

**МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ
ТЕХНИЧЕСКИМ ПРИЕМАМ ИГРЫ
В МИНИ-ФУТБОЛ**

Методические рекомендации

2010

УДК 796.1(075.8)
ББК 75.578.5я73
М54

Составители: заведующий кафедрой физического воспитания и спорта УО «ВГУ им. П.М. Машерова», кандидат педагогических наук, доцент **Ю.М. Кабанов**; преподаватели кафедры физического воспитания и спорта УО «ВГУ им. П.М. Машерова» **А.А. Алексеенко, С.Л. Сороко**; старший преподаватель кафедры спортивных игр и гимнастики УО «ВГУ им. П.М. Машерова» **В.А. Хлопцев**; доценты кафедры физического воспитания и спорта УО «ВГУ им. П.М. Машерова» **В.В. Трущенко, Н.Т. Станский**

Рецензент:
заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и спорта
УО «ВГУ им. П.М. Машерова», кандидат педагогических наук, доцент *Г.Б. Шацкий*

Методические рекомендации предназначены для преподавателей физической культуры и спорта, студентов факультета физической культуры и спорта, студентов непрофильных специальностей вуза.

УДК 796.1(075.8)
ББК 75.578.5я73

© УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2010

ВВЕДЕНИЕ

Мини-футбол гораздо «древнее», чем мы можем себе представить. Его появление было отмечено в 1920-х годах. Произошло это на бразильских пляжах, переполненных желающими играть в футбол. Затем родился «Футбол де салон» – мини-футбол проник в залы: по пять игроков с каждой стороны.

Считается, что первыми в Европе начали играть австрийцы. В 1958 году один из руководителей сборной Австрии Йозеф Аргауэр привез идею этой игры из Швеции с чемпионата мира по футболу. Там он подсмотрел тренировку бразильцев в зале: увлекся мини-футболом и предложил организовать матч в венском «Штадт-халле». Игра-эксперимент всем пришлась по душе. Постепенно мини-футбол завоевывал популярность и в других странах. Все большую популярность получала эта игра в Голландии, Испании, Италии. В сезоне 1968/69 Голландия первой провела свой национальный чемпионат. Победу в нем одержал клуб «Щага 66».

В середине 1970-х годов в Европе мини-футбол начинает развиваться как организованный, отдельный вид спорта. 19 июля 1974 года в Риме был сыгран первый официально зарегистрированный международный матч среди национальных сборных. Итальянцы принимали ливийцев и победили со счетом 9:2. Первый прототип-турнир чемпионата мира состоялся через двенадцать лет, с 18 по 20 ноября 1986 года в Будапеште. Участвовали 8 команд. В финальном матче хозяева – венгры победили голландцев. В следующем году состоялось уже два таких турнира – в испанской Ла-Коруньи и в столице Бразилии. Если в первом победили испанцы, то во втором хозяев ждало разочарование. Бразильцы в финале по пенальти уступили Парагваю.

В 1989 году пришло время первого официального первенства мира в Голландии. Чемпионами стали бразильцы. Они подтвердили свой титул на турнирах в 1992 году в Гонконге и на первенстве планеты-96 в Испании. А вот на чемпионате мира-2000 в Гватемале бразильцы уступили пальму первенства испанцам.

На территории бывшего СССР мини-футбол появился в самом конце 1950-х годов. Федерация футбола Латвии еще в 1959 году организовала серию турниров, в которых участвовало до 320 (!) команд. Но матчи проходили в небольших школьных залах и отклика за пределами республики практически не получили. Немного позже любительские соревнования по мини-футболу прошли в Литве, Азербайджане, Грузии, Украине и России.

Для проведения планомерной работы в мире по развитию мини-футбола ФИФА создала в своей структуре специальный комитет. Ос-

новой функцией комитета ФИФА стало совершенствование правил игры и подготовка и проведение мировых чемпионатов.

После того, как ФИФА взяла развитие зального футбола под свое крыло, унифицировала правила, было проведено первое национальное первенство и у нас в стране.

Первыми мини-футбольными соревнованиями в БССР стали турниры на призы космонавта Павла Климук, проводившиеся в залах в зимний период под эгидой газеты «Вечерний Минск». В 1990 году было проведено первое национальное первенство у нас в стране. С 28 по 30 ноября 1990 года в минском спорткомплексе «Мотор» в однокруговом турнире с участием 6 команд был выявлен первый чемпион Беларуси, которым стал столичный клуб «Пагоня-Менск», возглавляемый Валерием Сергеевым. Победитель и серебряный призер («Экономист») получили право принять участие в первом (и единственном!) чемпионате СССР по мини-футболу.

В 1992 году была образована Ассоциация мини-футбола Беларуси, которая и проводит под своей эгидой все официальные турниры.

Дебют национальной сборной Беларуси состоялся 5 июня 1994 года в Минске в товарищеском матче с Украиной – 1:2.

Чемпион Беларуси получает право представлять страну в розыгрыше Кубка УЕФА по мини-футболу.

ОБУЧЕНИЕ ТАКТИКЕ ИГРЫ

Современные тенденции развития мини-футбола связаны с заметным повышением интенсивности действий игроков, проявляющейся в возрастании напряженности борьбы в игровых эпизодах, сокращении до минимума пассивных фаз в действии каждого футболиста, возрастании количества ударов по воротам соперника, значительном разнообразии форм атакующих действий и использовании активных методов обороны. Все 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 партнеров, 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 создается за счет 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 надежность игры в обороне основывается на умении противодействовать комбинационной игре соперника посредством своевременного разбора атакующих противников, подстраховки партнеров, 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 партнерам. В таком положении он имеет возможность принять пас, направленный партнером из глубины поля. Маневрирующего впереди центрального своими активными, целенаправленными действиями поддерживают остальные партнеры. В случае отсутствия ярко выраженного центрального игрока командная игра в атаке строится с применением разнообразных комбинаций, в сочетании с индивидуальными дейст-

виями 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 определенных 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 $1/4$ 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 $3/4$ или $1/2$ 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 ее 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 партнеров), необходимо обратить внимание на его участие в атакующих действиях команды. В мини-футболе вратарь в благоприятных ситуациях нередко подключается к атакам партнеров. Часто, в случае необходимости сравнять счет в конце матча, вратарь выходит вперед 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 партнерами.

ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ИГРЫ

Технические приемы, используемые при игре в мини-футбол, 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 является неожиданным для вратаря, так как производится с близкого расстояния практически без замаха. А вот удары головой используются гораздо реже, так как утяжеленный мини-футбольный мяч не часто взлетает над площадкой. Многие футболисты с успехом используют остановку мяча подошвой с последующим его переводом на ход себе или партнеру. Эта остановка позволяет очень надежно 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.

Определенная специфика в использовании тех или иных технических приемов 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 низко летящие мячи ногами. Повышенные требования предъявляются к навыкам быстрого и точного ввода мяча вратарем, позволяющим своевременно начать контратаку своей команды или дать непосредственно голевую передачу партнеру у ворот соперника.

Обучение технике владения мячом полевого игрока

Техника владения мячом включает следующую группу приемов: удары, остановки, ведение, обманные движения (финты), отбор мяча и специфический прием – введение мяча из-за боковой линии ногой.

Обучение ударам 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 подъема, носком, пяткой. Удары выполняют по неподвижному мячу, а также по мячам, катящимся и летящим в различных на-

правлениях: с места, в движении, в прыжке, с поворотом, в падении. Несмотря на все 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 полета мяча.

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

Обычно обучение технике ударов по мячу ногой начинается с изучения удара внутренней стороной стопы, 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 счет 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 полета мяча. Удар выполняется серединой внутренней поверхности стопы.



Удар внутренней стороной стопы

Удар внутренней частью подъема используется при средних и длинных передачах, «прострелах» вдоль ворот и ударах по цели со всех дистанций. Разбег выполняется под углом 45° 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 подъема ноги.



Удар внутренней частью подъема

Удар средней частью подъема 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 перекал 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.



Удар средней частью подъема

Удар внешней частью подъема наиболее часто применяют для выполнения резаных (крученых) 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.



Удар внешней частью подъема

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



Удар носком

Удар пяткой используется в игре реже, когда неожиданно для соперника делается передача назад партнеру или удар по воротам, находясь спиной к ним, с близкого расстояния.



Удар пяткой

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

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

Рабочая фаза – ударное движение и проводка. Резким движением от бедер игрок подает вперед верхнюю часть туловища и, резко разогнув шею, головой бьет по мячу.

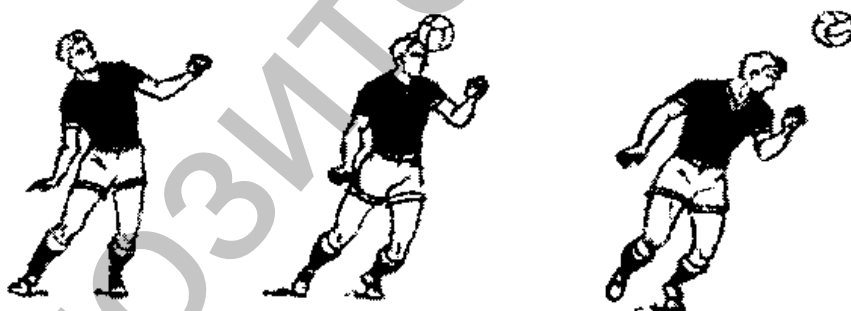
Завершающая фаза – принятие исходного положения для последующих действий. Как правило, после удара и проводки мяча вес тела переносится на впереди стоящую ногу.

Наиболее часто в игре используются удары по мячу головой серединой лба и его боковой частью. Удар серединой лба может быть выполнен с места и в прыжке. Мяч после такого удара, как правило, летит по прямой траектории.



Удар серединой лба

Удар боковой частью лба используется, когда мяч летит сбоку (справа или слева) от игрока. Таким способом можно отбить мяч на наибольшее расстояние. Это достигается за счет 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.



Удар боковой частью лба

Обучение остановке мяча

Остановки служат средством приема 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 используется при приеме катящихся и летящих мячей. Благодаря значительной останавливающей поверхности и большому амортизационному пути этот способ остановки мяча имеет высокую степень надежности. При его выполнении в момент соприкосновения мяча и развернутой стопы нога отводится назад до уровня опорной.



