**ПЕРЕЧЕНЬ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫХ ЗАДАНИЙ**

**к квалификационному экзамену по ПМ.01. «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в ИВС» - футбол**

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 1***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при начальном обучении передачи мяча внутренней частью стопы:**

1.Удар по неподвижному мячу внутренней частью стопы.

2.Передача в парах внутренней частью стопы выполняется: низом, верхом, с наката, сделанного партнером.

3.То же, что и упр. 2, только остановка мяча выполняется подошвой, а обратная передача внутренней частью стопы.

4.Передача мяча в парах. Остановка мяча выполняется одной ногой, а обратная передача-другой ногой.

5.Передача мяча в парах. После передачи мяча имитация удара головой.

6. Передача мяча в парах, с встречным движением к мячу для его обработки.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания:* **назовите метод спортивной тренировки и определите на развитие каких физических качеств футболиста он направлен:**

этот метод включает повторный бег с максимальной скоростью на короткие отрезки дистанции, выполняемый из различных стартовых положений, под уклон, толчками, семенящий бег и т.д., характер отдыха строго регламентированный.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* **Правила соревнований:**

 Футбольное поле для игры: размеры, международные матчи разметка, площадь ворот, штрафная площадь, флаги, угловой сектор, ворота.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 2***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при начальном обучении передачи мяча внутренней частью стопы в движении:**

1.Прием и передача мяча в парах внутренней частью стопы в два касания.

2.То же что и упражнение 1 , только прием мяча с уходом вправо, влево, назад, вперед.

3.Передача мяча в парах внутренней частью стопы, после передачи рывок к партнеру на его место.

4.То же что и упр.3 , только игрок обегает партнера и становится на его место.

5.Выполнять ударное движение ногой, имитируя удар по мячу внутренней частью стопы.

6 Выполнять удары по неподвижному мячу в стенку с расстояния 3 –х шагов без разбега.

7.То же что и упр.6, но удары выполнять с одного, двух шагов разбега.

8.Выполнять удары внутренней частью стопы, с короткого разбега в намеченную цель с расстояния 6-8 шагов.

9. Мяч с пола (земли) подкинуть ногой вверх и после отскока выполнить удар внутренней частью стопы.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания:* **назовите метод спортивной тренировки и определите на развитие каких физических качеств футболиста он направлен:**

в этом методе обычно используют упражнения, связанные с длительными передвижениями в виде быстрой ходьбы, бега (800-2000м.), кроссы 3-5 км, ходьба на лыжах, плавание, езда на велосипеде и в каком периоде годовой подготовки футболиста.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* ***Правила игры.***

Число игроков, процедура замены. замена вратаря, нарушения- наказания.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 3***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при начальном обучении удара подъемом стопы:**

1.Удар подъемом стопы с места по неподвижному мячу.

2.То же что и упр.1, только удар выполняется с разбега 2-3 шага.

3. Удар подъемом стопы в движении. Игрок посылает мяч на 2-3 метра вперед и выполняет удар.

4. Удар подъемом стопы после остановки мяча, направленного партнером.

5. Передачи с целевыми заданиями , на силу, на точность удара и т. д.

6. Упражнения 1.2.3.4. выполняются «слабой» ногой.

7. Мяч с пола подкинуть ногой вверх и после отскока выполнить удар подъемом.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания***: назовите метод спортивной тренировки и определите на развитие каких физических качеств футболиста он направлен:**

этот метод предусматривает пробегание серии отрезков от 15 до 80 метров и более с максимальной и субмаксимальной, т. е. со скоростью, близкой к соревновательной, и сравнительно продолжительными паузами для отдыха. Отдых должен быть продолжительным для восстановления организма с тем, чтобы футболист мог качественно выполнить очередные отрезки спортивной работы.

Например, 10–16 раз по 15 м или 4–6 раз по 25 м со старта в полную силу, отдых между повторениями не менее одной минуты; 4–8 раз по 30 м с соревновательной скоростью, отдых между отрезками 2–3 минуты.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* ***Правила игры***

Судья : полномочия судьи.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 4***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при начальном обучении удара внешней частью стопы:**

1.Выполнять ударное движение ногой, имитируя удар по мячу внешней стороной стопы.

2. Удар по мячу внешней частью стопы в движении.

3.Удар внешней частью стопы с места по неподвижному мячу.

4.То же, что и в упр.3, только удар выполняется с разбега в 2-3 шага.

5.Выполнять удары по неподвижному мячу в стенку с расстояния 3-х шагов без разбега.

6.Передача мяча внешней частью стопы после остановки мяча направленного партнером.

7.Удар по мячу внешней частью стопы с шага.

