

Федеральное агентство по образованию  
ГОУ ВПО «Уральский государственный технический университет – УПИ»



**С.Е. Банников, Р.И. Минязев  
А.Г. Босоногов, Н.А. Стаин**

## **ФУТБОЛ**

Учебное электронное текстовое издание  
Подготовлено кафедрой игровых видов спорта  
Научный редактор: доц., канд. пед. наук О.Л. Жукова

Учебно-методическое пособие

Описывается история, правила игры, технические приемы, тактика футбола и особенности игры в мини-футбол. Составлено в соответствии с учебной программой курса для студентов факультетов физической культуры университетов.

© ГОУ ВПО УГТУ–УПИ, 2005

Екатеринбург  
2006

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	4
<b>ГЛАВА 1. КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ</b> .....	5
<b>ГЛАВА 2. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ФУТБОЛА</b> .....	8
2.1. Возникновение и развитие игры .....	8
2.2. Этапы роста отечественного футбола .....	10
2.3. Футбол в Екатеринбурге .....	18
<b>ГЛАВА 3. ПРАВИЛА ИГРЫ, МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФУТБОЛУ</b> .....	21
3.1. Основные правила игры в футбол .....	21
3.2. Организация соревнований по футболу .....	32
3.2.1. Общие положения .....	32
3.2.2. Положение о соревнованиях .....	32
3.2.3. Системы розыгрыша .....	33
<b>ГЛАВА 4. ТЕХНИКА ФУТБОЛА</b> .....	43
4.1. Общие положения .....	43
4.2. Техника передвижения .....	43
4.3. Техника владения мячом полевого игрока .....	47
4.3.1. Удары по мячу .....	47
4.3.2. Остановки мяча .....	51
4.3.3. Ведение мяча .....	54
4.3.4. Обманные движения (финты) .....	55
4.3.5. Отбор мяча .....	58
4.3.6. Вбрасывание мяча .....	59
4.4. Техника владения мячом вратаря .....	59
4.4.1. Ловля мяча .....	60
4.4.2. Отбивание мяча .....	63
4.4.3. Перевод мяча .....	65
4.4.4. Броски мяча .....	65
<b>ГЛАВА 5. ТАКТИКА ФУТБОЛА</b> .....	68
5.1. Общие положения .....	68

---

5.2. Функции игроков .....	68
5.2.1. Вратарь .....	71
5.2.2. Игроки линии защиты .....	71
5.2.3. Игроки средней линии .....	72
5.2.4. Игроки линии нападения .....	73
5.3. Тактика нападения .....	74
5.3.1. Индивидуальная тактика .....	74
5.3.2. Групповая тактика .....	77
5.3.3. Командная тактика .....	79
5.4. Тактика защиты .....	80
5.4.1. Индивидуальная тактика .....	80
5.4.2. Групповая тактика .....	81
5.4.3. Командная тактика .....	82
5.5. Тактика игры вратаря .....	83
5.5.1. Действия вратаря в обороне .....	84
5.5.2. Действия вратаря в атаке .....	84
5.5.3. Руководство действиями партнёров .....	85
5.6. Эволюция тактики игры .....	85
5.6.1. Система «пять в линию» .....	85
5.6.2. Система «дубль-ве» .....	86
5.6.3. Система 1-4-2-4 .....	87
5.6.4. Система 1-4-3-3 .....	88
5.6.5. Система 1-4-4-2 .....	89
5.6.6. Современные тактические системы .....	89
<b>ГЛАВА 6. МИНИ-ФУТБОЛ</b> .....	<b>91</b>
6.1. Общие положения .....	91
6.2. Правила игры .....	92
6.3. Техника и тактика мини-футбола .....	95
6.3.1. Техника .....	95
6.3.2. Тактика .....	96
<b>БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК</b> .....	<b>99</b>

## **ВВЕДЕНИЕ**

Футбол по праву считается самым массовым и популярным видом спорта. Зародившись на берегах туманного Альбиона во второй половине девятнадцатого столетия, он довольно быстро получил своё развитие и в других странах и континентах. Чемпионаты мира, Европы, Америки, Азии, Африки для национальных, молодёжных и юношеских сборных, многочисленные чемпионаты первенства и кубки клубных команд собирают многомиллионную зрительскую аудиторию во всех уголках Земного шара. Подлинно народной игрой является футбол и в России, в которой этим видом спорта занимается около 4 миллионов человек.

Современный футбол представляет собой яркое спортивное зрелище, в котором органично сочетается высокое исполнительское мастерство футболистов с бескомпромиссной борьбой игроков на каждом участке поля.

Ответить на вопрос о причинах такой популярности футбола однозначно нельзя. Футбол – игра многогранная. Наблюдая за умелыми действиями игроков на поле с трибун стадионов, болельщики восхищаются красотой и размахом этой игры. Участвуя в футбольных поединках, спортсмены получают удовольствие от напряжённой борьбы с соперниками, от умения укрощать спортивный круглый мяч, от удачного взаимодействия с партнёрами. В основе любви к футболу и неповторимость сюжетов футбольных матчей, непредсказуемость их результатов, определяемых мастерством игроков, их импровизацией, сыгранностью, умением до конца бороться за победу.

В нашей стране в настоящее время для решения насущных задач возрождения массового физкультурного движения футбол является действенными средствами привлечения всех слоёв населения к регулярным занятиям спортом.

## **ГЛАВА 1. КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ**

Футбол – игра в мяч ногами, в основе которой лежит борьба двух команд численностью по 11 человек каждая, игроки которых объединены общей целью – победой.

Размеры футбольного поля и особенности игры представляют к её участникам повышенные требования в плане двигательной активности, проявляющейся в различных формах перемещений (ходьба, равномерный бег, ускорения, рывки с изменением направления, прыжки). Подсчитано, что в зависимости от своего амплуа футболист пробегает за матч от 8 до 12 км, а объём скоростной работы составляет 1800-2200 м. Поэтому следует большое внимание уделять их общей и специальной физической подготовке.

Специфику футбола определяют действия с мячом, к которым относятся: удары, ведение, остановки, отбор, финты, ввод из-за боковой линии и приёмы техники игры вратаря.

Тактика является основным содержанием деятельности футболистов во время игры и важнейшим фактором, которой при примерном равенстве показателей физической, технической и морально-волевой подготовленности двух команд обеспечивает победу одной из них.

Занятие футболом способствует гармоничному развитию человека. Невозможно достигнуть каких-либо заметных успехов в этой игре, не обладая хорошими физическими кондициями (быстрота, ловкость, гибкость, сила, выносливость), способностью быстро ориентироваться и принимать верные решения в сложных игровых ситуациях, чувством коллективизма, высокими морально-волевыми качествами.

Поскольку тренировки и соревнования по футболу проходят круглогодично в различных, нередко резко изменяющихся, климатических условиях, эта игра способствует физической закалке, повышению сопротивляемости организма и расширению адаптационных возможностей.

Футбол (или отдельные упражнения из игры) часто используются представителями других видов спорта в качестве отличного средства общей физической подготовки, развития тактического мышления и волевых качеств.

Эмоциональные особенности позволяют использовать игру в футбол или упражнения в технике владения мячом в качестве средства активного отдыха.

Все вышеприведённые факторы определяют место и значение футбола в системе физического воспитания в нашей стране. Подготовка квалифицированных футболистов проводится в секциях по футболу коллективов физической культуры, ДЮСШ, СДЮСШОР, спортинтернатах. Тысячи детей и подростков занимаются в секциях по футболу в общеобразовательных школах, в ПТУ и техникумах, в клубах по месту жительства. Футбол как учебный предмет включен в программу физического воспитания в высших учебных заведениях в виде обязательных или факультативных занятий.

Футбол широко используется как основное средство физкультурно-оздоровительной работы в различных местах отдыха, парках, санаториях и детских оздоровительных лагерях.

Соревнования по футболу являются важным средством вовлечения населения страны в систематические занятия физической культурой и спортом, необходимым условием повышения мастерства, выполнения нормативов и требований Единой спортивной классификации.

Система соревнований по футболу в России включает в себя 3 уровня: массовый, детско-юношеский и футбол высших достижений.

Первый из них предусматривает проведение турниров на заводах и фирмах, в колхозах, банковских и коммерческих структурах, вузах, воинских частях. Сильнейшие футболисты принимают участие в первенствах и кубках районов, городов, областей, регионов России среди любителей. Сюда же относятся всероссийские соревнования коллективов физической культуры, студентов, военнослужащих, сельских коллективов, железнодорожников.

Система детско-юношеских соревнований охватывает первенства школ, ПТУ и вузов, которые затем выставляют сборные для участия в районных, городских, областных, региональных и всероссийских турнирах. Тысячи мальчишек по всей стране принимают участие в массовых дворовых соревнованиях на призы клуба «Кожаный мяч».

Отдельные турниры организуются для детей, занимающихся в секциях при коллективах физической культуры, ДЮСШ и СДЮСШОР по футболу – это и первенства городов областей и регионов страны, и ведомственные соревнования в различных возрастных группах. Под эгидой Российского футбольного союза и его региональных федераций проводятся чемпионаты и кубки страны для учащихся детско-юношеских спортивных школ при командах мастеров, сборных команд областей и федеральных округов.

Соревнования команд мастеров по футболу проводятся в 3 лигах. В премьер-лиге в настоящее время выступает 16 сильнейших коллективов страны, разыгрывающих звание чемпиона России. Ещё 22 коллектива оспаривают 2 путёвки в премьер-лигу, выступая в 1-м дивизионе. Остальные 80 профессиональных клубов страны сгруппированы по территориальному принципу в 5 зонах. Победитель каждой из них получает в следующем году право на переход в 1-й дивизион.

## **ГЛАВА 2. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ФУТБОЛА**

### **2.1. Возникновение и развитие игры**

Зарождение футбола относится к глубокой древности. Ещё у древних греков игра в мяч пользовалась большим почётом и включалась в программу физических упражнений.

Первое упоминание об игре в мяч, отдалённо напоминающей футбол, относится к 180 г. н.э. Суть игры: 2 команды старались провести мяч на половину поля противника. Игра напоминала современное регби, но руками играть запрещалось. Установить точно, какая из античных игр в мяч может считаться прародительницей современного футбола, не представляется возможным. Но многие специалисты по истории физической культуры считают, что футбол обязан своим происхождением древнеримской игре «гарпастум», которую римские легионеры завезли в Британию, Галлию и другие страны Западной Европы.

Англичане доказывают, что игра ногами в мяч в Британии была известна уже в IX в. Можно предполагать, что подобные игры в западноевропейских государствах в середине века развивались и самостоятельно, и в порядке заимствования отдельных элементов друг у друга.

В 1313 г. английский король Эдуард II запрещает проведение игры в пределах города. Аналогичный указ в 1349 г. издаёт и Эдуард III. А французский король Карл V пошёл ещё дальше, запретив в 1369 г. все народные игры. В Италии первое упоминание о футболе относят к 1400 г., причём в отличие от Англии и Франции футбол стал не народным развлечением, а игрой аристократических кругов.

Новый этап в истории футбола начинается с XIX в., особенно со второй его половины, когда спортивный метод признаётся наиболее целесообразным методом физического воспитания, а спорт и спортивные игры становятся эффективными средствами физического развития.



В английских колледжах и университетах в первую очередь начали распространяться игры в мяч. Во второй половине XIX в. в футболе определилось 2 направления: одно из них поддерживалось Лондонскими и Кембриджскими колледжами, организовавшими в 1863 г. футбольную ассоциацию и принявшими решение культивировать игру с круглым мячом и играть только ногами. Сторонниками другого направления во главе с университетом г. Регби было решено играть в овальный мяч, причём и руками и ногами.

В 1848 г. была сделана попытка Кембриджским футбольным клубом установить единые правила игры. К сожалению, они были утеряны и не увидели света. А вот 8 декабря 1863 г. были опубликованы первые дошедшие до нас правила футбольной игры. Позднее эти правила многократно редактировались, пока не обрели современный вид.

В 1882 г. состоялось объединение четырёх самостоятельных футбольных союзов: Англии, Шотландии, Уэльса и Ирландии. Были приняты единые правила и утверждён Международный совет, имеющий право производить те или иные изменения в правилах футбола.

Судья на футбольном поле впервые появился в 1880-1881 гг. С 1881 г. судья стал выходить на поле с двумя помощниками. В 1871 г. в Англии был учреждён розыгрыш кубка страны, за который клубы этой страны борются и по сей день.

Первая международная встреча была проведена в 1873 г. между командами Англии и Шотландии.

В 80-х гг. XIX в. игра в футбол распространяется в странах континентальной Европы. В 1875 г. футбол проникает в Голландию, несколько позднее в Данию. Дания заняла вплоть до начала Первой мировой войны ведущие позиции в футболе на континенте. С 1882 г. в футбол начали играть в Швейцарии, с 1890 г. – в Чехии, с 1894 г. – в Австрии.

В 1904 г. была создана Международная федерация футбольных ассоциаций (ФИФА), куда в настоящее время входит около 180 стран. Наряду с

ФИФА, с 1954 г. существует Европейский союз футбольных ассоциаций (УЕФА). Начиная с 1930 г. каждые 4 года проводятся чемпионаты мира по футболу, а с 1958 г. – чемпионаты Европы, в которых участвуют национальные сборные команды. С 1908 г. футбол включен в программу Олимпийских игр, хотя и признан олимпийским видом спорта начиная с 1900 г. Под руководством УЕФА разыгрываются соревнования между сильнейшими клубами Европы: с 1956 г. Кубок европейских чемпионов (ныне Лига чемпионов), с 1961 г. Кубок кубков, с 1958 г. Кубок ярмарок (нынешний Кубок УЕФА).

Аналогичные турниры для сильнейших национальных сборных и клубных команд разыгрываются не только в Европе, но и в странах Южной Америки, Африки, Азии, Австралии. В последние годы лучшие клубные команды различных континентов начали разыгрывать между собой различные межконтинентальные кубки с целью выявления сильнейших клубов мира.

## **2.2. Этапы роста отечественного футбола**

В нашей стране футбол появился в 70-х гг. прошлого столетия. Организаторами первых футбольных матчей в России были английские рабочие, создавшие и первые футбольные клубы «Нева», «Невка», «Невский», «Виктория» в Петербурге; позднее футбольные клубы появились в Харькове, Одессе и других городах.

Футбол становится популярным у наших соотечественников. Так, в 1897 г. петербургский «Кружок любителей спорта» создаёт первую русскую футбольную команду, а в 1901 г. была уже организована Петербургская футбольная лига, проводившая своё первенство.

Появление футбола в Москве связано с «Сокольническим кружком футболистов», позднее в футбол стали играть в подмосковной дачной местности Быково и в других местах, а в 1909 г. была создана Московская футбольная лига.

В период с 1900 по 1910 гг. появилось много новых команд и клубов, например «Нарвский кружок спортсменов» и «Коломяги» в Петербурге,

«Унион», «Новогиреево», «Замоскворецкий клуб спорта» в Москве, команды Киева, Харькова, Одессы.

В 1911 г. был организован Всероссийский футбольный союз, объединивший через 2 года 138 клубов. В 1912 г. Россия вступила в Международную футбольную федерацию.

До революции 1917 г. наиболее сильно футбол развивался в Петербурге и Москве. В 1912-1914 гг. наиболее сильными командами Петербурга были «Коломяги», «Нарва», «Спорт», а в Москве – «Клуб спорта-Орехово», «Сокольнический клуб спорта», «Новогиреево», «Мамонтовка».

В 1912-1914 гг. появились футбольные команды во Владивостоке, Иркутске, Омске, Казани, Саратове, Самаре и других городах России.

В 1912 г. впервые были проведены соревнования на первенство России по футболу, в финале которых команда Петербурга в переигровке (4:1) победила москвичей.

В 1910-1911 гг. русские футболисты провели первые международные встречи с командами Чехии, Германии, Англии, а в 1912 г. приняли участие в Олимпийских играх. Несмотря на тяжёлые поражения в первых матчах с зарубежными командами, эти встречи способствовали росту класса российских футболистов и улучшению спортивных результатов. Так, в 1913 г. сборная Москвы обыграла со счетом 3:0 команду из Норвегии, команда «Спорт» победила сборную Будапешта со счетом 3:2, а сборная России сыграла вничью с командами Швеции и Норвегии.

Большое развитие футбол получил у нас в стране в годы советской власти. Создание спортивных организаций всеобуча способствовало развитию футбола во многих уголках страны. В 1922 г. впервые было разыграно официальное первенство страны с участием сборных команд Поволжья, Урала, Украины и Москвы, закончившееся победой последних.

После создания советов физической культуры (1923) более организованно и массово стали проводиться и футбольные первенства городов. В Петербурге

46 организаций имели свои футбольные команды, в Москве – более 30, в том числе «Сахарники», «Трехгорка», «Красная пресня». В 1923 г. успешно провела свой первый заграничный выезд сборная команда РСФСР, победив сильные команды Норвегии и Швеции.

В 1924 г. впервые было разыграно первенство РСФСР, в финале которого ленинградцы сумели победить команду Москвы, а победителями второго первенства в 1927 г. оказались уже москвичи.

В 30-х гг. XX в. неуклонно растёт популярность футбола во всех уголках страны. Так, в Ленинграде в 1932 г. в городском первенстве участвовало 327 команд, а в 1934 г. – уже 434 коллектива. В немалой степени этому способствовало проведение в стране массовых заводских спартакиад.

В эти же годы значительно повышается класс советского футбола. Налаживается систематическая тренировочная работа, готовятся собственные тренерские кадры из числа опытных игроков, появляется талантливая молодёжь. Растут результаты выступления и на международной арене. В 1934 г. советские футболисты успешно выступили в играх с сильными профессиональными командами Турции, Швеции, Франции, Чехословакии и других стран.

Менее чем за 20 лет футбол прочно вошёл в быт советской молодёжи. Из года в год проводились первенства городов и областей, заводские, школьные, студенческие спартакиады, матчи городов, чемпионаты республик и Советского Союза. Появились яркие футбольные мастера: М. Якушин, братья Старостины, П. Дементьев, В. Павлов, М. Семичастный, В. Гранаткин, В. Фёдоров, А. Издковский, В. Степанов и многие другие.

Новый этап развития отечественного футбола начинается с 1936 г., когда в основу соревнований по футболу были положены не матчевые встречи сборных команд городов, а соревнования клубных команд. С 1936 г. в стране начали проводить два основных всесоюзных соревнования по футболу – первенство страны и Кубок СССР.

В первом первенстве СССР участвовало 27 лучших команд, разбитых на две группы. Первыми чемпионами стали футболисты московского «Динамо», не проигравшие ни одной встречи. Победителями осеннего первенства 1936 г. стал московский «Спартак», опередивший на очко динамовцев из Москвы и Тбилиси. А вот Кубок СССР первыми завоевали спортсмены московского «Локомотива».

В 1937 г. первенство страны начали разыгрывать в два круга. Чемпионами стали московские динамовцы, а Кубок с участием 125 команд выиграли они же, сделав первый в истории советского футбола дубль. В сезоне 1937 г. советские футболисты провели девять матчей с командой Басконии, проиграв в семи, сделав одну ничью (сборная Ленинграда) и одержав одну победу («Спартак» из Москвы). Именно спартаковцы наиболее успешно выступали в 1937 г. на международной арене, победив на Международной рабочей олимпиаде в Антверпене и в розыгрыше футбольного кубка среди рабочих команд в Париже. Используя наиболее прогрессивные схемы ведения игры, спартаковцы два года подряд в 1938 и 1939 гг. выигрывали и первенство, и Кубок страны. В 1940 г. чемпионами стали московские динамовцы, внеся новые тактические построения в свою игру.

В годы войны футбольная жизнь страны продолжалась. В 1942 г. было разыграно первенство Москвы, а в 1943 г. и первенство, и Кубок столицы. В августе 1944 г. возобновились игры на Кубок СССР, который впервые выиграл ленинградский «Зенит».

В 1945 г. после завершения Великой Отечественной войны возобновились массовые соревнования по футболу во всех уголках страны. А чемпионами СССР вновь (уже в 4-й раз) стали московские динамовцы, Кубок же выиграли московские армейцы. 1945 г. ознаменовался успехами футболистов СССР на международной арене. Футбольные клубы Москвы и Тбилиси, проведя 15 матчей на стадионах Англии, Уэльса, Шотландии, Югославии, Болгарии и Румынии, не проиграли ни одного из них, одержав 12 побед.

Особенно значительным было триумфальное выступление московского «Динамо» в Великобритании против лучших её футбольных клубов, считавшихся сильнейшими в мире.

Трижды с 1946 по 1948 гг. сильнейшими в стране становились московские армейцы, а в 1949 г. – динамовцы столицы. Более 8 500 команд участвовали в 1949 г. в розыгрыше Кубка, победителями которого стали московские торпедовцы.

В 1950-1951 гг. дважды подряд чемпионами СССР становились футболисты ЦСКА из Москвы, воспитанники выдающегося тренера-новатора Б.А. Аркадьева.

В 1952 г. советские футболисты впервые выступили на Олимпийских играх в Хельсинки. Выиграв у болгар, наша сборная затем в переигровке уступила будущим финалистам югославам (5:5 и 1:3) и выбыла из борьбы. Однако на следующих Олимпийских играх в Мельбурне в 1956 г. советский футбол праздновал выдающуюся победу. Обыграв немцев, индонезийцев, болгар, югославов, питомцы тренера Г.Д. Качалина (Л. Яшин, Н. Тищенко, А. Башашкин, Б. Кузнецов, А. Исаев, А. Парамонов, Н. Симонян, С. Сальников, В.Иванов, Э. Стрельцов и их товарищи) стали олимпийскими чемпионами.

Внутри страны 1950-е годы прошли под знаком соперничества московских команд «Спартак» и «Динамо», которые выигрывали союзные первенства в 1952, 1953, 1956, 1958 и 1954, 1955, 1957 и 1959 гг. соответственно.

В 1957 г. наши футболисты впервые приняли участие в чемпионате мира. Победив в предварительном турнире команды Польши и Финляндии, они вышли в число 16 финалистов турнира. На финальных соревнованиях в Швеции, успешно миновав рубеж группового турнира, советские футболисты в четвертьфинале уступили хозяевам (шведам) – 0:2. А чемпионами стали кудесники кожаного мяча бразильцы, в чьих рядах блистали суперзвёзды мирового футбола Пеле, Гарринча, Диди и др.

Год 1960 вошёл в летопись нашего футбола исторической вехой. Внутри страны блестяще выступили московские торпедовцы, ставшие чемпионами и обладателями Кубка СССР. А сборная страны, в рядах которой блистали Л. Яшин, А. Масленкин, Л. Крутиков, Ю. Войнов, И. Нетто, Г. Чохели, С. Метревели, В. Понедельник, В. Бубукин, М. Месхи и другие, стала первым обладателем Кубка Европы, обыграв в финале со счетом 2:1 сильную югославскую команду.

В середине 60-х годов на первые роли в нашем футболе вышла команда киевского «Динамо». В 1966-1975 гг. она показывала мощную и стабильную игру во всех турнирах. А вот на международной арене наша сборная не блистала. Она не смогла преодолеть предварительные отборочные барьеры к Олимпиадам 1960, 1964 и 1968 гг., а на чемпионате мира в Чили в 1962 г. выбыла из борьбы в четвертьфинале, проиграв вновь хозяевам турнира.

В 60-е и 70-е годы футболисты киевского «Динамо» становились чемпионами СССР в 1961-1968, 1971, 1974-1975 гг., трижды выигрывали Кубок страны. Кроме киевлян чемпионом Союза становился также московский «Спартак» (1962, 1969), московское «Динамо» (1963), тбилисское «Динамо» (1964), московское «Торпедо» (1965), ЦСКА (1970), ворошиловградская «Заря» (1972), ереванский «Арарат» (1973). Среди обладателей Кубка кроме московских и киевской команд появились коллективы «Шахтёра» из Донецка (1961 и 1962), львовских «Карпат» (1969), ереванского «Арарата» (1973 и 1975).