Остановка мяча внутренней стороной стопы

Остановка мяча подошвой 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.



Остановка мяча подошвой

В случае опускающегося мяча используется и остановка мяча подъемом. Стопа останавливающей ноги поднята вверх и расположена параллельно земле. Мяч принимается на нижнюю часть подъема. Уступающее движение производится вниз–назад.

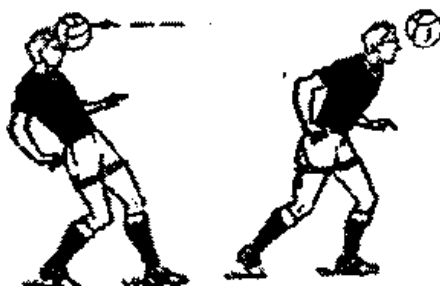


Остановка мяча подъемом

При остановке мяча бедром осуществляется надежный прием опускающегося мяча за счет большой величины останавливающей поверхности и значительности амортизирующего пути. В подготовительной фазе бедро выносится вперед под прямым углом к подлетающему мячу. Мяч соприкасается со средней частью бедра. Уступающее движение выполняется вниз и назад.

Остановка мяча грудью основана также на принципах амортизации и уступающего движения. В подготовительной фазе грудь подается вперед. При приближении мяча туловище отводится назад, а плечи и руки подаются вперед. В завершающей фазе ОЦТ переносится в сторону предполагаемых действий с мячом.

Остановка мяча головой используется в игре реже, так как она более трудна по исполнению и менее надежна. Остановка производится преимущественно серединой лба. Из-за твердости лобных костей амортизация происходит только за счет уступающего движения ног, туловища и головы.



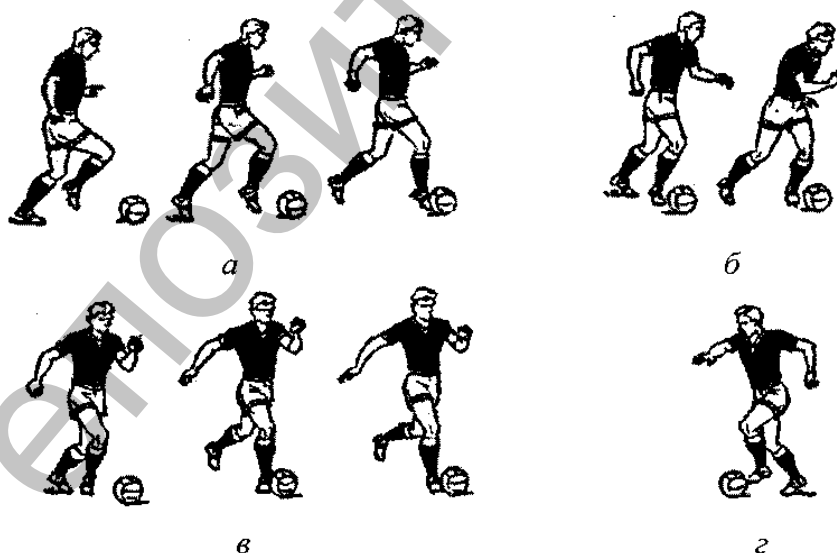
Остановка мяча головой

Обучение ведению мяча

С помощью ведения 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 прием 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 подъема, серединой подъема, внутренней стороной стопы, носком, бедром).

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



Ведение мяча:

а – серединой подъема; *б* – внешней частью подъема;
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.

Обучение обманным движениям (финты)

К ним относится группа приемов 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 приемы 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 настоящие 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.

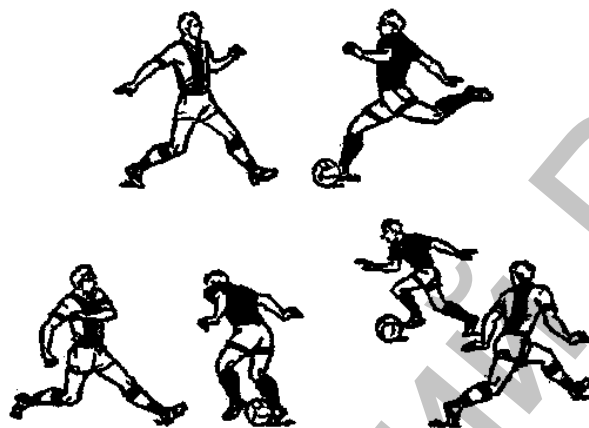
Финт «уходом» выполняется различными способами и основан на принципе неожиданного и быстрого изменения направления движения. В подготовительной фазе игрок своими действиями показывает, что будет уходить от противника в избранном направлении, заставив его перемещаться для перекрытия зоны предполагаемого 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.



Финт «уход» выпадам

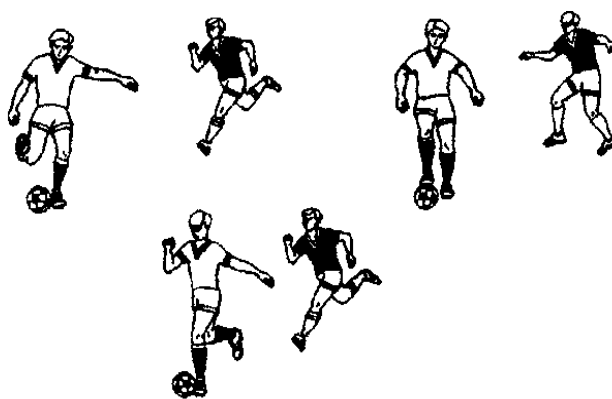
Финт «ударом» может быть выполнен ногой и головой. Обманные движения «ударом» крайне разнообразны как по способу выполнения подготовительной фазы, так и в реализации движений. При сближении с противником, который участвует в единоборстве и расположен спереди или спереди и сбоку, в подготовительной фазе выполняется замах ударной ноги для предполагаемого удара в цель или передачи. Реагируя на замах, противник пытается отобрать мяч или перекрыть зону ожидаемого полета 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.



Финт «ударом»

Финт «остановкой» 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 вперед с последующим рывком. Во втором случае, в подготовительной фазе, только имитируется остановка мяча за счет 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.



Финт «остановкой»

Обучение отбору мяча

Осуществляется главным образом в момент приема 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 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 дает возможности протолкнуть мяч по ходу движения.

Отбор мяча в подкате 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 вперед. Скользя по траве, игрок преграждает путь мячу или выбивает его ногой.



а

б

Отбор мяча:

а – в выпаде; *б* – в подкате

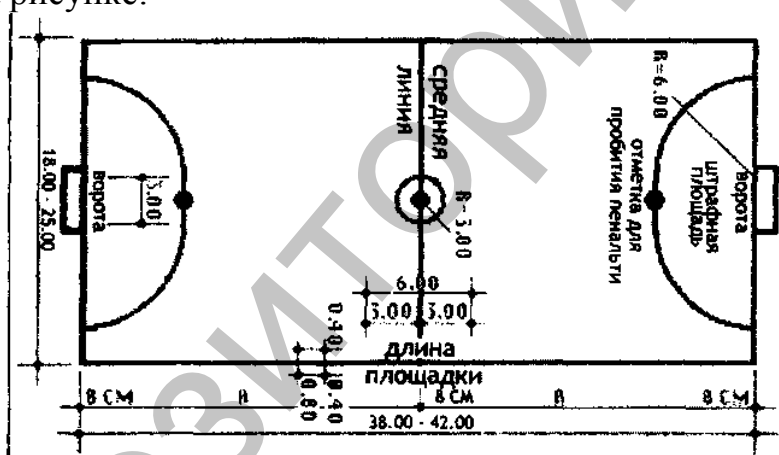
Отбор толчком плеча должен выполняться в соответствии с правилами игры. Игрока, владеющего мячом, разрешается толкать на игровом расстоянии плечом и только в плечо. Толчок осуществляется в целях овладения мячом и не должен носить грубого и опасного характера. Наиболее эффективно проведение такого отбора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

ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ

Правило 1. Площадка. Размеры

Площадка для игры должна быть прямоугольной. Длина боковой линии должна быть больше длины линии ворот. Длина: минимум – 25 м, максимум – 42 м. Ширина: минимум – 15 м, максимум – 25 м. В международных матчах длина: минимум – 38 м, максимум – 42 м. Ширина: минимум – 18 м, максимум – 25 м.

Разметки на площадке. Площадка размечается линиями, которые входят в размеры площадей, ограниченных ими. Две длинные линии называются боковыми линиями. Две короткие называются линиями ворот. Все линии имеют ширину 8 см. Площадка разделена на две равные половины средней линией. Центральная отметка делит среднюю линию на две равные части. Вокруг нее проводят окружность радиусом 3 м. Площадка для игры и необходимые разметки показаны на рисунке:



Штрафная площадь. Штрафная площадь очерчивается в конце каждой из половин поля следующим образом. Четверть окружности радиусом 6 м проводится с внешней стороны стоек ворот до пересечения с воображаемой линией, проводимой под прямым углом к линии ворот также с внешней стороны стоек ворот. Верхние точки четвертей окружности соединяются отрезком длиной 3,16 м, проходящим параллельно линии ворот между стойками.

Отметка для пробития пенальти. Отметка для пробития пенальти наносится на расстоянии 6 м от средней точки между стойками ворот равноудаленно от них.

Дополнительная отметка для пробития 10-метрового штрафного удара. Дополнительная отметка для пробития дабл-пенальти наносится на площадке на расстоянии 10 м от средней точки между стойками ворот равноудаленно от них. От 10-метровой отметки

на расстоянии 5 метров к боковым линиям должны быть отметки для игроков и контроля судьями 5-метрового расстояния. Ширина 6 см.

Угловой сектор. Четверть окружности радиусом 25 см проводится внутри площадки в каждом ее углу.

Зоны замены. Зоны замены находятся на той же стороне площадки, где расположены скамейки запасных и прямо перед ними. В них игроки входят и уходят с площадки при заменах.

