствования.

21. Комбинации при стандартных положениях (вбрасывание мяча из-за боковой линии, угловой удар, штрафной удар, свободный удар, удар от ворот). Методика обучения и совершенствования комбинаций при стандартных положениях.

22. Комбинации в игровых эпизодах в парах: «в стенку», «скрещивание», «передача в одно касание». Методика обучения и совершенствования комбинаций «в стенку», «скрещивание», «передача в одно касание».

23. Комбинации в игровых эпизодах в тройках: «взаимозаменяемость», «пропускание мяча», «передача в одно касание». Методика обучения и совершенствования комбинаций «взаимозаменяемость», «пропускание мяча», «передача в одно касание».

24. Взаимодействие двух игроков в защите: противодействие комбинации «в стенку», противодействие комбинации «скрещивание», противодействие комбинации «пропуск мяча».

25. Методика обучения и совершенствования противодействий комбинации «в стенку», «скрещивание», «пропуск мяча».

26. Взаимодействие нескольких игроков в защите: построение «стенки». Методика обучения и совершенствования построения «стенки».

27. Взаимодействие нескольких игроков в защите: создание искусственного положения «вне игры».

28. Быстрое нападение – способ атакующих действий команды. Фазы быстрого нападения: начальная фаза, развитие атаки, завершение атаки.

29. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности силовых и скоростно-силовых способностей футболистов.

30. Основные средства развития силовых и скоростно-силовых способностей футболистов: упражнения с отягощениями с использованием тренажеров и подсобного оборудования.

31. Методы развития силовых и скоростно-силовых способностей: повторных, максимальных и динамических усилий.

32. Параметры нагрузки: величина отягощений, количество повторений в одной серии упражнений.

33. Интервалы отдыха между отдельными повторениями упражнений, количество серий упражнений в зависимости от величины нагрузки тренировочного занятия (большой, средней, малой), интервалы отдыха между сериями упражнений.

34. Формы организации учебно-тренировочного процесса: урок и неурочные формы, комплексные и тематические занятия, групповые и индивидуальные занятия.

35. Планирование силовой и скоростно-силовой подготовки в учебно-тренировочном занятии, микроцикле (тренировочном, межигровом), периодах и этапах годового цикла, в многолетнем цикле.

36. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности скоростных способностей футболистов.

37. Основные средства развития скоростных способностей футболистов.

38. Методы развития скоростных способностей футболистов: метод строго регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный метод.

39. Параметры нагрузки: интенсивность (скорость) выполнения упражнения, время однократного выполнения упражнения, количество повторений в одной серии упражнений, интервалы отдыха между отдельными повторениями упражнений.

40. Формы организации учебно-тренировочного процесса: урок и неурочные формы, комплексные и тематические занятия, групповые и индивидуальные занятия.

41. Планирование скоростной подготовки в учебно-тренировочном занятии, микроцикле (тренировочном, межигровом), периодах и этапах годового цикла, в многолетнем цикле.

42. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности общей (аэробной) выносливости футболистов.

43. Основные средства развития общей (аэробной) выносливости футболистов: бег, другие упражнения циклического характера, специальные неигровые и игровые упражнения.

44. Планирование средств развития гибкости в отдельном занятии, микроцикле, этапе, периоде, годовом цикле, многолетнем цикле.

45. Параметры нагрузки: интенсивность (скорость) выполнения упражнения, время однократного выполнения упражнения, количество повторений в одной серии упражнений, интервалы отдыха между отдельными

повторениями упражнений, количество серий упражнений в зависимости от величины нагрузки тренировочного занятия (большой, средней, малой), интервалы отдыха между сериями упражнений.

46. Формы организации учебно-тренировочного процесса: урок и неурочные формы, комплексные и тематические занятия, групповые и индивидуальные занятия.

47. Планирование средств развития общей (аэробной) выносливости в учебно-тренировочном занятии, микроцикле (тренировочном, межигровом), периодах и этапах годичного цикла, в многолетнем цикле.

48. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности скоростной (анаэробной) выносливости футболистов. Основные средства развития скоростной (анаэробной) выносливости футболистов: бег, другие упражнения циклического характера, специальные неигровые и игровые упражнения.

49. Методы развития скоростной (анаэробной) выносливости футболистов: метод строго регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный метод.

50. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности гибкости футболистов.

51. Основы организации спортивно-оздоровительных лагерей. Документы, регламентирующие работу спортивно-оздоровительных лагерей (Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте»).

52. Тестирование как основной метод контроля физической подготовленности. Тесты контроля силы, быстроты, скоростно- силовых качеств, ловкости, общей, скоростной и специальной выносливости, гибкости.

53. Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности специальной выносливости футболистов.

54. Основные средства развития специальной выносливости футболистов: игры, игровые тактико-технические и технико-тактические упражнения. Методы развития специальной выносливости футболистов: соревновательный, игровой.

55. Общие основы периодизации годичной подготовки спортсменов в футболе. Количество, продолжительность и место проведения учебно-тренировочных занятий.

56. Цель и задачи деятельности спортивно-оздоровительных лагерей. Разновидности спортивно-оздоровительных лагерей.

57. Перечень должностей, связанных с осуществлением педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта.

58. Правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту.

59. Положение о воспитательно-оздоровительном учреждении образования. Положение о спортивно-оздоровительном лагере.

60. Суточные нормы питания при проведении спортивных мероприятий и для лиц, проходящих спортивную подготовку в спортивно-оздоровительных лагерях.

61. Положение о педагогическом совете спортивно-оздоровительного лагеря.

62. Инструкции по правилам пожарной безопасности, по мерам обеспечения выполнения санитарно-гигиенических требований, по организации купания занимающихся.

63. Материально-техническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря.

64. Примерный перечень спортивного инвентаря и оборудования для стационарных оздоровительных лагерей. Финансирование спортивно-оздоровительных лагерей.

65. Санитарно-гигиеническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря. Санитарные нормы и правила. Требования к оздоровительным мероприятиям для детей.

66. Организация питания в условиях спортивно-оздоровительных лагерей.

67. Требования к безопасности занимающихся во время пребывания в лесу, у водоемов, на территории.

68. Планирующая документация в спортивно-оздоровительном лагере.

69. Особенности регулирования труда работников организации физической культуры и спорта.

70. План работы спортивно-оздоровительного лагеря. График проведения и тематика педагогических советов, методических занятий, рабочих совещаний.

71. Организация и формы идеологической и воспитательной работы, культурно-досуговых и спортивно-массовых мероприятий в спортивно-оздоровительном лагере.

72. Содержание планов идеологической, воспитательной и спортивно-массовой работы спортивно-оздоровительного лагеря.

73. Количество, продолжительность и место проведения учебно-тренировочных занятий. Направленность, объем и интенсивность тренировочных нагрузок.

74. Методика составления комплексов общеразвивающих упражнений для подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Содержание организационно-методических указаний.

75. Организация проведения спортивных соревнований с занимающимися в спортивно-оздоровительном лагере.

Требования по дифференцированному зачету в 4-м семестре

Знать теоретический материал по темам:

1. Тактика футбола, тактическая подготовка футболистов, контроль тактической подготовленности футболистов.
2. Физические качества, физическая подготовка, контроль физической подготовленности.
3. Проведение части тренировочного занятия по физической подготовке.

Заведующий кафедрой футбола и хоккея

В.Ю.Усович