Определённым успехом на международной арене можно считать вторые места советской сборной в чемпионатах Европы 1964 и 1972 гг., а также IV место на чемпионате мира 1966 г. в Англии. На чемпионате Европы 1968 г. в Италии наши футболисты стали четвёртыми, сыграв со счетом 0:0 в полуфинале с хозяевами и уступив им место в финале по жребию. Оказался роковым для сборной СССР и полуфинал на Олимпиаде 1972 г. Проиграв будущим победителям полякам (1:2), наши игроки удостоились бронзовых медалей. В чемпионате мира 1974 г. наши футболисты не участвовали, потому

что отказались играть предварительный матч в Чили в знак протеста против злодеяний фашистской хунты.

Большой успех пришёл к нашему футболу в 1975 г., когда динамовцы Киева, превосходно проведшие игры чемпионата СССР, завоевали Кубок кубков европейских стран, а затем в двух матчах на Суперкубок обыграли мюнхенскую «Баварию».

В 1976 г. советские футболисты, участвуя в финале чемпионата Европы, не сумели попасть в четвёрку его победителей. А вот на Олимпиаде 1976 г. заняли III призовое место. Успешно выступили и наши молодые футболисты, победившие на европейских первенствах для юношеских и молодёжных команд. Финал же чемпионата мира 1978 г. прошёл без участия советских игроков, уступившим на предварительном этапе венгерским и греческим футболистам.

В 1980 г. впервые Олимпийские игры были проведены в столице СССР г. Москве. Победителями футбольного турнира стали чехи, а наша сборная в третий раз подряд получила бронзовые награды.

В 1981 г. вслед за киевлянами сумели завоевать Кубок кубков их тбилисские одноклубники, а само киевское «Динамо» ещё раз стало победителем этого престижного турнира в 1986 г.

Успешным для советских футболистов выдался сезон 1988 г., когда сборная СССР не только стала серебряным призёром европейского первенства, но и завоевала под руководством тренера А.Ф. Бышевца золотые медали XXIV Олимпийских игр в Сеуле.

Среди плеяды замечательных советских футболистов следует выделить московского динамовца Льва Яшина, его одноклубников из Киева Олега Блохина и Игоря Беланова, которые соответственно в 1963, 1975, 1986 гг. были признаны лучшими футболистами Европы и обладателями приза «Золотой мяч».

В 1992 г. после распада СССР состоялся первый чемпионат России по футболу, закончившийся победой московских спартаковцев, ставших на долгие



годы флагманом российского футбола. К сожалению, этот период стал одним из самых неудачных в футбольной истории страны: в чемпионате России не принимали участие сильные коллективы, задававшие тон в союзном первенстве. Лучшие футболисты стали покидать страну, перебираясь в богатые зарубежные клубы. Огромный ущерб был нанесён одной из лучших в мире систем подготовки молодых игроков в специализированных детско-юношеских школах страны. Всё это не могло не отразиться на выступлениях россиян на международной арене. Так на чемпионате мира в 1994 г. и на чемпионате Европы в 1996 г. сборная России не смогла выйти из предварительной группы, а на чемпионат мира в 1998 г. и европейское первенство в 2000 г. российские футболисты не попали, неудачно выступив в своих отборочных группах. На клубном уровне наивысшим достижением российских команд является выход московских команд «Спартак» и «Локомотив» в полуфиналы Кубка УЕФА и Кубка кубков соответственно.

В лучшую сторону ситуация в российском футболе стала меняться в первые годы XXI столетия. Наступивший подъём экономики в стране позволил вложить в её футбольную индустрию немалые средства, что способствовало не только остановке массового оттока за границу наших молодых дарований, но и привлечению в лучшие российские клубы («Локомотив», «Динамо», ЦСКА, «Спартак» из Москвы, «Зенит» из С.-Петербурга и другие) немало сильных игроков из стран ближнего и дальнего зарубежья. И хотя сборная страны не снискала лавров ни на чемпионате мира в Японии в 2002 г., ни на европейском первенстве в Португалии в 2004 г., на клубном уровне дела явно пошли в гору. После достойного выступления в турнирах Лиги чемпионов столичного «Локомотива» и ЦСКА в 2003-2004 гг., армейцы спустя сезон завоевали один из престижнейших в Европе Кубок УЕФА.

### **2.3. Футбол в Екатеринбурге**

Первый выход свердловских футболистов на всесоюзную арену относится к далекому 1937 г., когда под руководством тренера Г.К. Фирсова команда «Динамо» приняла участие в первенстве СССР, заняв первое место в группе «городов Востока». В последствии динамовцы еще трижды с успехом играли в чемпионате страны, выиграв в 1946 г. Кубок РСФСР по футболу.

С 1946 г. в чемпионатах страны Свердловск представляла команда армейцев (ОДО, СКВО, СКА), которая на протяжении многих лет была одной из сильнейших в Российской Федерации. Достаточно вспомнить победы армейцев в Кубке РСФСР 1950 г. и чемпионате России в 1951 г. В 1955 г. команда становится победителем 3-й зоны первенства СССР в классе «Б» и получает путевку в высшую лигу (в то время класс «А») отечественного футбола. Показав достойную игру, наши футболисты заняли здесь одиннадцатое место и только на самом финише турнира пропустили вперед своих конкурентов в борьбе за место в элитном эшелоне советского футбола. А нападающий уральцев В. Бузунов стал первым в споре за звание лучшего бомбардира чемпионата.

В 1947 г. впервые отправилась в большое футбольное плавание команда прославленного Уралмашзавода, на многие годы ставшая флагманом свердловского, а позднее и екатеринбургского футбола. За несколько сезонов уралмашевцы вошли в число лучших команд класса «Б» чемпионата СССР, а в 1965 г. заняли шестое место во 2-й группе класса «А». Уже через два сезона команда «Уралмаш» под руководством тренера В.С. Марьенко становится первой в финальном турнире победителей зон 2-й группы класса «А» и получает заветную путевку в высшую лигу. Большой вклад в успех коллектива тех лет внесли такие игроки, как Г. Епишин, Г. Феоктистов, А. Жос, Г. Санников, В. Ерохин, В. Стаферов. Не ударили в грязь лицом свердловчане и в элитном дивизионе, одержав ряд запоминающихся побед над более опытными соперниками. Однако уровень футбола тех лет был настолько высок, что дебютантам не удалось сходу закрепиться в группе сильнейших. После этого

представители завода-гиганта более 20 лет с переменным успехом выступали в первой и второй лиге союзного чемпионата. Новый подъем коллектива наступил в начале девяностых годов, когда он вновь вошел в число сильнейших в первой лиге, а с распадом СССР был включен в число участников соревнований высшего эшелона чемпионата России, где выступал в с 1992 по 1996 г. Именно в этот период расцвел бомбардирский талант воспитанника футбола г. Нижнего Тагила Ю. Матвеева, позднее надевшего майку игрока национальной сборной страны. Успешное выступление в высшей лиге свердловчане подкрепили и хорошей игрой в престижном международном турнире на Кубок «Интертото» в 1996 г. Однако борьба на два фронта, потребовавшая от команды запредельного напряжения сил, привела к провальному финишу в чемпионате. Покинув высшую лигу, «Уралмаш» сезон 1997 г. бесславно провел в первой и опустился во вторую. Все попытки уралмашевцев пойти на повышение в классе увенчались успехом только в 2002 г., когда победа в соревнованиях зоны Урала 2-й лиги России дала команде путевку в первую лигу. Однако последовавший затем финансовый кризис не позволил «Уралмашу» продолжить борьбу в соревнованиях на профессиональной арене.

Пришедший на смену заводскому коллективу областной футбольный клуб «Урал», несмотря на героические усилия, не смог в первый год своего существования закрепиться в первом эшелоне российского футбола. Однако уже на следующий год он смог решить непростую задачу своего возвращения в 1-ю лигу. Значительно укрепивший свой состав «Урал» под руководством нового главного тренера А.М. Побегалова сезон 2005 г. начал уверенно и мощно, с первых туров заняв место в лидирующей группе команд первого дивизиона.

Немало ярких страниц насчитывает и сравнительно короткая история свердловского областного мини-футбола. Одними из пионеров этой увлекательной игры в стране стали игроки екатеринбургской команды УПИ, с 1991 г. по 2005 г. выступавшие в высшем дивизионе отечественного мини-футбола. Коллектив становился призером кубка страны, победителем ряда

международных соревнований, участником чемпионата мира среди студентов. Воспитанники команды М. Кощеев, С. Зуев, А. Бадретдинов с успехом защищали цвета национальной сборной России на самых престижных турнирах.

В разные годы не без успеха выступали в высшем эшелоне российского мини-футбола команды «Строитель» (г. Новоуральск), «Уралмаш-М» и «Альфа» из Екатеринбурга.

Однако настоящее признание и славу уральскому мини-футболу принесли руководители и игроки команды «ВИЗ-Синара». Подопечные Г.В. Иванова с 1994 г. и по сей день с блеском выступают в высшей лиге мини-футбола России, ежегодно ставя перед собой самые высокие задачи. Только в чемпионатах страны визовцы 6 раз становились их призерами, а в 2005 г. завоевали бронзовые медали. Много лет лидерами сборной страны являлись игроки клуба В. Яшин и Д. Агафонов. А на чемпионате Европы-2005 в составе сборной России, уверенно ставшей серебряным призером турнира, ярко проявили себя представители нового поколения «синарцев» В. Шаяхметов, С. Зуев и Д. Хамадиев. Залог стабильных успехов «ВИЗ-Синары» – ставка на собственные резервы, которые готовятся в мини-футбольной школе клуба, не имеющей аналогов в России. Практически каждый год воспитанники школы становятся победителями всероссийских детских и юношеских соревнований в большинстве возрастных групп.

Женский мини-футбол в Свердловской области делает пока еще первые шаги. В течение пяти лет екатеринбургская команда Трамвайно-троллейбусного управления под руководством Б.И. Сапожникова успешно принимала участие в соревнованиях высшей лиги. В сезоне 2005 г. в 1-й лиге выступала команда ВИЗ г. Екатеринбург, на смену которой через год пришел коллектив УПИ. В нашей области имеется достаточно много желающих заниматься этим видом спорта. В межрегиональной федерации футбола Урала активно работает тренер по женскому футболу В.И. Войтенко. Однако дальнейшее развитие футбола тормозится отсутствием финансовых средств.

## **ГЛАВА 3. ПРАВИЛА ИГРЫ, МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФУТБОЛУ**

### **3.1. Основные правила игры в футбол**

#### *Правило 1 – Поле для игры*

Поле для игры представляет собой прямоугольник длиной от 90 до 120 м и шириной от 45 до 90 м (рис. 1). Для международных матчей поле должно быть длиной от 100 до 110 м и шириной от 64 до 75 м. Длина всегда должна быть больше ширины.

Поле должно быть размечено ясно видимыми линиями шириной не более 12 см. Длинные линии, ограничивающие поле, называются боковыми, короткие – линиями ворот. Поперёк поля проводится средняя линия, на которой делается отметка, обозначающая центр поля. Из центра поля проводится круг радиусом 9 м. В углах поля устанавливаются флаги с незаострёнными вверху древками не короче 1,5 м.

Из точек, находящихся на линиях ворот на расстоянии 5,5 м от внутренней стороны обеих стоек ворот, проводятся внутрь поля перпендикулярно линии ворот две линии длиной 5,5 м. Концы их соединяются линией, параллельной линии ворот. Площадь, образуемая этими линиями и линией ворот, называется площадью ворот.

Из точек, находящихся на линиях ворот на расстоянии 16,5 м от внутренней стороны обеих стоек ворот, проводятся внутрь поля перпендикулярно линии ворот две линии длиной 16,5 м. Концы их соединяются линией, параллельной линии ворот. Площадь, образуемая этими линиями и линией ворот, называется штрафной площадью. Внутри каждой штрафной площади против середины ворот на расстоянии 11 м от их линии делается отметка. Из этой отметки за пределами штрафной площади проводится дуга радиусом 9 м.

Из каждого угла поля внутри его проводится дуга радиусом 1 м, образующая угловой сектор.

На линиях ворот устанавливаются ворота. Они состоят из двух вертикальных стоек, находящихся на равном расстоянии от угловых флагов, и перекладины. Ширина ворот (по внутреннему измерению) составляет 7 м 32 см, а нижний край перекладины находится на высоте 2 м 44 см от земли. Диаметр обеих стоек и перекладины одинаковый и не превышает 12 см. К стойкам, перекладине и земле сзади ворот крепится сетка. Она должна быть хорошо закреплена и не мешать вратарю. Стойки и перекладины ворот должны быть белого цвета. Ворота должны быть надёжно закреплены на земле.

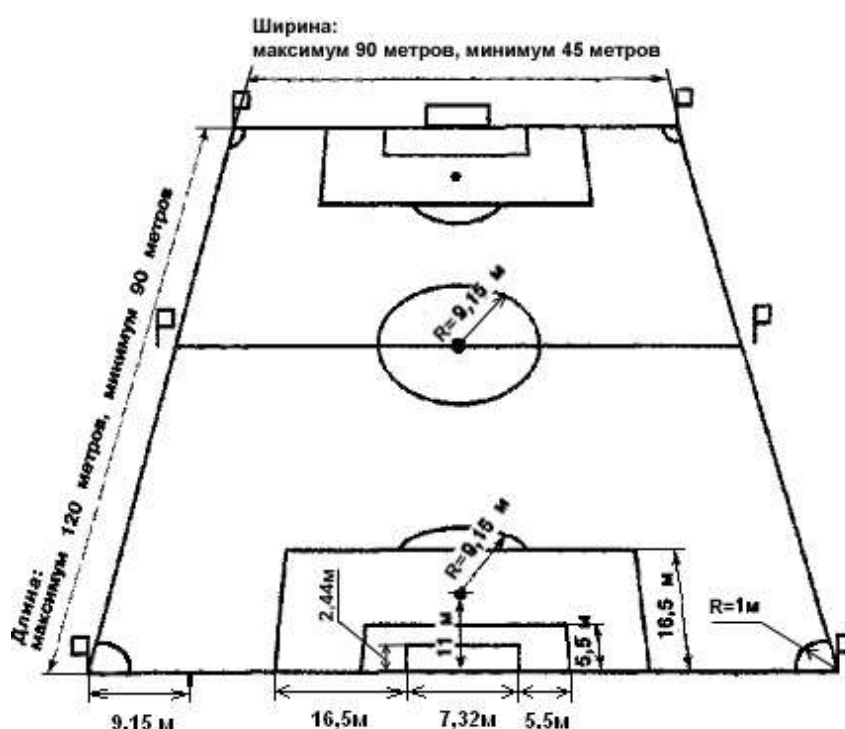


Рис. 1. Поле для игры

### Правило 2 – Мяч

Мяч должен быть круглым, с покрышкой, изготовлен из кожи или другого пригодного для этих целей материала. Окружность мяча 68-71 см. В начале игры он должен весить 396-453 г. Давление внутри мяча должно равняться 0,6-0,7 атм. Во время игры он может быть заменён только с разрешения судьи.

### Правило 3 – Число игроков

В игре участвуют две команды. Каждая состоит не более чем из 11 игроков, включая одного вратаря. Матч не может начинаться, если в состав любой из

команд входит менее 7 игроков. В любом матче официального соревнования, организуемого под эгидой ФИФА, конфедераций или национальных ассоциаций, разрешается замена не более 3 игроков, фамилии которых сообщаются судье до начала встречи. Для замены игрока основного состава запасным необходимо получить на это разрешение судьи. Запасной игрок должен войти на поле только во время остановки игры и лишь в месте пересечения средней и боковой линии, когда заменяемый игрок покинет поле. Любой из игроков может в момент остановки игры поменяться местами с вратарём, предварительно поставив об этом в известность судью.

#### *Правило 4 – Экипировка игроков*

Игрок не должен использовать такую экипировку или одевать на себя то, что представляет опасность для него самого или другого игрока (включая любого рода ювелирные изделия). Обязательными элементами экипировки игрока являются: рубашка или футболка, трусы, гетры, щитки, обувь. Цвет одежды каждого вратаря должен отличать его от остальных игроков, судьи и его помощников. Всякий игрок, нарушивший настоящее правило, должен быть удалён с поля для приведения своей экипировки в порядок. Он может вернуться с разрешения судьи после того, как тот убедится, что обмундирование игрока отвечает требованиям правил.

#### *Правило 5 – Судья*

Для проведения каждой игры назначается судья, имеющий все полномочия по обеспечению соблюдения правил игры в том матче, на который он назначен. Судья должен носить рубашку или куртку, по цвету отличающуюся от одежды игроков обеих команд. Судья обязан следить за точным соблюдением правил игры. Обеспечивает выбор любых используемых мячей в соответствии с требованиями правила 2 и экипировки игроков в соответствии с требованиями правила 4. Ведёт хронометраж игры. По своему усмотрению останавливает, временно прерывает или вовсе прекращает матч при любом нарушении правил или при любом постороннем вмешательстве.

Останавливает матч, если, по его мнению, игрок получил серьёзную травму, и обеспечивает его уход (вынос) за пределы поля. Судья не должен останавливать игру в тех случаях, когда, по его мнению, это может принести преимущество провинившейся команде. Принимает меры дисциплинарного воздействия по отношению к игрокам, виновным в нарушениях, караемых предупреждением или удалением. Обеспечивает, чтобы посторонние лица не появились на поле. Представляет соответствующим органам рапорт о матче, включающий информацию по всем принятым дисциплинарным мерам в отношении игроков или официальных лиц команд, а также по всем прочим инцидентам, происшедшим до матча, во время или после него.

Решение судьи по фактам, связанным с игрой, является окончательным.

#### *Правило 6 – Помощники судьи.*

В помощь судье назначаются двое судей на линии. В их обязанности входит сигнализировать отмашкой флага (окончательное решение остаётся за судьёй) о выходе мяча за пределы поля. Показывать, какая из команд имеет право на угловой удар от ворот или вбрасывание мяча из аута. Фиксировать попадание игроков в положение «вне игры». Сигнализировать, когда поступает просьба о замене игрока, или когда игроки ведут себя недисциплинированно, или когда возникают любые иные инциденты, происходящие вне поля зрения судьи. Судьи на линии должны иметь флаги установленной формы ярких цветов (красные, жёлтые, розовые, оранжевые).

#### *Правило 7 – Продолжительность игры*

Игра продолжается 90 минут и делится на две половины по 45 минут с 15-минутным перерывом между ними.

К продолжительности любого из таймов добавляется время, потерянное на замены игроков, остановку игры при несчастном случае (травма), постороннем вмешательстве, умышленном затягивании времени игры или по какой-либо другой причине. Продолжительность добавленного времени определяет только судья. Если 11-метровый удар должен быть пробит или



перебит, то продолжительность соответствующего тайма увеличивается на время, необходимое для выполнения этого удара.

В регламенте соревнований может содержаться положение о двух дополнительных таймах равной продолжительности. Недоигранный в силу каких-либо обстоятельств, матч переигрывается, если в регламенте соревнования не содержится иного положения.

#### *Правило 8 – Начало и возобновление игры*

Перед началом игры производится жеребьёвка для выбора сторон или начального удара. Команда, выигравшая жеребьёвку, имеет право выбрать либо сторону поля, либо начальный удар. Во втором тайме команды меняются сторонами поля и атакуют противоположные ворота.

Начальный удар – способ начала или возобновления игры в начале матча, после забитого гола, в начале второго тайма, в начале тайма дополнительного времени. Мяч, забитый непосредственно с начального удара, засчитывается.

При начальном ударе все игроки должны находиться на своей половине поля, а соперники – располагаться от мяча на расстоянии не ближе 9 м, пока мяч не введён в игру. Удар производится по сигналу судьи ногой по неподвижно лежащему в центре поля мячу в направлении ворот соперника. Игрок, производящий начальный удар, не имеет права вторично коснуться мяча раньше других футболистов (наказание – свободный удар). За любое другое нарушение процедуры выполнения начального удара этот удар повторяется.

«Спорный мяч» – это способ возобновления игры после временной остановки, в которой возникла необходимость в то время, пока мяч находился в игре, – по любой причине, не предусмотренной правилами. Судья вбрасывает мяч в том месте, где он находился в момент остановки игры, которая возобновляется в момент соприкосновения мяча с землёй.

#### *Правило 9 – Мяч в игре и не в игре*

Мяч считается вышедшим из игры, если он полностью пересёк линию ворот

либо боковую линию по земле либо по воздуху или судья останавливает игру.

В течение всего остального времени мяч находится в игре, включая случаи, когда он отскакивает от стойки ворот, перекладины или углового флажка и остаётся в поле, а также отскакивает от судьи или его помощника, находясь в пределах поля.

#### *Правило 10 – Результаты игры*

Гол считается забитым, если мяч пересёк линию ворот между стойками и под перекладиной, при условии, что перед этим забившая гол команда не нарушала Правила игры.

Команда, забившая в течение матча большее количество голов, считается победителем. Если обе команды забили равное количество голов или не было забито ни одного гола, то матч заканчивается с ничейным результатом.

#### *Правило 11 – Положение «вне игры»*

Игрок находится в положении «вне игры», если он в момент удара по мячу другим игроком своей команды находится ближе к линии ворот соперника, чем мяч и предпоследний от линии ворот игрок команды соперника.

Игрок не находится в положении «вне игры», если он располагается на своей половине поля или на одной линии с предпоследним от линии ворот соперником, или на одной линии с двумя последними от линии ворот соперниками.

Игрок, находящийся в положении «вне игры», наказывается за это только в том случае, если в момент удара по мячу кем-либо из его партнёров по команде он, по мнению судьи, активно участвует в игровых действиях (вмешивается в игру сам, мешает играть сопернику или получает преимущество благодаря своей позиции).

Нарушения с точки зрения положения «вне игры» нет, если игрок получает мяч непосредственно после удара от ворот, вбрасывания из-за боковой линии или углового удара.

За любое положение «вне игры» судья назначает свободный удар,

выполняемый игроком противоположной команды с места, где произошло нарушение.

*Правило 12 – Нарушение правил и недисциплинированное поведение игроков*

Нарушение правил и недисциплинированное поведение футболистов наказываются назначением штрафных или свободных ударов, а также предупреждениями или удалениями игроков с поля.

Право выполнения штрафного удара предоставляется противоположной команде в случае совершения игроком любого из следующих нарушений:

- удар или попытка ударить соперника ногой;
- подножка или попытка сделать сопернику подножку;
- прыжок на соперника;
- грубая атака соперника;
- удар или попытка ударить соперника рукой;
- толчок соперника;
- задержка соперника;
- плевков в соперника;
- умышленная игра рукой (кроме вратаря в своей штрафной площади).

Если любое из вышеперечисленных нарушений совершено игроком в пределах своей штрафной площадки, независимо от места нахождения мяча при условии его нахождения в игре, назначается 11-метровый удар.

Свободный удар назначается в том случае, если игрок, по мнению судьи:

- сыграет опасно;
- блокирует соперника;
- помешает вратарю выпустить мяч из рук;
- совершит любое иное нарушение, за которое игра останавливается для вынесения игроку предупреждения или удаления его с поля.

Также свободный удар назначается, если вратарь, находясь в пределах своей штрафной площади, совершит любое из следующих нарушений:

- будет контролировать мяч руками более шести секунд, прежде чем выпустить его из рук;
- снова коснётся мяча руками после того, как выпустит его из рук и мяч не коснётся любого другого игрока;
- коснётся мяча руками после того, как партнёр по команде намеренно отдаст ему пас ногой;
- коснётся мяча руками, получая его непосредственно после вбрасывания, выполненного его партнёром по команде.

Игрок получает предупреждение, и ему показывают жёлтую карточку, в случае, если он совершает любое из следующих нарушений:

- виновен в неспортивном поведении;
- демонстрирует несогласие словом или действием;
- систематически нарушает правила игры;
- затягивает возобновление игры;
- не соблюдает требуемое расстояние при возобновлении игры угловым, штрафным или свободным ударом;
- выходит или возвращается на поле без разрешения судьи.