8.Упражнения 1,2,3, выполняются «слабой» ногой.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания:* **назовите метод спортивной тренировки и определите на развитие каких физических качеств футболиста он направлен:**

суть данного метода заключается в пробегании серий дистанций или их отрезков (например, 50, 100, 200 метров) с различной интенсивностью, сравнительно непродолжительными и строго регламентированными паузами отдыха (в среднем 10–30 секунд). Интервал отдыха характеризует сам метод тренировки и является основным показателем метода, т. к. именно ограниченный по продолжительности отдых между отрезками ставит спортсмена в условия, когда каждый последующий отрезок выполняется на фоне усталости (недовосстановления).

Например, 10 раз по 30 м с интервалами отдыха 10–20 секунд. Или 10–12 раз по 60 метров с интервалами отдыха 30 секунд. В некоторых случаях интервал отдыха между отрезками может последовательно изменяться в сторону уменьшения или увеличения, например первый интервал отдыха — 10 секунд, потом 15 секунд, 20 секунд и т. д.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* ***Правила игры***

Игровое время, перерыв между таймами, добавленное время, 11 метровый удар, дополнительное время.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 5***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении удара ногой по прыгающему мячу :**

1. Мяч с пола (земли) подкинуть ногой вверх и после отскока выполнить удар .
2. То же что и упр. 1, переброс мяча сделать через скамейку.
3. Мяч руками подкидывается вверх , и после отскока выполняется удар поочередно левой и правой ногой.
4. Удар ногой по прыгающему мячу после жонглирования.
5. Удар ногой по прыгающему мячу в намеченную цель с расстояния 6-8 шагов.
6. То же что и упр.5, только с расстояния 10-12 шагов.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания:* **назовите метод спортивной тренировки и определите на развитие каких физических качеств футболиста он направлен:**

этот метод предусматривает; для мышц плечевого пояса выжимание в упоре лежа, толчок штанги двумя руками. Для мышц бедра приседание со штангой, поднимание партнера на плечи и т. д.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* **Правила игры**

Положение «вне игры» ,определение взятия ворот, вбрасывание мяча.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 6***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при ведение мяча различными способами:**

1.Ведение мяча по прямой , на каждый шаг касания мяча.

2.Ведение мяча попеременно левой и правой ногой.

3.Ведение мяча только внешней частью стопы левой и правой ноги.

4.Ведение мяча только слабой ногой.

5.Ведение мяча только правой или только левой ногой.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания:* **назовите метод спортивной тренировки и определите на развитие каких физических качеств футболиста он направлен:**

 Для развития этого качества подбирайте упражнения , выполняемые с максимальной предельной интенсивностью в течении 10-15 сек. Бег на месте в упоре в максимально быстром темпе с высоким подниманием бедра. Бег с максимальной частотой движения через набивные мячи. Бег спиной вперед, приставными шагами на скорость на 10;15;20 метров.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* **Правила игры:**

*Угловой удар. Удар от ворот. Процедура выполнения 11-метровых ударов.*

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 7***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике удара внешней частью стопы:**

 1.Удар внешней частью стопы с шага

2.Удар внешней частью стопы с места по неподвижному мячу.

3.Удар внешней частью стопы после остановки мяча в одно касание.

4.Упражнение 1.2.3. выполняется слабой ногой.

5. Удар внешней частью стопы по прыгающему мячу. Подброс мяча можно сделать ногой или руками.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания***. Назовите метод спортивной тренировки и определите на развитие каких физических качеств футболиста он направлен:**

Бег по пересеченной местности в чередованием с ходьбой в течении 10-30 мин Бег в равномерном темпе на дистанцию от 1 до 4 км. Ходьба на лыжах. Плавание.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:*

приведите 3 – 5 примеров упражнений (с методикой и условиями их выполнения), способствующих развитию активной гибкости футболиста.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 8***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике передачи мяча в парах:**

1.Передача мяча в парах различными частями стопы.

2.Передача мяча с целевыми заданиями: низом, верхом, в ноги, за спину.

3.Передача мяча определена по способу выполнения: мягкие, плассированные, резаные, откидные.

4.Передача мяча в одно и два касания.

5.Передача двух мячей в паре одновременно.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Построение тренировочного процесса в малых циклах (микроциклы)**

- Фазы в его структуре.

- В практике отдельных видов спорта встречается от четырех до девяти различных микроциклов ( назовите наиболее применяемые в футболе)

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* **Правила игры . Процедура определения победителя матча Техническая зона.**

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 9***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике передачи мяча в парах в движении:**

1.Передача мяча в парах определена по способу выполнения и по направленности: в ноги, на выход и т.д.

2. Передача мяча в парах в движении в одно и два касания.

3. Передача мяча в парах в два касания на количество выполненных передач за 1 мин.

4.Передача двух мячей в парах в движении в два касания.

5.Передача мяча в два касания в парах с задачей минимальной потери времени на обработку.

