

# Как научиться играть в футбол

Учитель физкультуры:  
МБОУ «Прогимназия № 2»  
г. Воронеж  
Сухарева Г.Ф.

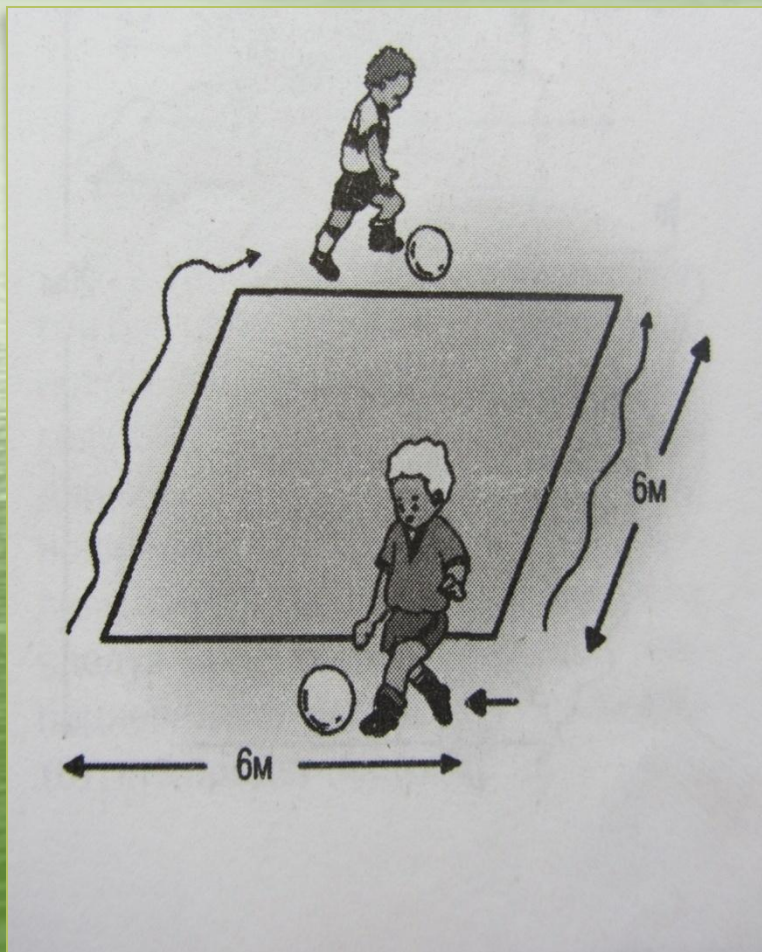


# Тактика – руководство к действию

Игровые  
упражнения -  
ключ к освоению  
тактики игры



# Игра № 1 на ведение мяча с изменением направления