Игроку показывают красную карточку и удаляют с поля, если он совершает любое из перечисленных нарушений:

- виновен в серьёзном нарушении правил;
- виновен в агрессивном поведении;
- плюёт в соперника или кого-либо другого;
- умышленно играя рукой, помешает сопернику забить гол или лишит его явной возможности забить гол;
- лишит соперника, продвигающегося к воротам, явной возможности забить гол с помощью нарушения правил;
- использует оскорбительные, обидные или нецензурные выражения или жесты;
- получает второе предупреждение в одном и том же матче.

### *Правило 13 – Штрафной и свободный удары*

Удары могут быть штрафными или свободными. Как при штрафном, так и при свободном ударе мяч в момент их выполнения должен лежать неподвижно, соперники отходят на расстояние 9 м от мяча, а выполняющий удар игрок не имеет права вторично коснуться мяча, прежде чем мяч не коснется другого игрока.

Штрафной удар отличается от свободного тем, что при штрафном ударе мяч, непосредственно забитый в ворота виновной команды, засчитывается, а при свободном ударе засчитывается лишь в том случае, если мяч после удара коснется какого-либо другого игрока. Если мяч со свободного удара попадает прямо в ворота соперника, назначается удар от его ворот. Если мяч со штрафного или свободного ударов попадает непосредственно в собственные ворота, противоположная команда получает право на угловой удар. Чтобы отличить свободный удар от штрафного, судья, назначив свободный удар, должен поднять руку вверх и не опускать её до момента произведения удара.

В случае пробития штрафного или свободного ударов обороняющейся командой из пределов штрафной площади, все игроки команды соперника располагаются за пределами штрафной площади до тех пор, пока мяч сразу после удара не выйдет за её пределы. Если же после удара мяч до выхода из штрафной площади коснется любого игрока, то удар повторяется. Штрафной или свободный удар, производимый обороняющейся командой из площади своих ворот, выполняется из любой её точки.

В случае, когда свободный удар пробивается из пределов штрафной площади атакующей командой, все игроки команды соперника располагаются на расстоянии не менее 9 м от мяча (кроме случая, когда игроки находятся на линии между стойками своих ворот). Мяч считается в игре, когда по нему нанесён удар и он находится в движении. Назначенный для выполнения в площади ворот свободный удар пробивается с линии площади ворот, параллельной линии ворот, в ближайшей к месту нарушения точке.

### *Правило 14 – Одиннадцатиметровый удар*

11-метровый удар назначается в ворота команды, игроки которой совершили одно из нарушений, наказуемых штрафным ударом, в пределах своей штрафной площади в то время, когда мяч находился в игре. Гол, забитый с 11-метрового удара, засчитывается.

При пробитии удара мяч неподвижно устанавливается на 11-метровой отметке. Вратарь защищающейся команды располагается на линии своих ворот, лицом к бьющему футболисту, не перемещая ступни ног до удара по мячу. Игроки обеих команд, кроме выполняющего удар, находятся в пределах поля, за пределами штрафной площади, позади 11-метровой отметки на расстоянии не менее 9 м от нее. Игрок, выполняющий удар, должен ударом ноги направить мяч вперёд и не касаться его вторично, прежде чем до мяча дотронется другой игрок.

Если при выполнении удара бьющий игрок или его партнёр нарушают правила игры:

- судья даёт возможность выполнить удар;
- если мяч попадает в ворота, удар повторяется;
- если мяч не попадает в ворота, удар не повторяется.

Если при этом нарушают правила вратарь или его партнёр:

- судья даёт возможность выполнить удар;
- если мяч попадает в ворота, гол засчитывается;
- если мяч не попадает в ворота, удар повторяется.

Если после выполнения 11-метрового удара игрок вторично коснётся (не руками) мяча, прежде чем его коснётся другой игрок, противоположная команда получает право на свободный удар, выполняемый с места нарушения. Умышленная игра рукой в такой ситуации наказывается штрафным ударом.

В случае, когда после пробития 11-метрового удара мяча коснётся кто-либо или что-либо постороннее в момент его движения вперёд, удар повторяется.

### *Правило 15 – Вбрасывание мяча*

Когда мяч полностью пересекает боковую линию – по земле или по воздуху,

он вбрасывается в поле в любом направлении с того места, где пересёк линию, игроком команды, противоположной той, игрок которой последним коснулся мяча.

При вбрасывании игрок должен стоять обеими ногами либо на боковой линии, либо на земле за пределами боковой линии. Игрок должен вбросить мяч в поле обеими руками с замахом из-за головы.

Мяч находится в игре сразу же после его попадания в пределы поля. Выполняющий вбрасывание игрок не может вновь коснуться мяча, прежде чем мяч коснётся другого игрока. Мяч, непосредственно брошенный в ворота из-за боковой линии, не засчитывается. Если бросок произведён неправильно, вбрасывание повторяется с того же места игроком противоположной команды.

#### *Правило 16 – Удар от ворот*

Удар от ворот назначается, когда мяч полностью пересёк линию ворот по земле или по воздуху после касания игрока атакующей команды, но если при этом в соответствии с правилом 10 не был забит гол.

Удар производится игроком обороняющейся команды с любой точки в пределах площади ворот. Соперники остаются за пределами штрафной площади до тех пор, пока мяч не войдёт в игру. Выполнявший удар игрок не может повторно сыграть мячом, прежде чем мяч коснётся другого игрока. Мяч находится в игре, когда он, никого не коснувшись, вышел за пределы штрафной площади. Гол, забитый непосредственно с удара от ворот в ворота команды-соперницы, засчитывается.

#### *Правило 17 – Угловой удар*

Угловой удар назначается, когда мяч полностью пересёк линию ворот по земле или по воздуху после касания игрока обороняющейся команды, но если при этом в соответствии с правилом 10 не был забит гол.

Удар проводится игроком атакующей команды из углового сектора с той стороны ворот, где мяч вышел за пределы поля. При выполнении удара угловой флаг отклонять, перемещать или снимать не разрешается. Выполнивший удар

игрок не может повторно коснуться его до касания мяча другим игроком. Соперники располагаются на расстоянии не менее 9 м от мяча, пока он не войдёт в игру. Гол, забитый непосредственно с углового удара в ворота команды – соперницы, засчитывается.

## **3.2. Организация соревнований по футболу**

### **3.2.1. Общие положения**

Соревнования составляют основной раздел учебно-тренировочной работы футбольного коллектива. В зависимости от поставленных задач соревнования можно разделить на основные и вспомогательные. *Основные* – это календарные соревнования, предусмотренные единым календарным планом спортивных мероприятий, в соответствии с требованиями ЕСКД, согласно утверждённому положению. К ним относятся первенства или чемпионаты, соревнования на кубок, отборочные турниры. К *вспомогательным* видам соревнований относятся контрольные, товарищеские и показательные встречи, сокращённые соревнования.

### **3.2.2. Положение о соревнованиях**

При проведении любого официального соревнования должно быть составлено положение о соревновании, которое утверждается Федерацией футбола либо другой какой-либо организацией, проводящей соревнования. Положение – основополагающий документ, обязательный для выполнения всеми участвующими командами.

В Положении чётко излагаются основные организационные принципы и никакие отклонения от него не допустимы.

В Положении должны найти отражение следующие вопросы:

1. Цель и задачи проводимого соревнования.
2. Кто проводит соревнование (федерация, оргкомитет и т.п.).
3. Сроки и условия проведения соревнования.
4. Количество и наименование команд, допустимых к соревнованиям, максимальное количество участников, вносимых в заявку.



5. Система розыгрыша, по которой проводится соревнование (круговая – в один или два круга, с выбыванием, смешанная).

6. Система зачёта и порядок определения занятых командами мест.

7. Особые условия соревнования (назначение дополнительного времени в играх и его продолжительность, способы выявления победителей при ничейном исходе встреч или равенстве очков в результате проведённого соревнования, разрешаемое количество замен и т.п.).

8. Порядок оформления команд и участников для участия в соревновании, форма, сроки подачи заявок и перезаявок игроков.

9. Наименование судейской коллегии, которой поручено проведение соревнований.

10. Порядок подачи рассмотрения протестов на проведённую игру, рассмотрения дисциплинарных вопросов, связанных с удалением или предупреждением игроков.

11. Ответственность команд за нарушение дисциплины игроками и ответственность администрации стадионов и клубов за поддержание порядка во время игр.

12. Места соревнований и требования к ним.

13. Финансовые условия участия в соревнованиях.

14. Награждение победителей и условия участия в следующем таком же соревновании команды или команд, занявших последние места.

### ***3.2.3. Системы розыгрыша***

Соревнования по футболу в зависимости от сроков и количества участников можно проводить по круговой, олимпийской или смешанной системе.

*Круговая система* позволяет всем участвующим коллективам встретиться между собой (в один или два круга) и наиболее объективно выявить соотношение сил соревнующихся команд. При круговой системе все места команд-участниц определяются по количеству набранных очков. При этом

побеждает та из них, которая набирает по итогам наибольшее количество очков. При их равенстве у одной или нескольких команд для определения мест в Положении предусматриваются какие-либо дополнительные показатели (результаты личных встреч, разность мячей, их соотношение, наибольшее количество побед и т.д.).

Для подсчёта необходимого количества игр пользуются общепринятой формулой

$$U = \frac{A(A-1)}{2},$$

где  $U$  – количество игр;  $A$  – количество команд-участниц.

Например, при 8 командах  $U = \frac{8(8-1)}{2} = 28$ .

Для подсчёта количества игровых дней в турнире пользуются следующим приёмом. Количество соревновательных дней всегда равно: при нечётном числе – числу команд-участниц, при чётном – числу команд-участниц минус единица. Так, при 7 командах надо 7 игровых дней, а при 6 соревновательных коллективах – 5 дней.

Порядок игр по круговой системе определяют жеребьёвкой номеров команд-участниц. На основании определившихся номеров коллективов составляется расписание игр турнира.

Календарь игр по круговой системе можно составлять несколькими способами. Рассмотрим один из простейших способов, при котором график игр расписывают непосредственно по турам. При чётном количестве команд их номера записывают в два столбика с первого номера, который пишется в левом столбике сверху. Далее, начиная со второго номера, который пишется во втором столбике против первого, в последовательном порядке по часовой стрелке проставляют остальные номера (I тур). Для составления следующих туров номера передвигают против часовой стрелки, оставляя первый номер на одном и том же месте.

Если число команд-участниц нечётное, то вместо следующего чётного числа

ставят цифру «ноль», оставляя остальное без изменений. Команда, номер которой по календарю сводится в пару с цифрой «ноль», в данном туре не играет.

Для примера несколько наиболее распространённых календарей игр, составленных вышеуказанным способом для различного числа команд.

#### 1. При 3-4 командах:

1-й тур	2-й тур	3-й тур
1-2	1-3	1-4
4-3	2-4	3-2

#### 2. При 5-6 командах:

1-й тур	2-й тур	3-й тур	4-й тур	5-й тур
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6
6-3	2-4	3-5	4-6	5-2
5-4	6-5	2-6	3-2	4-3

#### 3. При 7-8 командах:

1-й тур	2-й тур	3-й тур	4-й тур
1-2	1-3	1-4	1-5
8-3	2-4	3-5	4-6
7-4	8-5	1-6	3-7
6-5	7-6	8-7	2-8
5-й тур	6-й тур	7-й тур	
1-6	1-7	1-8	
5-7	6-8	7-2	
4-8	5-2	6-3	
3-2	4-3	5-4	

#### 4. При 9-10 командах:

1-й тур	2-й тур	3-й тур	4-й тур	5-й тур
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6
10-3	2-4	3-5	4-6	5-7
9-4	10-5	2-6	3-7	4-8
6-5	9-6	10-7	2-8	3-9
7-6	8-7	9-8	10-9	2-10
6-й тур	7-й тур	8-й тур	9-й тур	
1-7	1-8	1-9	1-10	
6-8	7-9	8-10	9-2	
5-9	6-10	7-2	8-3	
4-10	5-2	6-3	7-4	
3-2	4-3	5-4	6-5	

При большом количестве заявленных коллективов могут быть использованы некоторые разновидности круговой системы розыгрыша, значительно сокращающие сроки проведения турнира, а при необходимости позволяющие провести его в несколько отдельных, разделённых по времени этапов. Все команды разбиваются на подгруппы (в зависимости от числа участников). В каждой из них игры проводятся по круговой системе с начислением очков, а затем из победителей (одного или нескольких) составляются новые группы, в которых снова проводятся игры по круговой системе.

Например, не один год по такому принципу в нашем университете проводили спартакиаду факультетских сборных команд. Сначала на судейской 10 участвующих коллективов по жребию делили на 2 подгруппы по 5 в каждой (с рассеиванием двух сильнейших команд по результатам минувшего года) и по описанной выше методике составляли календарь игр. По результатам проведённых однокруговых турниров по 3 лучшие сборные из каждой подгруппы выходили в главную финальную группу, в которой с учётом набранных ранее в играх между собой очков в новом однокруговом соревновании и выявляли победителя спартакиады. Остальные 4 команды в аналогичном турнире разыгрывали 7-10-е места (в зачёт идут и все очки, набранные на первом этапе).

В представительном турнире Всероссийских соревнований студентов по футболу, проводимых в 80-х гг. XX века Россоветом ДСО «Буревестник», на первой стадии в 16 городах проходили четвертьфинальные матчи в группах из 3-4 команд. Далее победители групп в 4 полуфиналах оспаривали по 2 путёвки в финальную часть турнира. И, наконец, на заключительном этапе восьмёрка сильнейших команд разыгрывала призовые места. На стадиях  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  финала игры проходили по обычной однокруговой системе. В финале же первоначально 8 коллективов разбивали на 2 подгруппы, в которых проводили однокруговые турниры. Затем 4 сильнейших команды (по 2 из подгруппы) вновь, играя в один

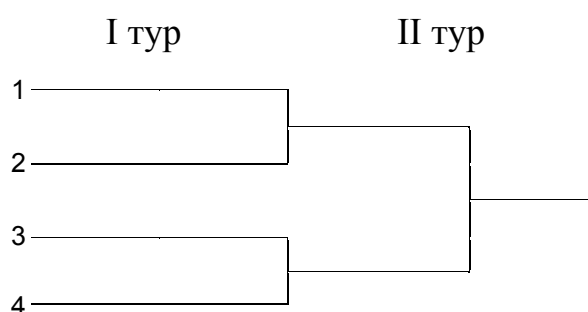
круг, оспаривали места с 1-е по 4-е, а остальные – с 5-е по 8-е.

Для проведения краткосрочных турниров с участием большого числа команд используют *олимпийскую систему* с выбыванием после первого поражения.

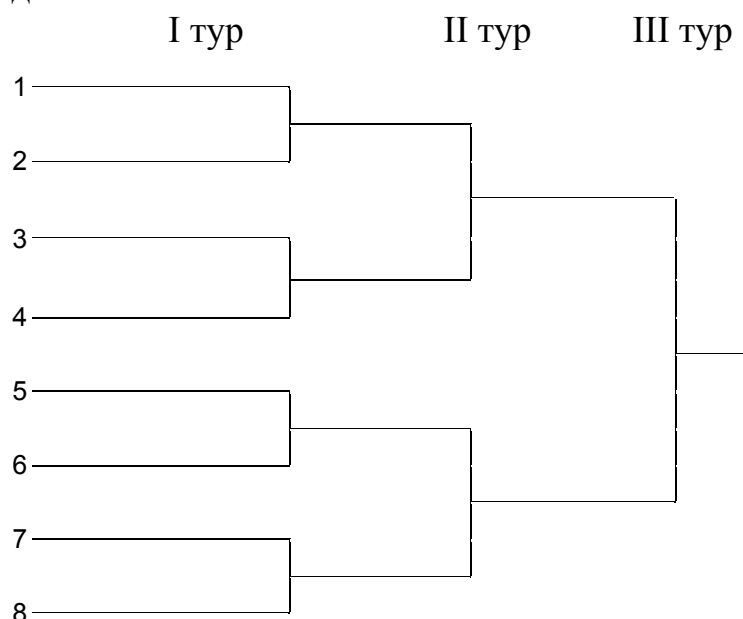
Расписание матчей при этой системе составляется в соответствии с сеткой игр для заявленного количества участвующих команд. Затем на судейской проводится жеребьёвка, в результате которой каждый коллектив получает определённый номер, согласно которому и включается в сетку.

Турнирная сетка составляется в зависимости от количества команд-участниц. Если число команд равно числу  $2^n$  ( $2^2=4$ ,  $2^3=8$ ,  $2^4=16$  и т.д.), то все остальные коллективы начинают розыгрыш с первого тура.

1. При 4 командах:



2. При 8 командах:



Если число участников не равно  $2^n$ , то сетка должна быть такой, чтобы ко второму туру осталось количество команд, кратное 2. Следовательно, согласно жребию часть команд приступит к играм во втором туре, а часть – в первом.

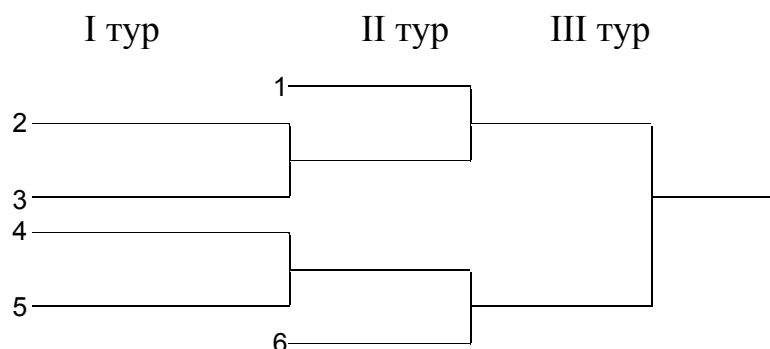
Для определения количества коллективов, начинающих игры в первом туре, применяют формулу:

$$K=(A-2^n) 2,$$

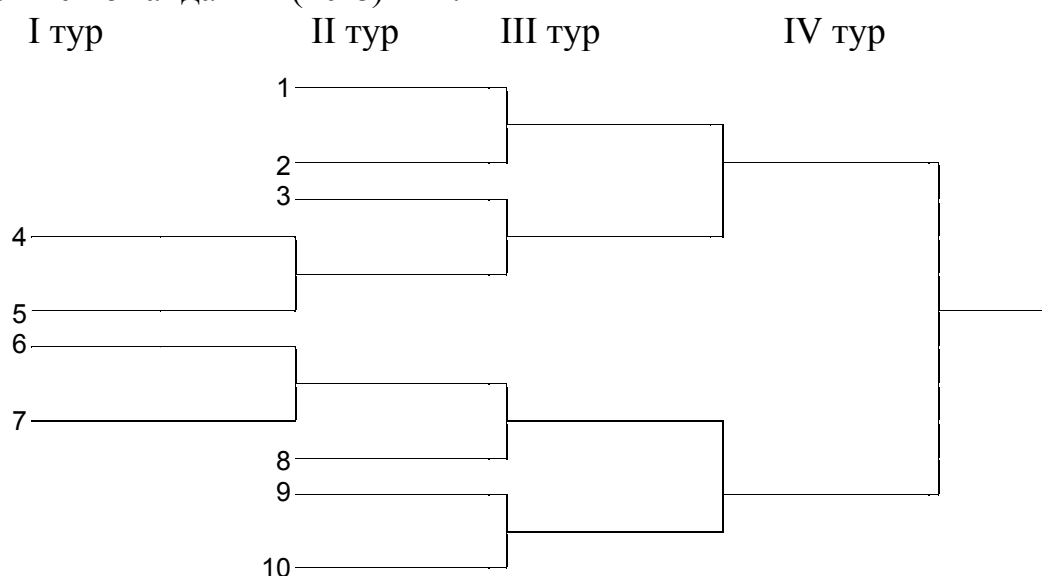
где  $K$  – количество команд, участвующих в I туре;  $A$  – общее количество команд-участниц;  $2^n$  – число, приближенное к общему количеству команд, являющееся степенью двойки (4, 8, 16 и т.д.).

При чётном количестве команд, участвующих в соревновании, коллективы, вступающие в игры со второго тура, распределяются поровну сверху и снизу сетки.

1. При 6 командах  $K=(6-4) 2=4$ .

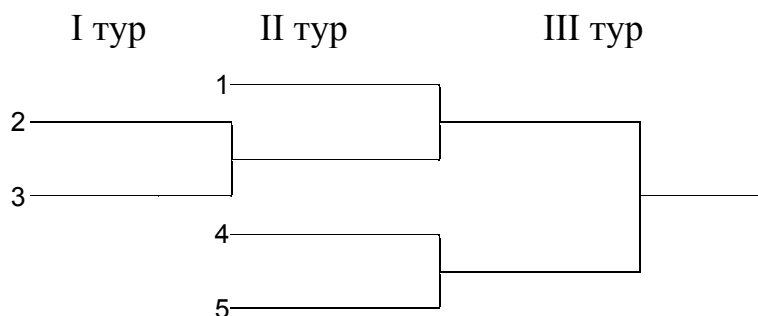


2. При 10 командах  $K=(10-8) 2=4$ .

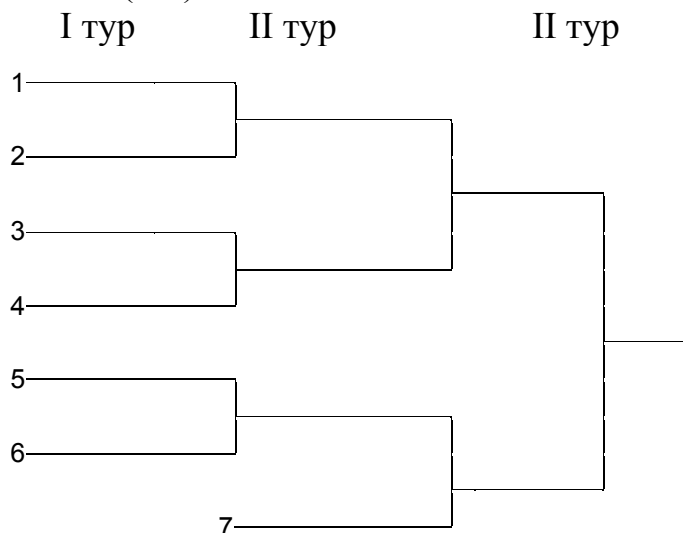


При нечётном количестве команд-участниц коллективы, вступающие в игру со второго тура, распределяются таким образом, чтобы внизу сетки было на один больше.

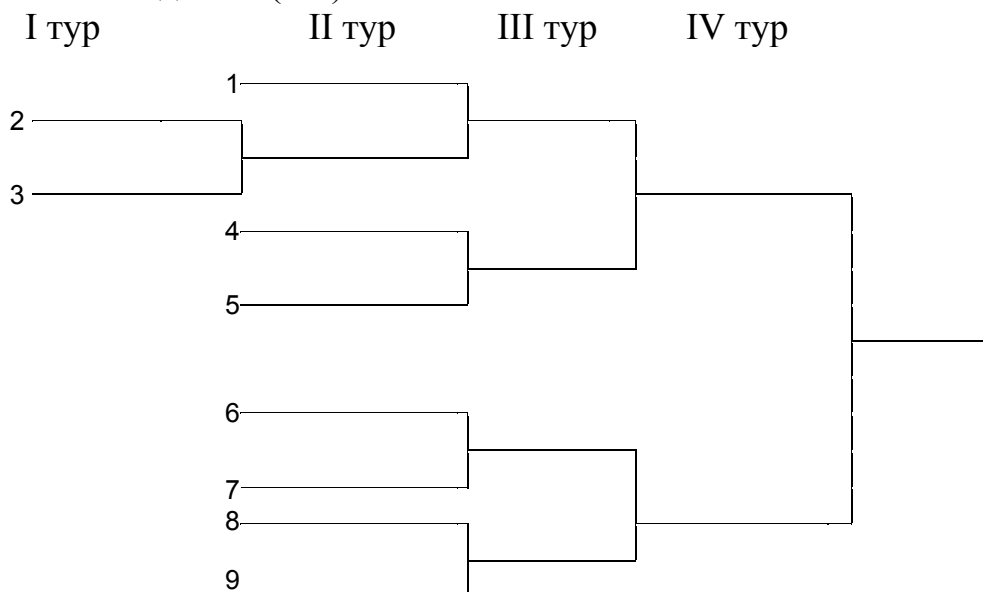
1. При 5 командах  $K=(5-4) 2=2$ .



