

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДЕНА**  
ректором университета  
С.Б. Репкиным  
27 февраля 2025 г.  
Регистрационный № 52 / ГЭ

**ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

по направлению специальности  
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность»  
(тренерская работа по футболу)»

Минск 2025

УДК 796.332(073)

ББК 75.578Я73

П78

Программа государственного экзамена составлена на основе образовательного стандарта высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, Утвержденного постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 09.02.2022 № 22.

**СОСТАВИТЕЛИ:**

**И.К. Галуза**, заведующий кафедрой футбола и хоккея учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;

**М.М. Кузёмко**, преподаватель кафедры футбола и хоккея учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

**М.И. Дворяков**, заведующий кафедрой велосипедного, конькобежного и конного спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», доцент;

**Л.А. Либерман**, заведующий кафедрой спортивной борьбы учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», доцент

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

кафедрой футбола и хоккея учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 13.01.2025 № 7);

советом спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 16.01.2025 № 6);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 27.02.2025 № 6)

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....</b>	8
<b>СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА .....</b>	12
<b>Раздел I. Введение в специальность .....</b>	12
Тема 1. Введение в учебную дисциплину «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» .....	12
Тема 2. Правила безопасности при проведении занятий и спортивных соревнований по футболу .....	12
Тема 3. История и современное состояние футбола.....	12
<b>Раздел II. Правила игры в футбол и методика судейства.....</b>	13
Тема 4. Международный совет футбольных ассоциаций (ИФАБ) – орган стандартизации и унификации правил игры в футбол. Правила игры в футбол и методика судейства.....	13
Тема 5. Организация и содержание подготовки судей по футболу .....	13
Тема 6. Непосредственная подготовка судей к игре и судейство матча .....	14
<b>Раздел III. Техника футбола, техническая подготовка и контроль технической подготовленности футболистов .....</b>	14
Тема 7. Основы техники и технической подготовки футболистов.....	14
Тема 8. Техника игры и техническая подготовка полевых игроков .....	14
Тема 9. Техника игры и техническая подготовка вратарей .....	14
Тема 10. Контроль технической подготовленности футболистов .....	15
<b>Раздел IV. Тактика футбола, тактическая подготовка и контроль тактической подготовленности футболистов.....</b>	15
Тема 11. Основы тактики и тактической подготовки футболистов.....	15
Тема 12. Тактика игры и тактическая подготовка полевых игроков .....	16
Тема 13. Тактика игры и тактическая подготовка вратарей .....	16
Тема 14. Контроль тактической подготовленности футболистов.....	16
<b>Раздел V. Физические качества, физическая подготовка и контроль физической подготовленности футболистов .....</b>	17
Тема 15. Сила, силовая выносливость футболистов и методика их развития .....	17
Тема 16. Быстрота, скоростно-силовые качества футболистов и методика их развития.....	17
Тема 17. Общая (аэробная) выносливость футболистов и методика ее развития .....	18
Тема 18. Скоростная (анаэробная) выносливость футболистов и методика ее развития .....	18
Тема 19. Специальная выносливость футболистов и методика ее развития .....	19
Тема 20. Ловкость футболистов и методика ее развития.....	19
Тема 21. Гибкость футболистов и методика ее развития.....	20
Тема 22. Контроль физической подготовленности футболистов .....	20

<b>Раздел VI. Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей .....</b>	21
Тема 23. Нормативно-правовое обеспечение деятельности спортивно-оздоровительных лагерей .....	21
Тема 24. Планирующая документация спортивно-оздоровительного лагеря .....	21
Тема 25. Организация идеологической, воспитательной, учебно-тренировочной и спортивно-массовой работы в спортивно-оздоровительном лагере .....	22
<b>Раздел VII. Психические качества, психологическая подготовка и контроль психологической подготовленности футболистов .....</b>	22
Тема 26. Психические познавательные процессы футболистов и методика их развития.....	22
Тема 27. Психические состояния футболистов и методика их регуляции ..	22
Тема 28. Психология личности футболистов .....	23
Тема 29. Психология футбольной команды .....	23
Тема 30. Психологические особенности личности тренера .....	23
Тема 31. Специальная психологическая подготовка футболистов.....	24
Тема 32. Контроль психологической подготовленности футболистов .....	24
<b>Раздел VIII. Сопряженная, интегральная, теоретическая подготовка футболистов, воспитательная работа с футболистами .....</b>	24
Тема 33. Сопряженная и интегральная подготовка футболистов .....	24
Тема 34. Теоретическая подготовка футболистов .....	25
Тема 35. Воспитательная работа с футболистами .....	25
<b>Раздел IX. Система спортивной подготовки юных футболистов .....</b>	25
Тема 36. Организационные основы спортивной подготовки юных футболистов .....	25
Тема 37. Спортивный отбор юных футболистов .....	25
Тема 38. Начальная подготовка юных футболистов .....	25
Тема 39. Подготовка юных футболистов на этапе специализации.....	26
Тема 40. Подготовка юных футболистов на этапе спортивного совершенствования .....	26
Тема 41. Подготовка юных вратарей .....	26
Тема 42. Особенности подготовки юных футболистов в специализированных учебно-спортивных учреждениях .....	27
Тема 43. Соревновательный процесс в системе подготовки юных футболистов .....	27
<b>Раздел X. Система спортивной подготовки квалифицированных футболистов .....</b>	27
Тема 44. Организационные основы спортивной подготовки квалифицированных футболистов.....	27
Тема 45. Отбор и комплектование команд квалифицированных футболистов .....	27

Тема 46. Подготовка квалифицированных футболистов на общеподготовительном этапе подготовительного периода годичного цикла .....	27
Тема 47. Подготовка квалифицированных футболистов на специально-подготовительном и предсоревновательном этапах подготовительного периода годичного цикла .....	28
Тема 48. Подготовка квалифицированных футболистов в соревновательном периоде годичного цикла .....	28
Тема 49. Подготовка квалифицированных вратарей в различные периоды годичного цикла .....	28
Тема 50. Переходный период в структуре годичного цикла подготовки квалифицированных футболистов.....	28
Тема 51. Соревновательный процесс в системе подготовки квалифицированных футболистов.....	29
<b>Раздел XI. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок футболистов .....</b>	<b>29</b>
Тема 52. Контроль тренировочных нагрузок по величине .....	29
Тема 53. Контроль тренировочных нагрузок по направленности на развитие физических качеств.....	29
Тема 54. Контроль тренировочных нагрузок по направленности на совершенствование технико-тактического мастерства.....	30
Тема 55. Контроль соревновательных нагрузок .....	30
<b>Раздел XII. Внепрепараторные и внесоревновательные факторы в системе подготовки футболистов.....</b>	<b>30</b>
Тема 56. Тренировка в горах и искусственная гипоксия в системе подготовки футболистов.....	30
Тема 57. Тренировка футболистов в условиях нарушения циркадных ритмов .....	31
Тема 58. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки футболистов .....	31
Тема 59. Диетологическое и фармакологическое обеспечение в системе подготовки футболистов.....	31
<b>Раздел XIII. Футзал (версия ФИФА) .....</b>	<b>31</b>
Тема 60. История и современное состояние футзала .....	31
Тема 61. Правила игры и методика судейства .....	31
Тема 62. Особенности подготовки и участия в спортивных соревнованиях игроков в футзал .....	32
<b>Раздел XIV. Футзал (версия АМФ) .....</b>	<b>32</b>
Тема 63. История и современное состояние футзала .....	32
Тема 64. Правила игры и методика судейства .....	32
Тема 65. Особенности подготовки и участия в спортивных соревнованиях игроков в футзал .....	32
<b>Раздел XV. Женский футбол .....</b>	<b>33</b>
Тема 66. История и современное состояние женского футбола .....	33

Тема 67. Особенности подготовки и участия в спортивных соревнованиях игроков женского футбола .....	33
<b>Раздел XVI. Пляжный футбол .....</b>	<b>33</b>
Тема 68. История и современное состояние пляжного футбола.....	33
Тема 69. Правила игры и методика судейства .....	34
Тема 70. Особенности подготовки и участия в спортивных соревнованиях игроков пляжного футбола .....	34
<b>Раздел XVII. Массовый (любительский) футбол.....</b>	<b>34</b>
Тема 71. Организация и содержание занятий по футболу в учреждениях образования и в производственных коллективах .....	34
Тема 72. Организация и содержание занятий по футболу с различными категориями инвалидов .....	35
<b>Раздел XVIII. Система управления футболом .....</b>	<b>35</b>
Тема 73. Международная федерация футбольных ассоциаций (ФИФА) и региональные конфедерации – органы управления футболом в мире и регионах .....	35
Тема 74. Органы управления футболом в Республике Беларусь .....	35
Тема 75. Лицензирование футбольных клубов .....	35
<b>Раздел XIX. Организация и проведение спортивных соревнований по футболу.....</b>	<b>36</b>
Тема 76. Система спортивных соревнований футболистов.....	36
Тема 77. Организация и проведение спортивных соревнований по футболу.....	36
Тема 78. Инспектирование игр по футболу.....	37
<b>Раздел XX. Материально-техническое обеспечение подготовки футболистов .....</b>	<b>37</b>
Тема 79. Строительство и эксплуатация футбольных полей и площадок ....	37
Тема 80. Материально-техническое обеспечение спортивных соревнований и подготовки футболистов .....	37
<b>Раздел XXI. Кадровое обеспечение подготовки специалистов по футболу .....</b>	<b>37</b>
Тема 81. Подготовка, переподготовка и повышение квалификации специалистов по футболу в учреждениях образования .....	37
Тема 82. Подготовка и повышение квалификации тренеров по футболу в соответствии с тренерской конвенцией УЕФА и программой УЕФА по обучению тренеров .....	38
<b>Раздел XXII. Научно-методическое и медико-биологическое обеспечение подготовки футболистов.....</b>	<b>38</b>
Тема 83. Организация и основные направления научнометодической работы в области футбола .....	38
Тема 84. Научно-исследовательская работа студентов.....	38
Тема 85. Медико-биологическое обеспечение подготовки футболистов ....	38
<b>Раздел XXIII. Антидопинговая политика в современном спорте .....</b>	<b>39</b>

Тема 86. Международно-правовая и национальная системы противодействия допингу в спорте .....	39
Тема 87. Процедура допинг-контроля.....	39
Тема 88. Нарушения антидопинговых правил и их последствия.....	39
Тема 89. Профилактические антидопинговые мероприятия .....	39
<b>ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.....</b>	<b>41</b>
Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по футболу)» (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем) .....	41
Критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по футболу)» .....	47

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа государственного экзамена по направлению специальности 1- 88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по футболу)» разработана в соответствии с Правилами проведения аттестации студентов, курсантов, слушателей при освоении содержания образовательных программ высшего образования, утвержденными постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 13.10.2023 № 319, образовательным стандартом высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, учебным планом учреждения высшего образования по вышеуказанному направлению специальности, учебными программами учреждения высшего образования по следующим учебным дисциплинам: «Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по футболу)», документами, регламентирующими реализацию образовательной программы, интегрированной с образовательными программами среднего специального образования.

