Мурманский арктический государственный университет
Факультет естествознания, физической культуры и безопасности жизнедеятельности
Кафедра физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

ТиМСИ: теория и методика футбола

Подготовил: к.п.н., доцент
Чайников С.А.

Мурманск
2018

План

1. КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ.
2. ИСТОРИЯ ФУТБОЛА.
3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ.
4. ТЕХНИКА ФУТБОЛА.
5. ТАКТИКА ФУТБОЛА.

1. КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ

- самый массовый и популярный вид спорта;
- развит во всех странах и континентах Земли;
- в России - народная игра, которой занимается около 4 млн.чел., действенное средство привлечения населения к занятиям спортом;
- современный футбол - яркое спортивное зрелище (сочетание высокого исполнительского мастерства футболистов с бескомпромиссной борьбой на каждом участке поля);
- **Футбол** – игра в мяч ногами, в основе которой лежит борьба двух команд численностью по 11 человек каждая, игроки которых объединены общей целью–победой.

ФУТБОЛ — командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника.

1. КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ

- высокая двигательная активность, проявляющаяся в различных формах перемещений (ходьба, бег, ускорения, рывки, прыжки);
- футболист пробегает за матч от **8 до 12 км**, а объём скоростной работы составляет **1800-2200 м**;
- ***специфика футбола*** - действия с мячом: удары, ведение, остановки, отбор, финты, ввод из-за боковой линии и приёмы техники игры вратаря.

1. КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ

- ***Требования к игроку:*** хорошие физические кондиции, способность быстро ориентироваться и принимать верные решения в сложных игровых ситуациях, чувство коллективизма, высокие морально-волевые качества;
- тренировки и соревнования круглогодично, в различных, климатических условиях;
- игра способствует физической закалке, повышению сопротивляемости организма и расширению адаптационных возможностей.

1. КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ

- упражнения футбола используются в других видах спорта как средство ОФП, развития тактического мышления и волевых качеств;
- эмоциональные особенности позволяют использовать игру в футбол или упражнения в технике владения мячом в качестве средства активного отдыха;
- Подготовка квалифицированных футболистов - в секциях по футболу КФК, ДЮСШ, СДЮСШОР, спортинтернатах, любителей – в секциях МОУ СОШ, ПТУ, СУЗах, ВУЗах, в клубах по месту жительства;
- Футбол как учебный предмет - в программе ФВ вузов в виде обязательных или факультативных занятий.

1. КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ

- 3 уровня системы соревнований по футболу в России: **массовый, детско-юношеский и футбол высших достижений**;
- **Соревнования команд мастеров** - в 3 лигах:

  - премьер-лига (РФПЛ) - 16 сильнейших команд страны, разыгрывающих звание чемпиона России;

  - футбольная национальная лига (ФНЛ) - 22 команды оспаривают 2 путёвки в премьер-лигу.

  - 1-й дивизион - 3 зоны по 17 команд в каждой. Победитель каждой из них получает в следующем году право на переход в 1-й дивизион.

2. **ИСТОРИЯ ФУТБОЛА**

- Прародитель - древнеримская игра «гарпастум».
- 180 год н.э. – первое упоминание об игре.
- Англия - IX век, Франция – 1369 год, Италия – 1400 год.
- Во второй половине XIX в. в футболе - 2 направления:

2. **ИСТОРИЯ ФУТБОЛА**

- 2 направления:

- Лондонский и Кембриджский колледжи, организовали в 1863 г. футбольную ассоциацию и приняли решение культивировать игру с круглым мячом и играть только ногами;

- университет г. Регби - игра овальным мячом, причём и руками и ногами.

8 декабря 1863 г. опубликованы первые **правила футбола**

2. **ИСТОРИЯ ФУТБОЛА**

- **1880г.** - появление судьи на футбольном поле.
- **1881 г.** - судья стал выходить на поле с двумя помощниками.
- В **1871 г**. в Англии был учреждён розыгрыш кубка страны, за который клубы этой страны борются и по сей день.
- Первая международная встреча была проведена в **1873 г.** между командами Англии и Шотландии.
- В **80-х гг. XIX в.** игра в футбол распространяется в странах Европы.