- Зоны замены, каждая длиной 5 м, расположены напротив скамеек запасных. Они выделяются линиями, каждая из которых проводится под прямым углом к боковой линии в обе стороны от нее, имеют ширину 8 см, длину 80 см, из них 40 см внутри площадки и 40 см за ее пределами.

- Между линией, ограничивающей каждую зону замены, и пересечением средней и боковой линий расстояние 5 м. Пространство перед столом хронометриста должно быть свободным.

Ворота. Ворота должны располагаться по середине каждой линии ворот. Они состоят из двух вертикальных стоек, равноудаленных от углов площадки и соединенных вверху горизонтальной перекладиной. Расстояние (по внутреннему измерению) между стойками – 3 м, а расстояние от нижней грани перекладины до поверхности площадки – 2 м. Обе стойки и перекладина имеют одинаковую ширину и глубину – 8 см. Сетки, изготовленные из пеньки, джута или нейлона, присоединяются к стойкам и перекладинам к задней части ворот. Нижняя часть прикрепляется к изогнутому стержню либо другому подобному основанию.

Глубина ворот, измеряемая от внутренней грани стоек и находящаяся за пределами площадки, должна быть не менее 80 см в верхней части и не менее 100 см в нижней части.

Безопасность. Ворота могут быть передвижными, но во время игры они должны быть надежно прикреплены к поверхности площадки.

Покрытие площадки. Покрытие площадки должно быть ровным и гладким, но не абразивным. Рекомендуется использование деревянного или искусственного покрытия. Следует избегать использования бетонного или асфальтового покрытия.

Решения: 1. Если длина линии ворот лежит между 15 м и 16 м, то радиусы четвертей окружностей имеют размеры только 4 м. В этом случае отметка для пробития пенальти расположена не на линии штрафной площадки, а наносится на расстоянии 6 м средней точки между стойками ворот и равноудаленно от них.

2. Использование травяного, искусственного или грунтового покрытия в матчах является внутренней компетенцией, но не в международных соревнованиях.

3. За пределами площадки на расстоянии 5 м от углового сектора под прямым углом к линии ворот разрешается проводить линию,

обеспечивающую соблюдение необходимого расстояния при выполнении углового удара. Ширина этой линии 8 см.

4. Скамейки запасных располагаются за боковой линией в непосредственной близости от свободного пространства перед столом хронометриста.

Правило 2. Мяч

Качество и параметры.

Мяч:

- имеет сферическую форму;
- изготовлен из кожи или другого пригодного материала;
- имеет длину окружности не менее 62 см и не более 64 см;
- на момент начала матча имеет вес не менее 400 г и не более 440 г; имеет давление, равное 0,4–0,6 атмосферы (400–600 г/см²).

Замена поврежденного мяча. Если во время игры мяч лопнул или пришел в негодность:

- игра останавливается;
- игра возобновляется вбрасыванием «спорного» запасным мячом в том месте, где предыдущий мяч пришел в негодность. Если мяч лопнул или пришел в негодность в момент, когда он не был в игре (при начальном ударе, броске от ворот, угловом ударе, пенальти или ударе с боковой линии);
- игра возобновляется в соответствии с Правилами.

Во время матча мяч может быть заменен только с разрешения судьи.

Решения:

1. В международных матчах запрещено использование войлочных мячей.
2. Мяч при падении с высоты 2 м должен иметь первый отскок не менее 50 см и не более 65 см.

В матчах разрешается использовать только те мячи, которые соответствуют минимальным техническим требованиям, предусмотренными Правилom 2.

В матчах соревнований, проводимых под эгидой FIFA и конфедераций, допускается использование только футбольных мячей, имеющих одно из трех следующих маркировок: «FIFA APPROVED», «FIFA INSPECTED» или «INTERNATIONAL MATCHBALL STANDART».

Эти надписи на футбольном мяче показывают, что он был официально протестирован и соответствует специальным техническим требованиям, разным для каждой категории, и дополнительно минимальным характеристикам, обусловленным Правилom 2. Перечень до-

полнительных требований, особенных для каждой описанной категории, публикуется FIFA. Организации, проводящие тестирование, выбирают FIFA. Ассоциации в своих соревнованиях обязаны использовать мячи, которые имеют одну из трех вышеперечисленных маркировок. Во всех других матчах используемый мяч должен соответствовать требованиям Правила 2.

Если ассоциация обязывает использовать мячи с маркировкой «FIFA APPROVED» или «FIFA INSPECTED» в своих соревнованиях, то эта ассоциация также должна разрешить использование мячей «INTERNATIONAL MATCHBALL STANDART» без всяких ограничений. В матчах соревнований, проводимых под эгидой FIFA, конфедераций и ассоциаций, запрещается наносить на мячи коммерческую рекламу, кроме эмблемы соревнований, эмблемы организатора соревнований и авторской торговой марки производителя. Регламент соревнований может ограничивать размеры и число таких маркировок.

Правило 3. Число игроков

Игроки. В матче принимают участие две команды, каждая из которых состоит не более чем из пяти игроков, один из них – вратарь.

Процедура замены. В любом матче соревнований, проводимых под эгидой FIFA, конфедераций или ассоциаций, могут выполняться замены.

Максимальное число запасных, которое разрешено иметь, равно семи. Число замен в ходе матча не ограничено. Игрок, которого заменили, может вернуться на площадку, заменив любого игрока.

Замена выполняется, когда мяч в игре. Также и тогда, когда он вышел из игры, при соблюдении следующих условий:

- игрок должен покинуть площадку в зоне замены своей команды только после того, как игрок, уходящий с площадки, полностью пересечет боковую линию;
- запасной входит в сферу полномочий и юрисдикции судей независимо от того, идет игра или она остановлена;
- замена считается завершенной, когда запасной выходит на площадку, с этого момента он становится действующим игроком, а игрок, которого он заменяет, перестает быть действующим игроком. Вратарь может меняться местами с любым игроком своей команды.

Нарушения/Наказания. Если во время выполнения замены запасной игрок выйдет на площадку до того, как игрок, которого он заменяет, полностью покинет ее, то:

- игра останавливается;
- заменяемому игроку предлагается покинуть площадку;

- запасной игрок получает предупреждение с показом желтой карточки;
- если у запасного игрока это вторая желтая карточка, он удаляется, но команда играет в полном составе, так как он не стал игроком основного состава;
- игра возобновляется свободным ударом, выполняемым противоположной командой, с места, где мяч находился в момент остановки игры. Однако если мяч был в штрафной площади, то свободный удар выполняется с точки на линии штрафной площади, ближайшей к месту, где мяч находился в момент остановки игры. Если во время выполнения замены запасной игрок выйдет на площадку или заменяемый игрок покинет площадку за пределами зоны замены своей команды, то:
 - игра останавливается;
 - нарушивший игрок получает предупреждение с показом желтой карточки;
 - если у заменяемого игрока это вторая желтая карточка, он удаляется, а команда наказывается 2-минутным удалением, так как он был игроком основного состава;
 - игра возобновляется свободным ударом, выполняемым противоположной командой, с места, где находился мяч в момент остановки игры. Однако, если мяч был в штрафной площади, то свободный удар выполняется с точки на линии штрафной площади, ближайшей к месту, где мяч находился в момент остановки игры.

Решения:

1. В начале матча в каждой команде должно быть пять игроков.
2. Если после удаления игроков в любой из команд осталось менее трех игроков (включая вратаря), то игра должна быть прекращена.

Правило 4. Экипировка игроков

Безопасность. Игрок не должен использовать в своей экипировке или носить то, что представляет опасность для него самого или для любого другого игрока, включая любого рода ювелирные изделия.

Основная экипировка. Основной обязательной экипировкой игрока является:

- футболка или рубашка;
- трусы – если используются подтрусики, то они должны быть того же цвета, что и основной цвет трусов;
- гетры;
- щитки;
- обувь – разрешается обувь только следующих видов: парусиновая, мягкая кожаная, тренировочная или гимнастическая с резиновой или из подобного материала подошвой.

Футболка или рубашка:

- на футболке или рубашке со стороны спины наносятся номера с 1 по 15;
- цвета номеров должны ясно отличаться от цвета футболок;
- в международных матчах должны также наноситься номера меньших размеров на передней части экипировки.

Щитки:

- должны быть полностью закрыты гетрами;
- должны быть изготовлены из подходящего материала (резины, пластика или подобного материала);
- должны обеспечивать достаточную степень защиты.

Вратари:

- вратарю разрешается надевать длинные брюки;
- цвет одежды каждого вратаря должен легко отличаться от цвета экипировки других игроков и судей;
- если полевой игрок меняет вратаря, то номер на его вратарской футболке должен быть таким же, под которым он внесен в протокол матча.

Нарушения/Наказания. За любое нарушение этого Правила:

- игрок по требованию судьи покидает площадку для приведения экипировки в порядок или дополнения отдельных ее частей. Игрок не может вернуться на площадку без разрешения одного из судей, который должен проверить, что экипировка игрока приведена в порядок.

Правило 5. Судья

Полномочия судьи. Каждый матч проводится судьей, который имеет широкие полномочия, чтобы обеспечить полное соблюдение Правил игры в том матче, на который он назначен. Эти полномочия начинаются с момента прибытия к месту, где располагается площадка, и заканчиваются, когда покидает его.

Права и обязанности. Судья:

- обеспечивает соблюдение Правил игры;
- разрешает продолжить игру в том случае, если противоположная команда, которая совершила нарушение, извлекает выгоду и получает преимущество от остановки игры, и должен наказать ее за первоначальное нарушение, если ожидаемое преимущество не увеличивается в этот момент;
- ведет записи в игре и предоставляет проводящей организации протокол матча, в который включает информацию о любых дисциплинарных санкциях, вынесенных игрокам и (или) официальным лицам, а также о любых других инцидентах, произошедших до, во время или после его окончания;

- действует как хронометрист в случае, если его (протокол) официально не предоставили;
- останавливает, временно прерывает или прекращает матч при любом нарушении Правил, а также в результате любого вида постороннего вмешательства;
- выносит дисциплинарные санкции игрокам, виновным в нарушениях, заслуживающих предупреждения или удаления;
- обеспечивает, чтобы посторонние лица не выходили на площадку;
- останавливает игру, если, по его мнению, игрок получил серьезную травму и контролирует его уход с площадки;
- разрешает продолжить матч до выхода мяча из игры, если игрок, по его мнению, получил лишь легкую травму;
- обеспечивает, чтобы любой мяч, используемый в игре, соответствовал требованиям Правила 2.

