

УТВЕРЖДАЮ:
Ректор ФГБОУ ВО «УралГУФК»
С.Г. Сериков
29 мая 2020 г.

**ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ПОСТУПЛЕНИЯ В ФГБОУ ВО «УРАЛГУФК»
НАПРАВЛЕНИЕ
49.03.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
Профиль
«СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА»
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФУТБОЛА**

**«ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ»
(Профессиональное испытание)**

Максимальное количество баллов - 100

Минимальное количество баллов – 50

Пояснительная записка

Для абитуриентов, поступающих на направления подготовки бакалавриата 49.03.01 Физическая культура, дополнительное вступительное испытание профессиональной направленности по дисциплине «ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ» проводится без непосредственного контакта членов экзаменационной комиссии с абитуриентом в **формате видеоконференции** с использованием различных интернет-сервисов (Zoom, Discord или WhatsApp) с обязательной процедурой идентификации личности абитуриента.

Идентификация личности производится путем сверки изображения абитуриента, проходящего вступительное испытание посредством видеоконференции, с его фотографией в предъявляемом удостоверении личности (паспорт, военный билет). Предусмотрена аудио-видео фиксация (запись) процедуры вступительного испытания.

Данные особенности проведения вступительного испытания обусловлены мероприятиями, направленными на предотвращение распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) на территории Российской Федерации (Приказ Министерства образования России от 15.06.2020 г. № 726 «Об особенностях приема на обучение по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре на 2020/21 учебный год»).

Дополнительное вступительное испытание профессиональной направленности «ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ» проводится в два этапа, а результат оценивается по **100-бальной шкале**.

Первая часть вступительного испытания проводится в форме письменного тестирования и содержит **50 заданий, каждое из которых формулируются в форме вопроса, к которому предлагается четыре варианта ответа, при этом только один вариант ответа правильный.** Поступающий должен выбрать один ответ. Правильный ответ оценивается - 1 балл, ошибочный – 0 баллов. Максимально возможное количество баллов на данной стадии вступительного испытания равняется 50.

Вторая часть вступительного испытания проводится в форме устного экзамена, на котором абитуриент должен дать устный развернутый ответ на вопрос предложенного билета.

Максимально возможное количество баллов на данном этапе вступительного испытания равняется 50.

На дополнительном вступительном испытании профессиональной направленности «ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ» (теория и методика хоккея) абитуриент должен показать знание основ вида спорта (футбол). Содержание тестовых заданий и вопросов экзамена соответствуют объему материала и требованиям Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол, а также требованиям программ спортивной подготовки по виду спорта (футбол) для спортивных школ (СШ), спортивных школ олимпийского резерва (СШОР) и дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта «Футбол».

Ниже представлены материалы, необходимые для подготовки к дополнительному вступительному испытанию профессиональной направленности «ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ» (теория и методика футбола):

- программа по разделам, темы по разделам;
- пример тестового задания;
- перечень вопросов для устного экзамена, составленных в соответствии с представленными разделами настоящей программы;
- шкала оценивания устного ответа;
- перечень литературы и информационно-справочные источники для самостоятельной подготовки.

Программа теоретического раздела

Раздел № 1. История вида спорта футбол.

Футбол – история создания и развития игры. Международная Федерация Футбола и Федерация Футбола России: дата и история создания, основные функции, современное руководство. Развитие футбола в СССР. Развитие футбола в СССР после ВОВ. Футбол как Олимпийский вид спорта (история становления). Развитие футбола за рубежом. Развитие футбола в СССР (1954-1991 г.). Футбол в России (1991- по настоящее время): ход развития, известные спортсмены, результаты. Современное состояние и тенденции развития. Амплуа в футболе и содержание их игровой

деятельности. Значение и место футбола как средства физического воспитания школьников, студентов и взрослого населения (оздоровительная и прикладная направленность). Сильнейшие команды и игроки современности в России, Море, Европе.

Раздел № 2. Санитарно-гигиеническое обеспечение тренировочного и соревновательного процесса , техника безопасности во время занятий.

Основные санитарно-гигиенические требования при организации и проведению тренировочных занятий по футболу (помещение, инвентарь и оборудование, спортивная одежда и обувь). Техника безопасности во время тренировочного занятия. Особенности организации самостоятельных занятий , физической подготовкой футболиста в условиях самоподготовки. Рациональный суточный режим спортсмена. Питание и питьевой режим спортсмена. Мероприятия по повышению работоспособности и восстановлению спортсменов. Травматизм : распространенные травмы, причины возникновения, первая доврачебная помощь. Использование естественных факторов природы (солнца, воздуха и воды) в целях закаливания организма спортсменов. Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля.