Государственный экзамен является одной из обязательных составляющих итоговой аттестации студентов при завершении освоения содержания образовательных программ высшего образования в соответствии с образовательным стандартом высшего образования.

Целью проведения государственного экзамена является определение теоретико-методической и профессиональной подготовленности студента в области футбола.

В процессе государственного экзамена решаются задачи:

- оценка степени освоения студентом учебных дисциплин «Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта», определяющей его профессиональные компетенции;
- оценка умения студента ориентироваться в решении профессиональных ситуационных задач в области футбола, иллюстрировать теоретические положения практическими примерами;
- оценка уровня владения понятийным аппаратом и способности использования научной терминологии;
- оценка умения ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях в области футбола, использовать при ответах междисциплинарные научные знания;
- оценка уровня информационной и коммуникативной культуры выпускника;
- оценка уровня готовности студента к осуществлению основных видов профессиональной деятельности.

Студент должен:

**знать:**

- историю, современное состояние и тенденции развития футбола;

- основные понятия о футболе;
- структуру и функции международных и национальных, государственных и негосударственных органов управления футболом;
- правила спортивных соревнований;
- основные положения системы подготовки футболистов;
- технику и тактику футбола;
- методику физической, технической, тактической и психологической подготовки футболистов;
- цель, задачи и содержание системы подготовки футболистов различной квалификации;
- показатели и критерии спортивного отбора футболистов;
- систему контроля и отбора футболистов;
- периодизацию, структуру, планирование и контроль в футболе;
- соревновательную деятельность футболистов;
- внетренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки футболистов;

**уметь:**

- осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую помощь;
- организовать и судить спортивные соревнования по футболу;
- готовить судей по футболу;
- реализовывать профессиональные компетенции тренера в практической деятельности;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- анализировать технику футбола;
- осуществлять физическую, техническую, тактическую, психологическую подготовку футболистов;
- обучать технике и тактике футбола;
- дифференцировать и индивидуализировать физическую подготовку футболистов;
- регулировать психическое состояние футболистов;
- планировать, проводить, контролировать и корректировать подготовку футболистов различной квалификации;
- организовать и проводить спортивный отбор футболистов;
- контролировать и анализировать соревновательную деятельность футболистов;
- организовать информационное и научно-методическое обеспечение подготовки футболистов;
- выбирать и использовать эффективные средства восстановления футболистов после физической нагрузки и травм;
- взаимодействовать со специалистами смежных профилей;

**владеТЬ:**

- понятийным аппаратом футбола;
- методами страховки и оказания помощи;

- методикой и навыками судейства;
- техникой футбола;
- тактикой футбола;
- методикой технической и тактической подготовки футболистов;
- методиками направленного развития двигательных способностей футболистов;
- педагогическими методами психического регулирования состояния футболистов;
  - методикой спортивного отбора футболистов;
  - методиками планирования учебно-тренировочного процесса футболистов;
  - методами контроля состояния футболистов, тренировочными и соревновательными нагрузками футболистов;
  - методами сбора и анализа информации о соревновательной деятельности футболистов.

Программа государственного экзамена по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по футболу)» носит системный и комплексный характер, интегрируя содержание учебного материала по учебным дисциплинам «Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта» со смежными учебными дисциплинами.

Программа государственного экзамена основана на содержании учебных дисциплин «Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта» и включает в себя следующие разделы:

Раздел I. Введение в специальность.

Раздел II. Правила игры в футбол и методика судейства.

Раздел III. Техника футбола, техническая подготовка и контроль технической подготовленности футболистов.

Раздел IV. Тактика футбола, тактическая подготовка и контроль тактической подготовленности футболистов.

Раздел V. Физические качества, физическая подготовка и контроль физической подготовленности футболистов.

Раздел VI. Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей.

Раздел VII. Психические качества, психологическая подготовка и контроль психологической подготовленности футболистов.

Раздел VIII. Сопряженная, интегральная, теоретическая подготовка футболистов, воспитательная работа с футболистами.

Раздел IX. Система спортивной подготовки юных футболистов.

Раздел X. Система спортивной подготовки квалифицированных футболистов.

Раздел XI. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок футболистов.

Раздел XII. Внетренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки футболистов.

Раздел XIII. Футзал (версия ФИФА).

Раздел XIV. Футзал (версия АМФ).

Раздел XV. Женский футбол.

Раздел XVI. Пляжный футбол.

Раздел XVII. Массовый (любительский) футбол.

Раздел XVIII. Система управления футболом.

Раздел XIX. Организация и проведение спортивных соревнований по футболу.

Раздел XX. Материально-техническое обеспечение подготовки футболистов.

Раздел XXI. Кадровое обеспечение подготовки специалистов по футболу.

Раздел XXII. Научно-методическое и медико-биологическое обеспечение подготовки футболистов.

Раздел XXIII. Антидопинговая политика в современном спорте.

Каждый экзаменационный билет состоит из трех теоретических вопросов, относящихся к различным разделам учебных дисциплин «Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта». В процессе подготовки к сдаче государственного экзамена студенту следует ознакомиться с программой государственного экзамена, что поможет ему сориентироваться, к какой теме относится вопрос, и выстроить логическую структуру ответа.

В информационно-методическую часть программы государственного экзамена включены:

– экзаменационные требования к государственному экзамену (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем);

– критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

### **Раздел I. ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ**

#### **Тема 1. Введение в учебную дисциплину «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта»**

Предмет, задачи и содержание учебной дисциплины. Аттестационные требования. Организация учебных занятий. Права и обязанности студентов.

Характеристика профессиональной деятельности тренера по футболу: организация и содержание работы на различных этапах системы подготовки футболистов. Академические, социально-личностные и профессиональные компетенции специалиста по футболу.

Футбол как вид спорта и зрелище: значение и место футбола в жизни общества, в системе физического воспитания.

#### **Тема 2. Правила безопасности при проведении занятий и спортивных соревнований по футболу**

Правила безопасности перед началом, в процессе и после занятий и игр. Вводный, первичный, повторный, внеплановый, целевой инструктаж. Санитарно-гигиенические требования. Оказание первой помощи при несчастных случаях.

#### **Тема 3. История и современное состояние футбола**

Возникновение футбола. История развития мирового футбола: вторая половина XIX века – 1930 г.; с 1930 г. по настоящее время. Футбол в дореволюционной России и в советский период (1917–1991 гг.).

Футбол в регионе УЕФА (Европейский союз футбольных ассоциаций), КОНМЕБОЛ (Конфедерация футбола Южной Америки), КОНКАКАФ (Конфедерация футбола Северной и Центральной Америки и стран Карибского бассейна), КАФ (Африканская конфедерация футбола), АФК (Азиатская конфедерация футбола), ОФК (Конфедерация футбола Океании): краткие исторические сведения о возникновении и развитии футбола; характеристика основных соревнований; участие в международных официальных спортивных соревнованиях.

Возникновение и развитие футбола в Беларуси; футбол Беларуси в советский период (до 1991 г.).

Современное состояние и перспективы развития футбола в Республике Беларусь: цель и основные задачи, система управления футболом, подготовка сборных команд, профессиональный (нелюбительский) футбол, детско-юношеский футбол, любительский (массовый) футбол, футзал, женский футбол, материально-технической обеспечение, подготовка и повышение квалификации кадров, научно-методическое и медико-биологическое обеспечение, информационное обеспечение, международная деятельность.

## **Раздел II. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ И МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА**

### **Тема 4. Международный совет футбольных ассоциаций (ИФАБ) – орган стандартизации и унификации правил игры в футбол.**

#### **Правила игры в футбол и методика судейства**

Название и состав Совета (Футбольная ассоциация Англии, Футбольная ассоциация Шотландии, Футбольная ассоциация Уэльса, Ирландская футбольная ассоциация и Международная федерация футбола). Цели и задачи Совета в обсуждении и принятии решений по предлагаемым изменениям правил игры.

Заседания Совета: место и сроки ежегодного генерального заседания и ежегодного рабочего совещания; председательствующий на заседании и совещании; обсуждаемые вопросы и принимаемые решения. Процедурные вопросы генерального заседания и рабочего совещания: предлагаемые изменения правил игры; просьбы об экспериментах с правилами игры; форма и сроки подачи предложений. Протоколы: порядок ведения. Кворум и полномочия при голосовании: представительство при обсуждении; согласие не менее трех четвертей присутствующих и имеющих право голоса представителей. Изменения правил игры: согласие не менее трех четвертей присутствующих и имеющих право голоса представителей. Специальные заседания: сроки и место проведения; вопросы, выносимые на обсуждение.

Решения Совета: обязательность для конфедераций и федераций; сроки вступления в силу решений.

Поле для игры. Мяч. Техническая зона. Число игроков. Экипировка игроков. Судья. Помощники судьи. Продолжительность матча. Начало и возобновление игры. Мяч в игре и не в игре. Определение взятия ворот. Положение «вне игры». Нарушения правил и недисциплинированное поведение. Штрафной и свободный удары. 11-метровый удар. Вбрасывание мяча. Удар от ворот. Угловой удар. Процедура определения победителя матча или по итогам матча дома и в гостях. Техническая зона. Четвертый судья и резервный помощник судьи. Сигналы и жесты судей.

