

Щитки футбольные.



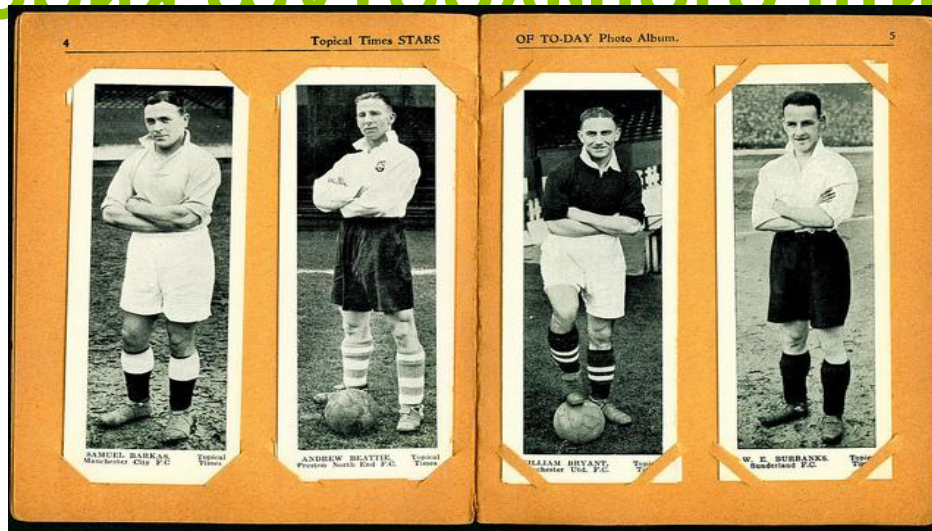
Футбольные щитки

являются неотъемлемым атрибутом игры в футбол.

Предназначены, для защиты ног от физических повреждений!!

Распределяют нагрузки по всей поверхности, что позволяет минимизировать силу ударов.

История футбольного щитка.



Первым игроком, примерившим на ноги нечто похожее на современные щитки, был футболист английского клуба **Сэм Уэллер Уиддоусон**. В далеком 1874 году он одел их прямо поверх шерстяных гетр, за что по началу был обсмеян партнерами по команде: «дескать, „рыцарь“ тоже нашелся». Однако смешки поутихли, когда в одном из столкновений получив по голени, Сэм как ни в чем не бывало, продолжил игру. С тех пор многие игроки стали следовать его примеру, а футбольные власти и вовсе включили щитки в обязательный элемент экипировки футболиста.

Первые щитки были громоздкими и стесняли движение игрока. Они изготавливались из металла, дерева и кожи, прикреплялись к ноге с помощью ремней.

Со временем щитки видоизменялись, становились легче и комфортнее !!

Почему щитки необходимы ?!



Большеберцовая кость в значительной степени является незащищенной вдоль передней поверхности ноги, поскольку она располагается непосредственно под кожей, и ей не хватает амортизации, которую имеют другие кости, окруженные мышцами. Поэтому большеберцовая кость более подвержена травмам в результате нанесенных по ней ударов, вплоть до переломов. Такие травмы очень болезненны!!

Из каких материалов изготавливают щитки для футбола?



Футбольный щиток состоит из твердой внешней оболочки и мягкой внутренней подкладки.

Внешняя оболочка
изготавливается из различных материалов:

Карбон – легкий, прочный

Стекловолокно – жесткий, прочный и легкий материал;

Микропористая резина – легкий, но не настолько прочный материал, как стекловолокно;

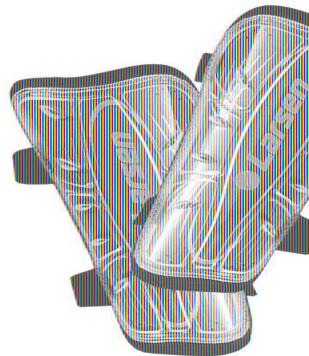
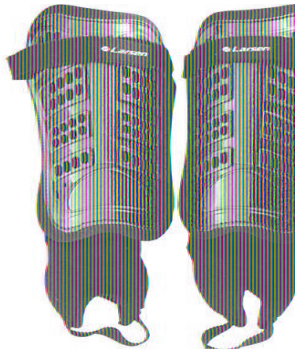
Полиуретан – тяжелый и прочный материал, который обеспечивает наилучшую защиту от возможных травм;

Пластик – легкий материал с небольшой степенью защиты.

Внутренний слой щитков
изготавливают из материалов на основе

этиленвинилацетата и неопрена. Это мягкие материалы, обладающие малым весом и высокими амортизирующими свойствами.

Виды футбольных щитков .



По степени защиты:

**а) с защитой голеностопа
и ахиллова сухожилия**

(они тяжелее, но
максимально
защищают ногу)

б) с защитой голени

(они легче, но область
защиты меньше)



По конструкции:

- Щитки делятся на
- а) сплошные щитки-классические .
 - б) со вставками (облегченные).
- Суппорт из полиэстра с эластаном, защита вставляется отдельно. Удобно при уходе, легко стирать.