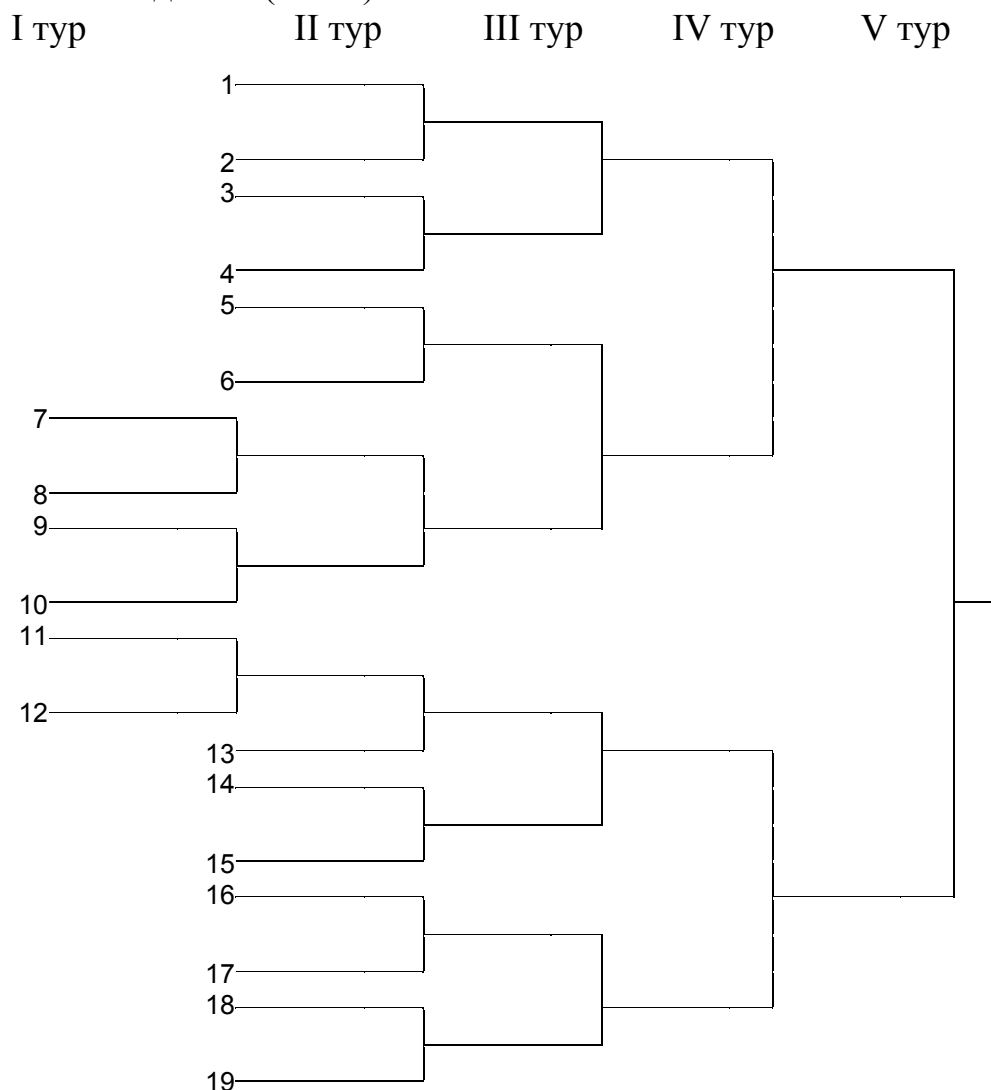
2. При 7 командах  $K=(7-4) 2=6$ .



3. При 9 командах  $K=(9-8) 2=2$ .



4. При 19 командах  $K=(19-16) \cdot 2=6$ .



Преимущество системы с выбыванием заключается в возможности даже при значительном количестве команд выявить победителя всего за несколько дней. Однако при этом могут возникнуть варианты попадания сильнейших коллективов в одну половину сетки и их выбывание на ранних этапах розыгрыша. Чтобы не допустить этого, можно искусственно рассеять сильные команды, давая им по жребию номера в разных половинах сетки, а затем провести жеребьёвку для оставшихся коллективов на свободные номера.

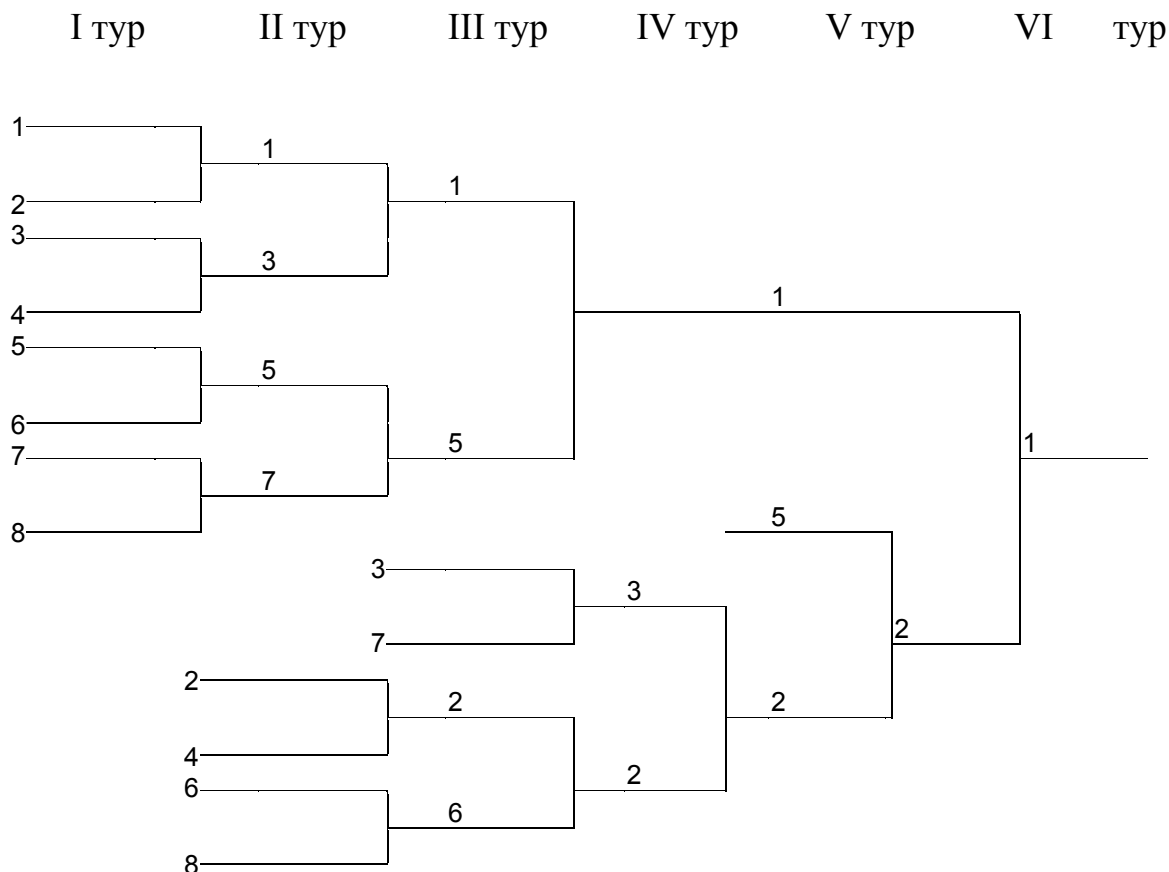
Для поддержания дополнительного интереса к турниру иногда применяют олимпийскую систему с новой жеребьёвкой после каждого тура. При этом команда до финиша заранее не знает своего будущего соперника.

Одной из разновидностей олимпийской системы является схема с



выбыванием после двух поражений, уменьшающая вероятность случайной неудачи сильных коллективов.

1. При 8 командах:

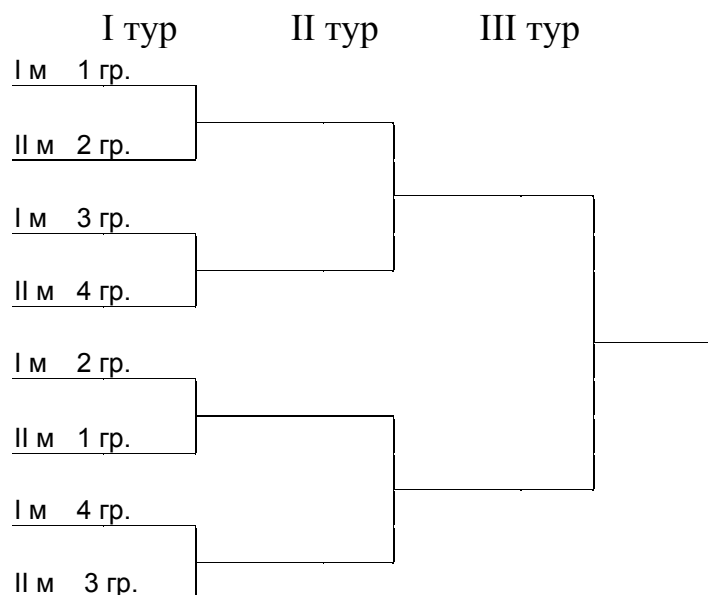


Для того чтобы провести соревнование в короткие сроки, но вместе с тем определить все места участвующих команд, используют олимпийскую систему с дополнительными «утешительными» играми. При этом 2-е место присуждается коллективу, проигравшему финальную встречу, 3-е и 4-е места разыгрывают между собой уступившие полуфиналисты. Четыре команды, выбывшие в 1/4 финала, точно также проводят между собой полуфинальные и финальные игры. Победители «утешительных» полуфиналов разыгрывают 5-е и 6-е места, а проигравшие 7-е и 8-е места. Последующие места определяются аналогично.

Смешанная система представляет собой комбинацию из двух вышеописанных – круговой и с выбыванием. При этом часть розыгрыша (предварительная или финальная) проводится по схеме с выбыванием, а другая

– по круговой.

Например, при проведении ряда крупнейших международных турниров применяют систему с финалом для 16 команд, разбитых на 4 группы по 4 коллектива в каждой. В группах игры проводят по круговой системе, а затем для выявления победителя используют «олимпийку». При этом структура второй части соревнования имеет следующий вид:



При такой системе уменьшается элемент случайности в первой части соревнования, вносимый жребием, а при достаточно большом числе участников сроки проведения турнира сравнительно невелики.

Широко используется в практике и круговая система с последующими стыковыми играми. При этом все команды по жребию делят на 2 подгруппы, в которых на первом этапе проводят однокруговые турниры. Затем победители подгрупп в очной встрече разыгрывают 1-е и 2-е места. Команды, ставшие в подгруппах вторыми – 3-е и 4-е места и т.д.

## ГЛАВА 4. ТЕХНИКА ФУТБОЛА

### 4.1. Общие положения

*Техника* – это совокупность специальных приёмов, используемых в игре в различных сочетаниях для достижения поставленной цели.

*Технические приёмы* – это средства ведения игры. От того, насколько полно владеет футболист всем многообразием этих средств в условиях вариативной игровой деятельности, борьбы с соперником, зачастую при прогрессирующем утомлении, во многом зависит достижение высоких спортивных результатов.

Быстрота и надёжность, простота и эффективность – вот современные требования к технике футбола.

#### ***Классификация***

По характеру игровой деятельности в технике футбола (рис. 2) выделяются два крупных раздела: *техника полевого игрока и вратаря*. Они в свою очередь делятся на подразделы: *техника передвижений и техника владения мячом*. Внутри этих подразделов выделяются *группы* отдельных технических приёмов, которые выполняются различными *способами*.

### 4.2. Техника передвижения

Характеристика техники футбола начинается с техники передвижения, которая является общим подразделом для полевого игрока и вратаря.

Техника передвижения включает в себя следующую группу приёмов: бег, прыжки, остановки, повороты.

***Бег.*** Бег является основным средством передвижений в футболе. В футболе используются следующие приёмы бега: обычный, спиной вперёд, скрестным шагом, приставным шагом.

*Обычный бег* применяется игроками, продвигающимися в основном по прямой для выхода на свободное место, преследования противника и т.д. По своей структуре этот бег мало отличается от легкоатлетического, имея лишь определённые различия в длине, частоте шагов и их ритме.

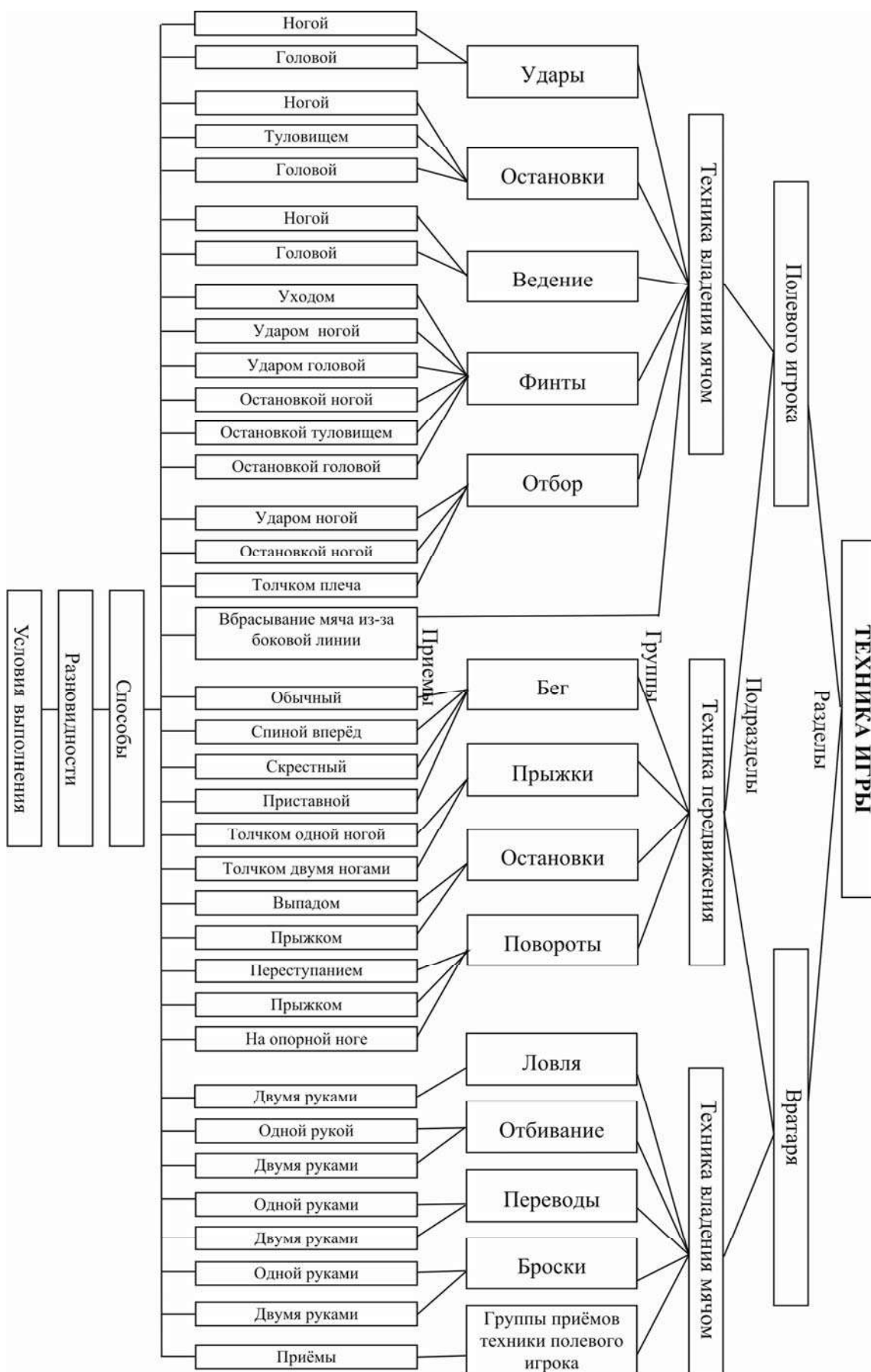


Рис. 2. Классификация техники футбола

*Бег спиной вперёд* используется главным образом защищающимися игроками, которые участвуют в отборе мяча и закрывании соперника. Ему свойственны короткие, но частые шаги и незначительная фаза полёта. Скорость такого бега растёт за счёт увеличения частоты шагов, что в значительной степени связано с активным движением ноги назад.

*Бег скрестным шагом* применяется для изменения направления движения, при рывках с места вправо или влево, после поворотов. Он является специфическим средством передвижения и используется главным образом в сочетании с другими видами бега. Этот бег характеризуется беговыми шагами, выполняемыми в сторону. В одном из шагов цикла (двойной шаг) маховая нога проносится скрестно впереди опорной ноги. Фаза полёта очень короткая.

*Бег приставным шагом* используется, чтобы принять тактически целесообразное положение (например, при закрывании игрока). Его применяют как предварительную фазу передвижения, после которой в зависимости от игровой ситуации выполняют различные приёмы техники передвижения. Бег приставным шагом выполняется на слегка согнутых ногах. Первый шаг делается в сторону ногой, ближайшей к направлению движения. Второй шаг является приставным.

**Прыжки.** Прыжки используются при выполнении некоторых приёмов остановок и поворотов футболистов. Они входят составной частью в технику отдельных способов ударов, остановок мяча и некоторых финтов. Всем прыжкам свойственны фазы отталкивания, полёта и приземления. Различают два способа выполнения прыжков: толчком одной и двумя ногами.

*Прыжки толчком одной ногой* характеризуются активным отталкиванием, которое сопровождается маховым движением ноги и переносом ОЦТ тела в сторону прыжка. Траектория и величина прыжка зависят от игровой ситуации. Приземление происходит на одну или обе ноги.

*При прыжке толчком двумя ногами* с места игрок быстро подседает перед отталкиванием. Активное выпрямление ног сопровождается переносом ОЦТ в

сторону прыжка и маховым движением руками. При прыжке с разбега в последнем шаге производится стопорящая постановка одной ноги. В момент подседания к ней быстро приставляется вторая нога.

**Остановки.** Остановки являются эффективным средством изменения направления движений. Применяются два приёма остановки: прыжком и выпадом.

*При остановке прыжком* выполняют невысокий, короткий прыжок с приземлением на маховую ногу, которая для устойчивости несколько сгибается. Часто приземление происходит на обе ноги.

*Остановку выпадом* осуществляют за счёт последнего бегового шага. Маховая нога выносится вперёд с опорой на пятку с последующим перекатом на ступню. Остановка выпадом характеризуется двухопорным положением со значительным сгибанием ног.

После остановок обычно следуют быстрые перемещения в различных направлениях. Поэтому конечное положение в остановке должно быть стартовой позой для последующих движений.

**Повороты.** При помощи поворотов футболисты с минимальной потерей скорости изменяют направление бега. После поворота на месте обычно следуют стартовые действия. Повороты входят также составной частью в технику выполнения некоторых способов ударов, остановок, ведения и финтов. Используют следующие повороты: переступанием, прыжком, поворотом на опорной ноге.

*Поворот переступанием* осуществляется за счёт 2-3 коротких шагов до необходимого направления.

При быстром и неожиданном варьировании направления движения наиболее эффективен *поворот прыжком*. Его выполняют активным толчком в сторону поворота. Стопа маховой ноги развёртывается в этом же направлении. Прыжок невысокий, но достаточно широкий.

*Поворот на опорной ноге* имеет две разновидности. В первом случае он

выполняется на дальней от направления поворота ноге. Вынося проекцию ОЦТ за границу площади опоры футболист разворачивается на носке опорной ноги в сторону поворота. Во втором случае поворот осуществляется на ближней в направлении движения ноге. ОЦТ смещается в сторону поворота. Шаг переносной ноги делается скрестно впереди опорной в этом же направлении. Поворот выполняется на носке несколько согнутой опорной ноги.

### **4.3. Техника владения мячом полевого игрока**

Техника владения мячом включает следующую группу приёмов: удары, остановки, ведение, обманные движения (финты), отбор мяча и специфический приём, выполняемый руками, – вбрасывание мяча из-за боковой линии.

#### **4.3.1. Удары по мячу**

Удары по мячу – основное средство ведения игры. Выполняют их ногой и головой различными способами, имеющими свои разновидности.

**Удары по мячу ногой** выполняют следующими основными способами: внутренней стороной стопы, внутренней, средней и внешней частями подъёма, носком, пяткой. Удары выполняют по неподвижному мячу, а также по мячам, катящимся и летящим в различных направлениях, с места, в движении, в прыжке, с поворотом, в падении. Несмотря на всё многообразие ударов по мячу ногой, можно выделить фазы движений, которые являются общими для многих способов.

*Предварительная фаза* – разбег. Разбег способствует предварительному наращиванию скорости ударных звеньев. Величина разбега, его скорость определяются индивидуальными особенностями футболистов и тактическими задачами.

*Подготовительная фаза* – замах ударной и постановка опорной ноги. Замах выполняется во время последнего бегового шага после заднего толчка. Чтобы правильно выполнить замах ударной ноги, нужно несколько удлинить последний шаг разбега. Опорная нога ставится справа или слева от мяча.

*Рабочая фаза* – ударное движение и проводка. Удар осуществляется резким

захлестывающим движением голени и стопы. В момент удара нога закреплена в голеностопном и коленном суставах. Превращение ноги в «жесткий рычаг» позволяет увеличить массу ударяющего звена. Рабочая фаза заканчивается выполнением так называемой проводки, когда ударная нога движется вместе с мячом, обеспечивая большую скорость движения и точность полёта мяча.

*Завершающая фаза* – принятие исходного положения для следующего движения. После удара нога продолжает движение вперёд – вверх и ОЦТ перемещается в сторону движения ноги.

Обычно обучение технике ударов по мячу ногой начинается с изучения удара *внутренней стороной стопы* (рис. 3), который применяется в основном при коротких и средних передачах и при ударах в ворота с близкого расстояния. Место начала разбега, мяч и цель находятся примерно на одной линии. Замах выполняется за счёт заднего толчка последнего бегового шага. Ударное движение начинается с одновременного сгибания бедра и поворота ноги снаружи. В момент удара стопа находится строго под прямым углом по отношению к направлению полёта мяча. Удар выполняется серединой внутренней поверхности стопы.



Рис. 3. Удар внутренней стороной стопы

*Удар внутренней частью подъёма* (рис. 4) используется при средних и длинных передачах, «прострелах» вдоль ворот и ударах по цели со всех дистанций. Разбег выполняется под углом  $45^\circ$  по отношению к мячу и цели. Опорная нога, слегка согнутая в коленном суставе, ставится на внешнюю часть стопы. Замах ноги близок к максимальному. Туловище несколько наклонено в сторону опорной ноги. Ударное движение начинается со сгибания бедра и заканчивается резким разгибанием голени. Носок стопы оттянут вниз, нога напряжена. Удар выполняется внутренней частью подъёма ноги.





Рис. 4. Удар внутренней частью подъёма

*Удар средней частью подъёма* (рис. 5) по технике исполнения во многом схож с вышеописанным, однако детали исполнения несколько отличны. Направление разбега, мяч и цель находятся примерно на одной линии. Опорная нога ставится с пятки в 10-15 см в сторону от мяча. Во время ударного движения происходит перекаат опорной ноги с пятки на носок. Условная ось, соединяющая мяч и коленный сустав, в момент удара строго вертикальна. Значительная площадь соприкосновения стопы и мяча позволяет наносить удар достаточно точно, а выполнение всех фаз удара в одной плоскости увеличивает его силу по сравнению с другими способами.



Рис. 5. Удар средней частью подъёма

*Удар внешней частью подъёма* (рис. 6) наиболее часто применяют для выполнения резаных (кручёных) ударов по воротам и передач. Структура движений при ударах средней и внешней частью схожа. Отличия заключаются в том, что во время ударного движения поворачиваются внутрь голень и стопа бьющей ноги.