### **Тема 5. Организация и содержание подготовки судей по футболу**

Организация и проведение курсов, семинаров, учебно-тренировочных сборов по подготовке и повышению квалификации судей.

Содержание теоретической подготовки: современное состояние футбола, правила игры и методика судейства, основы методики физической и психологической подготовки, просмотр игр и анализ судейства.

Содержание практической подготовки: физическая подготовка, судейство игр.

## **Тема 6. Непосредственная подготовка судей к игре и судейство матча**

Теоретическая подготовка (сбор и анализ информации о предстоящей игре, совершенствование знаний, правил и методики судейства), физическая подготовка.

Инструктаж судьи с помощниками судьи и четвертым судьей перед матчем. Разминка перед матчем. Судейство матча. Оперативный анализ судейства между таймами и принятие решений по судейству во втором тайме. Оформление протокола и других документов до и после матча.

Анализ проведенного судейства. Коррекция подготовки к судейству последующих матчей.

## **Раздел III. ТЕХНИКА ФУТБОЛА, ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И КОНТРОЛЬ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ**

### **Тема 7. Основы техники и технической подготовки футболистов**

Общая характеристика техники, классификация техники, характерные особенности техники современного футбола.

Основы методики обучения и совершенствования техники: задачи, средства (неигровые, 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).

Планирование технической подготовки в отдельном занятии, микроцикле, этапе, периоде, годичном цикле, четырехлетнем цикле.

### **Тема 8. Техника игры и техническая подготовка полевых игроков**

Техника приемов игры, методика обучения и совершенствования: передвижения (бег, прыжки, остановки, повороты); удары по мячу ногой (внутренней стороной стопы, внутренней, средней и внешней частью подъема, носком, пяткой); удары по мячу головой, остановки (прием) мяча (внутренней стороной стопы, средней и внешней частью подъема, подошвой, бедром, грудью, головой); ведение мяча; вбрасывание мяча; отбор мяча (ударом по мячу ногой, остановкой мяча ногой, толчком соперника плечом в плечо); обманные движения (финты).

### **Тема 9. Техника игры и техническая подготовка вратарей**

Техника приемов игры, методика обучения и совершенствования: ловля мяча снизу, сверху, сбоку; отбивание мяча одной и двумя руками; перевод

мяча, бросок мяча. Особенности техники выполнения вратарями приемов игры полевых игроков.

### **Тема 10. Контроль технической подготовленности футболистов**

Цель и задачи контроля технической подготовленности футболистов.

Экспертная оценка как метод контроля технической подготовленности. Требования, предъявляемые к экспертам: компетентность, объективность, согласованность мнений. Количество и точность выполненных действий с мячом в процессе игры, «техничность» (координированность) при их выполнении как основные показатели экспертизы. Проведение экспертизы. Анализ полученных данных и их использование при отборе футболистов и комплектовании команды в тренировочном и соревновательном процессе.

Регистрация технико-тактических действий (ТТД) с мячом в процессе игры как метод контроля технической подготовленности. Определение понятий и классификация ТТД с мячом, стандартизация условий и процедуры регистрации, надежность и информативность показателей количества и эффективности ТТД, регистрация ТТД, обработка полученных данных и их оценка с помощью шкал. Анализ полученных данных и их использование при отборе футболистов и комплектовании команды, в тренировочном и соревновательном процессе.

Тестирование как метод контроля технической подготовленности. Надежность и информативность тестов, стандартизация условий и процедуры выполнения тестов, проведение тестирования, обработка полученных данных и их оценка с использованием шкал. Анализ полученных данных и их использование при отборе футболистов и комплектовании команды, в тренировочном и соревновательном процессе.

## **Раздел IV. ТАКТИКА ФУТБОЛА, ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И КОНТРОЛЬ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ**

### **Тема 11. Основы тактики и тактической подготовки футболистов**

Общая характеристика тактики, классификация тактики, эволюция тактики, характерные особенности тактики современного футбола.

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).

Планирование средств тактической подготовки в отдельном занятии, микроцикле, этапе, периоде, годичном цикле, многолетнем цикле.

## **Тема 12. Тактика игры и тактическая подготовка полевых игроков**

Индивидуальные тактические действия без мяча и с мячом, методика обучения и совершенствования: открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля, закрывание, перехват; прием (остановка), ведение, обводка, удар по воротам, отбор, противодействие передаче, ведению, удару в ворота.

Групповые тактические действия при стандартных положениях, методика обучения и совершенствования: вбрасывание мяча, начальный удар, удар от ворот, спорный мяч, угловой удар, штрафной удар, свободный удар, 11-метровый удар.

Командная тактика, методика обучения и совершенствования: быстрое нападение, позиционное нападение, защита против быстрого нападения, защита против позиционного нападения. Тактика игры защитников, полузащитников, нападающих. Командные тактические системы, используемые в современном футболе: 1-4-4-2, 1-3-5-2, 1-4-3-3, 1-4-5-1, системы с использованием 5 защитников.

## **Тема 13. Тактика игры и тактическая подготовка вратарей**

Действия вратаря при обороне ворот в игровых эпизодах при атаке соперника по флангу и центру поля; методика обучения и совершенствования.

Действия вратаря при обороне ворот при стандартных положениях; методика обучения и совершенствования.

Действия вратаря в атаке в игровых эпизодах и при стандартных положениях; методика обучения и совершенствования.

## **Тема 14. Контроль тактической подготовленности футболистов**

Цель и задачи контроля тактической подготовленности футболистов.

Регистрация действий с мячом и без мяча в процессе игры как метод контроля тактической подготовленности. Определение понятий тактических действий, стандартизация условий и процедуры регистрации, надежность и информативность показателей выполнения действий, регистрация действий, обработка полученных данных и их оценка с помощью шкал. Анализ полученных данных и их использование при отборе футболистов и комплектования команды в соревновательном процессе.

Экспертная оценка как метод контроля тактической подготовленности. Требования, предъявляемые к экспертам: компетентность, объективность, согласованность мнений. Тактическая целесообразность выполнения действий с мячом и без мяча в процессе игры как основной показатель экспертизы. Проведение экспертизы. Анализ полученных данных и их использование при отборе футболистов и комплектовании команды, в тренировочном и соревновательном процессе.

## **Раздел V. ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА, ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И КОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ**

### **Тема 15. Сила, силовая выносливость футболистов и методика их развития**

Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

Задачи: развитие различных силовых качеств, увеличение активной мышечной массы, укрепление соединительной и опорной тканей, улучшение телосложения, обеспечение взаимосвязи силы с владением техникой, с другими физическими качествами.

Основные средства: упражнения с отягощениями, с использованием тренажеров и подсобного оборудования.

Методы повторных, максимальных и динамических усилий.

Параметры нагрузки: величина отягощений, 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.

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

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

### **Тема 16. Быстрота, скоростно-силовые качества футболистов и методика их развития**

Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

Задачи: развитие быстроты двигательных реакций, быстроты движений.

Основные средства: беговые и прыжковые упражнения.

Методы строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный.

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.

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

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

### **Тема 17. Общая (аэробная) выносливость футболистов и методика ее развития**

Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

Задачи: развитие максимального уровня потребления кислорода, способности поддерживать этот уровень длительное время, развитие быстроты развертывания дыхательных процессов до максимальных величин.

Основные средства: бег, другие упражнения циклического характера, специальные неигровые и игровые упражнения.

Методы строго регламентированных упражнений.

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.

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

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

### **Тема 18. Скоростная (анаэробная) выносливость футболистов и методика ее развития**

Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

Задачи: повышение функциональных возможностей фосфокреатинового и гликолитического механизма.

Основные средства: бег, другие упражнения циклического характера, специальные неигровые и игровые упражнения.

Методы: варианты метода строго регламентированного упражнения.

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.

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

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

### **Тема 19. Специальная выносливость футболистов и методика ее развития**

Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

Задачи: повышение уровня всех механизмов энергообеспечения, совершенствование способности переключения от одного механизма энергообеспечения к другим.

Основные средства: игры, игровые тактико-технические и технико-тактические упражнения.

Методы: соревновательный, игровой.

Параметры нагрузки: интенсивность (скорость) выполнения упражнения, время выполнения упражнения, количество повторений упражнения в зависимости от величины нагрузки тренировочного занятия (большой, средней, малой), интервалы отдыха между упражнениями.

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

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

### **Тема 20. Ловкость футболистов и методика ее развития**

Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

Задачи: развитие способности осваивать координационно сложные двигательные действия, развитие способности перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями изменяющейся обстановки.

Основные средства: специальные неигровые и игровые упражнения, игры и игровые упражнения из других видов спорта, средства гимнастики, акробатики и др.

Методы строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный.

Параметры нагрузки: интенсивность (скорость) выполнения упражнения, время выполнения упражнения, количество повторений упражнения в зависимости от величины нагрузки тренировочного занятия (большой, средней, малой), интервалы отдыха между упражнениями.

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

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

### **Тема 21. Гибкость футболистов и методика ее развития**

Определение понятий, характеристика, проявление в тренировочной и соревновательной деятельности.

Задачи: развитие способности выполнять движения с большой амплитудой, развитие эластичности мышц и связок, средства (активные и пассивные упражнения).

Методы строго регламентированных упражнений.

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

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

### **Тема 22. Контроль физической подготовленности футболистов**

Цель и задачи контроля физической подготовленности футболистов.

Тестирование как основной метод контроля физической подготовленности. Тесты контроля силы, быстроты, скоростно-силовых качеств, ловкости (координации), общей, скоростной и специальной выносливости, гибкости. Надежность и информативность тестов, стандартизация условий и процедуры выполнения тестов, проведение тестирования, обработка полученных данных и их оценка с использованием шкал. Анализ полученных данных и их использование при отборе футболистов и комплектовании команды, в тренировочном процессе и управлении командой в игре.

