

Алексей Заваров

# Футбол

Уроки профессионала  
для начинающих



Видеоуроки  
для начинающих футболистов

- Передачи мяча  
на разные расстояния
- Все удары и финты
- Специальные упражнения  
с мячом
- Элементы тактики
- И многое другое...



ПИТЕР

Алексей Заваров

**Футбол. Уроки профессионала  
для начинающих**

«Питер»

2010

## **Заваров А.**

Футбол. Уроки профессионала для начинающих / А. Заваров — «Питер», 2010

Какой спорт сегодня в мире самый популярный? Ответ очевиден: футбол! Миллионы людей являются профессиональными футболистами, сотни миллионов играют в эту игру ради удовольствия и миллиарды смотрят футбольные матчи на стадионах, в барах и дома. Любой мальчишка мечтает научиться финтам, которые выполняют кудесники мяча. Казалось бы, это практически нереально, ведь подобное искусство постигают годами, однако это не совсем так. Самое главное – грамотный учитель, который смог бы не только рассказать о том, как выполнять тот или иной трюк с мячом, но и показать это на практике.

# Содержание

Введение	5
Глава 1	6
Словарь футбольных терминов	7
История современного футбола	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

# **Алексей Заваров**

## **Футбол. Уроки профессионала для начинающих**

*Автор выражает благодарность Алексею Анатольевичу  
Гладкому, принимавшему активное участие в создании этой книги*

### **Введение**

Футбол... Это слово на протяжении многих десятилетий заставляет взволнованно трепетать сердца сотен миллионов людей на всей планете. Подобно мощному магниту, футбол притягивает болельщиков, навсегда увлекая их неповторимой красотой, зрелищностью и, конечно же, результативностью.

Ни одно явление в современном мире не способно оказывать на массы такого влияния, как футбол. Люди могут слабо реагировать на такие факторы, как повышение налогов, рост цен, задержка заработной платы, дефицит товаров и т. п. Они могут оставаться равнодушными к погоде, выборам в парламент, научным открытиям либо очередному роману известной кинозвезды. Однако вылет любимой команды из розыгрыша Лиги чемпионов, поражение родной сборной в матче за Кубок мира либо пропуск мяча в свои ворота на последних минутах решающего поединка для многих являются такой разрывающей душу драмой, которую не способна передать ни одна мыльная опера. Уже никого не удивляет, когда после подобных событий из окон в отчаянии выбрасываются телевизоры либо случаются сердечные приступы: футбол для многих – это уже не просто игра. Это жизнь!

Неудивительно, что многие современные мальчишки с раннего детства хотят научиться играть в футбол. Завороженные непревзойденной техникой великих мастеров кожаного мяча, покоренные их финтами и навсегда плененные этой великолепной игрой, миллионы ребят мечтают выйти на изумрудный газон и играть, играть, играть, вдоволь наслаждаясь искусством под названием «Его Величество Футбол».

Освоить премудрости самой популярной в мире игры вам поможет данная книга. Прочитав ее и изучив прилагаемый видеокурс, вы не только научитесь выполнять основные технические приемы (удар по мячу, игра головой, выполнение стандартных положений и т. д.), но и узнаете, что представляет собой футбольная тактика, какова специфика игроков разных амплуа, как нужно готовиться к выходу на поле, что означают основные футбольные термины, а также о многом другом. Конечно, стать новым Зинедином Зиданом, Криштиану Роналду, Львом Яшиным или Стивеном Джеррардом сразу после прочтения книги у вас не получится – для этого нужно будет приложить еще немало старания и усилий. Однако полученной информации будет вполне достаточно для того, чтобы начать свое триумфальное восхождение к футбольному олимпу.

К книге прилагается компакт-диск с видеокурсом, который является органичным ее дополнением. Он даст вам возможность понять, как на практике применять полученные знания.

Добро пожаловать в удивительный, неповторимый и завораживающий мир футбола!

## **Глава 1**

### **История футбола и основные футбольные термины**

Освоение самой популярной в мире игры мы начнем с небольшого экскурса в историю. Однако предварительно необходимо изучить основные футбольные термины и понятия. Об этом и пойдет речь в данной главе.

## Словарь футбольных терминов

В этом разделе вы познакомитесь с некоторыми терминами и понятиями, используемыми в футболе. Причем я приведу не только официальные определения, закрепленные в футбольных правилах либо иных документах, но и те, которые получили право на жизнь уже на футбольном поле либо в непосредственной близости от него. Эти термины были придуманы не кабинетными работниками, а самими футболистами и тренерами и применяются в повседневной футбольной жизни как в спокойной обстановке (например, когда тренер проводит с игроками теоретическое занятие либо объясняет на предыгровой установке тактику на предстоящий матч), так и в жаркой схватке на футбольном поле.