Рис. 6. Удар внешней частью подъёма

*Удар носком* (рис. 7) эффективен при выбивании мяча у противника в выпаде или шпагате либо при неожиданной атаке ворот соперника с близкого расстояния.



Рис. 7. Удар носком

*Удар пяткой* (рис. 8) используется в игре реже, когда неожиданно для соперника делается передача назад партнёру или удар по воротам, находясь спиной к ним, с близкого расстояния.



Рис. 8. Удар пяткой

**Удар по мячу головой** используется в процессе игры как при завершающих ударах, так и для передач мяча партнёру. Техника ударов по мячу головой включает подготовительную, рабочую и завершающую фазы.

*Подготовительная фаза* – замах. Туловище и голова отклоняются назад, растягивая мышцы – антогонисты разгибателей туловища. Сильно сгибаются и колени.

*Рабочая фаза* – ударное движение и проводка. Резким движением от бёдер игрок подаёт вперёд верхнюю часть туловища и, резко разогнув шею, головой бьёт по мячу.

*Завершающая фаза* – принятие исходного положения для последующих действий. Как правило, после удара и проводки мяча вес тела переносится на впереди стоящую ногу.

Наиболее часто в игре используются удары по мячу головой серединой лба и его боковой частью. *Удар серединой лба* (рис. 9) может быть выполнен с места

и в прыжке. Мяч после такого удара, как правило, летит по прямой траектории.



Рис. 9. Удар серединой лба

Удар боковой частью лба (рис. 10) используется, когда мяч летит сбоку (справа или слева) от игрока. Таким способом можно отбить мяч на наибольшее расстояние. Это достигается за счёт того, что туловище может быть сильнее отклонено в сторону, что увеличивает мощность разгиба. Поскольку чаще всего этот удар вынужденный и ставит целью ликвидировать опасность у ворот, применяют его не столько нападающие игроки, сколько защитники.



Рис. 10. Удар боковой частью лба

#### 4.3.2. Остановки мяча

Остановки служат средством приёма и овладения мячом. Цель остановки – погасить скорость катящегося или летящего мяча для осуществления дальнейших целесообразных действий. Остановки выполняются ногой, туловищем и головой.

**Остановка мяча ногой** используется наиболее часто. Существуют различные способы остановок, имеющие общие двигательные фазы.

*Подготовительная фаза* – принятие исходного положения. Поза футболиста – одноопорная. Вес тела на опорной ноге, несколько согнутой для устойчивости.

Останавливающая нога движется навстречу мячу и разворачивается к нему встречающей поверхностью.

*Рабочая фаза* – уступающее (амортизирующее) движение останавливающей ногой, которая несколько расслаблена.

*Завершающая фаза* – принятие исходного положения для последующих действий. ОЦТ переносится в сторону останавливающей ноги и мяча.

*Остановка мяча внутренней стороной стопы* (рис. 11) используется при приёме катящихся и летящих мячей. Благодаря значительной останавливающей поверхности и большому амортизационному пути этот способ остановки мяча имеет высокую степень надёжности. При его выполнении в момент соприкосновения мяча и развёрнутой стопы нога отводится назад до уровня опорной.

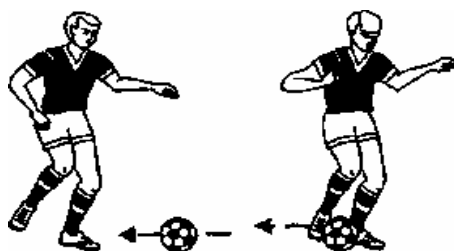


Рис. 11. Остановка мяча внутренней стороной стопы

*Остановка мяча подошвой* (рис. 12) используется для остановки катящихся и опускающихся мячей. При приближении мяча останавливающая нога, несколько согнутая в коленном суставе, выносится навстречу мячу. Носок стопы приподнят вверх на 30-40°. Пятки стопы находятся над поверхностью на расстоянии 5-10 см. В момент соприкосновения мяча с подошвой выполняется небольшое уступающее движение назад.



Рис. 12. Остановка мяча подошвой

В случае опускающегося мяча используется и *остановка мяча подъёмом*

(рис. 13). Стопа останавливающей ноги поднята вверх и расположена параллельно земле. Мяч принимается на нижнюю часть подъёма. Уступающее движение производится вниз – назад.

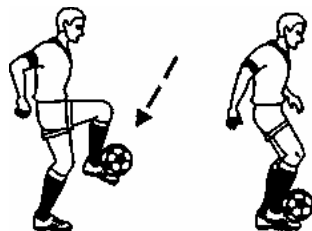


Рис. 13. Остановка мяча подъёмом

При остановке мяча бедром (рис. 14) осуществляется надёжный приём опускающегося мяча за счёт большой величины останавливающей поверхности и значительности амортизирующего пути. В подготовительной фазе бедро выносится вперёд под прямым углом к подлетающему мячу. Мяч соприкасается со средней частью бедра. Уступающее движение выполняется вниз и назад.



Рис. 14. Остановка мяча бедром

**Остановка мяча грудью** (рис. 15) основана также на принципах амортизации и уступающего движения. В подготовительной фазе грудь подаётся вперёд. При приближении мяча туловище отводится назад, а плечи и руки подаются вперёд. В завершающей фазе ОЦТ переносится в сторону предполагаемых действий с мячом.

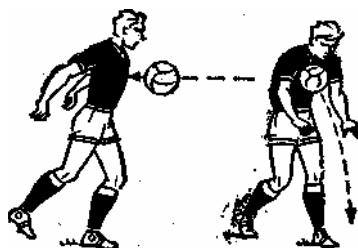


Рис. 15. Остановка мяча грудью

**Остановка мяча головой** (рис. 16) используется в игре реже, так как она более трудна по исполнению и менее надёжна. Остановка производится преимущественно серединой лба. Из-за твёрдости лобных костей амортизация происходит только за счёт уступающего движения ног, туловища и головы.

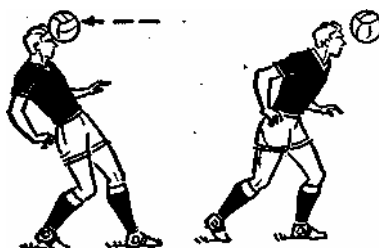


Рис. 16. Остановка мяча головой

### **4.3.3. Ведение мяча**

С помощью ведения (рис. 17) осуществляются всевозможные перемещения игроков на поле. При этом мяч находится под их постоянным контролем. При ведении используется бег (реже ходьба) и выполняются в различной последовательности и разном ритме удары по мячу ногой и головой. Некоторые способы ведения не имеют самостоятельного значения (например, бедром или головой), но в сочетании с другими находят применение в игре.

**Ведение мяча ногой** – основной приём ведения, который представляет собой сочетание бега и ударов по мячу ногой различными способами. Различают несколько способов ведения мяча ногой, наиболее часто используемых в игре. Их отличие заключается только в способе нанесения ударов (внешней или внутренней частью подъёма, серединой подъёма, внутренней стороной стопы, носком, бедром).

*При ведении средней частью подъёма и носком* осуществляется преимущественно прямолинейное движение. *Ведение внутренней частью подъёма* даёт возможность выполнить перемещение по дуге. *Ведение внутренней стороной стопы* позволяет существенно менять направление движения. Наиболее универсальным является *ведение внешней частью подъёма*, позволяющее выполнять как прямолинейное перемещение, так и движение по дуге, а также с изменением направления.

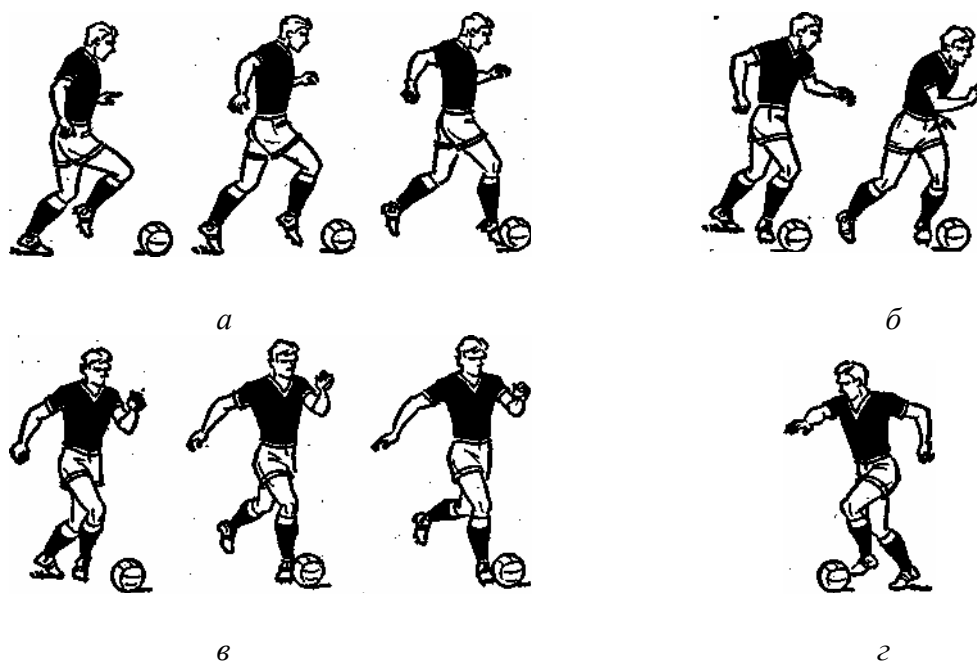


Рис. 17. Ведение мяча:  
 а – серединой подъёма; б – внешней частью подъёма;  
 в – внутренней стороной стопы; г – носком

При **ведении мяча головой** игрок перемещается в различных направлениях, удерживая мяч в воздухе. Удары по мячу выполняются в основном серединой лба.

#### 4.3.4. Обманные движения (финты)

К ним относится группа приёмов техники футбола, выполняемых в непосредственном единоборстве с противником, в целях преодоления его сопротивления и создания выгодных условий для дальнейшего ведения игры.

Техника футбола включает следующие основные приёмы обманных движений: «уходом», «ударом», «остановкой». Имеются различные способы выполнения этих финтов и их разновидности.

При анализе техники обманных движений выделяют две фазы: подготовительную и фазу реализации. В *подготовительной фазе* игрок с помощью ложных действий заставляет соперника среагировать на них и скрыть свои истинные намерения. В *фазе реализации* футболист осуществляет свои истинные намерения после реакции противника на обманное действие. Скорость первой фазы определяется временем, необходимым для естественного показа ложного действия. Быстрота выполнения фазы реализации диктуется

тактической обстановкой и обычно близка к максимальной.

Финт «уходом» (рис. 18) выполняется различными способами и основан на принципе неожиданного и быстрого изменения направления движения. В подготовительной фазе игрок своими действиями показывает, что будет уходить от противника в избранном направлении, заставив его перемещаться для перекрытия зоны предполагаемого прохода. В фазе реализации, быстро меняя направление движения, футболист уходит с мячом в противоположную сторону. Обманные движения на «уход» выполняются преимущественно на полусогнутых ногах, что обеспечивает широкую амплитуду движения, а также быстроту его изменения.

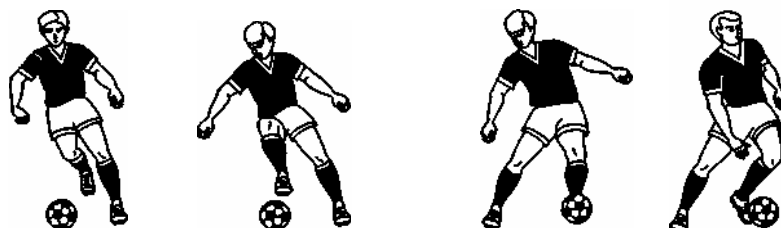


Рис. 18. Финт «уход» выпадом

Финт «ударом» (рис. 19) может быть выполнен ногой и головой. Обманные движения «ударом» крайне разнообразны как по способу выполнения подготовительной фазы, так и в реализации движений. При сближении с противником, который участвует в единоборстве и расположен спереди или спереди и сбоку, в подготовительной фазе выполняется замах ударной ноги для предполагаемого удара в цель или передачи. Реагируя на замах, противник пытается отобрать мяч или перекрыть зону ожидаемого полёта мяча, делая выпад или подкат. В это время игрок выполняет несильный удар по мячу ногой соответствующим способом и уход от противника в нужном направлении. В случае, когда финт выполняется головой, в подготовительной фазе футболист принимает исходное положение для удара по мячу головой. В фазе реализации неожиданно принимает мяч на грудь с переводом его в нужную сторону или пропускает мяч с последующим поворотом на 180° и овладевает им.





Рис. 19. Финт «ударом»

Финт «остановкой» (рис. 20) может быть выполнен ногой, головой или грудью. Например, во время ведения при попытке отбора мяча сбоку или сзади применяется финт «остановкой» с наступлением и без наступления на мяч подошвой. В первом случае, выполняя очередной беговой шаг ведения, игрок ставит опорную ногу за мяч и наступает на него подошвой дальней от соперника ноги, предпринимая ложную попытку остановки с мячом. Соперник замедляет движение, а в этот момент выполняется несильный удар по мячу вперёд с последующим рывком. Во втором случае, в подготовительной фазе только имитируется остановка мяча за счёт выноса стопы над ним. При выполнении финта «остановкой» грудью или головой в фазе реализации вместо ожидаемой остановки осуществляется пропуск мяча, игрок поворачивается на 180° и овладевает мячом.

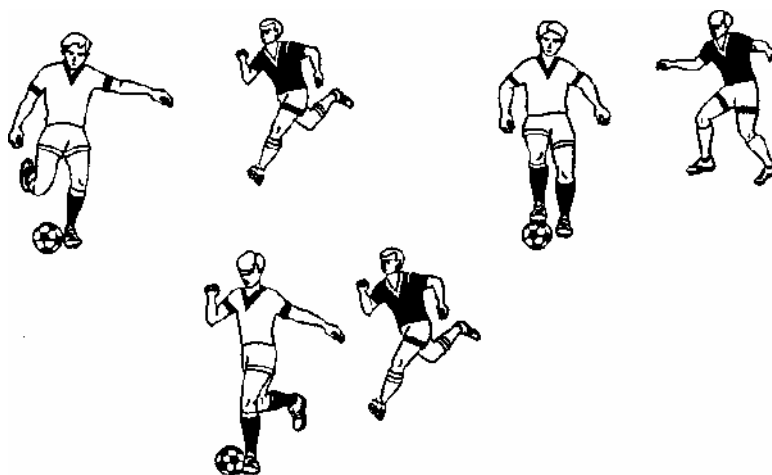


Рис. 20. Финт «остановкой»

#### 4.3.5. Отбор мяча

Осуществляется главным образом в момент приёма мяча соперником или во время ведения, когда он несколько отпускает мяч от себя. В этот момент атакующий игрок делает рывок к мячу и ударом ногой, остановкой или толчком плеча выполняет отбор.

**Отбор мяча ногой** может производиться в выпаде или в подкате. При попытке соперника обойти игрока справа или слева последний делает быстрый выпад в сторону мяча. Его ширина зависит от расстояния до мяча. При *отборе в выпаде* (рис. 21) применяют «удар» и «остановку». В первом случае мяч выбивается из-под ног соперника преимущественно носком. При использовании остановки стопа располагается на пути движения мяча и не даёт возможности протолкнуть мяч по ходу движения.

*Отбор мяча в подкате* (рис. 21) позволяет овладеть мячом, находящимся на расстоянии более 2 м от игрока. Атакующий игрок, сближаясь с соперником, располагающимся от него сзади или сбоку, в падении выбрасывает ноги вперёд. Скользя по траве, игрок преграждает путь мячу или выбивает его ногой.

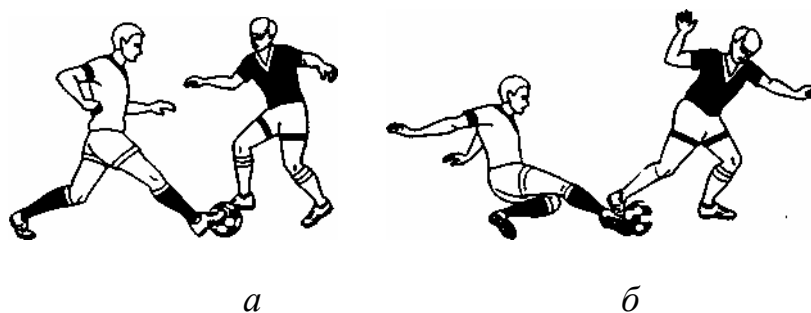


Рис. 21. Отбор мяча:  
а – в выпаде; б – в подкате

*Отбор толчком плеча* (рис. 22) должен выполняться в соответствии с правилами игры. Игрока, владеющего мячом, разрешается толкать на игровом расстоянии плечом и только в плечо. Толчок осуществляется в целях овладения мячом и не должен носить грубого и опасного характера. Наиболее эффективно проведение такого отбора в случае, когда соперник находится в одноопорном (на одной ноге) положении.



Рис. 22. Отбор мяча толчком плеча

#### 4.3.6. Вбрасывание мяча

В футболе это единственный технический приём, выполняемый полевым игроком руками (рис. 23). Структура движений при вбрасывании во многом определяется требованиями правил футбола и не представляет особой сложности. Подготовительной фазой является замах. Исходное положение – стойка ноги врозь на ширине плеч или в положении шага. Руки с мячом, несколько согнутые в локтевых суставах, поднимаются вверх – за голову. Туловище отклоняется назад, ноги сгибаются в коленных суставах, масса тела на сзади стоящей ноге (при положении шага). Рабочая фаза – бросок – начинается с энергичного выпрямления ног, туловища рук и завершается кистевым усилием в сторону вбрасывания. Выполнение завершающей фазы обусловливается требованием правил о том, что в момент броска футболист должен касаться земли обеими ногами. И, наконец, завершающей фазой может быть падение.

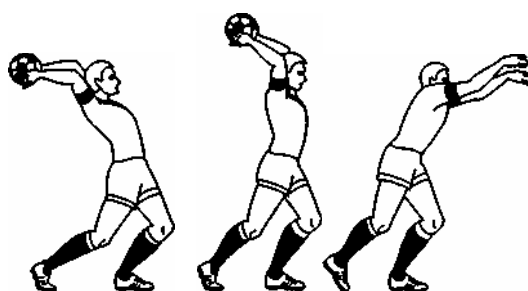


Рис. 23. Вбрасывание мяча из-за боковой линии

#### 4.4. Техника владения мячом вратаря

Техника игры вратаря существенно отличается от техники игры полевого игрока. Это связано с тем, что вратарю, согласно правилам, разрешено играть руками в пределах штрафной площади. В технику вратаря входят ловля, отбивание, переводы и броски мяча. Также в процессе игры вратарь пользуется необходимым арсеналом техники полевого игрока.

#### 4.4.1. Ловля мяча

Это основное средство техники игры вратаря. Осуществляется преимущественно двумя руками. В зависимости от направления, траектории и скорости мяча ловля выполняется снизу, сверху или сбоку. Мячи, летящие на значительном расстоянии от вратаря, ловят в падении.

При *ловле мяча снизу* вратарь овладевает катящимися, опускающимися и низко летящими навстречу ему мячами (рис. 24).

В *подготовительной фазе* вратарь наклоняется вперёд и опускает руки вниз.

*Рабочая фаза* характеризуется тем, что в момент соприкосновения с мячом он подхватывается кистями снизу, руки сгибаются в локтевых суставах и подтягивают мяч к животу. Скорость мяча гасится за счёт амортизационных действий опущенных рук.

В *завершающей фазе* вратарь выпрямляется.



Рис. 24. Ловля катящегося мяча снизу

Другой способ (рис. 25) заключается в том, что вместо наклона выполняется присед на одной ноге, которая разворачивается примерно на 50-80°. Вторая нога, значительно согнутая в коленном суставе, с опорой на носке тоже разворачивается. Руки опущены вниз, ладони обращены к мячу. Непосредственная ловля мяча осуществляется, как при описанном выше варианте.



Рис. 25. Ловля катящегося мяча в приседе

При ловле низколетящих (до уровня живота, рис. 26) мячей слегка согнутые руки выносятся ладонями вперёд навстречу мячу. Одновременно туловище незначительно наклоняется вперёд, а ноги сгибаются. В момент соприкосновения с мячом вратарь подхватывает его кистями снизу и подтягивает к животу или груди.

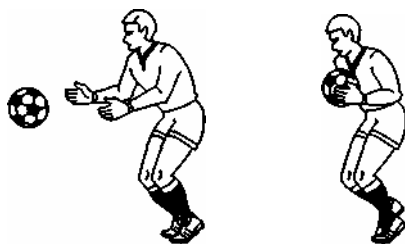


Рис. 26. Ловля летящего мяча снизу

*Ловлю мяча сверху* (рис. 27) применяют, чтобы овладеть мячами, летящими на уровне груди и головы, а также высоколетящими и опускающимися мячами. Вратарь выносит вперёд или вперёд и вверх слегка согнутые руки. Ладони, обращенные к мячу с расставленными и полусогнутыми пальцами, образуют сообразную «полусферу». В рабочей фазе мяч при соприкосновении обхватывается пальцами спереди и сбоку, кисти несколько сближаются. Скорость мяча гасится за счёт уступающего движения кистей и сгибания рук. В завершающей фазе вратарь, максимально сгибая руки, подтягивает мяч к груди. Для овладения высокими мячами используют ловлю двумя руками сверху в прыжке, толчком с одной или двух ног.

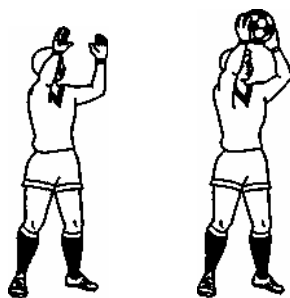


Рис. 27. Ловля мяча сверху

*Ловля мяча сбоку* (рис. 28) применяется для овладения мячами, летящими со средней траекторией в стороне от вратаря. В подготовительной фазе руки выносятся в сторону вперёд по направлению полёта мяча. Кисти параллельны, пальцы несколько расставлены и полусогнуты. Вес тела переносится на

ближнюю в сторону ловли ногу. В ту же сторону несколько поворачивается и туловище. Выполнение рабочей и завершающей фаз сходно по структуре с ловлей мяча двумя руками сверху.

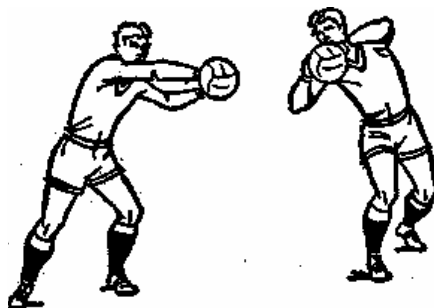


Рис. 28. Ловля мяча сбоку

*Ловля мяча в падении* – эффективное средство овладения мячами, летящими в сторону от вратаря. Используется также при перехвате «прострелов» вдоль ворот и при отборе мяча в ногах у противника. Имеются два варианта ловли мяча в падении: без фазы полёта (рис. 29) и с фазой полёта (рис. 30). Первый из них применяется для ловли мячей, катящихся и низколетящих на расстоянии 2 – 2,5 м от вратаря. Делается широкий шаг в направлении движения мяча. Ближняя к мячу нога резко сгибается. ОЦТ выносится за пределы площади опоры и понижается. Руки устремляются к мячу. Падение происходит перекатом в такой последовательности: вначале земли касается голень, затем бедро, боковые части таза и туловища. Вытянутые параллельно руки преграждают путь мячу. Группируясь, вратарь сгибает руки и притягивает мяч к груди.



Рис. 29. Ловля мяча в падении (без фазы полёта)

Падение с фазой полёта используется вратарём для ловли мячей, движущихся на значительном от него расстоянии. Вратарь выполняет один или два быстрых приставных или скрестных шага в направлении полёта мяча. Подготовка к отталкиванию начинается с наклона туловища и выноса ОЦТ за

пределы площади опоры. Толчок выполняется ближней к направлению полёта мяча ногой. Ловля мяча выполняется в фазе полёта. После овладения им производится группировка. Приземление происходит в следующей последовательности: вначале на предплечье, затем на плечо, боковые части туловища, таза, ноги.