Раздел № 3. Официальные правила игры в футболе.

Футбол как вид спорта и цель игры. Характеристика классического футбола. Сооружения и оборудование. Игровое поле (размеры, игровая поверхность, линии на поле, зоны и места, температура, освещение). Участники. Команды (состав команды, экипировка, запрещенные предметы). Руководители команды (тренер, капитан, помощник тренера). Игровой формат. Набор очков. Перерывы, Задержки и Интервалы. Судьи, их обязанности и официальные жесты.

Раздел № 4. Общая и специальная физическая подготовка в футболе.

Понятие об общей (ОФП) и специальной (СФП) физической подготовке. Ведущие физические качества футболиста. Понятие об основных физических качествах: выносливость, силовые способности, быстрота, координационные способности, гибкостью. Средства и методы ОФП и СФП. Выносливость в футболе: виды, значение выносливости для , средства и методы развития. Быстрота в футболе: виды (проявления), значение быстроты для футболиста, средства и методы развития. Гибкость : виды, значение гибкости , средства и методы развития. Силовые способности и скоростно-силовые качества в футболе: виды, значение для футболиста, средства и методы развития. Координационные способности в футболе: виды, значение , средства и методы развития. Средства и методы оценки уровня развития физических качеств у футболистов. Подвижные игры в развитии физических качеств (значение и примеры игр).

Раздел № 5. Техническая подготовка в футболе.

Основные понятия: техника игры, техническая подготовка, техническая подготовленность, технический прием. Классификация техники игры. Техника игры в защите: технические приемы, разновидности и способы. Техника игры в нападении: технические приемы, разновидности и способы. Стойки и перемещения футболиста: определение, разновидности, анализ техники стоек и перемещений, основные ошибки, средства и методы обучения. Передача и прием мяча в футболе: определение, разновидности, анализ техники передачи, основные ошибки, средства и методы обучения. Удары в футболе: определение, разновидности, анализ техники, основные ошибки, средства и методы обучения. Основные средства и методы обучения техническим приемам игры в футбол. Тренажерные устройства для обучения технике игры и совершенствования основных технических приемов игры. Контроль и оценка технической подготовленности в футболе.

Раздел № 6. Тактическая подготовка в футболе.

Основные понятия: тактика игры, тактические действия, тактическая подготовка, тактическая подготовленность. Классификация тактики игры. Индивидуальные тактические действия в нападении, общая и частные тактические задачи: в нападении и защите. Групповые тактические действия в защите. Командные тактические действия в нападении.

Раздел № 7. Психологическая подготовка в футболе.

Понятие о психологической подготовке. Значение психологической подготовки. Задачи психологической подготовки. Средства и методы психологической подготовки. Содержание психологической подготовки. Общая психологическая подготовка в футболе и содержание ее отдельных разделов (воспитание высококонформной личности спортсмена; развитие процессов восприятия; развитие внимания: объема, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения; развитие тактического мышления, памяти, представления и воображения; развитие способности управлять своими эмоциями; развитие волевых качеств). Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям (игре). Предстартовые состояния и их характеристика (стартовая апатия, предстартовая лихорадка, боевая готовность).

Раздел № 8. Организация и проведение соревнований по футболу.

Виды спортивных соревнований в период многолетней подготовки футболистов. Основы организации и проведения соревнования. Способы проведения соревнований. Спортивные разряды и звания в футболе и правила их присвоения (получения), действующая спортивная классификация.

**Задания для письменного тестирования по дисциплине
«ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ»**

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНЫХ ИГР (футбол)

Примеры тестовых заданий

1. Защитник нарушает правила без возможности сыграть в мяч в собственной штрафной площади, при этом лишая соперника явной возможности забить гол. Какое решение должен вынести судья?

- 1) 11-метровый удар и желтая карточка
- 2) 11-метровый удар
- 3) 11-метровый удар и красная карточка
- 4) Свободный удар

2. Игрок забивает гол непосредственно с начального удара. Какое решение будет верным в соответствии с правилами?

- 1) Отменить гол и повторить удар
- 2) Засчитать гол
- 3) Отменить гол и назначить удар от ворот в пользу обороняющейся команды
- 4) Отменить гол и дать желтую карточку пробивающему

3. Назначен свободный удар. Судья забыл поднять руку во время выполнения удара. Игрок забивает гол прямым ударом по воротам соперника. Что должен предпринять судья?