По размерам:

Щитки бывают разных размеров, для детей и взрослых.

Размеры от XS до XL



Как подобрать щитки.



1. Выбираем щитки по степени защиты :

Для любителя, лучше модели с системой защиты лодыжки и ахиллова сухожилия . Их мастерство пребывает на невысоком уровне. Поэтому толщина вокруг ноги и лодыжки не оказывает значительного влияния на их мастерство. Но зато лучше защищает ногу .



Для профессионала,

лучше модель без защиты лодыжки. Более высокий уровень требует большего мастерства. Любая чужеродная деталь на ноге футболиста будет стеснять движение и сказываться на демонстрации мастерства.

2. При выборе обращаем внимание из каких материалов изготовлены щитки.

Для любителя, подойдут щитки из пластика. Считаются “слабыми”, но они легкие. Щитки из пластика самые дешевые.

Для тренировок, подойдут щитки из полиуретана, они надежно защитят от травм и благодаря более тяжелому весу помогут увеличить выносливость спортсмена.

Для соревнований подойдут щитки из стекловолокна, карбона, так как они обеспечат хорошую защиту и благодаря легкости не будут препятствием для скорости игрока.

Как подобрать по размеру.

- В соответствии с правилами FIFA не существует никаких ограничений длины щитка: "... чтобы полностью прикрыты гетрами.

Для того, чтобы играть в футбол на уровне, рекомендуется не приобретать слишком длинные щитки, чтобы полностью прикрывали голень.

Щиток, прикрывающий более $\frac{3}{4}$ голени, считается большим.

Определить подходящую длину щитка очень просто. Измерить размер голени от нижней части коленной чашечки до самой стопы и умножаете на 0.75.

На выходе получится максимальная длина щитка, которая необходима.

Перчатки голкипера.



Помимо основной экипировки вратарь носит специальные перчатки.

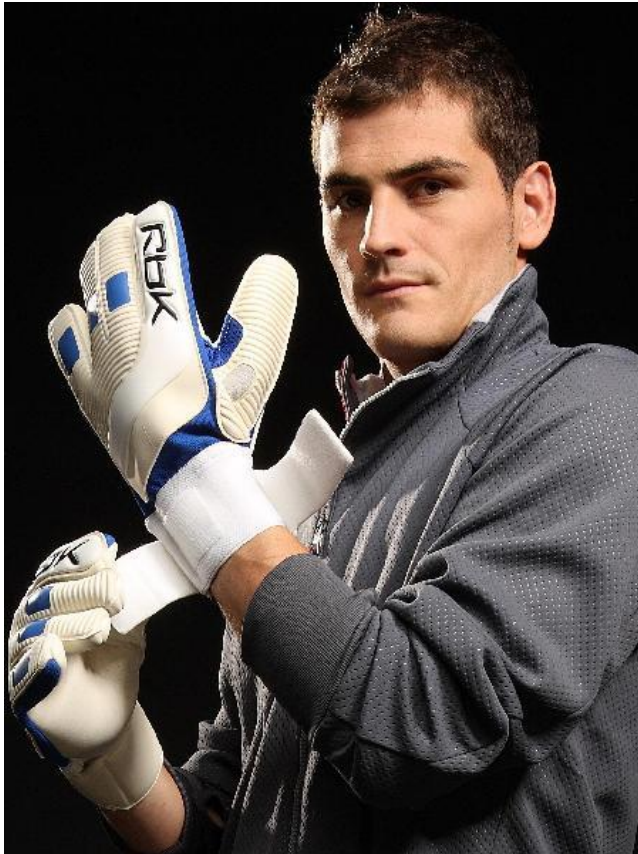
Они смягчают удары, защищают пальцы от переломов, обеспечивают уверенное владение мячом.

История появления перчаток голкипера.



До 1960-х редко встречались голкиперы, использующие вратарские перчатки. Разве что при довольно прохладной погоде вратари одевали их чтобы согреть себе руки. И только в 1980-х вратарские перчатки начали применяться повсеместно, особенно среди профессиональных футболистов. В 1990-х они значительно усовершенствовались с применением разнообразных видов латексной пены, предназначенной для различных видов погоды и поверхности футбольных мячей !!

Материал, применяемый в изготовлении перчаток голкипера.



- В настоящее время, основным компонентом в производстве перчаток является латекс. При помощи новейших технологий из латекса получают высококачественную латексную пену. Сегодня, насчитывается более сотни видов латексной пены. Уровень качества пены бывает разный. Латексная пена высокого качества определяет прочность перчаток и отличное сцепление с мячом. При этом латекс обладает амортизирующим свойством.



- Амортизационные качества улучшаются с применением дополнительной подкладки из пенистого материала, который вставляют внутрь латекса. При производстве перчаток применяют латекс разной толщины от 2 до 5 мм, плюс подкладка. Чем толще латекс, тем лучше амортизирующие свойства и мягче удары, но при этом ухудшается чувство мяча и затрудняется движение рук вратаря.