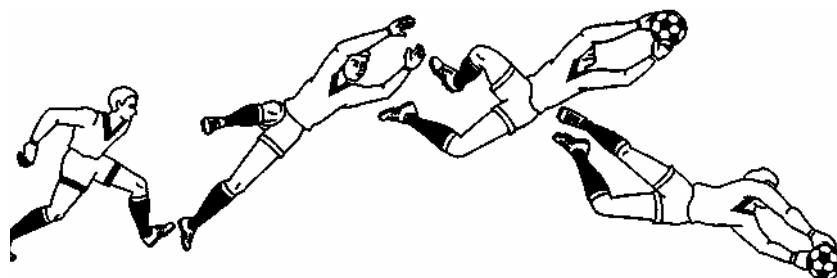


Рис. 30. Ловля мяча в падении (с фазой полёта)

#### 4.4.2. Отбивание мяча

Если невозможно использовать ловлю мяча (противодействие соперника, сильный удар, «трудный» мяч и т.д.), применяется его отбивание. *Отбивание мяча* выполняется как *двумя*, так и *одной рукой* (рис. 31). Первый приём более надёжен, так как преграждающая площадь больше. Однако второй приём позволяет отбивать мячи, летящие на значительном расстоянии от вратаря.

Предварительная и подготовительная фазы движения при отбивании одной или двумя руками во многом схожи с движениями при ловле мяча сверху и сбоку. Мяч отбивается чаще всего ладонями. При отбивании мяч желательно направлять в сторону от ворот. Мячи, летящие на значительном расстоянии от вратаря, отбиваются одной или двумя руками в падение.

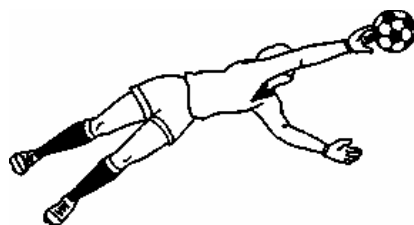


Рис. 31. Отбивание мяча одной рукой в падении

Прерывая «прострельные» и навесные передачи, вратарь в единоборстве с игроками противника должен отбить мяч на значительное расстояние. Для этого используется *удар по мячу одним или двумя кулаками*. При отбивании

мяча кулаком различают два варианта удара: от плеча и из-за головы.

При ударе кулаком от плеча (рис. 32) в подготовительной фазе выполняется замах, отводя назад согнутую в локтевом суставе ударную руку. В ту же сторону поворачивается туловище. Ударное движение начинается с поворота туловища в исходное положение и заканчивается резким выпрямлением напряжённой руки.

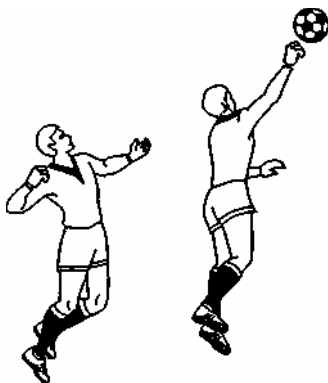


Рис. 32. Отбивание мяча кулаком (ударом от плеча)

При ударе кулаком из-за головы для замаха бьющая рука, несколько согнутая в локте, поднимается вверх и отводится назад за голову. Туловище также отклоняется. Ударное движение выполняется за счёт резкого выпрямления туловища и руки.

Удар по мячу двумя кулаками (рис. 33) выполняется из исходного положения с согнутыми в локтях руками, расположенными около груди, кисти сжаты в кулаки. Удар производится резким одновременным разгибанием напряжённых рук.

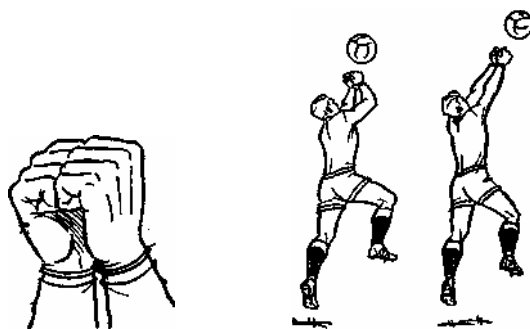


Рис. 33. Отбивание мяча двумя кулаками



#### 4.4.3. Перевод мяча

Направление вратарём летящего в ворота мяча через верхнюю перекладину называется *переводом* (рис. 34). Главным образом переводятся мячи, летящие сильно и с высокой траекторией над вратарём или в стороне от него. Действия вратаря при переводе мяча во многом схожи с его действиями при отбивании мяча. Перевод выполняется одной или двумя руками.

В подготовительной фазе одна или две напряжённые руки выносятся в направлении полёта мяча. Летящий мяч, встречая преграду, ударяется в подставленные под углом руки и изменяет свою траекторию. Перевод мяча осуществляется ладонями, напряжёнными пальцами рук или кулаками.

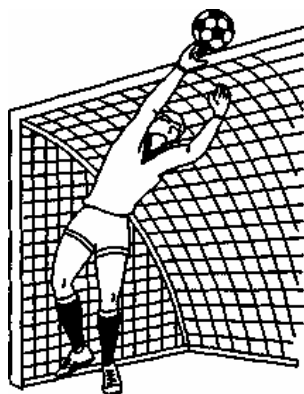


Рис. 34. Перевод мяча

#### 4.4.4. Броски мяча

Броски мяча в современном футболе используются довольно часто, так как позволяют вратарю более точно направить мяч партнёру, по сравнению с ударом ногой, на значительное расстояние (35-40 м). Данные технические действия производятся обычно одной и реже двумя руками. Бросок мяча одной рукой выполняется сверху, сбоку и снизу.

*Бросок мяча сверху* (рис. 35) – наиболее распространённый способ, позволяющий направить мяч партнёру по различной траектории, на значительное расстояние и с достаточной точностью. Исходное положение перед броском – стойка ноги в шаге. Мяч свободно лежит на ладони и поддерживается расставленными и полусогнутыми пальцами. В

подготовительной фазе выполняется замах рукой до уровня головы. В сторону замаха поворачивается и несколько отклоняется туловище. Вес тела переносится на сзади стоящую незначительно согнутую ногу. Бросковое движение в основной фазе начинается с выпрямления ноги и поворота туловища. Затем следует активное разгибание руки и движение её в сторону броска, которое заканчивается направляющим движением кистью руки. Вес тела переносится на впереди стоящую ногу.

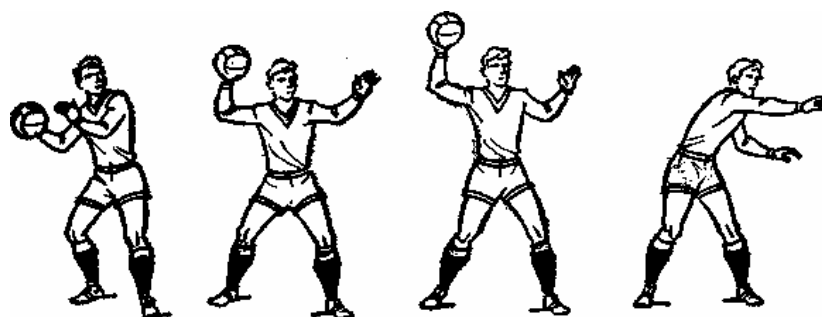


Рис. 35. Бросок мяча сверху

*Бросок мяча сбоку* (рис. 36) отличается значительной дальностью, но менее точен. В отличие от броска мяча сверху рука с мячом отводится в сторону и назад (несколько ниже уровня мяча). Туловище поворачивается в сторону замаха. Бросок выполняется за счёт резкого выпрямления ноги и поворота туловища, завершаясь энергичным движением прямой руки через сторону вперёд.



Рис. 36. Бросок мяча сбоку

*Бросок мяча снизу* (рис. 37) используется при вводе мяча с низкой траекторией (главным образом по земле). В исходном положении ноги в положении шага значительно согнуты. Рука с удерживаемым кистью мячом опущена. Для замаха рука отводится назад, а вес тела переносится на впереди

стоящую ногу. Рука с мячом энергично движется параллельно земле вперёд, а туловище несколько наклоняется в сторону движения мяча.

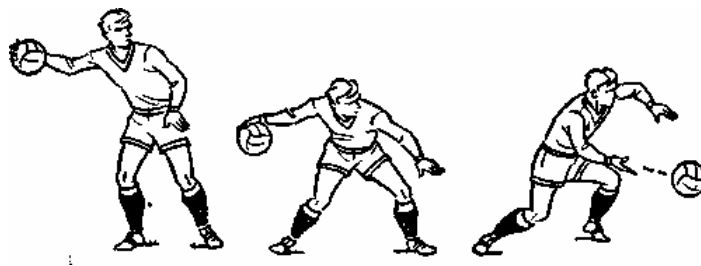


Рис. 37. Бросок мяча снизу

*Бросок мяча двумя руками* используется реже. Движения при этом во многом схожи с движениями при выбрасывании мяча из-за боковой линии.

## ГЛАВА 5. ТАКТИКА ФУТБОЛА

### 5.1. Общие положения

Под *тактикой* следует понимать организацию индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение победы над соперником, т.е. взаимодействие футболистов команды по определённом плану, позволяющему успешно вести борьбу с соперником.

Умение правильно решать задачи нейтрализации соперников и успешно использовать свои возможности в атаках характеризует тактическую зрелость как команды в целом, так и её отдельных игроков. Команда может добиться успеха только при хорошо организованных и обязательно активных действиях всех футболистов в нападении и в защите.

Тактика игры непрерывно совершенствуется в результате постоянной борьбы нападения и защиты. Именно эта борьба – главная движущая сила развития тактики футбола.

#### ***Классификация***

Выделяются два крупных раздела тактики: тактика нападения (рис. 38) и тактика защиты (рис. 39). Они в свою очередь делятся на подразделы: индивидуальная, групповая и командная тактика. Внутри этих подразделов выделяют группы тактических действий, выполняемых различными способами.

### 5.2. Функции игроков

Умелая организация атакующих и оборонительных действий команды достигается чётким распределением функций между отдельными футболистами и группами игроков. В современном футболе игроки делятся по функциональным обязанностям на вратарей, игроков линии защиты, игроков средней линии и игроков линии нападения.

В современном футболе, несмотря на свою специализацию, каждый игрок обязан умело выполнять все технические приёмы и грамотно действовать в атаке и обороне в зависимости от игровой ситуации.

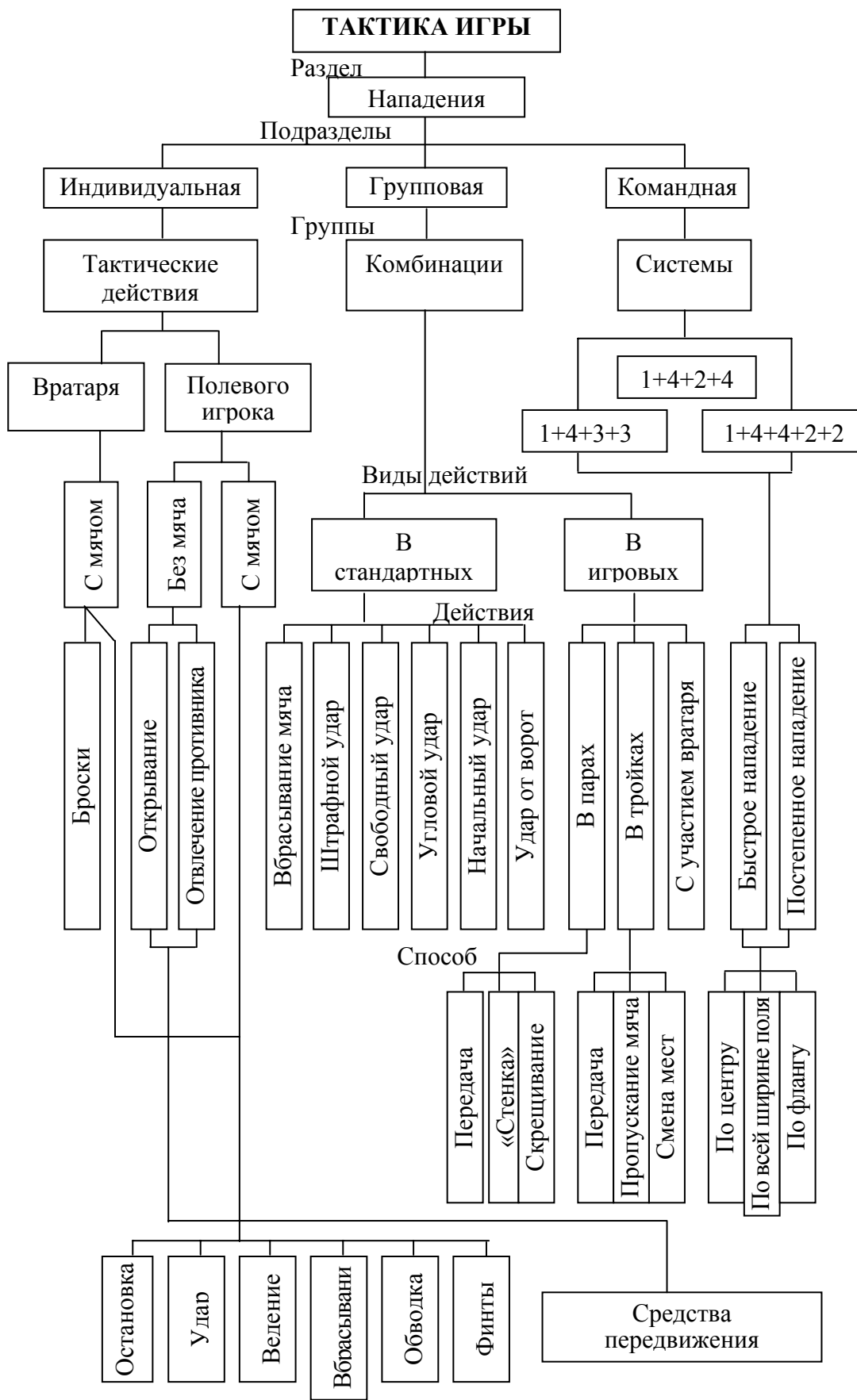


Рис. 38. Классификация тактики футбола (нападение)

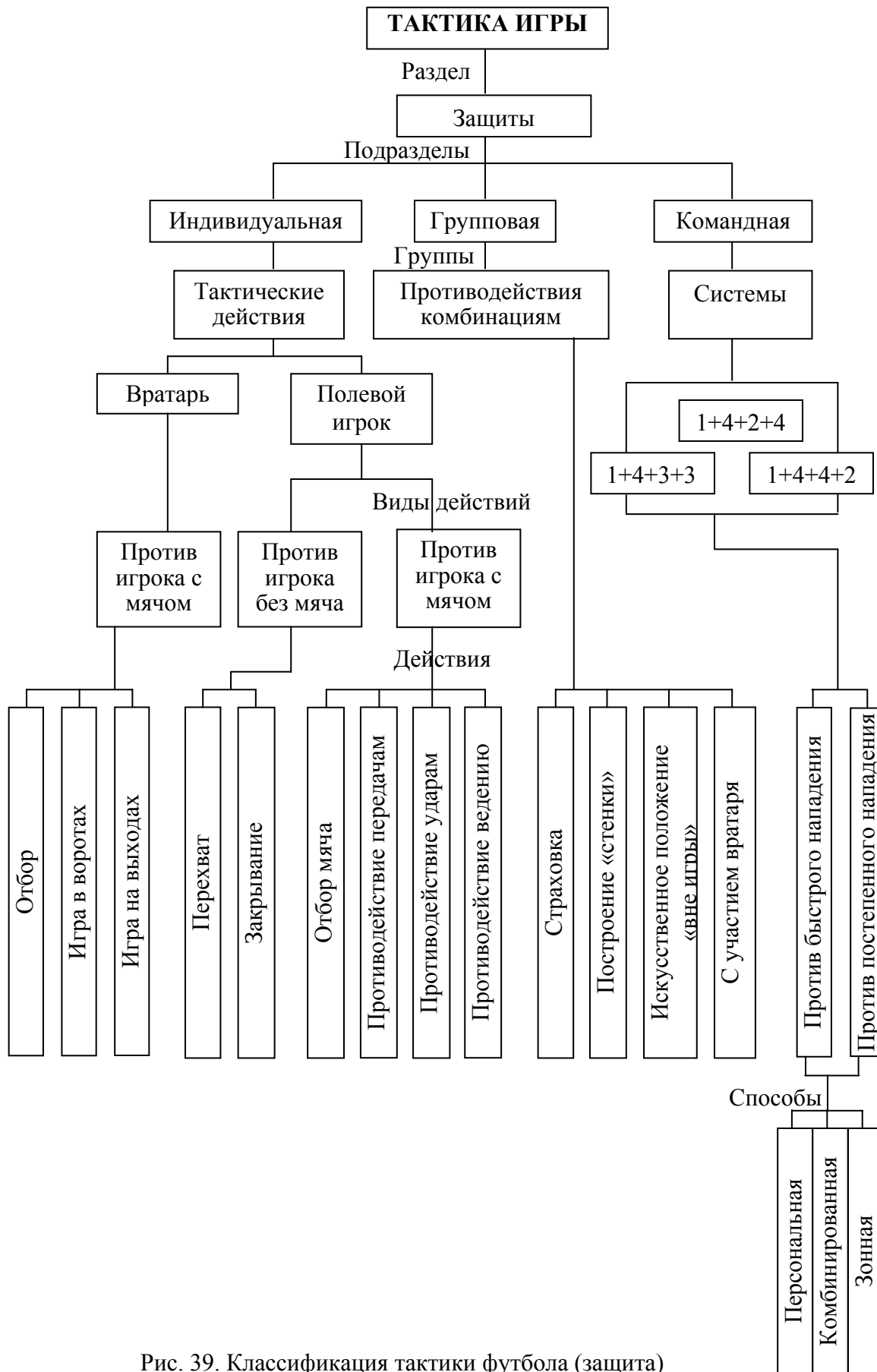


Рис. 39. Классификация тактики футбола (защита)

### 5.2.1. Вратарь

*Вратарь* – единственный в команде футболист, которому правилами игры разрешено касаться мяча руками в своей штрафной площади. Отсюда и основная задача вратаря – непосредственная защита своих ворот. Другая важная функция голкипера – организация начальной фазы атакующих действий своей команды.

### 5.2.2. Игроки линии защиты

Среди игроков обороны отдельные футболисты также выполняют различные функциональные обязанности.

*Крайние защитники* должны сочетать надёжную игру в обороне с активными атакующими действиями по флангам. Защищаясь, футболисты данного амплуа должны обладать навыками персональной опеки соперника, умело действовать при зонном методе обороны, системе игры «в линию». В атаке крайние защитники обязаны умело открываться в случаях, когда мячом овладел вратарь или партнёр по команде. Получив мяч, они должны или продвигаться с ним вперёд или своевременно и точно передать его партнёрам. В функции крайних защитников входит неожиданное подключение к активным наступательным действиям на фланге и взаимозаменяемость с другими игроками.

*Центральные защитники* – ключевые игроки линии обороны, так как действуют на центральном, наиболее опасном для взятия ворот пространстве. Игроки этого амплуа должны обладать высоким ростом и обладать отменной прыгучестью для успешного ведения единоборств в воздухе.

В случае соответствующего построения *передний центральный защитник* обязан сочетать персональную игру по заданию с действиями в зоне, обладать хорошими навыками страховки партнеров. Овладев мячом, передний центральный защитник быстро продвигается вперед, подключаясь к атаке, либо выполняет передачу партнерам. В отдельных эпизодах он поддерживает атаку «на втором этаже» и при возможности использует удар по воротам.

*Задний центральный защитник* обязан тонко понимать тактическую обстановку, «читать» возможные тактические ходы соперника и правильно занимать позицию в обороне для овладения мячом и подстраховки партнеров. Его главные задачи – координация всех действий обороняющихся и игра в зоне, взаимодействие с вратарем и партнерами, организация положения «вне игры». При переходе к нападению задний центральный защитник открывается для получения мяча от вратаря или партнеров, а затем точными и разнообразными передачами продолжает развитие атаки. Эпизодически он сам подключается к нападению, стремясь максимально использовать относительную свободу для создания острых положений, а порой завершает атаку ударом с дальней или средней дистанции.

Функции защитников развиваются в сторону универсализации и сближения их действий с действиями игроков средней линии.

### ***5.2.3. Игроки средней линии***

Действия *полузащитников* рассматриваются как один из основных факторов успешного выступления команды. Игроки этой специализации должны обладать отличной функциональной подготовкой, обеспечивающей высокую работоспособность на протяжении всего матча, быть активными в атакующих и оборонительных действиях, создавать и поддерживать высокий темп игры. К игрокам этой линии предъявляются повышенные требования и по тактической подготовленности, так как они координируют взаимодействие всех партнёров как в нападении, так и в защите. Универсальность функций полузащитников должна базироваться на высоком исполнительском мастерстве. Как правило, игроки средней линии высокого класса владеют сильным, хорошо поставленным ударом.

Среднюю линию команды следует укомплектовывать футболистами, успешно действующими в различном тактическом плане.

*Крайние полузащитники* помимо хороших навыков игры на позиции крайних защитников, должны также умело действовать и на флангах атаки. В



идеале за счет универсализма и высокой функциональной подготовки игроки этого амплуа полностью могут закрывать бровку поля, выполняя за матч повышенные объемы скоростной «челночной» работы.

*Опорные центральные полузащитники* располагаются непосредственно перед линией обороны своей команды; их задача – навязать борьбу сопернику, не подпустить его непосредственно к своим воротам, противодействовать передачам и ударам по ним. Опорные полузащитники осуществляют организацию перехода от обороны к нападению и дальнейшее развитие атаки. Нередко используют длинные переводы мяча.

*Разыгрывающие центральные полузащитники* располагаются под нападающими своей команды. В их обязанности входит контролировать середину поля и обеспечить команде длительное владение мячом, а следовательно, и инициативу. Это связующие игроки, создатели игры команды, задающие направление атакующим действиям и активно участвующие в их завершении.

#### **5.2.4. Игроки линии нападения**

В современном футболе *нападающие* не имеют конкретной позиции на футбольном поле, располагаясь и выбирая направление своих атакующих действий в соответствии со своими возможностями, не нарушая при этом командной тактики. Рослого, мощного форварда целесообразно выдвинуть на острие атаки с задачей пытаться «продавить» оборону в наиболее опасной центральной зоне, завершать верховые передачи партнеров, стягивать на себя нескольких защитников, тем самым развязывая руки партнерам. Быстрые, маневренные нападающие, как правило, играют по всему фронту атаки. Они способны осуществить скоростной индивидуальный маневр на фланге с последующей передачей или «прострелом» мяча в штрафную площадь, получить пас по ходу от партнера в свободную зону и, убежав от защитников, поразить ворота соперника.

При переходе в оборону после срыва своей атаки нападающие вступают в

единоборство с ближайшим соперником, владеющим мячом, или перекрывают определенную зону.

### **5.3. Тактика нападения**

Под тактикой нападения понимается организация действий команды, владеющей мячом, для взятия ворот соперника. Действия в нападении подразделяются на индивидуальные, групповые и командные.

#### **5.3.1. Индивидуальная тактика**

Индивидуальная тактика нападения – это целенаправленные действия футболиста, его умение из нескольких возможных решений данной игровой ситуации выбрать наиболее правильное, умение футболиста, если его команда владеет мячом, уйти из-под контроля соперника, найти и создать игровое пространство для себя и партнеров, а если нужно, выиграть борьбу с защитниками.

**Действие без мяча.** К ним относятся открывание, отвлечение соперника и создание численного преимущества на отдельном участке поля.

*Открывание* – это перемещение футболиста с целью создать выгодные условия для получения мяча от партнера. Открывание надо выполнять неожиданно для соперника и на высокой скорости. Это позволяет отрываться от соперника и создавать определенный запас пространства для получения мяча. Открывание не должно затруднять действий других партнеров без мяча. Не рекомендуется слишком сблизиться с игроком, владеющим мячом, – это тормозит ход развития атаки. Надо внимательно следить за тем, чтобы не оказаться в положении «вне игры».