- 1) Желтая карточка и удар от ворот
- 2) Засчитать гол
- 3) Отменить гол и повторить удар
- 4) Отменить гол, назначить удар от ворот

Вопросы для устного раздела вступительного испытания по дисциплине ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФУТБОЛА

1. Назовите, в какой стране зародился футбол. Раскройте историю создания и развития игры (имена, даты, ключевые этапы развития).

2. Охарактеризуйте, как проходило развитие футбола в СССР.

3. Становление футбола как Олимпийского вида спорта.

4. Охарактеризуйте развитие футбола в XX веке: основные этапы, известные спортсмены, команды и клубы России, Мира, Европы.

5. Дайте анализ результатам выступления мужских футбольных команд и отдельных игроков на последних трех Чемпионатах мира (2010, 2014, 2018 гг.)

6. Охарактеризуйте современное состояние и тенденции развития футбола.

7. Перечислите и охарактеризуйте разновидности игры в футбол. Перечислите амплуа в футболе и раскройте содержание их игровой деятельности.

8. Раскройте значение и место футбола как средства физического воспитания школьников, студентов и взрослого населения (оздоровительная и прикладная направленность).

9. Перечислите и поясните основные санитарно-гигиенические требования при организации и во время проведения тренировочных занятий по футболу (помещение, спортивный инвентарь и оборудование, спортивная одежда и обувь).

10. Раскройте особенности организации самостоятельных занятий футболом, физической подготовкой футболиста в условиях самостоятельных занятий, в том числе правила по технике безопасности.

11. Охарактеризуйте рациональный суточный режим спортсмена, в том числе питание и питьевой режим спортсмена.

12. Перечислите и кратко охарактеризуйте мероприятия по повышению работоспособности и восстановлению спортсменов.

13. Что такое травма, спортивная травма. Травматизм в футболе: распространенные травмы (назвать не менее пяти), причины возникновения, первая доврачебная помощь в этих видах травм.

14. Дайте определения понятиям: общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, физическая подготовленность. Раскройте значение физической подготовки в футболе, перечислите основные физические качества спортсмена (укажите ведущие физические качества для футболиста).

15. Дайте определение термину «выносливость»; назовите виды выносливости. Ее значение в футболе, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития выносливости футболиста.

16. Дайте определение термину «гибкость»; назовите виды и формы проявления гибкости. Ее значение в футболе, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития гибкости и подвижности суставов и позвоночника футболиста.

17. Дайте определение термину «быстрота»; назовите виды и формы проявления быстроты. Ее значение в футболе, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития быстроты футболиста.

18. Дайте определение термину «силовые способности»; назовите виды и формы проявления силовых способностей. Значение в футболе, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития силовых способностей футболиста.

19. Дайте определение термину «координационные способности»; назовите виды и формы проявления координационных способностей. Значение в футболе, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития координационных способностей футболиста.

20. Дайте определение терминам «психологическая подготовка», «психологическая подготовленность». Раскройте значение психологической подготовки в футболе.

21. Сформулируйте основные задачи психологической подготовки футболистов. Раскройте содержание психологической подготовки в футболе.

22. Дайте определение психическому качеству «внимание», перечислите его свойства. Раскройте значение внимания и его свойств для футболиста. Кратко укажите, как можно развивать свойства внимания.

23. Дайте определение что такое «мышление», «тактическое мышление», назовите виды мышления. Раскройте значение мышления для игровой деятельности футболиста. Кратко укажите, как можно развивать мышление; какой вид мышления характерен для спортсменов.

24. Раскройте, в чем заключается воспитание высоконравственной личности спортсмена. Назовите средства и методы воспитания высоконравственной личности футболиста. Принципы честной игры (fair play) – что это, в чем суть.

25. Дайте определение, что такое «эмоция», «эмоциональное состояние», охарактеризуйте основные эмоциональные состояния спортсмена: агрессия, возбуждение, азарт, профессиональное выгорание, страх. Приведите положительные и отрицательные проявления данных состояний. Как управлять эмоциональными состояниями.

26. Дайте определение, что такое «воля», «волевые качества». Значение волевых качеств для футболиста. Средства и методы развития волевых качеств спортсмена. Приведите примеры проявления волевых качеств

27. Раскройте, в чем значение психологической подготовки футболиста к конкретным соревнованиям и к определенной игре. Охарактеризуйте процесс психологической подготовки футболиста к конкретным соревнованиям и к определенной игре.