6.Передача мяча в игровых позициях: / вратарь – защитник/, /защитник – полузащитник/,/полузащитник – нападающий/.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Построение тренировочного процесса в средних циклах (мезоциклы)**

- Перечислить и охарактеризовать определенное число мезоциклов используемые в тренировочном процессе футболистов.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:*

приведите 2 – 3 примера тестов для оценки уровня развития различных видов выносливости футболиста.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 10***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике приема и передачи мяча в парах в движении.**

1.Передача мяча в парах выполняется внутренней частью стопы на встречном движении к мячу с уходом на исходную позицию.

2.То же что и упр.1, только прием мяча выполняется внешней частью стопы с уходом на исходную позицию.

3То же что и упр.1, только прием мяча выполняется внутренней частью стопы с пропуском мяча между ног назад за спину.

4.То же что и упр. 1, только передача выполняется верхом , и прием мяча выполняется ногой на встречном движении.

5.То же что и упр.1, только передача выполняется верхом и прием мяча выполняется на встречном движении бедром или грудью.

6.То же что и упр. 1,2,3, только прием мяча в движении выполняется слабой ногой с уходом на исходную позицию.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Построение тренировки в больших циклах (макроциклах)**

- периоды макроциклов и их характеристика.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* **Правила игры.**

Футбольное поле и его размеры.

 Поле для «Футзала» и его размеры.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 11***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике игры ( на любом примере)**

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания:* **«Микроцикл», «Мезоцикл», «Макроцикл» и их краткая характеристика**.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* **Характеристика подготовительного периода и его этапы.**

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 12***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* **внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания**

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике удара подъемом стопы.**

1. Удар подъемом стопы с места по неподвижному мячу
2. То же что и упр.1, только удар выполняется с разбега в 2 -3 шага.
3. Удар подъемом стопы в движении. Игрок посылает мяч на 2 – 3 метра вперед и выполняет удар.
4. Удар подъемом стопы после остановки мяча , направленного партнером. Передача с целевыми заданиями, силу, точность удара и т.д.
5. Упражнения 1.2.3.4. выполняются слабой ногой.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Особенности подготовки футболистов в соревновательном периоде.**

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:*

приведите 3 – 5 примеров упражнений (с методикой и условиями их выполнения), способствующих развитию скоростно-силовой выносливости футболиста.

.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 13***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике передачи мяча внутренней частью стопы.**

 1.Удар по неподвижному мячу внутренней частью стопы с одного шага.

 2.Передача мяча в парах выполняется низом, верхом, с наката, сделанного партнером.

 3.То же что и упр.2, только остановка мяча выполняется подошвой , а обратная передача внутренней частью стопы.

 4.Передача мяча в парах, Остановка мяча выполняется одной ногой, а обратная передача – другой.

 5.Передача мяча в парах. После передачи мяча имитация удара головой или поворот на 360 градусов.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Особенности подготовки футболистов в подготовительный период.**

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:*

приведите 3 – 5 примеров упражнений (с методикой и условия их выполнения), способствующих развитию прыгучести футболиста

.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 14***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике остановке катящегося мяча в парах.**

1.Остановка катящегося мяча стороной стопы левой и правой ногой.

2.Остановка и обратная передача катящегося мячав два касания.

3.Остановка катящегося мяча подошвой левой и првой ноги поочередно.

4.Остановка катящегося мяча верхней частью стопы.

5. Остановка катящегося мяча слабой ногой.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Особенности подготовки футболиста в переходный период.**

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:*

Приведите 2 – 3 примера тестов для оценки уровня развития различных видов гибкости футболиста.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 15***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике передачи мяча в парах.**

1.Передача мяча в парах различными частями стопы.

2.Передача мяча с целевыми заданиями: низом, верхом. В ноги, за спину.

3.Передача мяча определена по способу выполнения: мягкие, плассированные, откидные, резаные.

4.Передача мяча в одно и два касания.

5. Передача двух мячей в паре одновременно.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Определите, как прове­сти корректировку методики тренировочных занятий, на­правленную на улучшение скоростных показателей:**

тре­нер, зная, что повышение скорости движений зависит от повы­шения уровня максимальной мышечной силы (собственно-сило­вых способностей), применил методику акцентированного раз­вития собственно-силовых способностей. Через некоторое время он заметил, что прирост скоростных способностей у занимающихся не наблюдается. Мало того, наблюдалось даже некоторое сниже­ние у них скоростных показателей.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:*

приведите 3 – 5 примеров упражнений (с методикой и условиями их выполнения), способствующих развитию быстроты у футболиста.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 16***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **определите цель, задачи, методическую последовательность применения упражнений при обучении технике остановке летящего мяча в парах.**

1.Остановка летящего мяча в парах:

А) внутренней частью стопы.

Б) внешней частью стопы.

В)верхней частью стопы.

2.Остановка летящего мяча бедром.