Регистрация показателей общего объема перемещений футболистов в игре и частных объемов скоростных перемещений как метод контроля физической подготовленности футболистов. Определение понятий регистрируемых перемещений, стандартизация условий и процедуры регистрации, надежность и информативность показателей выполнения перемещений. Регистрация перемещений: визуально, с помощью курвиметра, с использованием компьютерных технологий (Amisco, Prozone, Master Coach, Instat Football), обработка полученных данных и их оценка с использованием шкал. Анализ полученных данных и их использование при отборе футболистов в комплектовании команды, в тренировочном и соревновательном процессе.

## **Раздел VI. ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЕЙ**

### **Тема 23. Нормативно-правовое обеспечение деятельности спортивно-оздоровительных лагерей**

Цель и задачи деятельности спортивно-оздоровительных лагерей. Разновидности спортивно-оздоровительных лагерей. Основы организации спортивно-оздоровительных лагерей.

Документы, регламентирующие работу спортивно-оздоровительных лагерей. Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте». Вопросы организации оздоровления детей. Перечень должностей, связанных с осуществлением педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта. Положение о воспитательно-оздоровительном учреждении образования. Положение о спортивно-оздоровительном лагере. Правила безопасности проведения занятий физической культурой и спортом. Вопросы установления денежных норм расходов на питание для лиц, проходящих спортивную подготовку в спортивно-оздоровительных лагерях. Суточные нормы питания при проведении спортивных мероприятий и для лиц, проходящих спортивную подготовку в спортивно-оздоровительных лагерях.

Положение о педагогическом совете спортивно-оздоровительного лагеря. Инструкции по правилам пожарной безопасности, по мерам обеспечения выполнения санитарно-гигиенических требований, по организации купания занимающихся.

Материально-техническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря. Примерный перечень спортивного инвентаря и оборудования для стационарных оздоровительных лагерей. Финансирование спортивно-оздоровительных лагерей.

Санитарно-гигиеническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря. Санитарные нормы и правила. Требования к оздоровительным мероприятиям для детей. Организация питания в условиях спортивно-оздоровительных лагерей. Требования к безопасности занимающихся во время пребывания в лесу, у водоемов, на территории спортивного городка, при самостоятельных занятиях.

### **Тема 24. Планирующая документация спортивно-оздоровительного лагеря**

Планирующая документация в спортивно-оздоровительном лагере. Особенности регулирования труда работников организации физической культуры и спорта. План эвакуации занимающихся. Список инвентаря и оборудования.

Книга приказов по спортивно-оздоровительному лагерю. План работы спортивно-оздоровительного лагеря. График проведения и тематика педагогических советов, методических занятий, рабочих совещаний и др.

Протоколы проведения производственных совещаний, педагогических советов спортивно-оздоровительного лагеря. Список детей с указанием домашнего адреса и телефонов ближайших родственников. График работы сотрудников спортивно-оздоровительного лагеря. График дежурства детей на объектах спортивно-оздоровительного лагеря.

**Тема 25. Организация идеологической, воспитательной, учебно-тренировочной и спортивно-массовой работы в спортивно-оздоровительном лагере**

Организация и формы идеологической и воспитательной работы, культурно-досуговых и спортивно-массовых мероприятий в спортивно-оздоровительном лагере. Содержание планов идеологической, воспитательной и спортивно-массовой работы спортивно-оздоровительного лагеря.

Общие основы периодизации годичной подготовки спортсменов в избранном виде спорта. Организация и содержание общей и специальной физической подготовки в соответствии со спецификой вида спорта в условиях спортивно-оздоровительного лагеря. Количество, продолжительность и место проведения учебно-тренировочных занятий. Направленность, объем и интенсивность тренировочных нагрузок. Восстановительные мероприятия.

Подбор общеразвивающих упражнений для проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Методика составления комплексов общеразвивающих упражнений для подготовительной части учебнотренировочного занятия. Форма записи общеразвивающих упражнений. Содержание организационно-методических указаний.

Организация и проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия.

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

**Раздел VII. ПСИХИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА, ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И КОНТРОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ**

**Тема 26. Психические познавательные процессы футболистов и методика их развития**

Ощущения, восприятия, внимание, память, мышление: характеристика, проявления в тренировочной и соревновательной деятельности; средства и методы развития.

**Тема 27. Психические состояния футболистов и методика их регуляции**

Психические состояния, обусловленные тренировочным процессом: психическая свежесть, монотония, психическое пресыщение, психическое перенапряжение.

Психические состояния, обусловленные соревновательным процессом: предсоревновательные (боевая готовность, стартовая лихорадка, стартовая апатия, состояние самоуспокоенности, предсоревновательная несобранность), собственно-соревновательные (азарт, боевой подъем, спортивная злость, воодушевление, решимость, ярость, состояние «мертвой точки», фрустрация, эмоциональная персевирация), послесоревновательные (радость, разочарование, депрессия, «звездная болезнь»).

Невротические тренировочные и соревновательные состояния: никеофобия (боязнь победы), боязнь поражения, психическая анорексия (потеря аппетита), боязнь повторных травм, диссомнический синдром (потеря сна), обсессия (навязчивые мысли), сенсомоторные иллюзии, синдром чемпиона, психогенная тошнота и рвота, нервная рвота.

Регуляция психических состояний: экзогенные, гетерогенные, эндогенные (аутогенные) методы, психофармакологические препараты.

### **Тема 28. Психология личности футболистов**

Определение понятия (личность). Структура и свойства личности: свойства нервной системы (сила, подвижность, уравновешенность), способности (психомоторные, интеллектуальные, творческие), темперамент (сангвиник, холерик, меланхолик, флегматик), характер, волевые качества (целеустремленность, дисциплинированность, смелость, решительность, настойчивость, упорство, самостоятельность, инициативность, выдержка, самообладание), потребности, мотивы (эмоциональная привлекательность футбола, самоутверждение, соревновательный, благополучия), эмоции, чувства, познавательные процессы.

### **Тема 29. Психология футбольной команды**

Футбольная команда как малая социальная группа: численность, автономность, общегрупповая цель, коллективизм, дифференцированность, структурность.

Формальная (горизонтальная и вертикальная) и неформальная (горизонтальная и вертикальная) структуры команды.

Взаимоотношения в команде: формы (положительные, нейтральные, отрицательные), виды (конкуренции, кооперации), феномены (сплоченность, психологический климат, командно-психическое состояние, сыгранность).

Конфликты в команде: межличностные, межгрупповые, внутриличностные. Управление конфликтами.

### **Тема 30. Психологические особенности личности тренера**

Психолого-педагогическая характеристика деятельности и личности тренера. Личностные качества тренера. Особенности психических состояний тренера в условиях тренировочного процесса и соревнований. Взаимоотношения «тренер – команда».

## **Тема 31. Специальная психологическая подготовка футболистов**

Формирование оптимального психического состояния как основная задача психологической подготовки футболистов к игре. Средства и методы психологической подготовки: вербальные (аутотренинг (самоубеждение, самовнушение и др.), невербальные (контактные, идеомоторные, наивные).

Практическая подготовка к игре как метод и форма психологической подготовки: предигровая тренировка, установка на игру, предигровая разминка, управление командой в ходе игры.

## **Тема 32. Контроль психологической подготовленности футболистов**

Цель и задачи контроля психологической подготовленности.

Контроль психомоторных качеств (быстрота простой реакции, точность реакции выбора, время реакции на движущийся объект, точность оценки микроинтервалов времени, быстрота сложной реакции, максимальный темп движений, статический трепет, динамический трепет).

Контроль типологических свойств нервной системы (сила, подвижность нервных процессов, лабильность нервной системы, уравновешенность нервных процессов).

Контроль показателей личностных качеств (черты характера, показатели мотивации соревновательной деятельности).

Контроль психического состояния (самочувствие, активность, настроение (САН)).

Обработка и анализ полученных данных, их использование при отборе и комплектовании команды, в тренировочном и соревновательном процессах.

## **Раздел VIII. СОПРЯЖЕННАЯ, ИНТЕГРАЛЬНАЯ, ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТОВ, ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ФУТБОЛИСТАМИ**

### **Тема 33. Сопряженная и интегральная подготовка футболистов**

Взаимосвязь техники, тактики, проявления физических и психических качеств.

Сопряженная подготовка (технико-тактическая, техническая и физическая): основные средства (игровые технико-тактические упражнения в малых составах; неигровые специальные упражнения); методы (повторный, игровой); формы организации учебно-тренировочного процесса (комплексные и тематические занятия).

Планирование сопряженной подготовки в учебно-тренировочном занятии, микроцикле (тренировочном, межигровом), периодах и этапах годичного цикла, в многолетнем цикле.

Интегральная подготовка: основные средства (игры, игровые упражнения в больших составах); методы (игровой, соревновательный); формы организации учебно-тренировочного процесса (комплексные и тематические занятия).

Планирование интегральной подготовки в учебно-тренировочном занятии, микроцикл (тренировочном, межигровом), периодах и этапах годичного цикла, в многолетнем цикле.

### **Тема 34. Теоретическая подготовка футболистов**

Теоретическая подготовленность как составная часть интегральной подготовленности футболистов. Задачи и основное содержание теоретической подготовки. Тематическое занятие, теоретическая часть практического занятия, установка на игру, разбор игры как специфические формы теоретической подготовки футболистов.

### **Тема 35. Воспитательная работа с футболистами**

Воспитательная работа как составная часть подготовки футболистов. Задачи воспитательной работы, особенности методов и форм воспитательной работы с детьми, юношами и квалифицированными футболистами.

## **Раздел IX. СИСТЕМА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ**

### **Тема 36. Организационные основы спортивной подготовки юных футболистов**

Цель и задачи системы спортивной подготовки юных футболистов. Специализированные учебно-спортивные учреждения (СУСУ) как основная структура в системе подготовки юных футболистов: управление учреждениями, основные виды деятельности, этапы подготовки футболистов, режим учебнотренировочной работы, штатный состав.

### **Тема 37. Спортивный отбор юных футболистов**

Спортивный отбор на этапах начальной подготовки, специализации и спортивного совершенствования: методики и критерии оценки уровня быстроты, скоростно-силовых качеств, ловкости, игрового мышления; особенности организации отбора на каждом этапе.