Решения судьи. Решения судьи, вынесенные по фактам, связанным с игрой, являются окончательными.

Решения:

1. Если судья и второй судья одновременно фиксируют нарушение и их мнения о том, какую команду следует наказывать, расходятся, то решение судьи будет приоритетным.
2. Оба, судья и второй судья, имеют право предупреждать или удалять игрока, но в случае разногласия между ними решение судьи будет приоритетным.
3. Официальный протокол матча подписывают судья и второй судья.

Правило 6. Второй судья

Права и обязанности. Второй судья назначается, чтобы управлять игрой, располагаясь на противоположной от судьи стороне площадки. Ему также разрешено использовать свисток. Второй судья помогает судье проводить матч в соответствии с Правилами игры.

Второй судья также:

- имеет право по своему усмотрению останавливать игру при любом нарушении Правил;
- обеспечивает правильность выполнения замен.

В случае чрезмерного вмешательства или неправильных действий судья освобождает второго судью от выполнения его обязанностей, принимает меры к его замене и подает рапорт в проводящую организацию.

В международных матчах использование второго судьи обязательно.

Правило 7. Хронометрист и третий судья

Обязанности. На игру назначается хронометрист и третий судья. Они располагаются за пределами площадки, напротив ее средней линии, с той же стороны, что и зоны замен. Хронометрист и третий судья оснащаются специальными часами (хронометром) и необходимым для показа набранных нарушений оборудованием, которые предоставляются ассоциацией или клубом, на чьей площадке проводится матч.

Хронометрист:

- обеспечивает, чтобы продолжительность матча соответствовала требованиям Правила 8, то есть:
 - включает предоставленные часы (хронометр) после выполнения начального удара;
 - останавливает часы (хронометр), когда мяч выйдет из игры
 - включает часы (хронометр) после ввода мяча в игру из-за боковой линии, броска от ворот, с углового удара, со штрафного и свободного ударов, с удара с 6-метровой или 10-метровой отметки, по окончании тайм-аута или «спорного мяча»;
 - контролирует минутную продолжительность тайм-аута;
 - контролирует соблюдение продолжительности двухминутного периода наказания, когда игрок удален;
 - сигнализирует об окончании первого периода, окончании матча, окончании каждого периода дополнительного времени,
 - окончании тайм-аутов свистком или другим акустическим сигналом, отличающимся от тех, что используют судьи;
 - ведет запись всех тайм-аутов, предоставленных каждой команде, сообщает и соответствующим образом сигнализирует судьям и командам о предоставлении тайм-аута по просьбе главного тренера любой из команд (Правило 8);
 - ведет запись первых пяти набранных нарушений, совершенных каждой из команд в каждой половине матча и зафиксированных судьями, а также сигнализирует, когда любая из команд совершит пятое набранное нарушение.

Третий судья. Третий судья помогает хронометристу. Он:

- ведет запись первых пяти набранных нарушений, совершенных каждой из команд в каждой половине матча и зафиксированных судьями, а также сигнализирует, когда любая из команд совершит пятое набранное нарушение:
 - ведет запись остановок игры и их причин;
 - записывает номера игроков, чьи голы засчитаны;
 - записывает фамилии и номера предупрежденных или удаленных игроков;
 - контролирует замену мячей по требованию судей;

- после окончания матча обязан проверить, состоялась ли пресс-конференция и присутствовали ли на ней главные тренеры команд;
- предоставляет любую другую информацию, относящуюся к игре. В случае чрезмерного вмешательства хронометриста или третьего судьи судья освобождает любого из них от выполнения этих обязанностей, принимает меры к его замене и подает рапорт в проводящую организацию. В случае травмы судьи или второго судьи третий судья может заменить любого из них.

Решения:

1. В международных матчах использование хронометриста и третьего судьи обязательно.
2. В международных матчах используемые часы (хронометр) должны иметь все необходимые функции (точный показ времени, устройство для показа времени двухминутного периода удаления четырех игроков одновременно и контроля набранных нарушений каждой командой в течение каждой половины матча)

Правило 8. Продолжительность матча

Периоды игры. Матч длится два равных периода, каждый по 20 минут. Контроль времени осуществляется хронометристом, обязанности которого определены в Правиле 7.

Продолжительность каждой половины матча может быть продлена для выполнения 6- и 10-метровых ударов. Если на табло осталось мало времени для выполнения удара, и матч может закончиться до того, как удар будет завершен, судья должен предупредить вратаря, полевых игроков и официальных лиц, что удар должен быть выполнен согласно правилам игры.

Команды имеют право в каждой половине матча взять тайм-аут продолжительностью в одну минуту.

При предоставлении тайм-аута соблюдаются следующие условия:

- главные тренеры команд имеют право просить у хронометриста тайм-аут продолжительностью в одну минуту;
- при отсутствии главного тренера в протоколе матча на скамейке запасных команды тайм-аут может попросить тренер команды;
- тайм-аут продолжительностью в одну минуту можно попросить в любой момент, но предоставить его можно тогда, когда команда, попросившая тайм-аут, владеет мячом;
- хронометрист сигнализирует о предоставлении тайм-аута, когда мяч вышел из игры, применяя свисток или другой акустический сигнал, отличающийся от используемых судьями;
- во время тайм-аута игроки должны оставаться на площадке. Если они хотят получить инструкции от одного из официальных лиц

команды, то должны делать это только у боковой линии напротив своей скамейки запасных. Официальное лицо, инструктирующее игроков, не должно выходить на площадку;

- команда, не использовавшая тайм-аут в первой половине матча, имеет право только на один тайм-аут во второй половине матча.

Перерыв между периодами. Перерыв между периодами не должен превышать 15 минут.

Решения:

1. Если хронометрист отсутствует в матче, то главный тренер обращается с просьбой о тайм-ауте к судье.

2. Если регламент соревнований предусматривает, что должно назначаться дополнительное время по окончании основного времени, то в течение дополнительного времени тайм-аут не предоставляется.

Правило 9. Начало и возобновление игры

Подготовительные мероприятия. Подбрасывается монета и команда, выигравшая жребий, определяет, какие ворота она будет атаковать в первой половине матча. Жребий предоставляется команде гостей. Другая команда выполняет начальный удар. Команда, выигравшая жребий, выполняет начальный удар во второй половине матча. Перед началом второй половины матча команды меняются сторонами площадки и атакуют противоположные ворота.

Начальный удар – это способ начала или возобновления игры: в начале матча:

- после засчитанного гола;
- в начале второй половины матча;
- в начале каждого периода дополнительного времени, если оно назначено. Гол должен быть засчитан, если мяч забит непосредственно с начального удара.

Процедура. Все игроки находятся на своих половинах площадки.

- Соперники команды, выполняющей начальный удар, находятся на расстоянии не менее 3 м от мяча до тех пор, пока он не войдет в игру.

- Мяч неподвижно лежит на центральной отметке.
- Судья дает сигнал.
- Мяч находится в игре, когда по нему нанесен удар и он движется вперед.

- Игрок, выполняющий начальный удар, не может повторно касаться мяча до тех пор, пока его не коснется любой другой игрок. После засчитанного гола начальный удар выполняет команда, пропустившая мяч.

Нарушения/Наказания. Если игрок, выполняющий начальный удар, повторно коснется мяча прежде, чем его коснется другой игрок, то назначается свободный удар, выполняемый противоположной командой, с места, где произошло нарушение. Однако если это нарушение игрок совершит в штрафной площади команды соперника, то свободный удар выполняется с точки на линии штрафной площади, ближайшей к месту, где произошло нарушение. За любое другое нарушение процедуры выполнения начальный удар повторяется. Игра возобновляется, когда мяч касается земли.

Спорный мяч. Спорный мяч – это способ возобновления игры после временной ее остановки по любой причине, не упомянутой ни где в Правилах игры и ставшей необходимой в тот момент, когда мяч был в игре, и при условии, что он непосредственно перед остановкой не пересекал боковую линию ворот.

Процедура. Судья производит вбрасывание спорного мяча в том месте, где он находился в момент остановки игры, за исключением случая, когда мяч находился в штрафной площади. В этой ситуации судья вбрасывает спорный мяч в точку на линии штрафной площади, ближайшей к месту, где мяч был в момент остановки игры.

Нарушение/Наказание. Вбрасывание спорного мяча повторяется:

- если игрок коснется мяча до того, как он коснется земли;
- если мяч покинет площадку после касания земли, но никто из игроков не коснется его.

Правило 10. Мяч не в игре и в игре

Мяч не в игре. Мяч вышел из игры, когда:

- он полностью пересечет линию ворот или боковую линию по земле или по воздуху;
- игра остановлена судьей;
- он ударится в потолок.

Мяч в игре. Мяч в игре в течение всего остального времени, включая случаи, когда:

- он отскакивает от стойки ворот или перекладины и остается в пределах площадки;
- он отскакивает от любого из судей, находящихся в пределах площадки.

Решение. Когда матч проводится в закрытом помещении и мяч ударяется о потолок, то игра возобновляется ударом с боковой линии, выполняемым командой, противоположной той, чей игрок последним коснулся мяча. Удар с боковой линии выполняется из точки на боковой линии, ближайшей к тому месту, где мяч ударился о потолок.

Правило 11. Метод ведения счета голов

Засчитанный гол. Исключается любой другой способ засчитывания гола, кроме предусмотренного этими Правилами. Гол засчитывается, когда мяч полностью пересечет линию ворот между стойками и под перекладиной, если только он не был заброшен, внесен, умышленно направлен рукой игроком атакующей команды, включая вратаря.

Победившая команда. Команда, у которой число засчитанных голов в течение матча больше, считается победителем. Если у обеих команд равное число засчитанных голов или засчитанные голы отсутствуют, то матч считается закончившимся вничью.