- ▣ Латекс комбинируется с другими материалами : Полиуретан, полиэстер, хлопок, неопрен. В основном применяют для изготовления тыльной стороны перчатки. К примеру неопрен сохраняет тепло рук в холодную погоду, а хлопок создает хорошую вентиляцию в жаркую погоду. Полиуретан и полиэстер придает изделию гибкость и надежность.

Виды перчаток по конструкции и пошиву.



- Конструкция перчаток может отличаться различными технологичными вставками и своеобразным кроем. Каждый производитель по своему старается улучшить:
 - 1. прочность изделия** (с помощью полиуретановых и др вставок)
 - 2. защиту от травм** (с помощью гелиевых вставок с наружной части пальцев)
 - 3. игровые характеристики** (комбинация различных материалов)
 - 4. комфорт** (система вентиляции).

Размеры перчаток голкипера.

- Вратарские перчатки подразделяются по размеру ладони, размерная шкала 4 -12. Детские размеры 4-6, подростковые 7- 8, взрослые 9-12 .

**Важным фактором является соответствие размера, чтобы руке было удобно в ней. Наилучшие современные технологии пена из латекса, защита пальцев ничего не дадут, если перчатки подобраны не по размеру!!
Дополнительное пространство воспрепятствует естественному обращению с мячом!!**

Как подобрать перчатки голкипера.



1. По уровню игры:

Перчатки для начального уровня изготовлены из менее плотного латекса, они достаточно просты по конструкции. Не имеют особых технологий. Существуют перчатки с системой защиты пальцев. В такие перчатки вставляются специальные пластины, которые защищают от сильных ушибов и вывихов. Это намного безопаснее для рук, но препятствует правильному развитию техники игры и рук. Перчатки для начинающих достаточно доступны по цене.



Перчатки для профессионального уровня, для тренировок.

Изготовлены высококачественного латекса, на ощупь материал немного липкий для хорошего сцепления, и более гладкий.

Крой перчаток повторяет естественные очертания каждого пальца и ладони, для лучшего контроля мяча. Крой предусматривает минимизацию количества материала между пальцами для хорошей подвижности и гибкости. Обычно имеется система защиты пальцев в виде вставок, от воздействия ударов. Добавляются различные комбинации материалов для вентиляции, для амортизации, для защиты.

При выборе перчаток нужно отметить, что более важно для игрока:

Хорошая защита, комфорт или хороший контроль мяча ???

1. Мягкий латекс – лучший захват, но такие перчатки быстрее изнашиваются и наоборот. Эти типы латекса включают в себя компромисс между качеством захвата и долговечностью!!
2. Более толстый слой латекса смягчает удары. Но многие вратари предпочитают тонкий слой латекса, так как он дает лучшее ощущение мяча.
3. Дополнительные вставки защищают пальцы от травм, но ухудшают технику игры.

Необходимо знать, чем больше добавлено технологий для защиты и для комфорта, тем менее удобно в них играть!!!





Не забывайте про погодные условия, и подбирайте изделие соответствующее ему.

Для игры в жаркую погоду необходимы перчатки с системой вентиляции.

Для влажной погоды нужны перчатки, где вместо вентиляционной сеточки используется винил или другие водонепроницаемые материалы. Это защищает руку от влаги, но не дает руке «дышать».

Для зимней погоды подходят перчатки с неопреновыми или х/б вставками.

Как определить ваш размер вратарских перчаток?

- Чтобы примерно определить какой размер перчаток вам подойдет, надо измерить обхват (окружность) ладони в самой широкой ее части (без большого пальца).

Обхват ладони (см)	Размер перчаток
13-14	4
15-16	5
17-18	6
19-20	7
21-23	8
24-26	9
27-29	10
30-31	11
32-34	12

Уход за вратарскими перчатками.



- Необходимо после тренировок мыть латекс водой, даже если он довольно чистый. Грязь – как наждачная бумага, сушит мягкий и пористый латекс и превращает в твердую поверхность. Токсины, которые выделяются в результате испарения, тоже могут высушивать перчатки со временем. Если перчатка слишком грязная, можно взять чуть-чуть моющего средства. Сушить вратарские перчатки нужно в естественных условиях. Нельзя сушить с помощью обогревательных приборов. Нельзя оставлять перчатки на солнце, так как это вызовет сухость и хрупкость перчаток.

Производители футбольных щитков и перчаток.

Adidas – Германия.

Nike – США

Mitre – Англия

Umbro – Великобритания

Larsen – Финляндия.

Вопросы.

- 1. Для чего предназначены футбольные щитки.
- 2. Из каких материалов изготавливают внутреннюю и внешнюю часть щитков.
- 3. Виды щитков по степени защиты и их плюсы и минусы.
- 4. Как подобрать щитки по размеру.
- 5. Какие щитки рекомендуете профессионалу (краткая характеристика).
- 6. Для чего использует перчатки голкипер.
- 7. Из каких материалов изготавливают перчатки голкипера.
- 8. Как подобрать перчатки по размеру.
- 9. Какие перчатки рекомендуете профессионалу (краткая характеристика).
- 10. Какие перчатки рекомендуете игроку в жаркую погоду?