### **Тема 38. Начальная подготовка юных футболистов**

Возраст занимающихся, наполняемость и режим учебно-тренировочной работы групп начальной подготовки.

Задачи этапа начальной подготовки: укрепление здоровья, привитие стойкого интереса к занятиям футболом, обучение основам техники и тактики, развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, ловкости, гибкости.

Содержание технической, физической, тактической, психологической, сопряженной и интегральной подготовки. Особенности теоретической и воспитательной работы.

Планирование и организация учебно-тренировочного процесса.

### **Тема 39. Подготовка юных футболистов на этапе специализации**

Возраст занимающихся, наполняемость и режим учебно-тренировочной работы групп специализации.

Задачи этапа специализации: повышение уровня физической подготовленности, прочное освоение современной техники футбола и умение ее эффективно применять в игре; овладение командными тактическими действиями, определение игрового амплуа, приобретение опыта участия в спортивных соревнованиях.

Содержание технической, физической, тактической, психологической, сопряженной и интегральной подготовки. Особенности теоретической и воспитательной работы.

Планирование учебно-тренировочного процесса и участия в спортивных соревнованиях в рамках годичного цикла. Организация учебно-тренировочного процесса.

### **Тема 40. Подготовка юных футболистов на этапе спортивного совершенствования**

Возраст занимающихся, наполняемость и режим учебно-тренировочной работы групп спортивного совершенствования.

Задачи этапа спортивного совершенствования: дальнейшее повышение уровня физической подготовленности, повышение уровня технико-тактического мастерства с учетом индивидуальных особенностей и определившегося игрового амплуа, приобретение опыта участия в международных спортивных соревнованиях.

Содержание технической, физической, тактической, психологической, сопряженной и интегральной подготовки. Особенности теоретической и воспитательной работы.

Планирование учебно-тренировочного процесса и участия в спортивных соревнованиях в рамках годичного цикла. Организация учебно-тренировочного процесса.

### **Тема 41. Подготовка юных вратарей**

Задачи, планирование, содержание технической, физической, тактической, психологической, сопряженной и интегральной подготовки в многолетнем процессе. Особенности организации учебно-тренировочного процесса с вратарями в рамках командных тренировок. Организация индивидуальной подготовки вратарей.

## **Тема 42. Особенности подготовки юных футболистов в специализированных учебно-спортивных учреждениях**

Задачи, планирование, содержание технической, физической, тактической, психологической, сопряженной и интегральной подготовки; организация учебно-тренировочного процесса.

## **Тема 43. Соревновательный процесс в системе подготовки юных футболистов**

Система спортивных соревнований для юных футболистов на различных этапах подготовки.

Непосредственная подготовка юных футболистов к спортивным соревнованиям и управление командой в процессе игры (сбор информации о сопернике, разработка плана игры, предигровая тренировка, установка на игру, предигровая разминка, управление в ходе игры, разбор игры).

## **Раздел X. СИСТЕМА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФУТБОЛИСТОВ**

### **Тема 44. Организационные основы спортивной подготовки квалифицированных футболистов**

Цель, задачи системы спортивной подготовки квалифицированных футболистов. Периодизация спортивной подготовки в годичном цикле. Футбольный клуб как основная структура в системе подготовки квалифицированных футболистов; организация и содержание работы (управление клубом, штатный состав, финансово-хозяйственная деятельность).

### **Тема 45. Отбор и комплектование команд квалифицированных футболистов**

Критерии отбора, методики оценки состояния здоровья, физического развития, физической, технико-тактической и психологической подготовленности. Методика определения потенциальных возможностей квалифицированных футболистов по соотношению исходного уровня и темпов прироста подготовленности.

Организация отбора футболистов и комплектования команды. Особенности отбора и комплектования сборных команд.

### **Тема 46. Подготовка квалифицированных футболистов на общеподготовительном этапе подготовительного периода годичного цикла**

Задачи этапа: восстановление физических кондиций, восстановление навыков выполнения технико-тактических действий, создание функциональной базы для способности переносить большие по объему и интенсивности нагрузки.

Содержание технической, физической, тактической, психологической, сопряженной и интегральной, теоретической подготовки.

Планирование и организация подготовки в условиях материально-технической базы клуба.

**Тема 47. Подготовка квалифицированных футболистов  
на специально-подготовительном и предсоревновательном этапах  
подготовительного периода годичного цикла**

Задачи этапа: повышение уровня физической подготовленности, увеличение (расширение) возможностей основных функциональных систем организма, развитие и совершенствование технико-тактических навыков, повышение уровня волевых качеств и способности переносить большие нагрузки, создание готовности каждого игрока и команды в целом для успешного выступления в спортивных соревнованиях.

Содержание технической, физической, тактической, психологической, сопряженной и интегральной, теоретической подготовки.

Планирование и организация подготовки в условиях материально-технической базы клуба и при выезде на учебно-тренировочные сборы.

**Тема 48. Подготовка квалифицированных футболистов  
в соревновательном периоде годичного цикла**

Задачи этапа: достижение и сохранение высокого уровня подготовленности, максимальная реализация достигнутого уровня подготовленности каждого игрока и команды в целом для решения задач, поставленных на сезон.

Содержание технической, физической, тактической, психологической, сопряженной и интегральной, теоретической подготовки.

Планирование и организация подготовки в зависимости от календаря официальных соревнований и динамики уровня различных сторон подготовленности.

**Тема 49. Подготовка квалифицированных вратарей  
в различные периоды годичного цикла**

Содержание технической, физической, тактической, психологической, сопряженной и интегральной, теоретической подготовки.

Организация и планирование учебно-тренировочного процесса с вратарями в рамках командных тренировок. Организация индивидуальной подготовки вратарей.

**Тема 50. Переходный период в структуре годичного  
цикла подготовки квалифицированных футболистов**

Направленность содержания переходного периода: снятие эмоционального напряжения и физического утомления после соревновательных

нагрузок, обеспечение восстановления, обобщение и анализ результатов подготовки и участия в спортивных соревнованиях прошедшего сезона.

Организация переходного периода в условиях командных и индивидуальных занятий.

### **Тема 51. Соревновательный процесс в системе подготовки квалифицированных футболистов**

Система спортивных соревнований для квалифицированных футболистов.

Непосредственная подготовка квалифицированных футболистов к спортивным соревнованиям и управление командой в процессе игры (сбор информации о сопернике, разработка плана игры, предигровая тренировка, установка на игру, предигровая разминка, управление в ходе игры, разбор игры).

## **Раздел XI. КОНТРОЛЬ ТРЕНИРОВОЧНЫХ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ НАГРУЗОК ФУТБОЛИСТОВ**

### **Тема 52. Контроль тренировочных нагрузок по величине**

Цель и задачи контроля выполнения тренировочных нагрузок по величине.

Классификация и характеристика тренировочных нагрузок по величине: максимальная, большая, средняя, малая. Показатели величины нагрузок: педагогические, физиологические. Методика регистрации показателей величины нагрузок.

Использование данных о величине нагрузок при планировании и проведении тренировочного процесса.

### **Тема 53. Контроль тренировочных нагрузок по направленности на развитие физических качеств**

Цель и задачи контроля тренировочных нагрузок по направленности на развитие физических качеств.

Классификация и характеристика тренировочных нагрузок по направленности на развитие физических качеств: скоростно-силовая (анаэробная алактатная), общая (аэробная) выносливость, скоростная (анаэробная гликолитическая) выносливость, специальная (аэробно-анаэробная) выносливость, силовая (анаболитическая). Показатели нагрузок по направленности на развитие физических качеств: педагогические, физиологические.

Методика регистрации показателей направленности нагрузок на развитие физических качеств.

Использование данных о нагрузках по направленности на развитие физических качеств при планировании и проведении тренировочного процесса.

### **Тема 54. Контроль тренировочных нагрузок по направленности на совершенствование технико-тактического мастерства**

Цель и задачи контроля тренировочных нагрузок по направленности на совершенствование технико-тактического мастерства.

Классификация и характеристика тренировочных нагрузок по направленности на совершенствование технико-тактического мастерства: техническая, технико-тактическая, тактико-техническая.

Методика регистрации показателей направленности нагрузок на совершенствование технико-тактического мастерства.

Использование данных о нагрузках по направленности на совершенствование технико-тактического мастерства при планировании и проведении тренировочного процесса.

### **Тема 55. Контроль соревновательных нагрузок**

Цель и задачи контроля соревновательных нагрузок.

Показатели соревновательных нагрузок: внешние (общий объем и длительность перемещений футболистов в игре, частные объемы и длительность перемещений футболистов с различной скоростью в игре), биологические (частота сердечных сокращений, расход энергии, изменение веса тела футболистов в игре).

Методика регистрации соревновательных нагрузок: визуально, с использованием мониторов сердечного ритма, с использованием компьютерных технологий (Amisco, Prozone, Master Coach, Instat Football).

Использование данных о соревновательных нагрузках при планировании и проведении тренировочного и соревновательного процессов.

## **Раздел XII. ВНЕТРЕНИРОВОЧНЫЕ И ВНЕСОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ**

### **Тема 56. Тренировка в горах и искусственная гипоксия в системе подготовки футболистов**

Среднегорье, высокогорье и искусственная гипоксия как факторы повышения эффективности соревновательной деятельности футболистов и повышение результативности их участия в играх, проводимых на равнине.

Горный климат и его особенности. Адаптация спортсмена к высотной гипоксии. Оптимальная высота для горной подготовки.

Тренировка в горах в системе годичной подготовки и при непосредственной подготовке к спортивным соревнованиям.

Продолжительность и структура тренировочного цикла.

### **Тема 57. Тренировка футболистов в условиях нарушения циркадных ритмов**

Суточные изменения состояния организма спортсмена. Тренировка и игры футболистов в разное время суток. Десинхронизация и ресинхронизация циркадных ритмов организма спортсменов после дальних перелетов. Перемещения к местам спортивных соревнований и «дорожная усталость».

### **Тема 58. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки футболистов**

Средства восстановления и стимуляции работоспособности в подготовке футболистов: педагогические, психологические, медико-биологические.

Основные направления использования и планирование средств восстановления и стимуляции работоспособности в процессе подготовки футболистов.