Регламент соревнования. Для матчей, окончившихся вничью, регламентом соревнований могут устанавливаться положения, включающие дополнительное время или удары с 6-метровой отметки по определению победителя матча.

Правило 12. Нарушение правил и недисциплинированное поведение игроков

Нарушение правил и недисциплинированное поведение игроков наказываются следующим образом.

Штрафной удар. Штрафной удар назначается в сторону команды соперника, если игрок этой команды совершит любое из следующих шести нарушений, в которых судьей должен учитываться характер воздействия, является ли он неосторожным, опрометчивым или с использованием чрезмерной силы:

- удар или попытка ударить соперника ногой;
- подножка или попытка сделать подножку сопернику;
- прыжок на соперника;
- атака соперника, даже плечом;
- удар или попытка ударить соперника рукой;
- толчок соперника.

Штрафной удар также назначается в сторону команды соперника, если игрок этой команды совершит любое из следующих четырех нарушений:

- задержит соперника;
- плюнет в соперника;
- подкатит в попытке сыграть в мяч, когда или играет или пытается сыграть соперник (подкатится игрок, отбивающий мяч), исключая вратаря в своей штрафной площади, при условии, что он не играет неосторожно, опрометчиво или с использованием чрезмерной силы;

- умышленно сыграет в мяч рукой, за исключением вратаря, в своей штрафной площади. Штрафной удар выполняется с места, где

произошло нарушение. Все вышеперечисленные нарушения являются набранными нарушениями.

Пенальти. Пенальти назначается, если игрок совершит любое из вышеперечисленных нарушений в пределах своей штрафной площади, независимо от того, где находился в этот момент мяч, лишь бы он был в игре.

Свободный удар. Свободный удар назначается в сторону команды соперника, если вратарь этой команды совершит одно из следующих нарушений:

- после того, как освободится от мяча, владеющий получает его обратно от партнера по команде, и при этом мяч не пересечет среднюю линию или им не сыграет, или не коснется соперник;

- касается или контактирует мяч руками после того, как получит его от партнера по команде, умышленно отдавшего ему пас ногой;

- касается или контролирует мяч руками после того, как получает его непосредственно от партнера по команде, выполнившего удар с боковой линии;

- касается или контролирует мяч руками или ногами на своей половине площадки более четырех секунд. Свободный удар также назначается в сторону команды соперника с места, где произошло нарушение, если, по мнению судьи, игрок этой команды:

- сыграет опасно;

- не играя мячом, умышленно мешает продвижению соперника;

- препятствует вратарю вбросить мяч, находящийся в его руках;

- совершит любое другое нарушение, не упомянутое выше в

Правиле 12, за которое игра останавливается для предупреждения или удаления игрока. Свободный удар выполняется с места, где произошло нарушение, однако, если оно произошло в штрафной площади, то в этом случае свободный удар выполняется с точки на линии штрафной площади, ближайшей к месту, где произошло нарушение.

Дисциплинарные санкции. Нарушения, наказуемые предупреждением. Игрок получает предупреждения и ему показывают желтую карточку, если он совершит любое из следующих нарушений:

- виновен в неспортивном поведении;

- демонстрирует несогласие словом или действием;

- систематически нарушает Правила игры;

- не соблюдает необходимость расстояния, когда игра возобновляется угловым ударом, ударом с боковой линии, штрафным или свободным ударами или броском от ворот;

выходит или возвращается на площадку без разрешения судьи или нарушает процедуру замены;

- умышленно покидает площадку без разрешения судьи.

Запасной игрок получает предупреждение и ему показывают желтую карточку, если он совершит любое из следующих нарушений:

- виновен в неспортивном поведении;
- демонстрирует несогласие словом или действием;
- нарушает процедуру замены.

Запасной игрок получает предупреждение с показом желтой карточки, если он нарушает правила замены и лишает команду соперника очевидной (явной) возможности забить гол, играя в мяч. Команды играют в равных составах. Игра возобновляется свободным ударом с того места, где был мяч во время остановки игры.

Нарушения, наказуемые удалением. Игрок удаляется с площадки и ему показывают красную карточку, если он совершит любое из следующих нарушений:

- виновен в серьезном нарушении правил игры;
- виновен в агрессивном поведении;
- плюнет в соперника или в любое другое лицо;
- лишает команду соперника гола или благоприятной возможности явно забить гол, умышленно сыграв рукой в мяч (это не относится к вратарю, находящемуся в своей штрафной площади);
- лишает соперника, движущегося к воротам оппонента, благоприятной возможности явно забить гол, совершив нарушение, наказуемое свободным, штрафным ударом или пенальти;
- употребляет оскорбительные, обидные или нецензурные выражения;
- получит повторное предупреждение в течение одного и того же матча. Запасной игрок удаляется с площадки, с показом красной карточки, если он нарушит правила игры, сыграет в мяч рукой или остановит соперника с нарушением правил. Команды играют в равных составах. Игра возобновляется штрафным ударом или пенальти в зависимости, где произошло нарушение правил.

Решение. Игрок, который удален, не может в дальнейшем снова вступить в игру и находиться на скамейке запасных. Запасной игрок может выйти на площадку по полному истечению двух минут после удаления с площадки его партнера по команде, если только не засчитан гол до окончания этих двух минут, при условии получения разрешения у хронометриста. В данной ситуации (игра в неполных составах) действуют следующие правила:

- если 5 игроков играют против 4 и команда с большим числом игроков забивает мяч, то команда с 4 игроками дополняется пятым игроком;
- если обе команды играют с 4 игроками и засчитан гол, обе команды остаются с тем же числом игроков;

- если 5 игроков играют против 3 или 4 против 3 и команда с большим числом игроков забивает мяч, то команду с 3 игроками может дополнить только один игрок;
- если обе команды играют с 3 игроками и засчитан гол, обе команды остаются с тем же числом игроков.

Правило 13. Штрафной и свободный удары

Виды ударов. Удары могут быть штрафными или свободными. Как при штрафном, так и при свободном ударах мяч должен быть неподвижным, когда выполняется удар, а бьющий игрок не может повторно касаться мяча до тех пор, пока его не коснется другой игрок.

Штрафной удар. Если мяч забит в ворота соперника непосредственно со штрафного удара, то гол засчитывается.

Свободный удар. Гол может быть засчитан только в том случае, если мяч коснется другого игрока перед тем, как он пройдет в ворота.

Расположение игроков при штрафном и свободном ударах:

- все игроки команды соперника должны находиться на расстоянии не менее 5 м от мяча до тех пор, пока он не войдет в игру;
- мяч в игре после того, как игрок, выполняющий удар, коснется или сыграет им;
- штрафной и свободный удары, выполняемые защищающейся командой из своей штрафной площади, могут быть произведены из любой точки в ее пределах;
- если защищающаяся команда выполняет штрафной или свободный удар из своей штрафной площади, то все соперники должны находиться за ее пределами. Мяч в игре, как только он полностью покинет штрафную площадь.

Нарушения/Наказания. Если при выполнении штрафного или свободного ударов соперник располагается к мячу ближе положенного расстояния, то удар повторяется.

Если после того, как мяч вошел в игру, выполнявший удар игрок повторно коснется мяча до того, как его коснется другой игрок, то:

- свободный удар выполняется противоположной командой с места, где произошло нарушение. Однако если нарушение произошло в штрафной площади, то свободный удар выполняется с точки на линии штрафной, ближайшей к месту нарушения.

Если команда, выполняющая штрафной или свободный удар, делает это более 4 секунд, то:

- свободный удар производит противоположная команда.

Сигналы

Штрафной удар. Судья держит одну руку горизонтально, указывает направление, в котором должен быть выполнен удар. В случае если нарушение было набранным, судья указательным пальцем другой руки показывает вниз на площадку, давая понять третьему судье или другому официальному лицу, находящемуся за судьейским столом, что это нарушение считается набранным.

Свободный удар. Судья и второй судья показывают о назначении свободного удара поднятой над головой рукой. Они держат руку в таком положении до тех пор, пока после выполнения удара мяча не коснется другой игрок или он не выйдет из игры.

Правило 14. Набранные нарушения

Набранные нарушения. Это все нарушения, наказуемые штрафным ударом, и перечисленные в Правиле 12. Первые пять набранных нарушений, совершенных каждой командой в каждом периоде, записываются в протокол матча.

Судьи могут разрешить продолжить игру, применяя принцип преимущества, если у нарушившей команды еще не зафиксировано 5 набранных фолов и противоположная команда имеет явную возможность забить гол. Если во время атаки был 1 (один), 2 (два) или более фолов судьи должны зафиксировать после остановки игры все отложенные фолы на табло и в техническом протоколе матча.

Пример. Если у команды было 4 (четыре) фолы и во время атаки соперника, команда нарушила правила игры, а судьи дали преимущество, и потом был еще 1 (один) фол, судьи, остановив игру, должны зафиксировать 5 (пятый) фол и команда соперников должна пробивать 6 (шестой) фол. В одной атаке было 2 (два) фолы.

Принцип преимущества. Если команда имеет 5 набранных нарушений, принцип преимущества применяется в исключительных случаях, когда есть явная возможность забить гол. Если нарушение произошло в штрафной площади, принцип преимущества не применяется.

Расположение игроков. Для первых пяти набранных нарушений, зафиксированных у любой из команд в каждой половине матча:

- игроки нарушившей команды могут установить «стенку» как средство защиты от штрафного удара;
- все игроки нарушившей команды располагаются не ближе 5 м от мяча до тех пор, пока он не войдет в игру;
- гол должен быть засчитан, если мяч забит непосредственно с этого штрафного удара.

Начиная с шестого набранного нарушения, зафиксированного у любой из команд в каждой половине матча:

- игроки нарушившей команды не могут устанавливать «стенку» как средство защиты от штрафного удара;
- игрок, выполняющий удар, должен быть четко определен;
- вратарь должен находиться в своей штрафной площади не ближе 5 м от мяча;
- все остальные игроки, находящиеся на площадке, должны оставаться за воображаемой линией, проходящей по уровню мяча параллельной линии ворот, и за пределами штрафной площади.

Процедура (для шестого и любого последующего набранного нарушения) следующая.