2. **ИСТОРИЯ ФУТБОЛА**

- В **1904 г.** - Международная федерация футбольных ассоциаций (ФИФА - 180 стран).
- С **1954 г.** - Европейский союз футбольных ассоциаций (УЕФА).
- С **1930 г.** каждые 4 года - чемпионаты мира по футболу.
- С **1958 г.** – чемпионаты Европы.
- С **1908 г.** футбол включен в программу Олимпийских игр, хотя и признан олимпийским видом спорта начиная с **1900 г.**
- с **1956 г.** - Кубок европейских чемпионов (ныне Лига чемпионов УЕФА), с **1961 г.** - Кубок кубков (ныне Лига Европы).

3. **ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ**

- **Поле для игры** - прямоугольник длиной от 90 до 120 м и шириной от 45 до 90 м. (рис. 1). Для международных матчей - длина от 100 до 110 м и ширина от 64 до 75 м.
- **Линии** (12 см): боковые, линии ворот, средняя, центральный круг, площадь ворот, штрафная площадь.
- **Ворота** – ширина – 7 м 32 см, высота – 2 м 44 см, диаметр стоек – 12 см.

Поле для игры

3. **ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ**

Мяч:

- круглый, с покрышкой, изготовлен из кожи или другого пригодного для этих целей материала.
- окружность – 68 - 71 см.
- в начале игры вес – 396 - 453 г.
- давление внутри мяча - 0,6 - 0,7 атм.
- во время игры может быть заменён только с разрешения судьи.

3. **ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ**

Ворота:

- Ворота размещаются по центру каждой из линий ворот (две вертикальные стойки и горизонтальная перекладина);
- Расстояние между стойками — 7,32 м (8 ярдов), а расстояние от перекладины до поверхности земли — 2,44 м (8 футов);
- Сечение стоек и перекладины - 12 см (5 дюймов).

3. **ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ**

- В игре участвуют две команды (11 игроков, включая одного вратаря).
- Матч не начнется, если в состав команды входит менее 7 игроков.
- В любом официальном матче разрешена замена не более 3 игроков (с разрешения судьи, во время остановки игры, в месте пересечения средней и боковой линии, когда заменяемый игрок покинет поле.
- Любой из игроков может в момент остановки игры поменяться местами с вратарём, предварительно поставив об этом в известность судью.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Продолжительность игры

- 90 минут (две половины по 45 минут с 15-минутным перерывом между ними).
- Добавление времени: замены игроков, остановка игры при несчастном случае (травма), постороннее вмешательство, умышленное затягивании времени игры или по какой-либо другой причине.
- Продолжительность добавленного времени определяет только судья.
- Если 11-метровый удар должен быть пробит или перебит, то продолжительность соответствующего тайма увеличивается на время, необходимое для выполнения этого удара.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Начало и возобновление игры

- Перед началом игры - жеребьёвка для выбора сторон или начального удара.
- Во втором тайме команды меняются сторонами поля.
- Начальный удар – способ начала или возобновления игры в начале матча, после забитого гола, в начале второго тайма, в начале тайма дополнительного времени.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Начало и возобновление игры

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

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Мяч в игре и не в игре

- **Мяч вышел из игры**, если он:

- полностью пересёк линию ворот либо боковую линию по земле либо по воздуху или судья останавливает игру.

- **Мяч в игре**:

- всё остальное время;

- включая случаи, когда он отскакивает от стойки ворот, перекладины или углового флажка и остаётся в поле, а также отскакивает от судьи или его помощника, находясь в пределах поля.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Результаты игры

- **Гол забит**, если:

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

- Команда, забившая в течение матча большее количество голов, считается **победителем**.