### **Тема 59. Диетологическое и фармакологическое обеспечение в системе подготовки футболистов**

Основы сбалансированного питания футболистов. Использование витаминов, минералов, стимуляторов растительного происхождения, диетических добавок. Питьевой режим. Особенности питания юных футболистов. Фармакологическое обеспечение процесса подготовки футболистов.

## **Раздел XIII. ФУТЗАЛ (ВЕРСИЯ ФИФА)**

### **Тема 60. История и современное состояние футзала**

Краткие исторические сведения о возникновении и развитии футзала. Современное состояние футзала в мире и Республике Беларусь. Характеристика соревновательной деятельности.

### **Тема 61. Правила игры и методика судейства**

Площадка для игры. Мяч. Число игроков. Экипировка игроков. Судья. Второй судья. Хронометрист и третий судья. Продолжительность матча. Начало и возобновление игры. Мяч в игре и не в игре. Метод ведения счета голов. Нарушение правил и недисциплинированное поведение игроков. Штрафной и свободный удары. Набранные нарушения. Пенальти. Удары мяча с боковой линии. Бросок от ворот. Угловой удар. Процедуры определения победителя матча (дополнительное время, удары с 6-метровой отметки). Жесты и сигналы судей.

## **Тема 62. Особенности подготовки и участия в спортивных соревнованиях игроков в футзал**

Особенности техники, тактики, проявления физических и психических качеств в структуре соревновательной деятельности футзалистов.

Особенности методики обучения и совершенствования техники и тактики: задачи, средства (неигровые, игровые технико-тактические упражнения), методы (повторный, игровой, соревновательный), формы организации учебнотренировочного процесса (урок и неурочные формы, комплексные и тематические занятия, групповые и индивидуальные занятия).

Особенности методики развития физических качеств (силы, быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости, гибкости): задачи, средства, методы, формы организации учебно-тренировочного процесса.

Планирование учебно-тренировочного процесса в микроциклах, на этапах и в периодах годичного цикла.

Непосредственная подготовка футзалистов к спортивным соревнованиям и управление командой в процессе игры (сбор информации о сопернике, разработка плана игры, предигровая тренировка, предигровая разминка, управление в ходе игры, разбор игры).

## **Раздел XIV. ФУТЗАЛ (ВЕРСИЯ АМФ)**

### **Тема 63. История и современное состояние футзала**

Краткие исторические сведения о возникновении и развитии футзала. Современное состояние футзала в мире и Республике Беларусь. Характеристика соревновательной деятельности.

### **Тема 64. Правила игры и методика судейства**

Площадка для игры. Мяч. Численность игроков. Экипировка игроков. Продолжительность игры. Начало и возобновление игры. Мяч в игре и не в игре. Засчитанный гол. Нарушение правил и недисциплинированное поведение. Командные фолы. Штрафной удар. Пенальти. Бросок от ворот. Вбрасывание из-за боковой линии. Угловой удар. Послематчевые удары с шестиметровой отметки. Судья. Хронометрист и протоколист. Жесты и сигналы судей.

### **Тема 65. Особенности подготовки и участия в спортивных соревнованиях игроков в футзал**

Особенности техники, тактики, проявления физических и психических качеств в структуре соревновательной деятельности футзалистов.

Особенности методики обучения и совершенствования техники и тактики: задачи, средства (неигровые, игровые технико-тактические упражнения), методы (повторный, игровой, соревновательный), формы

организации учебно-тренировочного процесса (урок и неурочные формы, комплексные и тематические занятия, групповые и индивидуальные занятия).

Особенности методики развития физических качеств (силы, быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости, гибкости): задачи, средства, методы, формы организации учебно-тренировочного процесса.

Планирование учебно-тренировочного процесса в микроциклах, на этапах и в периодах годичного цикла.

Непосредственная подготовка футзалистов к спортивным соревнованиям и управление командой в процессе игры (сбор информации о сопернике, разработка плана игры, предигровая тренировка, предигровая разминка, управление в ходе игры, разбор игры).

## **Раздел XV. ЖЕНСКИЙ ФУТБОЛ**

### **Тема 66. История и современное состояние женского футбола**

Краткие исторические сведения о возникновении и развитии женского футбола. Современное состояние женского футбола в мире и Республике Беларусь.

### **Тема 67. Особенности подготовки и участия в спортивных соревнованиях игроков женского футбола**

Особенности техники, тактики, проявления физических и психических качеств в структуре соревновательной деятельности.

Особенности методики обучения и совершенствования техники и тактики: задачи, средства (неигровые, игровые технико-тактические упражнения), методы (повторный, игровой, соревновательный), формы организации учебно-тренировочного процесса (урок и неурочные формы, комплексные и тематические занятия, групповые и индивидуальные занятия).

Особенности методики развития физических качеств (силы, быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости, гибкости): задачи, средства, методы, формы организации учебно-тренировочного процесса.

Планирование учебно-тренировочного процесса в микроциклах, на этапах и в периодах годичного цикла.

Непосредственная подготовка к спортивным соревнованиям и управление командой в процессе игры (сбор информации о сопернике, разработка плана игры, предигровая тренировка, предигровая разминка, управление в ходе игры, разбор игры).

## **Раздел XVI. ПЛЯЖНЫЙ ФУТБОЛ**

### **Тема 68. История и современное состояние пляжного футбола**

Краткие исторические сведения о возникновении и развитии пляжного футбола. Современное состояние в мире и Республике Беларусь пляжного футбола. Характеристика соревновательной деятельности.

## **Тема 69. Правила игры и методика судейства**

Площадка. Мяч. Число игроков. Экипировка игроков. Судья и второй судья. Хронометрист и третий судья. Продолжительность игры. Начало и возобновление игры. Мяч в игре и не в игре. Метод определения забитого гола. Нарушение правил и недисциплинированное поведение. Штрафные удары. Девятиметровый удар. Ввод мяча с боковой линии. Бросок от ворот. Двойная обратная передача вратарю. Угловой удар. Процедуры определения победителей матча. Сигналы и жесты судей.

## **Тема 70. Особенности подготовки и участия в спортивных соревнованиях игроков пляжного футбола**

Особенности техники, тактики, проявления физических и психических качеств в структуре соревновательной деятельности.

Особенности методики обучения и совершенствования техники и тактики: задачи, средства (неигровые, игровые технико-тактические упражнения), методы (строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный), формы организации учебно-тренировочного процесса (урок и неурочные формы, комплексные и тематические занятия, групповые и индивидуальные занятия).

Особенности методики развития физических качеств (силы, быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости, гибкости): задачи, средства, методы, формы организации учебно-тренировочного процесса.

Планирование учебно-тренировочного процесса в микроциклах, на этапах и в периодах годичного цикла.

Непосредственная подготовка к спортивным соревнованиям и управление командой в процессе игры (сбор информации о сопернике, разработка плана игры, предигровая тренировка, предигровая разминка, управление в ходе игры, разбор игры).

## **Раздел XVII. МАССОВЫЙ (ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ) ФУТБОЛ**

### **Тема 71. Организация и содержание занятий по футболу в учреждениях образования и в производственных коллективах**

Футбол как средство физического воспитания в учреждениях общего среднего образования, учреждениях среднего специального образования, учреждениях высшего образования. Организация и содержание уроков физической культуры и здоровья с использованием средств футбола. Организация и содержание секционных занятий по футболу в учреждениях образования, в производственных коллективах, по месту жительства.

Подготовка к спортивным соревнованиям и участие в них футболистов-любителей.

**Тема 72. Организация и содержание занятий по футболу с различными категориями инвалидов**

Организация и содержание занятий по футболу с различными категориями инвалидов: слабовидящими, totally слепыми, больными церебральным параличом, глухонемыми, ампутантами, больными с особенностями психофизического развития.

Подготовка к спортивным соревнованиям и участие в них команд инвалидов.

**Раздел XVIII. СИСТЕМА УПРАВЛЕНИЯ ФУТБОЛОМ**

**Тема 73. Международная федерация футбольных ассоциаций (ФИФА) и региональные конфедерации – органы управления футболом в мире и регионах**

Международная федерация футбольных ассоциаций (ФИФА), Европейский союз футбольных ассоциаций (УЕФА), Конфедерация футбола Южной Америки (КОНМЕБОЛ), Конфедерация футбола Северной и Центральной Америки и стран Карибского бассейна (КОНКАКАФ), Африканская конфедерация футбола (КАФ), Азиатская конфедерация футбола (АФК), Конфедерация футбола Океании (ОФК) – органы управления и развития футбола в мире и регионах: структура и основные направления деятельности.

**Тема 74. Органы управления футболом в Республике Беларусь**

Ассоциация «Белорусская федерация футбола» (АБФФ) – объединение юридических лиц для осуществления функций руководства футболом в Республике Беларусь: структура и основные направления деятельности. Региональные федерации футбола. Руководство развитием футбола в Республике Беларусь со стороны государственных организаций.

**Тема 75. Лицензирование футбольных клубов**

Лицензирование как форма управления деятельностью футбольных клубов. Правила УЕФА по лицензированию футбольных клубов Европы.

Лицензирование футбольных клубов в Республике Беларусь: организация (процедура, лицензиар, соискатель лицензии и лицензия); содержание (соответствие по спортивным, кадровым, инфраструктурным, юридическим и финансовым критериям).

## **Раздел XIX. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФУТБОЛУ**

### **Тема 76. Система спортивных соревнований футболистов**

Международные спортивные соревнования для мужчин: для сборных команд (чемпионат мира для национальных команд, Кубок конфедераций для национальных команд, футбольный турнир Олимпийских игр, чемпионат мира для юниоров (И-20), чемпионат мира для юношей (И-17), чемпионат Европы для национальных команд, чемпионат Европы для молодежных команд (И-21), чемпионат Европы для юниорских команд (И-19), чемпионат Европы для юношеских команд (И-17); для клубных команд (чемпионат мира, Кубок наций Данон (И-12,13), Лига чемпионов УЕФА, Лига Европы УЕФА, Суперкубок УЕФА, Кубок регионов УЕФА).