- Игрок, выполняющий штрафной удар, должен пробить по мячу с целью поразить ворота и не может сделать передачу другому игроку.
- После того как штрафной удар был выполнен, игрок не может касаться мяча до тех пор, пока его не коснется вратарь или если он отскочил от стойки или перекладины ворот.

• Если игрок совершит шестое набранное командное нарушение на половине площадки соперника или на своей половине до воображаемой линии, параллельной средней линии и проходящей через дополнительную отметку для пробития пенальти, находящейся на расстоянии 10 м от линии ворот, то штрафной удар выполняется с дополнительной отметки для пробития пенальти, которая описывается в Правиле 1. Штрафной удар выполняется в соответствии с условиями, изложенными выше в п. «Расположение игроков».

• Если игрок совершит шестое набранное командное нарушение на своей половине площадки между 10-метровой воображаемой линией и линией ворот, то команда, выполняющая штрафной удар, может выбирать, пробивать ли с дополнительной отметки для пенальти, либо с места, где произошло нарушение.

• Должно быть добавлено время для выполнения штрафного удара в конце каждой половины матча и в конце каждого периода дополнительного времени.

• Если назначено дополнительное время, то все набранные нарушения второй половины матча продолжают накапливаться.

Нарушения/Наказания. Если игрок защищающейся команды нарушит это Правило:

- удар повторяется, если мяч не был забит в ворота;
- удар не повторяется, если гол засчитан.

Если партнер по команде игрока, выполняющего удар, нарушит это Правило:

- удар повторяется, если мяч забит в ворота;
- если мяч не забит, арбитры останавливают игру, и она возоб-

новляется свободным ударом защищающейся командой с места, где находился мяч в момент совершения нарушения.

Правило 15. Пенальти

Пенальти. Пенальти назначаются в ворота команды, игрок которой совершит любое из нарушений в своей штрафной площади, когда мяч был в игре. Гол засчитывается, если мяч забит в ворота непосредственно с пенальти. Должно быть добавлено время для выполнения пенальти, назначенного в конце каждой половины матча или в конце каждого периода дополнительного времени.

Расположение мяча и игроков

Мяч:

- устанавливается на 6-метровой отметке.

Вратарь защищающейся команды:

- остается между стойками на линии своих ворот, лицом к игроку, выполняющему удар, до тех пор, пока по мячу не будет нанесен удар. Игроки, кроме выполняющего удар, располагаются:

- в пределах площадки;
- за пределами штрафной площади;
- позади и в стороне от 6-метровой отметки;
- на расстоянии не менее 5 м от 6-метровой отметки.

Процедура. Игрок, выполняющий пенальти, направляет мяч вперед.

- Он не может касаться мяча повторно до тех пор, пока его не коснется другой игрок.

- Мяч находится в игре, когда по нему нанесен удар, направленный вперед. Когда пенальти выполняется в течение основного времени игры или в добавленное время к первой половине или всего матча, предоставленного для пробития или повтора пенальти, гол засчитывается, если, прежде чем пересечь линию ворот между стойками и под перекладиной:

- мяч коснется одной или обеих стоек и (или) перекладины и (или) вратаря.

Нарушения/Наказания. Если игрок защищающейся команды нарушит это Правило, то:

- удар повторяется, если гол не был засчитан;
- удар не повторяется, если гол засчитан.

Если партнер игрока, выполняющего удар, нарушит это Правило, то:

- удар повторяется, если мяч забит в ворота;
- если мяч не забит, арбитры останавливают игру, и она во-

зобновляется свободным ударом защищающейся командой с места, где находился мяч в момент совершения нарушения.

Правило 16. Удар мяча с боковой линии

Удар мяча с боковой линии. Удар мяча с боковой линии – это способ возобновления игры.

Гол не может быть засчитан, если мяч забит непосредственно ударом с боковой линии. Удар мяча с боковой линии назначается:

- когда мяч полностью пересечет боковую линию по земле или по воздуху, или касается потолка;
- с места, где мяч пересек боковую линию;
- в пользу соперника игрока, последним коснувшегося мяча.

Расположение мяча и игроков. Мяч:

- должен неподвижно находиться на боковой линии;
- может быть ударом введен в игру в любом направлении. Игрок, выполняющий удар с боковой линии:

- может располагать часть каждой стопы на боковой линии или за пределами площадки в момент удара по мячу. Игроки защищающейся команды:

- должны располагаться на расстоянии не менее 5 м от места, с которого выполняется удар мяча с боковой линии.

Процедура следующая.

- Игрок, выполняющий удар мяча с боковой линии, должен сделать это в течение 4 секунд после того, как возьмет мяч под контроль.
- Игрок, выполняющий удар мяча с боковой линии, не может повторно сыграть в мяч, прежде чем его коснется другой игрок.
- Мяч находится в игре сразу же после того, как по нему будет нанесен удар или совершено касание.

Нарушения/Наказания. Свободный удар выполняется противоположной командой, если:

- игрок, выполняющий удар мяча с боковой линии, повторно сыграет в мяч до того, как его коснется другой игрок. Свободный удар выполняется с места, где произошло нарушение, однако, если оно было в штрафной площади, то в этом случае свободный удар производится с точки на линии штрафной, ближайшей к месту нарушения. Удар мяча с боковой линии повторяется игроком команды соперника, если:

- удар мяча с боковой линии выполнен неправильно;
- удар мяча с боковой линии выполнен в течение 4 секунд с того момента, как игрок взял мяч под контроль;
- произошло любое другое нарушение Правила.

Правило 17. Бросок от ворот

Бросок от ворот. Бросок от ворот – это способ возобновления игры.

Гол не засчитывается, если мяч забит непосредственно броском от ворот. Бросок от ворот назначается, когда:

- мяч полностью пересечет линию ворот по земле или по воздуху, последним его коснется игрок атакующей команды и при этом не будет засчитан гол в соответствии с Правилем 11.

Процедура:

- мяч выбрасывается из любой точки штрафной площади вратарем защищающейся команды;
- соперники должны оставаться за пределами штрафной площади до тех пор, пока мяч не войдет в игру;
- вратарь не может повторно сыграть мячом до тех пор, пока им не сыграет соперник или он не пересечет среднюю линию;
- мяч в игре, когда он выброшен непосредственно за пределы штрафной площади.

Нарушения/Наказания. Если мяч не выброшен непосредственно за пределы штрафной площади:

- бросок от ворот повторяется.

Если после того, как мяч вошел в игру, вратарь повторно касается мяча до того, как им сыграет соперник или он пересечет среднюю линию, то:

- свободный удар выполняется командой соперника с места, где произошло нарушение.

Если нарушение произошло в штрафной площади, то свободный удар выполняется с точки на линии штрафной площади, ближайшей к месту, где произошло нарушение.

Если после того, как мяч вошел в игру, вратарь получит его обратно от партнера по команде, то:

- свободный удар выполняется командой соперника с точки на линии штрафной площади, ближайшей к месту, где произошло нарушение. Если бросок от ворот не выполнен в течение 4 секунд с момента, когда вратарь овладел мячом, то:

- свободный удар выполняется командой соперника с точки на линии штрафной площади, ближайшей к месту нарушения.

Правило 18. Угловой удар

Угловой удар. Угловой удар есть способ возобновления игры. Гол должен быть засчитан непосредственно с углового удара, если только мяч забит в ворота соперника.

Угловой удар назначается, когда:

- мяч полностью пересечет линию ворот по земле или по воздуху, последним его коснется игрок защищающейся команды и при этом не будет засчитан гол в соответствии с Правилom 11.

Процедура:

- мяч устанавливается внутри углового сектора, ближайшего к месту выхода мяча;
- соперники располагаются на расстоянии не менее 5 м от мяча до тех пор, пока он не войдет в игру;
- удар по мячу выполняет игрок атакующей команды;
- мяч считается в игре, когда по нему нанесен удар или сделано касание;
- игрок, выполняющий удар, не может повторно сыграть в мяч до тех пор, пока его не коснется другой игрок.

Нарушения/Наказания. Свободный удар выполняется противоположной командой, если:

- игрок, выполняющий угловой удар, повторно сыграет в мяч прежде, чем его коснется другой игрок. Свободный удар выполняется с места, где произошло нарушение;
- угловой удар не выполнен в течение 4 секунд с момента, когда игрок, производящий удар, взял мяч под контроль. Свободный удар выполняется из углового сектора.

За любое другое нарушение угловой удар повторяется.

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПО МИНИ-ФУТБОЛУ

Цель: совершенствование двигательных способностей студентов.

Задачи:

I КУРС

1. Краткая историческая справка игры – мини-футбол.
2. Повышение общей и специальной физической подготовки при помощи двигательных способностей.
3. Освоение технических приемов при игре в мини-футбол.
4. Ознакомление с правилами игры и судейства.
5. Учебная игра.

II КУРС

1. Овладение тактическими командными действиями при игре в мини-футбол.
2. Определение игрового амплуа каждому игроку.
3. Приобретение игрового опыта.
4. Судейство по упрощенным правилам.

III КУРС

1. Повышение общей и специальной физической подготовленности к игре в мини-футбол.
2. Повышение технико-тактического мастерства.
3. Приобретение игрового опыта.
4. Судейство игр.

IV КУРС

1. Совершенствование технических приемов в мини-футболе.
2. Совершенствование индивидуального мастерства игроков по амплуа.
3. Совершенствование игрового опыта.
4. Совершенствование судейства игры в мини-футбол.

ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

I курс

1. Ведение мяча 10 м, 30 м. Ведение осуществляется внутренней и внешней частью подъема, носком.
2. Удары по мячу в створ ворот с расстояния 10 м. Удары выполняются внутренней стороной стопы.
3. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы.
4. Прыжок вверх с места.
5. Жонглирование – 10 раз.
6. Правила игры.

II курс

1. Ведение мяча 30 м (15 + 15) за 10 сек.
2. Удары на точность. Расстояние 10 м (5 попыток).
3. Остановка мяча (бедром, внутренней, средней, внешней частью подъема, грудью).
4. Жонглирование (выполняется правой–левой ногой – 20 раз). Удары подряд одной ногой не учитываются.
5. Ознакомление с методикой судейства.
6. Прыжок вверх с места.
7. Жонглирование – 15 раз.
8. Челночный бег – 5x10 м.