**Арбитр** – судья, обслуживающий футбольные матчи (как, впрочем, и любые другие соревнования). Иногда футбольных арбитров называют «боксерским» термином – рефери. Спорить с арбитром категорически запрещается: за это можно получить не только устное предупреждение, но и желтую или даже красную карточку.

**Атака.** Данный термин имеет две трактовки. Первая, и основная: командные действия, направленные на перемещение мяча ближе к воротам соперника с целью забить гол. Следовательно, любые удары по воротам соперника либо в сторону его ворот, передачи, ведение мяча, обводка противника в направлении его ворот – все это считается атакующими (иногда их также называют наступательными) действиями футболистов. Другая трактовка термина «атака» – нападение на противника с целью отобрать мяч. Например, если защитник устремился к владеющему мячом нападающему соперника, чтобы отобрать мяч, – это тоже называется атакой.

**Аут.** Это слово пришло к нам из английского языка. Оно означает выход мяча за пределы футбольного поля, а именно – за боковую линию. Когда такое случается, арбитр останавливает матч, и тот возобновляется после вброса мяча из-за боковой линии руками. Отметим, что команда, которая получила право ввести мяч из-за боковой линии, может выгодно использовать данную ситуацию, ведь руками можно очень точно направить мяч игроку своей команды, в результате чего начать атакующую комбинацию бывает проще, чем при вбросе мяча ногами. Во многих командах есть игрок, который специализируется как раз на вбрасывании мяча из-за боковой линии. Если это делается на половине поля соперника, то можно вбросить мяч прямо в штрафную площадку – получается довольно опасная верховая передача (навес). Футбольная статистика знает немало случаев, когда мяч в ворота противника забивался уже первым касанием после вброса его из аута.

**Блицтурнир** – соревнование, которое необходимо провести в максимально короткие сроки. Так, блицтурниры могут организовываться перед началом основных (календарных) соревнований. Команды проводят матчи по укороченному регламенту, например два тайма по 20 минут. Это позволяет быстро провести несколько матчей и выявить победителя блицтурнира буквально за один-два дня.

**«Брать игрока».** Этот термин придуман тренерами и игроками и применяется, когда разговор идет об оборонительных действиях. Аналогичное значение имеют термины «держат игрока», «взять игрока», «накрыть игрока». Все они означают такое расположение игрока по отношению к футболисту противостоящей команды, которое позволяет все время видеть соперника, контролировать его действия, а в случае необходимости – быстро противодействовать ему.



**Рис. 1.1.** Каждый из трех защитников держит своего «подопечного»

**«Видеть поле».** Так называется одно из важнейших качеств футболиста, которое заключается в том, чтобы в ходе матча уметь занимать положение, позволяющее видеть и мяч, и партнеров по команде, и ближайших соперников. Причем своих одноклубников желательно видеть не только поблизости, но и в отдалении. Это, кстати, один из известных принципов, проповедуемых знаменитым футбольным тренером Эдуардом Васильевичем Малофеевым: получив мяч, футболист должен видеть как минимум двух адресатов для дальнейшей передачи – ближнего и дальнего. Если игрок умеет «видеть поле», он всегда сможет быстро сориентироваться и выбрать оптимальное решение. Отметим, что следить за ситуацией на поле бывает неудобно – в этих случаях большое значение имеет способность футболиста своевременно оборачиваться. На умение «видеть поле» немалое влияние оказывает техника работы игрока с мячом: чем она выше, тем меньше времени ему требуется для того, чтобы смотреть на мяч, следовательно, он может использовать это время для обзора обстановки на поле. И еще один важный момент: хороший футболист должен уметь оглядываться в момент, непосредственно предшествующий приему мяча. Это позволяет ему заранее увидеть, как расположились на поле партнеры по команде, и принять неожиданное для соперника, а потому – острое продолжение игры.