Международные спортивные соревнования для женщин: для сборных команд (чемпионат мира для национальных команд, футбольный турнир Олимпийских игр, чемпионат мира для юниорок (И-20), чемпионат мира для девушек (И-17)), чемпионат Европы для национальных команд, чемпионат Европы для юниорок (И-19), чемпионат Европы для девушек (И-17)); для клубных команд (Лига чемпионов УЕФА).

Международные спортивные соревнования для мужчин по футзалу (версия ФИФА): чемпионат мира для национальных команд, чемпионат Европы для национальных команд, Кубок УЕФА для клубных команд.

Международные спортивные соревнования для мужчин по пляжному футболу: чемпионат мира.

Характеристика спортивных соревнований по футболу, проводимых в Республике Беларусь: чемпионат страны для команд высшей (основного и дублирующего составов), первой и второй лиг; чемпионат страны по футзалу для команд высшей и первой лиг; чемпионат страны для женщин; чемпионат страны по пляжному футболу; юношеские первенства среди футболистов 14–18 лет; чемпионаты областей и города Минска; районные спортивные соревнования по футболу.

### **Тема 77. Организация и проведение спортивных соревнований по футболу**

Регламент (положение) как документ, определяющий организацию и проведение спортивных соревнований по футболу.

Цель и задачи спортивных соревнований по футболу. Участники спортивных соревнований. Организация игр по футболу. Календарь игр. Условия проведения матча. Места проведения игр. Судейство и инспектирование игр. Протесты. Определение мест команд в турнирной таблице. Награждение победителя и призеров соревнований. Ответственность участников соревнований. Финансовые условия участия в спортивных соревнованиях. Заявка на участие в спортивных соревнованиях и порядок ее оформления. Организация трансляций матчей по радио и телевидению.

## **Тема 78. Инспектирование игр по футболу**

Инспектирование как форма контроля организации и проведения игр по футболу. Оценка судейства. Оценка Fair Play. Разбор судейства. Оформление документов инспектирования.

## **Раздел XX. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ**

### **Тема 79. Строительство и эксплуатация футбольных полей и площадок**

Строительство футбольных полей и площадок с газонным и искусственным типом покрытия, основные виды работ по их эксплуатации. Инвентарь и оборудование полей и площадок, уход за ними. Непосредственная подготовка полей и площадок к проведению учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований.

### **Тема 80. Материально-техническое обеспечение спортивных соревнований и подготовки футболистов**

Технические средства подготовки и контроля уровня подготовленности футболистов (тренажеры, мониторы сердечного ритма, ИСВИ-1, эрготаймер, контактные площадки).

Игровая и тренировочная форма и инвентарь футболистов, эксплуатация и уход за ними.

Компьютерные системы контроля и анализа соревновательной деятельности футболистов: Amisco, Prozone, Master Coach, Instat Football .

## **Раздел XXI. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФУТБОЛУ**

### **Тема 81. Подготовка, переподготовка и повышение квалификации специалистов по футболу в учреждениях образования**

Подготовка специалистов по футболу в учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» и училищах олимпийского резерва. Переподготовка и повышение квалификации специалистов по футболу в Институте повышения квалификации и переподготовки руководящих работников и специалистов физической культуры, спорта и туризма учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Проведение семинаров, конференций и симпозиумов по вопросам подготовки специалистов по футболу.

**Тема 82. Подготовка и повышение квалификации тренеров по футболу в соответствии с тренерской конвенцией УЕФА и программой УЕФА по обучению тренеров**

Тренерская конвенция УЕФА. Программа УЕФА по обучению тренеров. Национальная программа по обучению тренеров. Прием на курсы. Соответствие национального тренерского диплома дипломам УЕФА.

**Раздел XXII. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ**

**Тема 83. Организация и основные направления научно-методической работы в области футбола**

Организация научно-методической работы в Республике Беларусь. Государственное учреждение «Республиканский научно-практический центр спорта» организующий научно-исследовательскую работу в сфере физической культуры и спорта в Республике Беларусь.

Контроль уровня подготовленности футболистов, контроль соревновательной деятельности футболистов, контроль тренировочных нагрузок футболистов, совершенствование методик различных сторон подготовленности футболистов – основные направления научно-методической работы в сфере футбола.

Организация научно-методического обеспечения в рамках многолетнего процесса подготовки юных футболистов. Программы оперативных, текущих и этапных обследований. Функциональные обязанности тренеров и методистов спортивных школ.

Организация научно-методического обеспечения футболистов сборных и клубных команд. Функциональные обязанности тренеров по научно-методическому обеспечению. Программы оперативных, текущих и этапных обследований.

**Тема 84. Научно-исследовательская работа студентов**

Подготовка к исследованию: выбор темы, определение задач, разработка гипотезы и плана исследований, подбор испытуемых, организация исследований; проведение исследований: изучение источников литературы, опрос, педагогические наблюдения, хронометрирование, тестирование, педагогический эксперимент, обработка результатов исследования; представление результатов исследований в виде курсовых работ.

**Тема 85. Медико-биологическое обеспечение подготовки футболистов**

Организация восстановительных мероприятий в рамках макро-, мезо- и микроциклов тренировочного и соревновательного процессов.

Организация контроля физического развития и функционального состояния футболистов в процессе проведения углубленных (этапных), текущих и оперативных обследований футболистов.

Организация медицинского обеспечения в соответствии с требованиями регламентов спортивных соревнований по футболу. Характеристика работы медицинского персонала футбольных команд и бригад скорой помощи.

## **Раздел XXIII. АНТИДОПИНГОВАЯ ПОЛИТИКА В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ**

### **Тема 86. Международно-правовая и национальная системы противодействия допингу в спорте**

Международно-правовые основы антидопингового регулирования. Общие принципы борьбы с допингом. Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые стандарты. Международные организации в сфере антидопингового контроля: ВАДА, МОК. Система нормативно-правовых актов в области антидопингового регулирования в Республике Беларусь. Национальная система противодействия допингу в спорте.

Нормативные акты, регулирующие принципы борьбы с допингом, процедуру допинг-контроля, правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена.

### **Тема 87. Процедура допинг-контроля**

Процедура допинг-контроля для крови и мочи. Выборы спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата. Права и обязанности спортсменов. Принцип «строгой ответственности». Роль и обязанности обслуживающего персонала. Осуществление управления результатами. Биологический паспорт спортсмена.

### **Тема 88. Нарушения антидопинговых правил и их последствия**

Понятие и виды нарушений антидопинговых правил. Виды нарушений антидопинговых правил. Тренинг «Личная ответственность спортсмена и персонала».

Ответственность за применение допинга в законодательстве Республики Беларусь и международной практике. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между ВАДА и органами уголовного преследования.

Особенности международно-правовой и национальной систем противодействия допингу в спорте.

### **Тема 89. Профилактические антидопинговые мероприятия**

Общие принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы. Современные принципы антидопинговой

профилактической деятельности. Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий. Лучшие практики антидопингового образования. Важность антидопингового образования. Процесс антидопингового обеспечения в конкретной организации.

Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий. Основные задачи, решаемые в процессе разработки технологий антидопинговой профилактики. Особенности реализации олимпийского образования в контексте проведения антидопинговой профилактической работы с юными спортсменами. Информационно-пропагандистская деятельность и роль различных средств массовой информации в профилактической антидопинговой работе. Направления разработки моделей подготовки и переподготовки педагогических кадров с выраженной профилактико-антидопинговой составляющей.

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

#### к государственному экзамену

по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по футболу)»

*(список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем)*

<b>№ раздела</b>	<b>№ темы</b>	<b>Формулировка вопроса</b>
I	1	Значение и место футбола как вида спорта и зрелища в жизни общества, в системе физического воспитания
I	3	Возникновение и история развития мирового футбола: вторая половина XIX века – 1930 г.
I	3	История развития мирового футбола: с 1930 г. по настоящее время
I	3	Футбол в России и в СССР: 1917–1991 гг.
I	3	Футбол в регионах УЕФА, КОНМЕБОЛ, КОНКАКАФ, КАФ, АФК и ОФК
I	3	История футбола Беларуси и современное его состояние
II	4	Международный совет (ИФАБ) – орган стандартизации и унификации правил игры в футбол
II	4	Правила игры: поле для игры, техническая зона, мяч, число игроков, экипировка игроков
II	4	Правила игры и методика судейства: судья, помощники судьи, резервный судья, продолжительность игры, начало и возобновление игры
II	4	Правила игры и методика судейства: мяч в игре и не в игре, определение взятия ворот, положение «вне игры»
II	4	Правила игры и методика судейства: нарушения правил и недисциплинированное поведение игроков
II	4	Правила игры и методика судейства: штрафной и свободный удары, 11-метровый удар, вбрасывание мяча, удар от ворот, угловой удар, процедура определения победителя матча по итогам игр дома и в гостях
II	5	Организация и содержание подготовки судейских кадров по футболу. Подготовка судей к игре, судейство матча, оформление и представление необходимых документов и информации
III	7	Общая характеристика и классификация техники футбола
III	7	Основы методики обучения и совершенствования техники футбола

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
III	8	Техника передвижений; методика обучения и совершенствования
III	8	Техника ударов по мячу внутренней стороной стопы, носком, пяткой; методика обучения и совершенствования
III	8	Техника ударов по мячу подъемом; методика обучения и совершенствования
III	8	Техника ударов по мячу головой; методика обучения и совершенствования
III	8	Техника остановок (приема) мяча ногой; методика обучения и совершенствования
III	8	Техника остановок (приема) мяча головой, грудью, животом; методика обучения и совершенствования
III	8	Техника ведения и вбрасывания мяча; методика обучения и совершенствования
III	8	Техника отбора мяча; методика обучения и совершенствования
III	8	Техника обводки и обманных действий; методика обучения и совершенствования
III	9	Техника игры вратаря: ловля мяча; методика обучения и совершенствования
III	9	Техника игры вратаря: отбивание, переводы и броски мяча; методика обучения и совершенствования
III	10	Контроль технической подготовленности футболистов
IV	11	Общая характеристика тактики футбола, классификация тактики, эволюция тактики
IV	11	Основы методики обучения и совершенствования тактики футбола
IV	12	Индивидуальные тактические действия без мяча: открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля, закрывание, перехват; методика обучения и совершенствования
IV	12	Индивидуальные тактические действия с мячом: прием (остановка), ведение, обводка, удар в ворота; методика обучения и совершенствования
IV	12	Индивидуальные тактические действия: отбор, противодействие передаче, ведению, удару в ворота; методика обучения и совершенствования
IV	12	Групповые тактические действия при стандартных положениях: вбрасывание мяча, начальный удар, удар от ворот, спорный мяч; методика обучения и совершенствования