*Отвлечение соперника* – сложное перемещение в определенную зону с целью увести за собой опекуна и тем самым обеспечить свободу действий партнеру, владеющему мячом или находящемуся в более выгодной позиции для непосредственной угрозы воротам. При отвлекающих действиях необходимо помнить, что перемещения должны быть убедительными, т.е. по-настоящему создавать угрозу и тем самым заставлять защитников следовать за перемещающимся.

*Создание численного преимущества на отдельном участке поля* – это целесообразное перемещение одного или группы игроков в зону, где находится партнер с мячом. Тем самым создается численное преимущество на определенном участке поля, которое можно использовать для обыгрывания соперника в единоборстве или с помощью комбинации. Чаще всего это тактическое действие применяется при нападении с подключением в атаку значительного количества игроков.

**Действия с мячом.** Основными вариантами действий игрока, владеющего мячом, являются: ведение, обводка, удары, передачи и остановки мяча, т.е. все технические приёмы.

*Ведение* как тактическое средство целесообразно применять в тех случаях, когда партнёры игрока, владеющего мячом, закрыты соперниками и возможности для передачи нет. Тогда игрок должен начать перемещение с мячом по длине или ширине поля с целью выиграть время для открывания партнёров или самому выйти на ударную позицию.

*Обводка* – это действия игрока с мячом с целью выиграть единоборство с соперником. Это важнейшее средство индивидуального преодоления обороны. Различают следующие виды обводки: с изменением скорости движения, с изменением направления движения, обманные движения (финты).

*Обводка с изменением скорости движения* наиболее эффективна при ведении мяча вдоль боковой линии поля или при диагональном перемещении игрока с мячом.

*Обводка с изменением направления движения* используется в двух вариантах. В случае, когда защитник находится впереди игрока с мячом, сблизившись с ним на расстояние 5-6 м, нападающий уходит в сторону. Если защитник не реагирует на это действие, нападающий резко увеличивает скорость и оставляет соперника за спиной. Если защитник начинает смещаться в новом направлении, нападающий резко изменяет его еще раз и набирает скорость. Второй вариант используется, когда защитник находится сзади или

сзади и сбоку и движется в том же направлении, что и игрок с мячом. В момент сближения защитника с нападающим последний резко останавливает мяч и, развернувшись на 180°, продолжает движение мимо проскочившего защитника. Данный вид обводки особенно выгоден при продольных и диагональных перемещениях игрока с мячом.

*Обводка с помощью обманных движений (финтов)* – наиболее эффективное средство ведения единоборств в условиях относительно небольшого игрового пространства (действия в штрафной площади соперников и т.д.).

*Удары по воротам* – главное средство завершения всех атакующих действий. При их выполнении необходимо учитывать многие тактические аспекты: оценка позиции вратаря, выбор способа нанесения удара и его силы, внезапность и своевременность его нанесения.

*Передачи* – это взаимодействие двух игроков, когда мяч направляется одним из них другому. В то же время передача является средством осуществления взаимодействия двух-трех спортсменов, т.е. группового действия.

По назначению передачи делятся на передачи в ноги, на выход, на удар, в «неподачу», «прострельные». По дистанции их классифицируют на короткие (5-10 м), средние (10-25 м) и длинные (более 25 м). В зависимости от направления они бывают продольными, диагональными и поперечными. По траектории исполнения различают передачи низом, верхом и по дуге, а по способу выполнения мягкие, резаные и откидки. Каждая из передач может быть эффективной в определенных ситуациях (быстрый или медленный соперник, активен ли он на перехватах или предпочитает отбор мяча, хорошо или слабо играет головой и т.п.), которые должны учитываться игроком, ее выполняющим.

Факторами, влияющими на эффективность передач, являются техническое мастерство футболиста, умение видеть поле, тактическое мышление, маневренность партнеров.

### 5.3.2. Групповая тактика

Групповая тактика решает вопросы взаимодействия двух или нескольких игроков на футбольном поле, называемого комбинациями. Вся игра состоит из цепи комбинаций и противодействия им. Принято различать два основных вида комбинаций: при «стандартных» положениях и в ходе игрового эпизода.

**Комбинации при «стандартных» положениях.** К ним относятся взаимодействия при вбрасывании мяча из аута, угловом ударе, штрафном и свободном ударах, ударе от ворот. Наигранные комбинации позволяют заранее расположить игроков в наиболее выгодных зонах поля. Каждая из них имеет варианты.

**Комбинации в игровых эпизодах.** Проводятся после того, как команда овладела мячом. Групповые действия в игровых эпизодах подразделяются на взаимодействия в парах, в тройках и т.д.

К взаимодействиям двух партнеров относятся комбинации «стенка», «скрещивание», «передача в одно касание».

*Комбинация «стенка»* – один из наиболее эффективных способов обыгрывания защитника с помощью партнера. Игрок с мячом, сблизившись с партнером, неожиданно посылает ему мяч и на максимальной скорости устремляется за спину защитника. Партнер в одно касание возвращает мяч на ход первому игроку с таким расчетом, чтобы он овладел им, не снижая скорости бега, а защитники не могли ему помешать или перехватить мяч.

*Комбинация «скрещивание»* чаще всего применяется в середине поля или на подступах к штрафной площади. Игрок оставляет мяч в определенной точке и продолжает движение в первоначальном направлении. Его партнер, двигаясь синхронно, подхватывает мяч и уходит с ним в свободную зону.

*Комбинация «передача в одно касание»* предусматривает быстрый выход одного из партнеров на новую позицию. В то же время использование таких передач не позволяет защитникам сблизиться с одним из атакующих для отбора мяча.

К взаимодействиям трех партнеров относятся такие виды комбинаций, как «взаимозаменяемость», «пропускание мяча», «передача в одно касание».

*Комбинация «взаимозаменяемость»* может с успехом применяться на любом участке поля. Вариантом ее является подключение крайнего защитника к атаке по флангу. Получив мяч от партнера, этот защитник продвигается вперед вдоль боковой линии. Навстречу ему двигается партнер, преследуемый соперником. Не сближаясь с ним, защитник неожиданно отдает пас третьему игроку в глубину поля и совершает скоростной рывок по флангу за спину приблизившегося соперника. Незамедлительно следует обратная передача в освободившуюся на фланге зону на ход крайнему защитнику, а его место в обороне занимает двигавшийся навстречу партнер.

*Комбинация «пропускание мяча»* успешно применяется при завершении фланговых атак непосредственно в штрафной площади соперника. После сильной поперечной («прострельной») передачи вдоль ворот игрок активно выходит на нее, имитируя удар по воротам. Однако вместо удара он неожиданно пропускает мяч партнеру, оказавшемуся без опеки защитника.

*Комбинация «передача в одно касание»* при трех партнерах выполняется с соблюдением тех же принципов, что и при двух. Чаще всего эта комбинация осуществляется в треугольнике.

В процессе тренировки следует усвоить структуру комбинации, ее смысл, основные принципы выполнения. Вся футбольная встреча состоит из сочетания простых, наигранных до высокого уровня и сложных многоходовых тактических комбинаций с большим количеством участвующих игроков. Но и многоходовые комбинации, по существу, состоят из ряда простых комбинаций, следующих одна за другой.

### 5.3.3. Командная тактика

Командная тактика – это организация коллективных действий всей команды при решении задач, возникших в конкретной игровой ситуации. При любых тактических построениях командная тактика осуществляется посредством двух видов действий: быстрого и постепенного нападения.

*Быстрое нападение* – наиболее эффективный способ организации атакующих действий. Суть его в том, что посредством минимального количества передач, на высокой скорости организуется атака с выходом игрока на выгодную для взятия ворот позицию. В этом случае у соперников нет достаточного времени на перегруппировку сил в обороне.

Различают три фазы быстрого нападения. *Начальная фаза* – переход от обороны к атаке за счет быстрого первого паса и возвращение игроков, участвующих в обороне, на свои места в линии атаки. *Развитие атаки* – осуществление прорыва обороны соперников до того, как они успеют усилить и организовать действия по нейтрализации атаки. *Завершение атаки* – создание голевой ситуации и удар по воротам.

Наиболее распространенным видом организации атакующих действий команды является *постепенное нападение*. Оно создает возможность длительного контроля над мячом, так как комбинации осуществляются с помощью коротких и средних передач. В отличие от быстрого нападения организация атаки происходит с привлечением значительного числа игроков, выполняющих различные тактические маневры, в целях прорыва защитных построений в одном из звеньев обороны соперника.

При постепенном нападении выделяют следующие фазы. *Начальная фаза* – переход от обороны к атаке, возвращение игроков нападения, участвовавших в обороне, на свои места в линию атаки и передача мяча одному из открывшихся защитников. *Развитие атаки* – постепенное продвижение к воротам соперника, осуществляемое за счет различных комбинаций с созданием численного преимущества на отдельных участках поля и

индивидуальных действий атакующих. *Завершение атаки* – создание голевой ситуации с тем, чтобы вывести одного из атакующих на ударную позицию.

#### 5.4. Тактика защиты

Тактика защиты предполагает организацию действий команды, не владеющей мячом, направленных на нейтрализацию атакующих действий соперников. Как и в нападении, игра в защите состоит из индивидуальных, групповых и командных действий.

##### 5.4.1. Индивидуальная тактика

Успех действий в обороне зависит не только от согласованных действий группы игроков, но и от их умения индивидуально действовать против соперника, владеющего мячом, и без него.

**Действие против игрока без мяча.** К ним относятся закрывание и перехват мяча.

*Закрывание* – это перемещение обороняющейся команды с целью занять правильную позицию, чтобы затруднить получение мяча соперником. Закрывание осуществляется, когда соперник своей непосредственной позицией угрожает воротам или своими действиями может создать выгодное положение для взятия ворот. Чем ближе соперник к воротам, тем плотнее надо его закрывать.

*Перехват* – это своевременный, опережающий выход к мячу игрока обороняющейся команды для срыва атакующих действий соперника. При перехвате игрок должен правильно оценить обстановку и выбрать наиболее целесообразное техническое средство перехвата мяча.

**Действие против игрока с мячом.** Действуя против игрока, владеющего мячом, игрок стремится отобрать мяч, воспрепятствовать его передаче, выходу с мячом на острую позицию, нанесению удара.

*Отбор мяча* в зависимости от ситуации выполняется одним из ранее описанных технических приемов: ударом ногой, остановкой ногой или толчком плечом.

*Противодействие передаче мяча* используется, когда партнер владеющего



мячом соперника занимает выгодную позицию. Защитник приближается на 2-3 м к сопернику с мячом и мешает ему выполнить точную передачу.

*Противодействие ведению* применяется, когда соперник двигается с мячом в сторону ворот и имеет целью не дать выйти ему на выгодную позицию. Для этого защитник, как правило, пристраивается к движущемуся сопернику параллельным курсом и старается оттеснить его к боковой линии или сделать передачу мяча поперек поля.

*Противодействие удару* используется, когда нападающий будет стремиться нанести его по воротам вблизи штрафной площади. При этом защитнику нужно сконцентрировать все внимание на ногах соперника, не упустив момент замаха бьющей ноги, чтобы успеть выставить свою ногу на пути предполагаемого полета мяча.

#### **5.4.2. Групповая тактика**

Групповая тактика в защите предусматривает организованное действие двух или нескольких игроков против любого соперника, угрожающего воротам, и направлена на оказание помощи партнерам.

К способам взаимодействия двух игроков в защите относятся страховка, противодействие комбинациям «стенка» и «скрещивание».

*Страховка* – один из способов взаимопомощи во время игры, который направлен на выбор такой позиции и последующих действий, чтобы в случае необходимости исправить ошибку, допущенную партнером по обороне.

При *противодействии комбинации «стенка»* главным моментом является выбор позиции по отношению к сопернику, получившему первый пас. Следует занять место возле него с таким расчетом, чтобы выбить мяч, затруднить выполнение его ответной передачи или заставить изменить первоначальное решение.

Противодействие *комбинации «скрещивание»* заключается в том, что в момент ее проведения защитники сосредоточиваются на действиях опекаемых ими игроков, особенно на сопернике, оказывающемся с мячом, чтобы

преградить ему путь к воротам.

К способам взаимодействия трех или более игроков относятся специально организованные противодействия: построение «стенки» и создание искусственного положения «вне игры».

В случае, когда соперник, захватив инициативу, настойчиво атакует и стремится вперед, а его нападающие стремятся остро открываться перед воротами, очень эффективным приемом обороны является *создание искусственного положения «вне игры»*. Защитники располагаются в непосредственной близости от нападающих соперника и по команде последнего, перед выполнением передачи в сторону нападающих, синхронно выходят вперед, оставляя их за своей спиной. Искусство создания положения «вне игры» зависит прежде всего от согласованности действий игроков защитной линии.

Хорошим тактическим средством игры в обороне является организация и *построение «стенки»*. «Стенку» использует команда, в чьи ворота назначен свободный или штрафной удар. Обороняющиеся выстраивают группу игроков с целью преградить путь мячу при ударе в непосредственной близости от ворот. Установкой «стенки» руководит вратарь, который, как правило, старается закрыть партнерами от прямого удара ближний угол ворот, а сам защищает дальний.

#### **5.4.3. Командная тактика**

В основе командной игры в обороне лежат организованные тактические действия игроков против атакующих соперников. В зависимости от структуры и характера атакующих действий командные действия в обороне включают защиту против быстрого нападения и постепенного нападения.

*Защита против быстрого нападения* предусматривает в случае потери мяча при атаке своей команды ближайшим к нему игрокам незамедлительно вступить в борьбу, чтобы вновь овладеть мячом или помешать сделать первую передачу. За счет концентрации игроков на отдельных участках поля

предпринимается попытка предотвратить скоростной маневр соперников и закрыть основные пути к воротам. Очень важно нейтрализовать игроков, которым, как правило, адресуется первая передача.

*При защите против постепенного нападения* обороняющаяся команда в момент потери мяча предпочитает отходить назад без активной борьбы, организуя согласованные защитные действия на своей половине поля. При развитии атаки игроки обороны концентрируются в направлении наступления или рассредоточиваются по фронту и активно участвуют в борьбе за пространство и мяч с обязательной организацией страховки. При приближении соперника к воротам защитники должны создавать на опасных участках заслоны, чтобы затруднить выход его игроков на ударную позицию.

Помимо общих закономерностей ведения игры в защите против быстрого и постепенного нападения, можно выделить ряд способов организации командных действий в обороне.

*Персональная защита* – это организация обороны со строгой ответственностью каждого защищаемого игрока за порученного ему соперника.

*Зонная защита* – это тактический способ игры в обороне, при котором каждый из игроков контролирует определенный участок поля и вступает в борьбу за мяч с любым соперником, появившимся в его пределах.

*Комбинированная защита* является в современном футболе наиболее распространенной. При этом одни игроки могут по заданию опекать исключительно своих соперников, а другие – преимущественно играть в зоне.

### **5.5. Тактика игры вратаря**

Современный футбол требует от вратаря не только умелой защиты ворот, но и активных действий в пределах штрафной площади, а также руководство всеми обороняющимися. Кроме того, вратарь начинает значительное количество атак своей команды. В тактике вратаря различают действия в обороне, в атаке и руководство действиями партнёров.

### **5.5.1. Действия вратаря в обороне**

Основная задача вратаря – непосредственная защита своих ворот. При этом можно выделить игру вратаря в воротах и на выходах.

*Действия в воротах* включают в себя выбор правильной позиции, позволяющей вратарю с наименьшей затратой сил обеспечить нужный приём ударов соперника. Кроме того, опытные вратари тщательно изучают действия соперников с целью определить излюбленные направления ударов их нападающих. При выборе способа действий для отражения удара вратарь должен уметь оценить сильные и слабые стороны своей игры.

*Действия на выходах* применяются голкипером в случае необходимости перехвата подач или «прострелов» соперника или вступить в единоборство с ним (например, при выходе нападающих один на один с вратарём). Вратарь должен покидать ворота в случае крайней необходимости, будучи уверенным, что успеет выйти на перехват мяча с учётом расположения других футболистов в штрафной площади.

### **5.5.2. Действия вратаря в атаке**

Важной задачей вратаря является организация начальной фазы атакующих действий своей команды, после того как он овладел мячом в ходе игрового эпизода или получил право на выполнение удара от ворот.

*Организация атаки при ударе от ворот* заключается в выполнении точной и своевременной передачи одному из партнёров. Одним из вариантов является использование наигранных комбинаций розыгрыша мяча, другим – передача мяча открывшемуся на выгодной позиции партнёру. Вратарь обязан помнить общие закономерности применения различных по длине передач: чем короче передача, тем меньше процент потерь; чем длиннее передача, тем острее она, тем больше величина оправданного риска.

*Организация ответной атаки* используется тогда, когда вратарь в ходе игрового эпизода овладевает мячом и начинает ответное атакующее действие передачей мяча рукой или ударом ноги. При этом надо учитывать, что рукой

мяч можно направить партнёру более точно, а при ударе ногой увеличивается расстояние, но одновременно снижается точность передачи. Выбирая способ организации ответной атаки, вратарь руководствуется тактическим планом атакующих действий команды, оценкой игровой ситуации на поле и позиций партнёров, результатами единоборств своих партнёров с соперниками на земле и в воздухе, а также принципом максимальной безопасности своих ворот.

### **5.5.3. Руководство действиями партнёров**

Оценивая игровую ситуацию, вратарь обязан кратко и внятно давать указания партнёрам о направлении развития атаки противника, о перестроениях на опеку и страховку. Всё это надо делать, не теряя контроля за мячом, даже в моменты, когда сам вратарь находится в борьбе. От взаимопонимания вратаря и защитников во многом зависят действия в обороне, её стабильность и надёжность. Следует добавить, что вратарь единолично руководит построением «стенки» при штрафных и свободных ударах в непосредственной близости от ворот, а также действиями партнёров при угловых ударах.

## **5.6. Эволюция тактики игры**

*Тактическая система* – это организация командных игровых действий, при которой обусловлены функции каждого игрока и их расстановка на футбольном поле. Тактические системы ведения игры призваны сбалансировать соотношение сил нападения и обороны, являющееся основным фактором развития футбольной игры. Прогресс футбола обусловлен тем, что на смену одной тактической системе приходит другая, более прогрессивная. Такая смена тактических систем происходит через значительные периоды времени.

### **5.6.1. Система «пять в линию»**

Первой чётко разработанной системой явилась система «пять в линию» (рис. 40), созданная английским клубом «Ноттенгем Форест» в 80-х годах прошлого века. Её название произошло от формы расстановки игроков передней линии.

При этой системе в команде было два защитника, три полузащитника и

пять нападающих. Ключевую позицию занимал центральный полузащитник, осуществлявший связь нападающих с защитниками и являвшийся организатором всей игры команды.

При этой системе один из защитников постоянно перемещался вперёд в целях создания искусственного положения «вне игры», а это приводило к резкому снижению результативности. Нужны были радикальные меры. И в 1925 г. Международная федерация футбола внесла изменения в трактовку пункта правил о положении «вне игры». Теперь атакующему игроку в момент передачи ему мяча достаточно было иметь перед собой не трёх соперников, а двух.

Первые годы после изменения правил прошли под знаком полного превосходства нападения над защитой. Получив свободу маневра по длине поля, нападающие стали довольно легко проходить к штрафной площадке и забивать большое количество голов. Необходимо было искать эффективные средства защиты ворот.

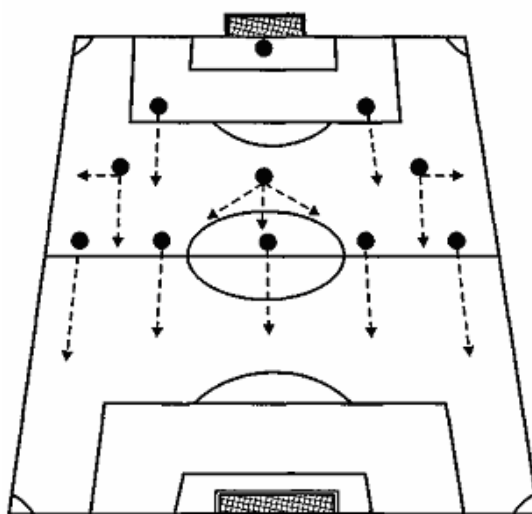


Рис. 40. Система «пять в линию»

### 5.6.2. Система «дубль-ве»

В 1932 г. тренер английского «Арсенала» Чэпмэн оттянул назад центрального полузащитника, чтобы укрепить оборону наиболее опасной зоны перед воротами, превратив его в центрального защитника. Это естественно повлекло за собой изменения в расположении других игроков и послужило основой для разработки новой тактической системы, получившей признание

под названием «дубль-ве», или система трёх защитников (рис. 41).

В середине поля появился «магический квадрат», включающий в себя двух полусредних и двух полузащитников. Именно эта четвёрка организовала как атакующие, так и оборонительные действия команды.

На некоторый период времени установилось сбалансированное состояние сил атаки и обороны. Однако в силу того, что разрушать всегда легче, чем создавать, через некоторое время перевес оказался на стороне защиты.

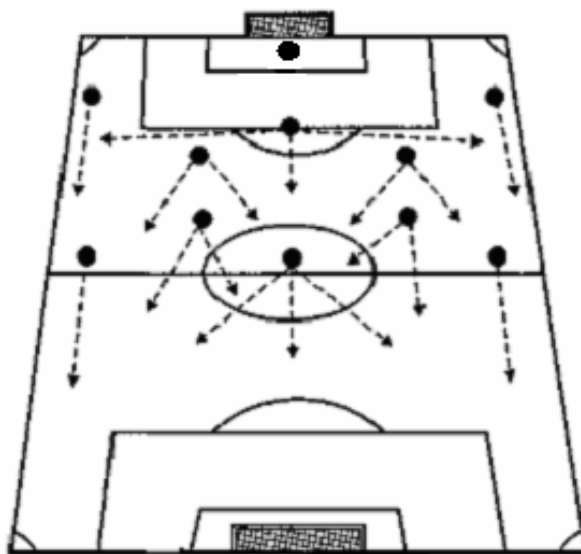


Рис. 41. Система «дубль-ве»

### 5.6.3. Система 1-4-2-4

Шведский чемпионат мира 1958 г. завершился убедительной победой сборной команды Бразилии и как бы подвёл итог эволюции тактики футбола 50-х гг. XX в. Своим успехом бразильцы во многом были обязаны новой тактической системе (рис. 42). Игроки располагались в три линии: четыре защитника, четыре нападающих и два полузащитника. Основное преимущество системы – концентрация игроков в линии обороны, позволяющая использовать зонный принцип организации командных действий и надёжную страховку в наиболее опасной для взятия ворот зоне.

Быстро уяснив преимущества новой тактической схемы, все команды начали тактическое перевооружение. На чемпионате мира 1962 г. в Чили все участники играли по бразильской системе. Все, кроме одной команды – Бразилии.

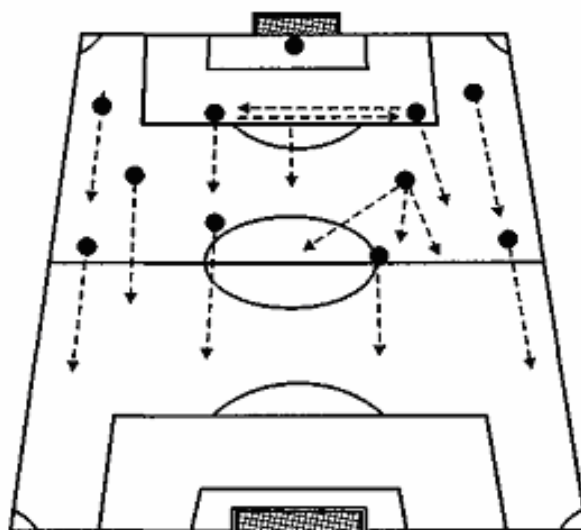


Рис. 42. Система 1-4-2-4

#### 5.6.4. Система 1-4-3-3

Сохранив прежним построение линии защиты, бразильцы перегруппировали две оставшиеся, переведя одного из нападающих в середину поля, чем значительно укрепили звено полузащиты (рис. 43). Наличие трёх игроков в средней линии позволяет активно подключать в атаку не менее двух из них. Увеличилась возможность взаимозаменяемости и страховки фланговых футболистов. При этой системе один из центральных защитников получает возможность активно участвовать в нападении.