III–IV курсы

1. Передача мяча на дальность 18–20 м.
2. Удары из любого положения (на точность). Расстояние 10–15 м.
3. Удары по воротам после ведения (на время).
4. Удары по воротам после подачи углового (на точность). Количество – 5 ударов с каждой стороны.
5. Совершенствование практического судейства.
6. Жонглирование – 20 раз.
7. Челночный бег – 5x10 м.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

I курс

I семестр

Занятие 1

1. Техника безопасности на занятиях. Профилактика травматизма. Оказание первой медицинской помощи.
2. Ознакомление с правилами игры.
3. Игровые упражнения.

Занятие 2

1. ОФП. Развитие ловкости.
2. Ознакомление с техникой передвижений.
3. Ознакомление с ударом внутренней стороной стопы.
4. Игровые упражнения.

Занятие 3

1. ОФП. Развитие гибкости.
2. Обучение ударам внутренней стороной стопы. Ознакомление с остановками мяча подошвой и внутренней стороной стопы.
3. Обучение технике жонглирования мячом.
4. Игровые упражнения.

Занятие 4

1. ОФП. Развитие быстроты.
2. Ознакомление с ударами внутренней, внешней, средней частью подъема. Ознакомление с остановками мяча внутренней, средней, внешней частью подъема.
3. Обучение жонглированию.
4. Игровые упражнения.

Занятие 5

1. ОФП. Развитие силы.
2. Ознакомление с ударами носком, пяткой, бедром, коленом. Ознакомление с остановками мяча бедром, грудью.
3. Обучение ударам подъемом и остановкам мяча подъемом.
4. Игровые упражнения.

Занятие 6

1. ОФП. Развитие общей выносливости.

2. Ознакомление с ударами головой.
3. Обучение ударам подъемом, носком, пяткой по катящемуся и летящему мячу.
4. Игровые упражнения.

Занятие 7

1. СФП. Развитие игровой ловкости.
2. Ознакомление с ведением мяча.
3. Обучение ударам по мячу. Обучение остановкам мяча.
4. Игровые упражнения.

Занятие 8

1. СФП. Развитие координации.
2. Ознакомление с ведением мяча.
3. Обучение остановке и ударам мяча в сочетании.
4. Игровые упражнения.

Занятие 9

1. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств.
2. Ознакомление с техникой игры вратаря.
3. Применение остановок мяча, ударов и ведения в сочетании (в игровых упражнениях).
4. Игровые упражнения.

Занятие 10

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Ознакомление с отбором мяча.
3. Ознакомление с игрой в квадрат (4х2, 5х2).
4. Игровые упражнения.

Занятие 11

1. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств.
2. Ознакомление с обманными движениями, финтами.
3. Обучение отбору мяча.
4. Игровые упражнения.

Занятие 12

Сдача нормативов.

II семестр

Занятие 1

1. ОФП. Развитие ловкости.
2. Обучение технике передвижений. Сочетания различных видов передвижений.
3. Ознакомление с индивидуальными тактическими действиями в нападении.
4. Игровые упражнения.

Занятие 2

1. ОФП. Развитие ловкости.
2. Обучение ударам по воротам.
3. Ознакомление с индивидуальными тактическими действиями в нападении. Действия с мячом.
4. Игровые упражнения.

Занятие 3

1. ОФП. Развитие гибкости.
2. Обучение остановкам мяча и ударам головой.
3. Обучение индивидуальным тактическим действиям без мяча.
4. Игровые упражнения.

Занятие 4

1. ОФП. Развитие гибкости.
2. Обучение ведению мяча в сочетании с ударами.
3. Обучение индивидуальным тактическим действиям с мячом.
4. Игровые упражнения.

Занятие 5

1. ОФП. Развитие быстроты.
2. Обучение обманным движениям, финтам.
3. Обучение игре в квадрат (4x2, 5x2).
4. Игровые упражнения.

Занятие 6

1. ОФП. Развитие быстроты.
2. Обучение ударам по летящему мячу.
3. Ознакомление с индивидуальными тактическими действиями в защите против игрока без мяча.
4. Игровые упражнения.

Занятие 7

1. ОФП. Развитие силы.
2. Обучение передачам по назначению (короткие, средние, длинные).
3. Ознакомление с индивидуально-тактическими действиями в защите против игрока, владеющего мячом.
4. Игровые упражнения.

Занятие 8

1. ОФП. Развитие силы.
2. Обучение передачам мяча по назначению и по дистанции.
3. Обучение индивидуально-тактическим действиям в защите против игрока, не владеющего мячом.
4. Игровые упражнения.

Занятие 9

1. ОФП. Развитие выносливости.
2. Обучение передачам по направлению и по траектории.
3. Ознакомление с индивидуально-тактическими действиями в защите против игрока, владеющего мячом.
4. Игровые упражнения.

Занятие 10

1. ОФП. Развитие выносливости.
2. Обучение передачам по направлению и по траектории и по способу выполнения.
3. Обучение индивидуально-тактическим действиям в защите.
4. Игровые упражнения.

Занятие 11

1. Обучение индивидуально-тактическим действиям в защите.
2. Обучение игре в квадрат (2x2, 3x3).
3. Сдача контрольных нормативов.
4. Игровые упражнения.

Занятие 12

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Игровые упражнения.

II курс

I семестр

Занятие 1

1. Техника безопасности на занятиях.
2. ОФП. Развитие общей выносливости.
3. Совершенствование техники передвижений.
4. Игровые упражнения.

Занятие 2

1. ОФП. Развитие выносливости.
2. Совершенствование ударов по неподвижному мячу.
3. Развитие индивидуально-тактических действий в нападении.
4. Игровые упражнения.

Занятие 3

1. СФП. Развитие игровой ловкости.
2. Совершенствование ударов по катящемуся мячу.
3. Развитие индивидуально-тактических действий в обороне.
4. Игровые упражнения.

Занятие 4

1. СФП. Развитие игровой ловкости.
2. Совершенствование ударов по катящемуся мячу.
3. Ознакомление с групповыми тактическими действиями в нападении в стандартных положениях.
4. Игровые упражнения.

Занятие 5

1. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств.
2. Совершенствование ударов по мячу головой.
3. Ознакомление с групповыми тактическими действиями в нападении в игровых эпизодах.
4. Игровые упражнения.

Занятие 6

1. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств.
2. Совершенствование остановок катящихся и летящих мячей.
3. Обучение розыгрышу штрафных, свободных ударов.
4. Игровые упражнения.

Занятие 7

1. СФП. Развитие координации.
2. Совершенствование ведения мяча.
3. Обучение розыгрышу угловых ударов и ударов из-за боковой линии.
4. Игровые упражнения.

Занятие 8

1. СФП. Развитие координации.
2. Совершенствование обманных движений, финтов.
3. Обучение игровым комбинациям в парах.
4. Игровые упражнения.

Занятие 9

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Совершенствование отбора мяча.
3. Обучение игровым комбинациям для 3-х игроков.
4. Игровые упражнения.

Занятие 10

1. СФП. Развитие гибкости и ловкости.
2. Обучение игровым комбинациям для 2-х и 3-х игроков.
3. Сдача контрольных нормативов.
4. Игровые упражнения.

Занятие 11

1. Обучение игре в «квадрат» (3х1, 3х2).
2. Сдача контрольных нормативов.
3. Игровые упражнения.

II семестр

Занятие 1

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Совершенствование ударов по мячу и остановок мяча.
3. Ознакомление с групповыми тактическими действиями в обороне.
4. Игровые упражнения.

Занятие 2

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Совершенствование передач.
3. Противодействие комбинациям в стандартных положениях.
4. Игровые упражнения.

Занятие 3

1. СФП. Развитие взрывной силы.
2. Совершенствование обманных движений и финтов.
3. Противодействие комбинациям 2-х игроков.
4. Игровые упражнения.

Занятие 4

1. СФП. Развитие взрывной силы.
2. Совершенствование отбора мяча.
3. Противодействие комбинациям 3-х игроков.
4. Игровые упражнения.

Занятие 5

1. СФП. Развитие игровой ловкости.
2. Совершенствование ударов при помощи жонглирования.
3. Обучение комбинациям в нападении «стенка» и «забегание».
4. Игровые упражнения.

Занятие 6

1. СФП. Развитие игровой ловкости.
2. Совершенствование ведения мяча при помощи жонглирования.
3. Обучение комбинациям в нападении «скрещивание» и «передача в одно касание».
4. Игровые упражнения.

Занятие 7

1. Развитие скоростных качеств.
2. Совершенствование технических действий при игре в «квадрат» (4x2, 5x2).
3. Обучение комбинациям для 3-х игроков: «взаимозаменяемость», «пропускание мяча», «передача в одно касание».
4. Игровые упражнения.

Занятие 8

1. Развитие скоростных качеств.
2. Совершенствование технических действий при игре в «квадрат» (4x2, 5x2).
3. Обучение противодействию комбинации «стенка» и «забегание».
4. Игровые упражнения.

Занятие 9

1. Развитие скоростных качеств.
2. Совершенствование техники игры в нападении.

3. Обучение противодействию комбинациям «скрещивание» и «передача мяча в одно касание».
4. Игровые упражнения.

Занятие 10

1. Совершенствование техники игры полевого игрока в нападении и вратаря.
2. Противодействие комбинациям при стандартных положениях.
3. Методика судейства.
4. Игровые упражнения.

Занятие 11

1. Методика судейства.
2. Сдача контрольных нормативов.
3. Игровые упражнения.

Занятие 12

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Игровые упражнения.

III курс

I семестр

Занятие 1

1. Техника безопасности на занятиях.
2. СФП. Развитие специальной гибкости.
3. Обучение приемам и передачам мяча в парах.
4. Ознакомление с командными тактическими действиями.
5. Учебная игра.

Занятие 2

1. СФП. Развитие игровой ловкости.
2. Совершенствование техники владения мячом при выполнении приемов жонглирования.
3. Обучение командным тактическим действиям в нападении. Постепенное нападение.
4. Учебная игра.