**Владение инициативой.** В общем случае данным термином называется более продолжительное владение мячом и наступление на ворота противостоящей команды, чем это делает соперник. Но помните: простое владение мячом без наступления на ворота не всегда может расцениваться как владение инициативой. Иногда это проявление своего рода бессилия перед тактикой противника: команда владеет мячом на своей половине, но подобраться к воротам противостоящей команды никак не может, поскольку все подступы грамотно перекрыты. Вот и получается: команда владеет мячом, ей нужно забивать гол, но фактически инициативой владеет соперник, пусть даже играет по большей части без мяча, от обороны (особенно если текущий счет его устраивает). А команда, владеющая мячом, вынуждена без особого смысла передавать его поперек поля или даже назад.



**«Вне игры»** (другое название – **офсайд**) – положение, при котором футболист атакующей команды находится без мяча за спинами всех соперников, то есть фактически один на один с вратарем. Если в этот момент ему последует передача от партнера, арбитр должен остановить игру и назначить свободный удар в сторону атакующей команды. Отметим, что положение «вне игры» фиксируется только на половине поля команды соперника (то есть если футболист оказался в такой ситуации на своей половине поля, что иногда случается в самом начале атаки, то судья офсайд не зафиксирует). Кроме того, положение «вне игры» (рис. 1.2) не фиксируется в случае, когда к находящемуся в офсайде футболисту мяч попадает от игрока команды соперника. Характерный пример: защитник отдает мяч вратарю, не заметив, что сзади остался игрок противостоящей команды. Получается, защитник предоставляет сопернику великолепный шанс поразить ворота, позволяя ему выйти один на один с вратарем; положения «вне игры» в данном случае нет.



**Рис. 1.2.** Один из атакующих игроков (в темной форме) находится в офсайде

**Воздушная дуэль** (рис. 1.3). В течение матча игроки ведут ожесточенную борьбу за мяч не только на земле, но и в воздухе. В связи с этим воздушной дуэлью принято называть борьбу футболистов за высоко летящий мяч. Например, если в ходе игры защитник постоянно выигрывает воздушные единоборства у нападающего, за которого он отвечает в этом матче, то считается, что он является победителем воздушной дуэли. В настоящее время существует мнение, что выигрывать верховые мячи могут только высокорослые футболисты. Однако это не совсем так: высокий рост, конечно, очень важен, но нередко победителями воздушных дуэлей выходят низкорослые футболисты, обладающие хорошей прыгучестью. Характерный пример – итальянец Филиппо Индзаги: немало мячей в своей яркой карьере он забил именно головой, выигрывая воздушные дуэли у намного превосходящих его по росту защитников благодаря своей хорошей прыгучести.



**Рис. 1.3.** Нападающий выиграл воздушную дуэль и нанес удар головой

**«Войти в игру».** Этот термин, как правило, относится к футболистам, выходящим на замену, и означает обретение такого состояния, при котором игрок способен на наиболее активные и полезные действия, причем не только индивидуальные, но и при взаимодействии с партнерами по команде. Отмечу, что это не очень-то и просто – выйти со скамейки запасных на поле и, окунувшись в атмосферу жаркой схватки, сразу найти свое место и уверенно вписаться в игру. С этой проблемой сталкиваются не только новички, но и умудренные многолетним опытом футболисты. Вот несколько характерных ошибок футболистов, не сумевших «войти в игру»: бесполезные забеги, неточные передачи, отсутствие взаимопонимания с партнерами по команде, попадание в офсайд (а для защитника – ошибка при выполнении искусственного офсайда) и др. Как показывает практика, эффективно «войти в игру» со скамейки запасных футболисту помогает энергичная разминка.

**Выбор позиции** – умение футболиста найти наилучшее для дальнейших действий место на поле. Это исключительно важное качество, ведь от него зависит возможность эффективного ведения как наступательных, так и оборонительных действий. Если футболист не умеет выбирать позицию, он будет постоянно «выпадать» из игры, делать лишние забеги, не сможет откликаться на передачи партнеров и т. д. Одним из проявлений умения выбирать позицию является так называемое «чувство гола», которое свойственно хорошим нападающим: такой игрок всегда оказывается в нужное время в нужном месте, когда для результативного завершения атаки достаточно одного удара или даже несильного касания мяча. При этом никто, как правило, не ожидает, что этот футболист окажется именно здесь и именно сейчас. Отметим, что умение выбрать позицию – одна из составляющих тактического мастерства футболиста.