3.Остановка летящего грудью.

4.Остановка летящего мяча головой.

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Определите проблему и укажите пути ее решения:**

тре­нер, решая задачи технической подготовки в процессе воспита­ния быстроты, применил методику, в которой предъявлялись за­дания с выполнением изучаемых движений с максимальной ско­ростью. Через некоторое время им были замечены значительные ошибки в технике двигательных действий, а также наблюдалось явление скоростного барьера.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания.* Разметка футбольного поля. Начало игры. Параметры футбольного мяча.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 17***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания.* **Определите тип мезоцикла спортивной тренировки по описанию:**

основной задачей этого мезоцикла является постепенное подведение футболистов к эффективному выполнению специфической тренировочной работы путем применения общеподготовительных упражнений, направленных на повышение возможностей систем кровообращения и дыхания, повышение уровня разносторонней физической подготовленности путем применения широкого круга упражнений. С этого мезоцикла начинается годичный макроцикл. В нем проводятся установочные теоретические занятия, профилактические мероприятия (диспансеризация, медицинские обследования).

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Попробуйте объяснить следующий факт, что многими тренерами в процессе воспитания быстроты движений использу­ется методика, в которой интервалы отдыха в зависимости от пред­стоящей работы значительны — от 1- ой до 2- х мин.:**

в числе методов вос­питания быстроты широко применяются методы повторного, по­вторно-прогрессирующего, переменного (с варьирующими ускоре­ниями) упражнения. Основная тенденция — стремление превысить в занятии свою максимальную скорость. Этому подчиняются все характеристики методов (длина дистанции, интенсивность выполне­ния, интервалы отдыха, число повторений и пр.). Длина дистанции (или продолжительность выполнения) выбирается такой, чтобы ско­рость передвижения (интенсивность работы) не снижалась к концу попытки. Движения выполняются с максимальной скоростью, за­нимающийся в каждой попытке стремится показать, как правило, наилучший для себя результат.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания.* **Опишите структуру программы спортивной подготовки футболистов в ДЮСШ.**

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 18***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания.* **Выполните сравнительный анализ годичного плана группы начальной подготовки 1-го года обучения и учебно-тренировочных групп 1-го года обучения в ДЮСШ по футболу.**

 **ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Определите тип мезоцикла спортивной тренировки по описанию:**

в этом мезоцикле основное внимание уделяется повышению функциональных возможностей организма футболиста, развитию его физических качеств, становлению технической и психологической подготовленности. Тренировочная программа характеризуется разнообразием средств и большими по объему и интенсивности нагрузками. Это главная разновидность мезоциклов в годичном цикле. Применяются практически все средства, рекомендуемые настоящей программой для соответствующих возрастных групп.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* Организация и проведение соревнований.

А) виды соревнований

Б)системы розыгрыша.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 19***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания.* **Выполните сравнительный анализ годичного плана группы начальной подготовки 2-го года обучения и учебно-тренировочных групп 2-го года обучения в ДЮСШ по футболу.**

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Определите тип мезоцикла спортивной тренировки по описанию*:***

этот мезоцикл строится в соответствии с календарем соревнований и отличаются сравнительно невысокими по объему тренировочными нагрузками. В них устраняются мелкие недостатки в подготовленности футболиста , совершенствуются его технико-тактические возможности. В начале мезоцикла в определенном объеме планируется работа по совершенствованию различных компонентов соревновательной деятельности, приросту скоростных качеств и специальной выносливости. Однако основное внимание уделяется полноценному физическому и психическому восстановлению футболистов и созданию оптимальных условий для протекания адаптационных процессов в их организме после нагрузок предшествующих мезоциклов.

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания:* **Положение о соревнованиях: структура и характеристика разделов положения, правила оформления и разработки.**

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ

*Оцениваемые компетенции: ПК 1.1 – ПК 1.8, ОК 1 – ОК 13*

***Вариант № 20***

*Время выполнения задания: 30 минут*

*Инструкция:* внимательно прочитайте задание и подготовьте устные ответы на три части экзаменационного задания

**ЧАСТЬ А**

*Текст задания:* **заполните функциональную карту судей по футболу в соответствии** с **правилами ФИФА:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Состав судейской коллегии | Функциональные обязанности и полномочия |
| 1. | Главный судья |  |
| 2. | Главный секретарь |  |
| 3. | Судья при участниках |  |
| 4. | Судья-информатор |  |
| 5. | Помощники судьи |  |

**ЧАСТЬ Б**

*Текст задания.* **Выполните сравнительный анализ годичного плана группы спортивного совершенствования 1-го года обучения и учебно-тренировочной группы 4-го обучения ДЮСШ по футболу.**

**ЧАСТЬ В**

*Текст задания*. **Правила соревнований: Календарь игр – структура, оформление, содержание. Разработать смету расходов на выезд соревнований.**