Занятие 3

1. СФП. Развитие игровой ловкости.
2. Совершенствование ударов по воротам после ударов в «стенку».

3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.
Быстрое нападение.
4. Учебная игра.

Занятие 4

1. СФП. Развитие координации.
2. Совершенствование ударов ногой по мячу после преодоления препятствий.
3. Ознакомление с командными тактическими действиями в обороне.
4. Учебная игра.

Занятие 5

1. СФП. Развитие координации.
2. Обучение ударам ногой по мячу после взаимодействия в парах.
3. Обучение командным тактическим действиям в обороне.
Защита против быстрого нападения.
4. Учебная игра.

Занятие 6

1. СФП. Развитие скоростных качеств.
2. Обучение ударам по воротам с задачами скоростной подготовки.
3. Обучение командным тактическим действиям в обороне.
Защита против постепенного нападения.
4. Учебная игра.

Занятие 7

1. СФП. Развитие скоростных качеств.
2. Совершенствование ударов по воротам после ведения мяча.
3. Командные тактические действия. Обучение переходу от обороны к атаке и развитию атаки при постепенном нападении.
4. Учебная игра.

Занятие 8

1. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств.
2. Совершенствование ударов по воротам в движении с целевыми задачами.
3. Командные тактические действия. Обучение завершению атаки при постепенном нападении.
4. Учебная игра.

Занятие 9

1. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств.
2. Совершенствование ударов по воротам в сочетании со скоростно-силовыми упражнениями.
3. Командные тактические действия. Обучение переходу от обороны к атаке и развитию атаки при быстром нападении.
4. Учебная игра.

Занятие 10

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Совершенствование передач мяча в положениях со сменой мест.
3. Командные тактические действия. Обучение завершению атаки при быстром нападении.

Занятие 11

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Учебная игра. Применение постепенного нападения.

Занятие 12

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Учебная игра. Применение быстрого нападения.

II семестр

Занятие 1

1. ОФП. Развитие общей выносливости.
2. Совершенствование ударов по летящему, катящемуся, прыгающему мячу с разворота.
3. Обучение способов организации командных действий в обороне. Персональная защита.
4. Учебная игра.

Занятие 2

1. ОФП. Развитие ловкости и гибкости.
2. Совершенствование ударов по катящемуся мячу.
3. Обучение способов организации командных действий в обороне. Зонная защита.
4. Учебная игра.

Занятие 3

1. ОФП. Развитие быстроты.
2. Совершенствование передач мяча в группах.

3. Обучение способов организации командных действий в обороне. Комбинированная защита.
4. Учебная игра.

Занятие 4

1. ОФП. Развитие быстроты.
2. Совершенствование передач мяча в тройках со сменой позиции.
3. Обучение индивидуальным тактическим действиям в нападении.
4. Учебная игра.

Занятие 5

1. СФП. Развитие силы.
2. Совершенствование передач мяча в четверках.
3. Обучение индивидуальным тактическим действиям в обороне.
4. Учебная игра.

Занятие 6

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Совершенствование ведения мяча с различными заданиями.
3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении. Стандартные положения.
4. Учебная игра.

Занятие 7

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Совершенствование ведения мяча на различных игровых позициях.
3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении. Игровые эпизоды.
4. Учебная игра.

Занятие 8

1. СФП. Развитие взрывной силы.
2. Совершенствование ведения мяча при челночном беге.
3. Обучение групповым тактическим действиям в обороне. Противодействия выполнению стандартных положений.
4. Учебная игра.

Занятие 9

1. СФП. Развитие взрывной силы.
2. Совершенствование ведения мяча и смена мест в парах, тройках, четверках.

3. Обучение групповым тактическим действиям в обороне. Противодействия комбинациям в игровых эпизодах.
4. Учебная игра.

Занятие 10

1. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств.
2. Совершенствование ведения мяча с задачами скоростной подготовки и с последующими ударами по воротам.
3. Учебная игра с применением быстрого нападения.

Занятие 11

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Учебная игра с применением задней защиты.

Занятие 12

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Учебная игра с применением постепенного нападения.

IV курс

I семестр

Занятие 1

1. Техника безопасности на занятиях.
2. СФП. Развитие игровой ловкости.
3. Совершенствование техники владения мячом при выполнении приемов жонглирования.
4. Совершенствование техники игры вратаря.
5. Учебная игра.

Занятие 2

1. СФП. Развитие игровой ловкости.
2. Совершенствование техники владения мячом при выполнении приемов жонглирования в парах.
3. Совершенствование техники игры защитника.
4. Учебная игра.

Занятие 3

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Совершенствование ударов по воротам из различных положений.
3. Совершенствование техники игры нападающего.
4. Учебная игра.

Занятие 4

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Совершенствование отбора мяча.
3. Совершенствование розыгрыша стандартных положений.
4. Учебная игра.

Занятие 5

1. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств.
2. Совершенствование остановок мяча.
3. Совершенствование комбинаций «стенка» и «скрещивание».
4. Учебная игра.

Занятие 6

1. СФП. Развитие специальной выносливости.
2. Совершенствование ведения мяча с различными заданиями.
3. Совершенствование противодействия комбинациям в игровых эпизодах.
4. Учебная игра.

Занятие 7

1. СФП. Развитие специальной координации
2. Совершенствование техники тактических действий при игре в «квадрат» 2х1
3. Учебная игра.

Занятие 8

1. СФП. Развитие координации.
2. Совершенствование техники тактических действий при игре в «квадрат» 3х2.
3. Учебная игра.

Занятие 9

1. СФП. Развитие «взрывной» силы.
2. Совершенствование техники тактических действий при игре в «квадрат» 4х3.
3. Учебная игра.

Занятие 10

1. СФП. Развитие взрывной силы.
2. Совершенствование техники тактических действий при игре в «квадрат» 3х3.

Занятие 11

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Учебная игра с заданиями.

Занятие 12

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Учебная игра с заданиями.

II семестр

Занятие 1

1. Организация и проведение соревнований по мини-футболу (теория).
2. Методика судейства.
3. Учебная игра.

Занятие 2

1. Совершенствование индивидуальных и групповых технико-тактических действий в нападении.
2. Учебная игра.

Занятие 3

1. Совершенствование индивидуальных и групповых технико-тактических действий в защите.
2. Учебная игра.

Занятие 4

1. Совершенствование индивидуальных и групповых технико-тактических действий при игре в «квадрат» 6х3 с различными вариантами.
2. Учебная игра.

Занятие 5

1. Совершенствование индивидуальных и групповых технико-тактических действий при игре в «квадрат» 4х2, 4х1, 3х1.
2. Учебная игра с применением быстрого нападения.

Занятие 6

1. Совершенствование индивидуальных и групповых технико-тактических действий при игре в «квадрат» 6х2, 5х3, 5х2 с различными вариантами.
2. Учебная игра с персональной опекой в обороне.

Занятие 7

1. Совершенствование индивидуальных и групповых технико-тактических действий при игре в «квадрат» 5x5, 4x4, 3x3 с различными вариантами.
2. Учебная игра с применением постепенного нападения.

Занятие 8

1. Игровая подготовка с ограниченным количеством касаний.
2. Учебная игра.

Занятие 9

1. Организация атакующих действий с использованием игрового пространства.
2. Учебная игра.

Занятие 10

1. Организация защитных действий с использованием игрового пространства.
2. Учебная игра.

Занятие 11

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Учебная игра с заданиями.

Занятие 12

1. Сдача контрольных нормативов.
2. Учебная игра с заданиями.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреев, С.Н. Мини-футбол / С.Н. Андреев. – М.: Советский спорт, 1989. – 47 с.
2. Гриндлер, К. Физическая подготовка факультета / К. Гриндлер. – М.: Просвещение, 1998. – 144 с.
3. Монаков, Г.В. Подготовка футболистов. Теория и практика / Г.В. Монаков. – М.: Советский спорт, 2007. – 288 с.
4. Качалин, Г.Д. Тактика футбола / Г.Д. Качалин. – М.: ФиС, 1973. – 56 с.
5. Симанов, В.И. Простые комбинации / В.И. Симанов. – Мн.: Польша, 1991. – 143 с.
6. Спирин, А.С. А ваше решение: пособие для футбольного арбитра / А.С. Спирин. – М.: ФиС, 1988. – С. 5–12.
7. Цикади, А. Футбол: техника / А. Цикади. – Мн.: Польша, 1994. – С. 8–14.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	3
Обучение тактике игры	5
Обучение технике игры	7
<i>Обучение технике владения мячом полевого игрока</i>	7
<i>Обучение ударам по мячу</i>	7
<i>Обучение остановке мяча</i>	11
<i>Обучение ведению мяча</i>	14
<i>Обучение обманным движениям (финты)</i>	15
<i>Обучение отбору мяча</i>	17
Правила соревнований	18
<i>Правило 1. Площадка. Размеры</i>	18
<i>Правило 2. Мяч</i>	20
<i>Правило 3. Число игроков</i>	21
<i>Правило 4. Экипировка игроков</i>	22
<i>Правило 5. Судья</i>	23
<i>Правило 6. Второй судья</i>	24
<i>Правило 7. Хронометрист и третий судья</i>	25
<i>Правило 8. Продолжительность матча</i>	26
<i>Правило 9. Начало и возобновление игры</i>	27
<i>Правило 10. Мяч не в игре и в игре</i>	28
<i>Правило 11. Метод ведения счета голов</i>	29
<i>Правило 12. Нарушение правил и недисциплинированное поведение игроков</i>	29
<i>Правило 13. Штрафной и свободный удары</i>	32
<i>Правило 14. Набранные нарушения</i>	33
<i>Правило 15. Пенальти</i>	35
<i>Правило 16. Удар мяча с боковой линии</i>	36
<i>Правило 17. Бросок от ворот</i>	37
<i>Правило 18. Угловой удар</i>	37
Учебная программа по мини-футболу	39
Зачетные требования	40
Содержание занятий	41
I курс	41
II курс	45
III курс	48
IV курс	52
Литература	56

Репозиторий ВГУ