**Выманить соперника на себя** – вынудить игрока команды противника покинуть занимаемую им позицию, чтобы освободить ее для себя или партнеров по команде. Как правило, этим приемом пользуются нападающие. Вот характерный пример: центральный нападающий уходит в глубину поля, рассчитывая на то, что защитник из этой зоны последует за ним. Следовательно, в то место, где находился игрок обороны, можно смело делать передачу, чтобы мяч получил другой игрок атакующей команды. Одним из известных мастеров выманивать защитников противоборствующей команды на себя был голландец Рууд Гуллит. Он прославился не

только своей знаменитой прической и умением забивать голы практически из любого положения, но и тем, что никогда не чурался «черновой» работы, постоянно передвигаясь по половине поля соперника, отвлекая внимание защитников на себя и давая партнерам возможность проникать в освободившиеся зоны для дальнейшего обострения и развития атаки.

**Выход один на один** – ситуация, когда игрок атакующей команды остается наедине с вратарем команды соперника, оставив позади себя либо где-то далеко в стороне всех остальных ее игроков. Такая ситуация во все времена считалась почти стопроцентной возможностью поразить ворота соперника. Помешать голу в подобных случаях может либо высокое мастерство голкипера, либо нерасторопность атакующего футболиста. Среди признанных мастеров выигрывать дуэли один на один с нападающими можно вспомнить таких вратарей, как голландец Эдвин ван дер Сар, итальянец Дино Дзофф, испанец Икер Касильяс, россиянин Ринат Дасаев и др.

**Голевой момент** – ситуация во время игры, при которой одна из команд имеет хорошую возможность поразить ворота соперника. В таких «экстремальных» случаях зачастую проявляется истинное мастерство как нападающих, так и обороняющихся.

**«Девятка»** – место в верхнем углу ворот. Когда говорят, что мяч попал в «девятку», это значит, гол был забит в один из верхних углов. Такое название появилось потому, что футболисты отрабатывают точность ударов на щите с нарисованными воротами, разделенными на пронумерованные квадраты, а оба верхних угла ворот обозначены цифрой 9. Умение бить в «девятку» является одним из признаков высокого мастерства футболиста: во-первых, такие мячи очень трудно берутся вратарями, а во-вторых – забитые в «девятку» голы всегда очень красивы.

**«Диспетчер»** – футболист, который координирует наступательные действия команды и с которого, собственно, начинаются если не все атаки, то их большинство. Как правило, функции «диспетчера» возлагаются на полузащитника, в большинстве случаев это центральный опорный полузащитник. Одним из лучших «диспетчеров» в советском футболе был знаменитый игрок минского «Динамо» и туринского «Ювентуса», а также сборной СССР Сергей Алейников.

**Дриблинг** – искусство футболиста хорошо обводить соперников. Если говорить научным языком, то можно дать такое определение: дриблинг – одно из индивидуальных средств преодоления сопротивления противника. Хорошее владение дриблингом свидетельствует о высоком индивидуальном мастерстве футболиста. В настоящее время одним из признанных мастеров дриблинга является португалец Криштиану Роналду (рис. 1.4).



**Рис. 1.4.** Криштиану Роналду может обыграть сразу нескольких соперников

**Игровая дисциплина.** Под этим понятием подразумевается не только соблюдение правил игры в футбол. Игровая дисциплина – это прежде всего строгое выполнение предыгровой установки, данной тренером накануне матча. Во время предыгровой установки каждый футболист получает индивидуальное задание: за кем-то закрепляются игроки соперника, которых нужно «держат», кому-то дается строгое указание «играть зону» (то есть защищаться по принципу зонной опеки) и т. д. Если футболист не выполнил тренерскую установку (например, решил оставить определенное ему место в обороне и опрометчиво ринулся в атаку), принято говорить, что он нарушил игровую дисциплину. Отмечу, что иногда отклонение от установ-

ленного плана бывает оправданным, ведь футбол – игра творческая. Однако в любом случае риск должен быть разумным. Помните, что даже однократное нарушение игровой дисциплины одним игроком способно полностью перечеркнуть усилия всей команды на протяжении всего матча.

**Искусственное положение «вне игры»** (также называется **искусственный офсайд**). Один из распространенных приемов, которым пользуются защитники, чтобы сорвать атаку соперника. Суть приема заключается в том, что, улучив подходящий момент, все защитники обороняющейся команды резко выходят вперед, оставляя за своими спинами одного или нескольких игроков противника без мяча. Для выполнения данного приема необходимы хорошая сыгранность защитников и их взаимопонимание. Например, в финале чемпионата Европы 1988 года сборная СССР пропустила первый гол именно из-за ошибки при создании искусственного положения «вне игры»: защитники ринулись вперед, но один игрок не успел этого сделать и остался сзади. Если бы он вышел вместе со всеми, то взятие голландцами ворот советской сборной не было бы засчитано, поскольку гол был бы забит из положения «вне игры».