- Если обе команды забили равное количество голов или не было забито ни одного гола, то матч заканчивается с **ничейным результатом**.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Положение «вне игры»

- Игрок «вне игры», если он в момент удара по мячу другим игроком своей команды находится ближе к линии ворот соперника, чем мяч и предпоследний от линии ворот игрок команды соперника.
- Игрок не находится в положении «вне игры», если он располагается на своей половине поля или на одной линии с предпоследним от линии ворот соперником, или на одной линии с двумя последними от линии ворот соперниками.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Положение «вне игры»

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

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Штрафной и свободный удары

- Мяч в момент их выполнения лежит неподвижно, соперники - на расстоянии 9 м от мяча, а выполняющий удар игрок не имеет права вторично коснуться мяча, прежде чем мяч не коснётся другого игрока.
- **Штрафной удар**: мяч, непосредственно забитый в ворота виновной команды, засчитывается.
- **Свободный удар:** мяч, засчитывается лишь в том случае, если мяч после удара коснётся какого-либо другого игрока.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Штрафной и свободный удары

- Штрафной или свободный удар, производимый обороняющейся командой из площади своих ворот, выполняется из любой её точки.
- В случае, когда свободный удар пробивается из пределов штрафной площади атакующей командой, все игроки команды соперника располагаются на расстоянии не менее 9 м от мяча (кроме случая, когда игроки находятся на линии между стойками своих ворот).

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Одиннадцатиметровый удар

- Назначается в ворота команды, игроки которой совершили одно из нарушений, наказуемых штрафным ударом, в пределах своей штрафной площади в то время, когда мяч находился в игре.
- Гол, забитый с 11-метрового удара, засчитывается.
- При пробитии удара мяч неподвижно устанавливается на 11-метровой отметке.
- Вратарь защищающейся команды располагается на линии своих ворот, лицом к бьющему футболисту, не перемещая ступни ног до удара по мячу.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Одиннадцатиметровый удар

- Игроки обеих команд, кроме выполняющего удар, находятся в пределах поля, за пределами штрафной площади, позади 11-метровой отметки на расстоянии не менее 9 м от нее.
- Если при выполнении удара бьющий игрок или его партнёр нарушают правила игры:
  - если мяч попадает в ворота, удар повторяется;
  - если мяч не попадает в ворота, удар не повторяется.
- Если при этом нарушает правила вратарь или его партнёр:
  - если мяч попадает в ворота, гол засчитывается;
  - если мяч не попадает в ворота, удар повторяется.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Вбрасывание мяча

- Когда мяч полностью пересекает боковую линию – по земле или по воздуху, он вбрасывается в поле в любом направлении с того места, где пересёк линию, игроком команды, противоположной той, игрок которой последним коснулся мяча.
- При вбрасывании игрок должен стоять обеими ногами либо на боковой линии, либо на земле за пределами боковой линии.
- Игрок должен вбросить мяч в поле обеими руками с замахом из-за головы.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Вбрасывание мяча

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

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Удар от ворот

- Когда мяч полностью пересёк линию ворот по земле или по воздуху после касания игрока атакующей команды, но если при этом не был забит гол (нарушение правил игры).
- Удар производится игроком обороняющейся команды с любой точки в пределах площади ворот.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Удар от ворот

- Соперники остаются за пределами штрафной площади до тех пор, пока мяч не войдёт в игру.
- Выполнявший удар игрок не может повторно сыграть мячом, прежде чем мяч коснётся другого игрока.
- Гол, забитый непосредственно с удара от ворот в ворота команды-соперницы, засчитывается.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Угловой удар

- Угловой удар назначается, когда мяч полностью пересёк линию ворот по земле или по воздуху после касания игрока обороняющейся команды, но если при этом не был забит гол.
- Удар проводится игроком атакующей команды из углового сектора с той стороны ворот, где мяч вышел за пределы поля.
- При выполнении удара угловой флаг отклонять, перемещать или снимать не разрешается.

3. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Угловой удар

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

4. ТЕХНИКА ФУТБОЛА

- **Техника** – это совокупность специальных приёмов, используемых в игре в различных сочетаниях для достижения поставленной цели.
  - **Технические приёмы** – это средства ведения игры.

Классификация:

1.**техника полевого игрока:**
- техника передвижений;
- техника владения мячом.