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
IV	12	Групповые тактические действия при стандартных положениях: угловой, штрафной, свободный и 11-метровый удары; методика обучения и совершенствования
IV	12	Групповые тактические действия в игровых эпизодах: «игра в одно касание», «скрещивание», «смена мест», «пропуск мяча»; методика обучения и совершенствования
IV	12	Групповые тактические действия в игровых эпизодах: «страховка», создание искусственного положения «вне игры», противодействие комбинациям «игра в одно касание», «скрещивание», «смена мест», «пропуск мяча»; методика обучения и совершенствования
IV	12	Командная тактика: быстрое нападение, позиционное нападение; методика обучения и совершенствования
IV	12	Командная тактика: защита против быстрого и позиционного нападения; методика обучения и совершенствования
IV	12	Тактика игры защитников; методика обучения и совершенствования
IV	12	Тактика игры полузащитников; методика обучения и совершенствования
IV	12	Тактика игры нападающих; методика обучения и совершенствования
IV	13	Тактика игры вратаря; методика обучения и совершенствования
IV	14	Контроль тактической подготовленности футболистов
V	15	Сила футболистов; методика ее развития
V	16	Быстрота и скоростно-силовые качества футболистов, методика их развития
V	17	Общая (аэробная) выносливость, методика ее развития у футболистов
V	18	Скоростная (анаэробная) выносливость, методика ее развития у футболистов
V	19	Специальная (аэробно-анаэробная) выносливость футболистов, методика ее развития
V	20	Ловкость футболистов и методика ее развития
V	21	Гибкость футболистов и методика ее развития
V	22	Контроль физической подготовленности футболистов
VI	25	Организация воспитательной, учебно-тренировочной и спортивно-массовой работы в спортивно-оздоровительном лагере

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
VII	26	Психические познавательные процессы футболистов: ощущения, восприятия, внимание, память, мышление; методика их развития
VII	27	Психические состояния футболистов, обусловленные соревновательным процессом
VII	28	Психические свойства личности футболистов: способности, темперамент, характер, воля, мотивы
VII	29	Общение и коллектив футболистов, формирование социально-психологического климата в команде
VII	31	Специальная психологическая подготовка (психологическая подготовка к конкретному спортивному соревнованию) футболистов
VIII	33	Взаимосвязь техники, тактики, проявления физических и психических качеств; сопряженная и интегральная подготовка футболистов
VIII	34	Теоретическая подготовка футболистов
VIII	35	Воспитательная работа с футболистами
XI	36	Цель и задачи системы спортивной подготовки юных футболистов; организация и содержание работы отделений футбола специализированных учебно-спортивных
XI	37	Спортивный отбор юных футболистов на различных этапах спортивной подготовки
XI	38	Задачи, планирование, содержание и организация начальной подготовки юных футболистов (8–10 лет)
XI	39	Задачи, планирование, содержание и организация подготовки юных футболистов на этапе начальной (11–13 лет) и углубленной специализации (14–15 лет)
XI	40	Задачи, планирование, содержание и организация подготовки юных футболистов на этапе спортивного совершенствования (16–18 лет)
XI	41	Задачи, планирование, содержание и организация подготовки юных вратарей
XI	42	Особенности подготовки юных футболистов в специализированных учебно-спортивных учреждениях
XI	43	Система спортивных соревнований для юных футболистов
X	44	Цель, задачи системы спортивной подготовки квалифицированных футболистов; футбольный клуб как основная структура системы подготовки квалифицированных футболистов: организация и содержание работы
X	45	Отбор и комплектование команд квалифицированных футболистов

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
X	46	Задачи, планирование, содержание и организация подготовки квалифицированных футболистов на общеподготовительном этапе подготовительного периода годичного цикла
X	47	Задачи, планирование, содержание и организация подготовки квалифицированных футболистов на специально-подготовительном этапе подготовительного периода годичного цикла
X	48	Задачи, планирование, содержание и организация подготовки квалифицированных футболистов в соревновательном периоде годичного цикла
X	50	Задачи, планирование, содержание и организация переходного периода годичного цикла подготовки квалифицированных футболистов
X	51	Подготовка квалифицированных футболистов к спортивным соревнованиям и управление командой в ходе соревнований
XI	52	Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок футболистов
XII	58	Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки футболистов
XIII	60	История и современное состояние футзала (версия ФИФА)
XIII	61	Правила игры в футзал и методика судейства: площадка для игры, мяч, число игроков, экипировка игроков, судья, второй судья, хронометрист и третий судья, продолжительность игры, начало и возобновление игры, мяч в игре и не в игре (версия ФИФА)
XIII	61	Правила игры в футзал и методика судейства: нарушение правил и недисциплинированное поведение, штрафной и свободный удары, набранные нарушения, пенальти и послематчевые удары с 6-метровой отметки, удар с боковой линии, бросок от ворот, угловой удар (версия ФИФА)
XIII	62	Особенности соревновательной деятельности и подготовки игроков в футзал (версия ФИФА)
XV	66	История и современное состояние женского футбола
XV	67	Особенности соревновательной деятельности и подготовки игроков в женском футболе
XVI	70	Особенности подготовки и участия в спортивных соревнованиях игроков пляжного футбола
XVII	71	Организация и содержание занятий по футболу в учреждениях образования и в производственных коллективах
XVIII	73	ФИФА и региональные конфедерации (УЕФА, КОНМЕБОЛ, КОНКАКАФ, КАФ, АФК, ОФК) – органы управления футболом в мире и регионах

<b>№ раздела</b>	<b>№ темы</b>	<b>Формулировка вопроса</b>
XVIII	74	Ассоциация «Белорусская федерация футбола» – орган руководства футболом в Беларуси. Государственные органы по развитию футбола
XVIII	75	Лицензирование футбольных клубов Республики Беларусь
XIX	77	Организация и проведение спортивных соревнований по футболу
XIX	76	Система спортивных соревнований футболистов
XX	79	Строительство и эксплуатация футбольных полей и площадок
XX	80	Материально-техническое обеспечение спортивных соревнований и подготовки футболистов
XXI	81	Подготовка, переподготовка и повышение квалификации специалистов по футболу
XXII	84	Научно-методическая работа по футболу: организация и основные направления исследований
XXIII	89	Профилактические антидопинговые мероприятия в футболе на уровне клубов и сборных команд

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ  
ПО 10-БАЛЛЬНОЙ ШКАЛЕ НА ГОСУДАРСТВЕННОМ ЭКЗАМЕНЕ**  
по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-  
педагогическая деятельность (тренерская работа по футболу)»

Баллы	Показатели оценки
10 (десять)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы;</li> <li>– точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;</li> <li>– выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности;</li> <li>– правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в теориях, концепциях, направлениях в области футбола, давать им критическую оценку, использовать научные знания других учебных дисциплин;</li> <li>– высший уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
9 (девять)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена;</li> <li>– точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;</li> <li>– способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности;</li> <li>– правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в области футбола, давать им критическую оценку;</li> <li>– очень высокий уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
8 (восемь)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по поставленным вопросам в объеме программы государственного экзамена;</li> <li>– корректное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;</li> <li>– способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности;</li> <li>– правильное решение ситуационных профессиональных задач и достаточно полное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях, направлениях в области футбола;</li> <li>– высокий уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
7 (семь)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена;</li> <li>– уверенное использование научной терминологии, лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопрос, умение делать обоснованные выводы;</li> <li>– способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности;</li> </ul>

Баллы	Показатели оценки
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– решение ситуационных профессиональных задач и краткое обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в области футбола;</li> <li>– хороший уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
6 (шесть)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– достаточно полные и систематизированные знания в объеме программы государственного экзамена;</li> <li>– использование необходимой научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;</li> <li>– способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности;</li> <li>– решение ситуационных профессиональных задач и неполное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в области футбола;</li> <li>– хороший уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
5 (пять)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– достаточные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;</li> <li>– неполное решение ситуационных профессиональных задач и обоснование принятых решений;</li> <li>– способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности;</li> <li>– умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в области футбола;</li> <li>– достаточный уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
4 (четыре)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– достаточные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок;</li> <li>– низкая компетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений;</li> <li>– умение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности;</li> <li>– недостаточно полное умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в области футбола;</li> <li>– допустимый уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>
3 (три)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– недостаточно полные знания в рамках программы государственного экзамена; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными логическими и стилистическими ошибками;</li> <li>– неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; некомпетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений;</li> <li>– неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в области футбола;</li> <li>– низкий уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li> </ul>

Баллы	Показатели оценки
2 (два)	<ul style="list-style-type: none"><li>– фрагментарные знания в рамках программы государственного экзамена;</li><li>– неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; неумение использовать научную терминологию в области футбола, наличие в ответе грубых логических ошибок;</li><li>– низкий уровень информационной и коммуникативной культуры студента</li></ul>
1 (один)	<ul style="list-style-type: none"><li>– отсутствие знаний и компетенций в рамках программы государственного экзамена или отказ от ответа</li></ul>





*Учебное издание*

## **ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

по направлению специальности  
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по футболу)»

Составители:  
**Галузя Илья Константинович,**  
**Кузёмко Михаил Михайлович**

Корректор *B. A. Гошко*  
Компьютерная верстка *B. A. Гошко*

Подписано в печать 15.05.2025. Формат 60×84/<sub>16</sub>. Бумага офсетная.  
Цифровая печать. Усл. печ. л. 3,02. Уч.-изд. л. 2,38. Тираж 15 экз. Заказ 59.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий  
№ 1/153 от 24.01.2014.  
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.