движения

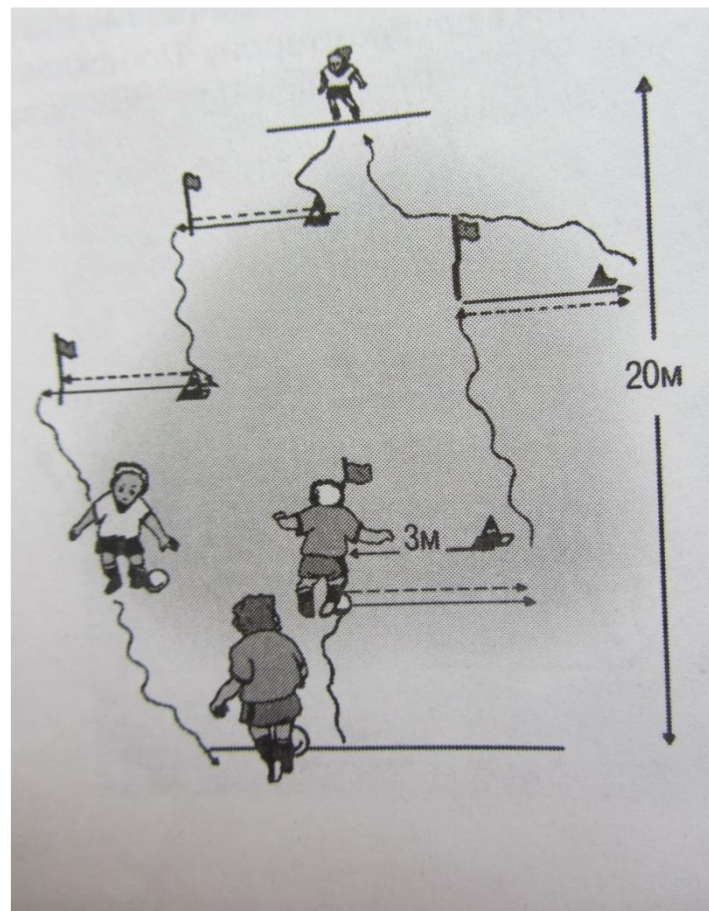


Ведение мяча по часовой стрелке по периметру квадрата с длиной стороны 6 метров. Кто первый из двух игроков догонит и коснётся другого?

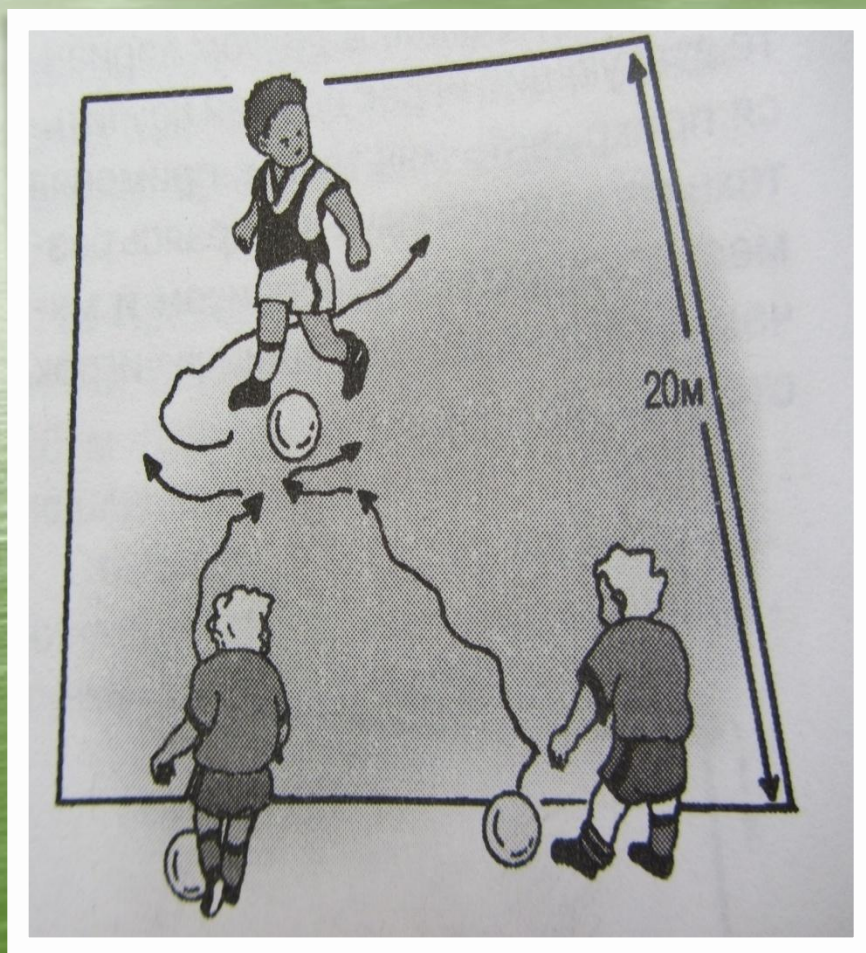
**Вариант:** побеждает тот, кто первым пройдет два раза по периметру квадрата.