2. **техника вратаря:**
- техника передвижений;
- техника владения мячом.

4. **ТЕХНИКА ФУТБОЛА** (техника передвижений)

Общий подраздел для полевого игрока и вратаря.

- Бег (обычный, спиной вперёд, скрестным шагом, приставным шагом);
- Прыжки (толчком одной и двумя ногами);
- Остановки (прыжком и выпадом);
- Повороты (переступанием, прыжком, поворотом на опорной ноге).

4. **ТЕХНИКА ФУТБОЛА**

(владение мячом полевого игрока)

- **Удары** (ногой и головой);
- **Остановки** (ногой, туловищем и головой);
- **Ведение** (серединой подъёма; внешней частью подъёма; внутренней стороной стопы; носком, головой);
- **Обманные движения (финты)** - «уходом», «ударом», «остановкой»;
- **Отбор мяча** (ударом ногой – в выпаде или подкате, остановкой или толчком);
- **вбрасывание мяча из-за боковой линии**.

4. ТЕХНИКА ФУТБОЛА

(техника владения мячом вратаря)

- **Ловля мяча** (снизу, сверху или сбоку, в падении);
- **Отбивание мяча** (двумя, одной рукой);
- **Перевод мяча** (одной или двумя руками);
- **Броски мяча** (сверху, сбоку, снизу – одной, реже двумя руками).

5. ТАКТИКА ФУТБОЛА

- **Тактика** - организация индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение победы над соперником, т.е. взаимодействие футболистов команды по определённому плану, позволяющему успешно вести борьбу с соперником.

5. ТАКТИКА ФУТБОЛА

Классификация:

- Тактика нападения;
- Тактика защиты.

Подразделы:

- Индивидуальная;
- Групповая;
- Командная.

5. ТАКТИКА ФУТБОЛА

Функции игроков:

- Вратари;
- игроки линии защиты;
- игроки средней линии;
- игроки линии нападения.

5. ТАКТИКА ФУТБОЛА (тактические системы)

- **Тактическая система** – это организация командных игровых действий, при которой обусловлены функции каждого игрока и их расстановка на футбольном поле. Тактические системы ведения игры призваны сбалансировать соотношение сил нападения и обороны, являющееся основным фактором развития футбольной игры.

5. ТАКТИКА ФУТБОЛА (тактические системы)

- Система «пять в линию»;
- Система «дубль-ве»;
- Система 1-4-2-4;
- Система 1-4-3-3;
- Система 1-4-4-2;
- «Тотальный» футбол;
- 1-4-1-3-2; 1-4-3-1-2 и 1-3-5-2.

Система «пять в линию»

- 1-я тактическая система;
- «Нотингем Форест», 80-е годы 19 в.;
- 2 защитника, 3 полузащитника, 5 нападающих;
- Ключевая позиция – центральный полузащитник.

Система «дубль-ве»

- 1932 г . тренер «Арсенала» Чэпмэн превратил центрального полузащитника в центрального защитника;
- система 3 защитников;
- в середине поля «квадрат» (2 полусредних, 2 полузащитника – они организовывали и атаку и защиту);
- баланс атаки и защиты.

Система «1-4-2-4»

- 1958 г . – сборная Бразилии – Чемпион мира
- 3 линии – 4 защитника, 2 полузащитника, 4 нападающих;
- основное преимущество – зонная концентрация игроков в линии обороны.

Система «1-4-3-3»

- 1962 г . – сборная Бразилии – снова Чемпион мира;
- 3 линии – 4 защитника, 3 полузащитника, 3 нападающих;
- основное преимущество – наличие 3-х игроков в средней линии позволяет активно включать в атаку не менее 2-х из них, 1 центральный защитник также активно включается в атаку.

Система «тотальный футбол»

- 1974 г . – сборная Голландии – X Чемпионат мира;
- организованные действия (участие) всех игроков и в атаке и в обороне;
- универсализм игроков;
- в рамках определенной тактической схемы – непрерывное движение (массированный характер атаки и обороны).

Спасибо за внимание!