28. Дайте определение, что такое «боевая готовность», «стартовая апатия», «предстартовая лихорадка». Кратко охарактеризуйте данные предстартовые состояния.

29. Перечислите виды спортивных соревнований и физкультурных мероприятий в период многолетней подготовки футболиста (международные, всероссийские, межрегиональные, субъекта Российской Федерации и муниципальных образований) (согласно ЕВСК). Как осуществляется допуск к соревнованиям.

30. Раскройте основы организации и проведения соревнований по футболу (этапы подготовки, Положение о соревновании, способы проведения соревнований (системы розыгрыша).

31. Назовите, способы проведения соревнований (системы розыгрыша) в футболе. Укажите, в каком случае используется тот или иной способ. Преимущества и недостатки того или иного способа проведения соревнований.

32. Укажите, какие разряды и звания присваиваются в футболе. Раскройте особенности и порядок присвоения спортивных званий в футболе (согласно ЕВСК).

33. Дайте характеристику игре футбол (цель игры, количество игроков на футбольном поле, перерывы, замены, время тайма).

34. Охарактеризуйте спортивные сооружения и оборудование, необходимое для игры в футбол. Игровое поле (размеры, игровая поверхность, линии на поле, зоны и места, температура, освещение). Сетка и ворота (высота ворот). Мячи (стандарты).

35. Перечислите состав футбольной команды, руководителей команды, раскройте их обязанности. Перечислите и кратко охарактеризуйте экипировку футболистов и запрещенные предметы.

36. Раскройте структуру игры в футбол (жеребьевка, начальная расстановка, позиция). Раскройте значение определений в футболе: мяч «в игре», «вне игры».

37. Укажите, какие могут быть в футболе ошибки при выполнении ввода мяча от ворот, подачи углового, розыгрыша стандартного удара.

38. Раскройте и охарактеризуйте правила углового удара.

39. Раскройте и охарактеризуйте правила ввода мяча от ворот.

40. Раскройте и охарактеризуйте правила игры в защите.

41. Перечислите и кратко охарактеризуйте правила игры полузащитника.

42. Дайте характеристику перерывам, задержкам и интервалам в футболе.

43. Раскройте и охарактеризуйте правила игры вратаря.

44. Перечислите и охарактеризуйте судей в футболе, их обязанности.

45. Раскройте и охарактеризуйте правила игры нападающего.

46. Перечислите основные виды санкций, применяемые судьями в футболе, дайте им краткую характеристику.

47. Дайте определения понятиям: «техника игры», «техническая подготовка», «техническая подготовленность», «технический прием». Раскройте и кратко проанализируйте классификацию техники игры в защите и в нападении.

48. Дайте определение термину «передача мяча», перечислите разновидности и способы. Проанализируйте технику выполнения передачи мяча. Назовите характерные ошибки.

49. Дайте определение термину «удар по мячу», перечислите и охарактеризуйте разновидности и способы. Проанализируйте технику выполнения удара по мячу. Назовите характерные ошибки.

50. Дайте определение термину «прием мяча», перечислите и охарактеризуйте разновидности и способы. Проанализируйте технику выполнения приема мяча. Назовите характерные ошибки.

51. Дайте определение термину «атака», перечислите и охарактеризуйте разновидности и способы. Назовите характерные ошибки.

52. Дайте определение термину «оборона», перечислите и охарактеризуйте разновидности и способы. Назовите характерные ошибки.

53. Перечислите и кратко охарактеризуйте тренажерные устройства для обучения основным техническим приемам в футболе, для совершенствования техники игры.

54. Дайте определения понятиям: «тактика игры», «тактические действия», «тактическая подготовка», «тактическая подготовленность».

55. Раскройте и кратко проанализируйте классификацию тактики игры в защите и нападении. Раскройте особенности тактической реализации защитников, полузащитников и нападающих.

56. Проанализируйте групповые тактические действия в нападении, при выполнении «быстрой атаки».

57. Проанализируйте групповые тактические действия в нападении, при выполнении комбинации «атака с фланга».

58. Проанализируйте систему командных тактических действий «позиционная атака».

59. Проанализируйте систему командных тактических действий «атака по центру».

60. Проанализируйте систему командных тактических действий в атаке при подготовке подачи угловых ударов.

61. Проанализируйте систему командных тактических действий в обороне при подготовке подачи угловых ударов.