**Контратака** – тактическое действие, заключающееся в быстром переходе от обороны к атаке. Контратака всегда была одним из самых острых и опасных приемов. Ведь нередко атакующая команда слишком увлекается наступательными действиями, и ее игроки отходят далеко от своих ворот. Пока эта команда владеет мячом – все в порядке, но как только она его теряет – противник получает оперативный простор на чужой половине поля: иногда достаточно сделать одну точную передачу на нападающего, чтобы он оставил за спиной всех защитников противника и вышел один на один с вратарем. Зачастую при встрече с заведомо более сильным соперником команда выбирает такую тактику игры: инициатива преднамеренно отдается другой команде, а весь расчет делается на стремительную разящую контратаку. В то же время контратаки успешно используют и команды, проповедующие атакующий футбол: стоит противнику ошибиться в центре поля либо на чужой его половине, как пружина контратаки распрямляется почти моментально, в результате чего мяч может оказаться в воротах соперника, прежде чем тот успеет что-либо предпринять. Среди команд, умеющих играть на контратаках, можно отметить минское «Динамо» образца чемпионского 1982 года. Сегодня замечательные контратаки, являющиеся изысканным зрелищем для футбольных гурманов, часто демонстрирует английский «Манчестер Юнайтед»: иногда футболисты этой команды доставляли мяч от своей штрафной площадки в сетку ворот соперника буквально за 5–7 секунд. Несмотря на то что этот клуб проповедует атакующий футбол и любит подолгу «возить» противника на чужой половине поля, его контратаки также достойны того, чтобы занять место в футбольных учебниках.

**Лайнсмен** – помощник главного арбитра, действующий вдоль бровки поля (рис. 1.5). Судейская бригада состоит из трех арбитров: один – главный и два лайнсмена, каждый из которых работает на своей половине поля. Правда, в последнее время раздаются призывы увеличить количество лайнсменов до четырех, чтобы с каждой стороны каждой половины поля было по лайнсмену. Но на момент написания данной книги это предложение все еще было в стадии рассмотрения.



**Рис. 1.5.** Лайнсмен зафиксировал положение «вне игры»

**«Мертвый мяч».** Иногда игроки наносят удары по воротам настолько точно и сильно, что мяч чуть ли не разрывает сетку ворот. Даже самые знаменитые вратари нередко оказываются бессильными в таких ситуациях. Как уже отмечалось ранее, особенно трудно вратарям отражать мячи, направленные в верхний угол ворот – в «девятку» (то есть примерно в то место, где перекрещиваются перекладина и штанга ворот). Такие почти не берущиеся мячи и принято называть «мертвыми мячами». Отсюда и выражения: забил «мертвый мяч» (когда забивается неберущийся мяч) или взял «мертвый мяч» (когда вратарь все же ухитряется парировать или поймать мяч в почти безнадежной ситуации).

**Пенальти** – штрафной удар по воротам соперника с расстояния 11 метров, который назначается за любое нарушение правил в пределах своей штрафной площадки игроками обороняющейся команды. Удар выполняется в формате «один на один», то есть перед игроком, исполняющим пенальти, находится только вратарь команды противника. Отмечу, что до выполнения удара вратарь должен находиться на линии ворот, а полевые игроки (кроме игрока, выполняющего удар) – за пределами штрафной площадки (рис. 1.6). Такой штрафной удар считается почти стопроцентной возможностью забить гол, поскольку на столь малом расстоя-

нии вратарь не успевает оценить, в какую сторону летит мяч, а потому полагается, как правило, только на свою интуицию либо на счастливую случайность. Отмечу, что опытные голкиперы могут угадывать направление предстоящего полета мяча по тому, как игрок команды соперника готовится к выполнению удара (например, нередко перед пенальти футболист смотрит именно в ту сторону, в которую хочет направить мяч).



**Рис. 1.6.** Пенальти

**Полевой игрок** – так называют всех игроков футбольной команды, за исключением вратаря. Строго говоря, вратарь тоже является полевым игроком, поскольку находится в поле, но, ввиду того что его рабочее место – вблизи собственных ворот, его решено не относить к полевым игрокам. Однако некоторые вратари любят действовать и как полевые игроки (рис. 1.7).