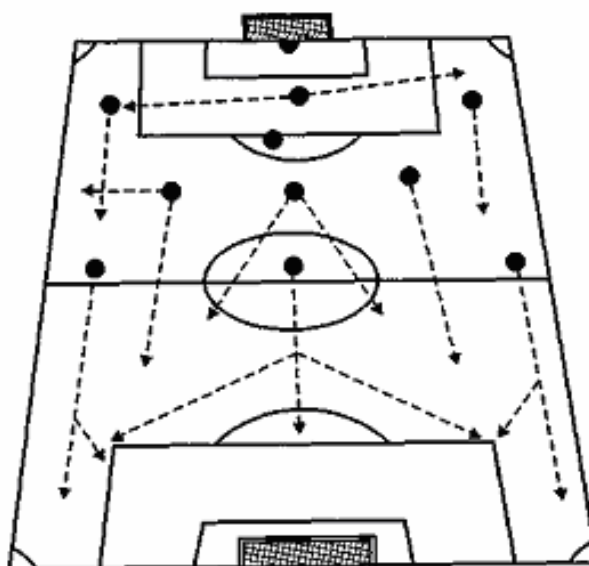


Рис. 43. Система 1-4-3-3



### 5.6.5. Система 1-4-4-2

Эта система известна как один из вариантов системы «четырёх защитников» (рис. 44). Игроки располагаются в три линии. Игроки полузащиты, а также крайние защитники заполняют свободные зоны атаки, непрерывно меняя направления её развития и затрудняя этим организацию обороны. При малейшей возможности подключается к атаке один из центральных защитников.

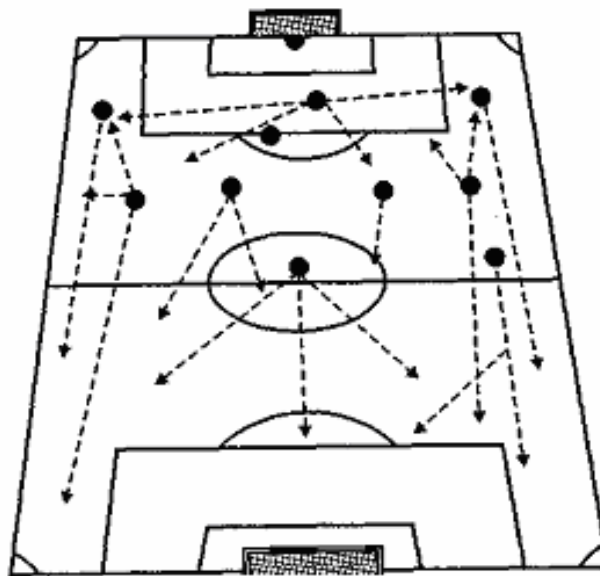


Рис. 44. Система 1-4-4-2

### 5.6.6. Современные тактические системы

Одним из главных направлений развития современного футбола является тенденция усиления наступательной мощи команды за счёт повышения мобильности игроков, их универсализации и более чёткой организации игры.

На X чемпионате мира по футболу в 1974 г. получают признание новые принципы ведения игры так называемого «тотального» футбола. Под этим понимаются организованные действия всех игроков, их большая активность в любом наступательном и оборонительном эпизодах. Существенная черта «тотального» футбола – универсализм игроков. Играя в рамках определённой тактической системы, они находятся в непрерывном движении, действуют импровизированно и способны изменить характер игры в нужном для команды направлении неожиданно и быстро.

Характерным для современного футбола является то, что атака и оборона носят массированный характер и хорошо сочетаются с индивидуальными методами игры. Чёткая взаимозаменяемость игроков различных линий позволяет без ущерба для обороны успешно использовать в атаке игроков средней линии и фланговых игроков.

В настоящее время продолжается совершенствование современных тактических схем, и многие команды с успехом используют следующие тактические модификации: 1-4-1-3-2; 1-4-3-1-2 и 1-3-5-2 (рис. 45, 46). При всех этих построениях наблюдается тенденция создания универсальной системы, способной видоизменяться в процессе игры.

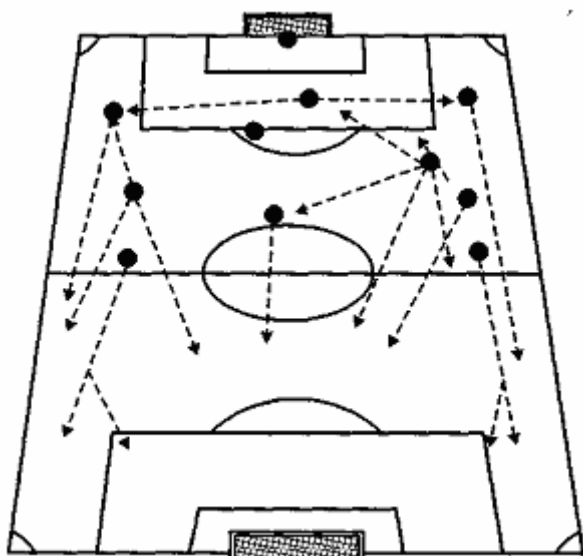


Рис. 45. Система 1-4-1-3-2

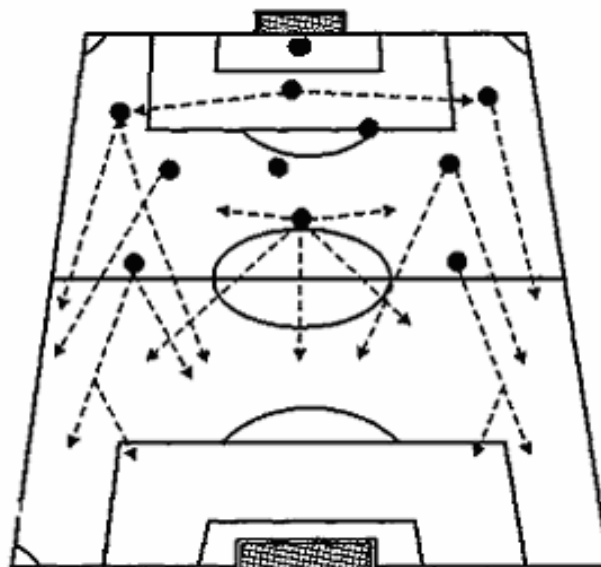


Рис. 46. Система 1-4-3-1-2

## **ГЛАВА 6. МИНИ-ФУТБОЛ**

### **6.1. Общие положения**

Мини-футбол завоёвывает всё большую популярность в мире. В настоящее время он развивается более чем в 80 странах. Вслед за чемпионатами мира начали проводиться чемпионаты Европы, Южной Америки, Азии для сборных команд. Организуются международные турниры для сильнейших клубных коллективов планеты. Прочно обосновалась эта игра и в нашей стране. В чемпионате России среди команд суперлиги и высшей лиги выступают 25 профессиональных коллективов. Более 500 команд являются участниками первенства России в первой и второй лигах. На местах открыты 20 региональных ассоциаций, являющихся главными организаторами развития массового мини-футбола. Всё большее внимание уделяется и развитию детского и юношеского мини-футбола. Открываются спортивные школы по этому виду спорта, организуются специализированные группы юных футболистов при мини-футбольных клубах, ежегодно проводятся всероссийские соревнования юношеских команд по четырём возрастным группам.

Бурное развитие получил мини-футбол в регионе Урала, где под эгидой Уральского отделения Ассоциации мини-футбола России проводятся десятки турниров среди коллективов физкультуры, студентов, детей и юношей всех возрастных групп. Флагманы мини-футбола Екатеринбурга «ВИЗ-Синара» и «УПИ» в течение многих лет с успехом защищают честь города на крупнейших соревнованиях в стране и за рубежом.

Нельзя не отметить успехи мини-футболистов России на международной арене. Так национальная сборная страны в 1999 г. стала чемпионом Европы, а в 1996 и 2004 гг. – серебряным призёром европейского первенства. На чемпионате мира 1996 г. наша команда заняла третье место, а на мировом первенстве 2000 г. – четвёртое. Студенческая сборная России является двукратным чемпионом мира (1994, 2002), дважды завоёвывала серебряные медали мировых турниров (1996, 1998), а в 2000 и 2004 гг. на её счету

бронзовые медали. В 2005 г. второе место в престижном Кубке УЕФА для сильнейших клубов Европы заняло московское «Динамо».

Простота и доступность, зрелищность и эмоциональность делают мини-футбол незаменимым средством физического воспитания и отдыха для школьников, студентов, ветеранов, работников предприятий, банковских и коммерческих структур.

## 6.2. Правила игры

Площадка для мини-футбола представляет собой прямоугольник длиной от 25 до 42 м и шириной от 15 до 25 м. Площадка должна быть размечена чёткими линиями шириной 8 см в соответствии с планом на рис. 47. Ворота имеют длину 3 м и высоту 2 м. Обе стойки и перекладина имеют одинаковую ширину и глубину 8 см.

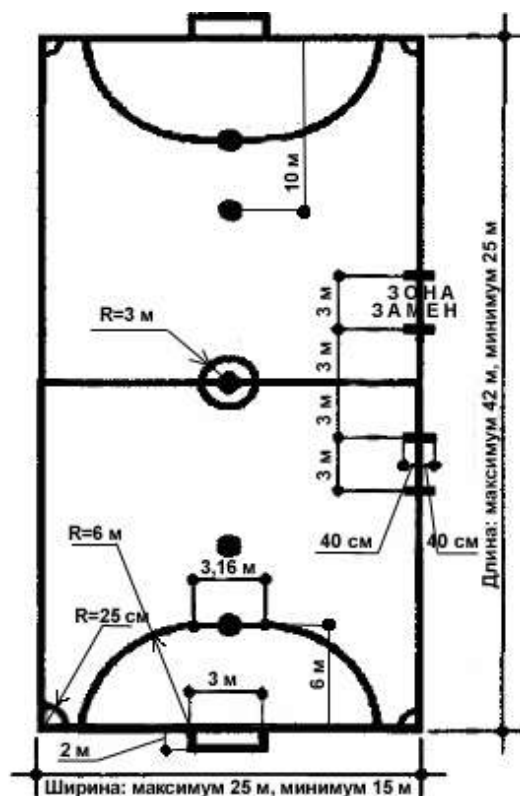


Рис. 47. Площадка для игры

Мяч должен иметь вес не менее 400 г и не более 440 г на начало матча. Длина окружности мяча от 62 до 64 см.

В игре участвуют две команды, состоящие из пяти игроков, один из которых является вратарём. Максимально допустимое количество запасных игроков

составляет 9 человек. Количество замен в ходе матча не ограничено. Разрешаются обратные замены игроков.

В обязательную экипировку игроков включается: майка или футболка, трусы, гетры, мягкая спортивная обувь.

Игру обслуживают два судьи, один из которых является главным, а второй – помощником. Оба судьи используют свисток, располагаясь на противоположных сторонах площадки.

На игру назначаются хронометрист и третий судья, которые располагаются за пределами площадки, за столом, напротив средней линии поля.

Игра состоит из двух равных таймов по 20 мин чистого времени, которое контролирует хронометрист матча. Перерыв между таймами не должен превышать 15 мин. Каждая команда может взять в тайме по одному тайм-ауту, продолжительностью 1 мин.

Если мяч попадает в потолок зала, игра возобновляется вводом его из-за боковой линии противоположной командой из точки, находящейся на пересечении с воображаемой линией, проходящей параллельно линии ворот через точку, где мяч коснулся потолка.

Штрафной удар в мини-футболе назначается в случае, когда игрок совершает следующие нарушения правил:

- ударит или попытается ударить соперника ногой;
- опрокинет или попытается опрокинуть соперника;
- прыгнет на соперника;
- атакует соперника плечом;
- ударит или попытается ударить соперника рукой;
- толкнёт соперника;
- задержит соперника;
- плюнет в соперника;
- сыграет в подкате (за исключением вратаря в штрафной площади);
- умышленно сыграет в мяч рукой (за исключением вратаря в своей штрафной площади).

Свободный удар выполняется противоположной командой, если вратарь совершает одно из следующих нарушений:

- получит от партнёра обратный пас, в случае когда мяч не пересёк среднюю линию поля или его не коснулся соперник;
- заденет или возьмёт руками мяч, получив его от партнёра после паса ногой;
- заденет или возьмёт мяч руками, получив его от партнёра непосредственно после ввода из аута;
- будет контролировать мяч на своей половине поля руками или ногами более четырёх секунд.

Свободный удар назначается в случае нарушения игроком следующих правил:

- сыграет опасно;
- не владея мячом, будет блокировать соперника;
- помешает вратарю ввести мяч в игру, когда мяч у того в руках;
- совершает любое другое нарушение, за которое футболист должен быть предупреждён или удалён с площадки.

В мини-футболе удалённый игрок должен покинуть игровой зал, а через две минуты его может заменить другой игрок (замена будет проведена раньше в случае забитого соперником мяча).

При пробитии штрафного или свободного удара игроки команды соперника должны находиться от мяча на расстоянии не ближе 5 м. На пробитие этих ударов команде даётся время 4 секунды, а затем мяч передаётся соперникам.

Все нарушения правил, наказуемые штрафными ударами, являются командными фолами.

После пяти фолов в ворота провинившейся команды пробивается 10-метровый штрафной удар (за каждый последующий фол) без «стенки». Если нарушение совершено ближе чем на 10 м к воротам, соперник имеет право

пробивать штрафной с точки нарушения правил. При пробитии 10-метрового штрафного удара игроки обеих команд располагаются за линией мяча.

В мини-футболе пенальти пробиваются в ворота с 6-метровой отметки.

В случае выхода мяча за боковую линию один из игроков команды соперника вводит мяч ногой. Мяч, забитый в ворота непосредственно с удара из-за боковой линии, не засчитывается. Ввод мяча в игру должен быть выполнен в течение 4 секунд.

Положение «вне игры» в мини-футболе не существует.

Если мяч выходит за лицевую линию от ноги соперников, то ввод мяча в игру осуществляется вратарём броском рукой от ворот. Гол, забитый непосредственно броском от ворот, не засчитывается.

Мяч, посланный в ворота непосредственно с углового удара, засчитывается. Мяч должен быть установлен в угловом секторе и введён в игру в течение 4 секунд.

В случае, когда матч закончился вничью, а по условиям соревнований должен быть выявлен победитель, пробиваются 6-метровые штрафные удары. Каждая из команд по очереди пробивает по 5 пенальти. В случае равенства счёта пенальти по очереди пробивают оставшиеся футболисты.

### **6.3. Техника и тактика мини-футбола**

#### **6.3.1. Техника**

Технические приёмы, используемые при игре в мини-футболе, те же, что и в большом футболе.

Некоторые различия связаны со спецификой действий на площадке малого размера, с мячом с уменьшенным отскоком, разницей в правилах игры.

Например, в мини-футболе гораздо чаще и эффективней используется удар по мячу носком ноги. Этот удар неожиданен для вратаря, так как производится с близкого расстояния практически без замаха. А вот удары головой используются гораздо реже, так как утяжелённый мини-футбольный мяч не часто взлетает над площадкой. Многие футболисты с успехом используют остановку мяча подошвой с последующим его переводом на ход себе или

партнёру. Эта остановка позволяет очень надёжно принимать и контролировать мяч при взаимодействии именно на коротком расстоянии. Эффективные в большом футболе способы отбора мяча в подкате и толчком в плечо соперника в мини-футболе запрещены правилами.

Определённая специфика в использовании тех или иных технических приёмов имеется и у мини-футбольных голкиперов. Гораздо чаще, чем в большом футболе, используется не ловля, а отбивание мячей, сильно посланных в ворота с ближнего расстояния. Особенно важно умение отбивать низколетающие мячи ногами. Повышенные требования предъявляются к навыкам быстрого и точного ввода мяча вратарём, позволяющим своевременно начать контратаку своей команды или дать непосредственно голевую передачу партнёру у ворот соперника.

### **6.3.2. Тактика**

Современные тенденции развития мини-футбола связаны с заметным повышением интенсивности действий игроков, проявляющейся в возрастании напряжённости борьбы в игровых эпизодах, в сокращении до минимума пассивных фаз в действии каждого футболиста, в возрастании количества ударов по воротам соперника, в значительном разнообразии форм атакующих действий и использовании активных методов обороны. Всё это приводит к возрастанию требований ко всем аспектам подготовки мини-футболистов, в том числе и к тактическому мастерству.

Исходя из этого подхода в индивидуальной тактике особое внимание необходимо уделить умению в условиях дефицита времени, постоянной смены ситуаций и единоборств с соперниками принимать наиболее правильные решения, позволяющие в атаке создать игровое пространство как для себя, так и для партнёров, а в обороне выбрать оптимальную позицию по отношению к атакующему сопернику.

В мини-футболе гораздо чаще, чем в большом, возникают голевые ситуации как у своих ворот, так и у ворот соперника. Большинство из них



создаётся за счёт комбинаций, представляющих собой тактическое взаимодействие нескольких игроков. Поэтому «стенки», «забегания» и другие групповые взаимодействия в мини-футболе приобретают повышенное значение при организации атакующих действий команды. Очень много мячей в мини-футболе забивается с использованием комбинаций в «стандартных» положениях. В свою очередь надёжность игры в обороне основывается на умении противодействовать комбинационной игре соперника посредством своевременного разбора атакующих противников, подстраховки партнёров, группового отбора мяча у атакующих, а также взаимодействий обороняющихся при игре в меньшинстве.

Как и в большом футболе, в мини-футболе при организации командных действий в атаке используется быстрое или постепенное нападение. При этом атакующая команда может использовать различные расстановки игроков: 3-1, 1-3, 1-2-1, 2-2. Очень часто позиционная игра строится через центрального игрока, выдвинутого на острие атаки. Такой игрок, как правило, занимает позиции на подступах к воротам соперника, располагаясь к ним спиной и лицом к своим партнёрам. В таком положении он имеет возможность принять пас, направленный партнёром из глубины поля. Маневрирующего впереди центрального своими активными, целенаправленными действиями поддерживают остальные партнёры. В случае отсутствия ярко выраженного центрального игрока, командная игра в атаке строится с применением разнообразных комбинаций, в сочетании с индивидуальными действиями игроков. В результате этого на подступах к воротам соперников создаются свободные зоны, куда и устремляется один из атакующих для завершающего удара. Такие атакующие действия предполагают активный обстрел ворот соперников с различных дистанций.

Как и в игре на большом поле, в мини-футболе командные тактические действия в обороне строятся с помощью определённых тактических систем игры – персональной, зонной и комбинированной. Каждая из них включает три

формы защитных действий, отличающихся размером используемой площади игрового поля, на которой обороняющиеся оказывают противодействие атакующим, а также степени активности действий игроков защищающейся команды. Такими формами являются концентрированная, рассредоточенная оборона и прессинг.

*Концентрированная оборона* предполагает активные действия обороняющихся в непосредственной близости от своих ворот. В основном такие действия осуществляются на  $\frac{1}{4}$  или чуть больше площади игрового поля.

*Рассредоточенная оборона* предполагает начало активных противодействий атакующему сопернику на дальних подступах к своим воротам. Обороняющиеся вступают в борьбу с соперником уже на  $\frac{3}{4}$  или  $\frac{1}{2}$  игровой площадки, заставляя его действовать поспешно, не давая осуществить задуманные комбинации и стараясь перехватить у него мяч.

*Прессинг* предполагает противодействие всем атакующим соперникам, независимо от занимаемых ими позиций и владения мячом. С помощью прессинга команда активизирует игру, резко повышает её темп, вынуждает соперников ошибаться.

Оценивая тактические действия вратаря в мини-футболе, кроме выбора места в воротах (игра на выходах, ввод мяча в игру и руководство действиями партнёров), необходимо обратить внимание на его участие в атакующих действиях команды. В мини-футболе вратарь в благоприятных ситуациях нередко подключается к атакам партнёров. Часто, в случае необходимости сравнять счёт в конце матча, вратарь выходит вперёд и занимает позицию пятого полевого футболиста, а команда делает попытку розыгрыша «лишнего» игрока. Естественно, участие вратаря в атакующих действиях команды не должно быть спонтанным. На тренировочных занятиях должны отрабатываться ситуации, когда вратарь может подключаться к нападению, необходимые взаимодействия с партнёрами.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Айрапетьянц, Л.Р. Спортивные игры (техника, тактика, тренировка) / Л.Р. Айрапетьянц, М.А. ГодикТашкент: Изд-во им. Ибн-Сины, 1991. 156 с.
2. Андреев, С.Н. Футбол в школе / С.Н. Андреев ; М.: Просвещение, 1986. 144 с.
3. Андреев, С.Н. Футбол – твоя игра / С.Н. Андреев ; М.: Просвещение, 1989. 144 с.
4. Андреев, С.Н. Мини-футбол: метод. пособие / С.Н. Андреев, В.С. Левин. – Липецк: Арес, 2004. 496 с.
5. Качани, Л. Тренировка футболистов / Л. Качани, Л. Горский. – Братислава : Шпорт, 1984. 288 с.
6. Монаков, Г.В. Техническая подготовка футболистов / Г.В. Монаков ; М.: Офест, 1995. 128 с.
7. Правила игры в футбол ; М.: Астрель, 2001. 112 с.
8. Спириин, А.Н. Футбол. Правила игры. Вопросы и ответы / А.Н. Спириин, А.Д. Будогосский ; М.: Олимпия Пресс, 2005. 272 с.
9. Романенко А.Н. Тренировка футболиста / А.Н. Романенко, О.Н. Джус, И.Е. Догадин ; Киев: Здоровье, 1984. 261 с.
10. Спортивные игры. Техника, тактика, обучение: учебник / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова ; М.: АСАДЕМІА, 2001. 520 с.
11. Сушков М.П. Ваш друг – «Кожаный мяч» / М.П. Сушков, М.Б. Розин, Ю.С. Лукашин ; М.: Физкультура и спорт, 1983. 168 с.
12. Футбол / под ред. М.С. Полишкиса, В.А. Выжгина ; М.: Физкультура, образование и наука, 1999. 254 с.
13. Футбол. Правила игры. М. : Терра-Спорт, 2004. 71 с.
14. Футбол: учебник для физ. ин-тов / под ред. П.Н. Казакова ; М. : Физкультура и спорт, 1987. 256 с.
15. Цирик, Б.Я. Футбол / Б.Я. Цирик, Ю.С. Лукашин ; М. : Физкультура и спорт, 1988. 207 с.

16. Чанади, А. Футбол. Техника / А. Чанади ; М. : Физкультура и спорт, 1978. 256 с.

17. Чанади, А. Футбол. Стратегия / А. Чанади ; М. : Физкультура и спорт, 1981. 208 с.

18. Чанади, А. Футбол. Тренировка / А. Чанади ; М. : Физкультура и спорт, 1985. 256 с.

**Учебное электронное текстовое издание**

Банников Сергей Евгеньевич  
Минязев Ринат Индусович  
Босоногов Андрей Геннадьевич  
Стаин Николай Александрович

## **ФУТБОЛ**

Редактор *И.В. Коришунова*  
Компьютерная верстка: *Н.В. Лутова*

Книга скачана с сайта: [wholesport.ru](http://wholesport.ru)

Рекомендовано РИС ГОУ ВПО УГТУ-УПИ  
Разрешен к публикации 15.08.06.

Электронный формат – PDF

Формат 60x90 1/8

Издательство ГОУ-ВПО УГТУ-УПИ  
620002, Екатеринбург, ул. Мира, 19  
e-mail: [sh@uchdep.ustu.ru](mailto:sh@uchdep.ustu.ru)

Информационный портал  
ГОУ ВПО УГТУ-УПИ  
<http://www.ustu.ru>