# Игра № 2 на ведение мяча с изменением направления движения

Дриблинг вправо (влево).  
Ученики ведут мяч в сторону ворот воображаемого соперника. Одновременно с неожиданным касанием мяча меняет направление и начинается быстрое смещение вправо (влево) с четким и энергичным упором на левую (правую) ногу. Войти с мячом в ворота или два раза подряд бить по мячу, что бы он пошел влево или право, считается ошибкой.  
Побеждает игрок прошедший полный круг, не совершив ни одной ошибки.



# Игры на тему «дотронься и беги»



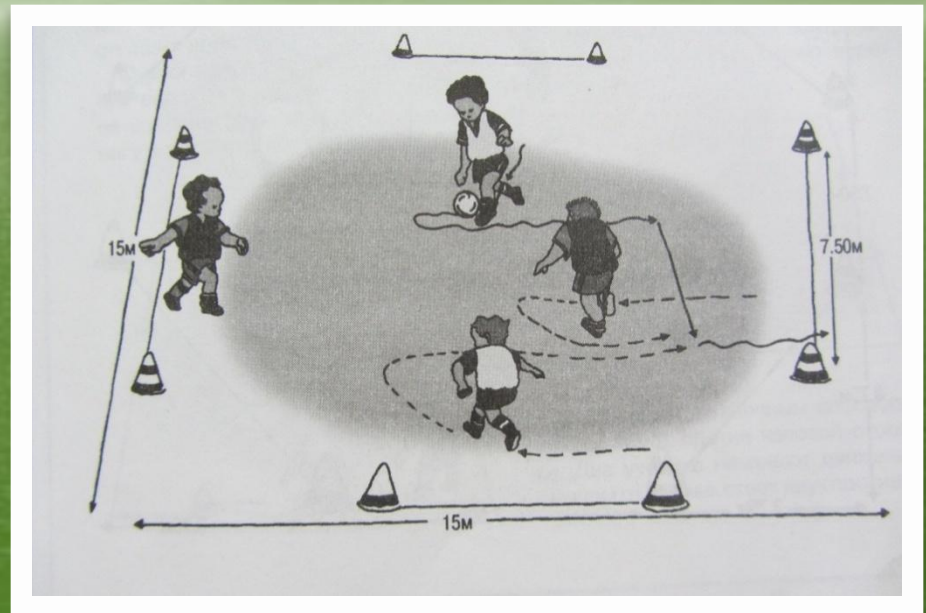
## «Полицейские и воры»

Два полицейских с мячом пытаются дотронуться рукой до вора, не теряя при этом контроля за мячом. Сколько секунд вору удастся быть не осаленным, продолжая контролировать свой мяч и не выходя за пределы квадрата? При каждом касании игроки меняются ролями. Кто из трёх игроков наберет больше очков из девяти попыток? Размер площадки 15 x 15 или 20 x 20 м.

# Упрощенная игра 2 на 2 с четырьмя воротами крест-накрест

## Правила игры

Каждая пара защищает двое ворот, расположенные друг против друга, и атакует двое других ворот. Начинается игра с небольшой перетасовки.



После того как игрок забивает гол, проходя с контролируемым мячом за линию ворот, игра возобновляется и соперник должен находиться в трех метрах от мяча. Играют 4 тайма по три минуты, и после каждого тайма происходит смена ворот.

# Футбол – игра для всех

**Дорогие друзья! Желаю успешных тренировок, отличной спортивной подготовки и много побед в увлекательных состязаниях по футболу. Пусть победит сильнейший!**



# Используемые источники:

1. Футбол для начинающих: Практический курс/Г. Харви, Д.Рангворд; Пер. с англ. В.Гаппарова. – М., ООО «Издательство Артель; ООО «Издательство АСТ», 2003. – 264 с. : ил.
2. Мини-футбол - игра для всех/В.Л.Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г.Алиев. – 2-е изд. – М., Советский спорт, 2008. – 264 с. : ил.
3. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых/Пер. с итал. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с. : ил.
4. 101 упражнение для юных футболистов: Возраст 7-11 лет/М.Кук; Пер. с англ. Л.Зарохович. – М.: ооо «Издательство АСТ; ООО «Издательство Артель, 2003 – 128 с. : ил.