**Рис. 1.7.** Вратарь играет за пределами штрафной площадки

**Прострельный удар** (или **прострел**) – это пас, передача или удар, когда мяч направляется с большой силой невысоко над землей или вообще по земле. Обычно такими ударами пользуются фланговые игроки, например, чтобы направить мяч в центр штрафной площадки. Нередко набегавшему игроку нападения достаточно лишь подставить ногу под прострельную передачу, чтобы мяч с большой силой полетел в сторону ворот. Отмечу, что вратарям исключительно сложно реагировать на удары, нанесенные по мячу, полученному в результате прострельной передачи. Причем нередко после прострела мяч влетает в ворота от собственного защитника. В советском футболе одним из признанных мастеров прострельных передач с фланга был футболист ереванского «Арабата» Левон Иштоян.

**Разбор игры** – мероприятие, происходящее по окончании матча с целью его анализа и обсуждения. Разбор игры может проводиться сразу после матча, на следующий день или даже через несколько дней. Как правило, при разборе игры выясняется, насколько был реализован план на игру, была ли соблюдена игровая дисциплина, выполнена тренерская установка и т. д. Также анализируются причины, которые помешали реализовать задуманное, отмечаются положительные моменты матча.

**Стандартное положение** (рис. 1.8) – момент, когда предварительно остановленный арбитром матч возобновляется выполнением штрафного, свободного или углового удара либо путем вбрасывания мяча из-за боковой линии. В современном футболе умению извлекать выгоду из стандартных положений придается особое значение, поскольку при соперничестве примерно одинаковых по силе команд способность одной из них реализовывать «стандарты» часто играет решающую роль в успешном завершении противостояния. Именно поэтому мно-



гие команды имеют так называемые домашние заготовки розыгрыша стандартных положений, что позволяет им по максимуму использовать представившуюся возможность распорядиться мячом.



**Рис. 1.8.** Стандартное положение – штрафной удар

**«Стенка».** В современном футболе это понятие может принимать два значения. Во-первых, «стенкой» называется заслон из игроков неподалеку от собственных ворот с целью их дополнительной защиты при пробитии штрафных ударов. Попросту говоря, перед выполнением штрафного удара командой соперника несколько игроков становятся плотной шеренгой на пути следования мяча (рис. 1.9), тем самым загораживая часть ворот (кстати, в соответствии с правилами игры «стенка» должна находиться на расстоянии не ближе 9 м 15 см от мяча). Во-вторых, «стенкой» называется тактическая комбинация, во время которой игрок отдает пас партнеру в расчете моментально (в одно касание) получить мяч обратно. Такой прием позволяет успешно проходить мощную эшелонированную оборону соперника. Отмечу, что игра в «стенку» долгое время была «визитной карточкой» знаменитого московского «Спартака».



**Рис. 1.9.** Один из стоящих в «стенке» игроков держит ноги врозь, что делает ее ненадежной

**Территориальное преимущество** – такая ситуация, когда одна команда действует на большем пространстве поля, чем соперник. Например, одна команда постоянно атакует по всей ширине поля, а другая помышляет только об обороне, чуть ли не в полном составе «окопавшись» перед своей штрафной площадкой (такой футбол проповедуют слабые команды – вроде команд Андорры, Люксембурга или Фарерских островов). В подобных случаях принято говорить, что атакующая команда владеет территориальным преимуществом. Обычно территориальное преимущество позволяет больше времени владеть мячом.

**Тяжелое поле** – футбольное поле, находящееся в плохом состоянии (поля с неровной поверхностью, жестким грунтом, при большом количестве вытоптанной травы). Кроме того, тяжелым может быть поле хорошего качества, но в плохую погоду (дождь или снег). На таком поле футболистам труднее управляться с мячом: он имеет непривычный отскок и становится на редкость непокорным.

**Тянуть время.** Под этим подразумевается преднамеренный отказ от активной наступательной игры, а также ее всяческое искусственное замедление с целью не дать сопернику вести атакующие действия и поскорее дожидаться окончания матча. Затяжка времени – одна из футбольных хитростей, которую по праву считают «неспортивной», но которой при наличии соответствующих обстоятельств (например, ведение в счете с разницей в один мяч) не чужается ни одна команда в мире. В ряде случаев время тянут игроки обеих команд: когда текущий результат устраивает каждую из них и ни одна команда не желает рисковать, увлекаясь атакующими действиями. При затяжке времени игроки бесконечно передают мяч поперек поля или назад, неоправданно долго вводят его в игру после остановок матча, далеко выбивают его за пределы

поля, отбрасывают мяч после остановки игры и т. п. Отметим, что за явное затягивание времени матча арбитр может наказать игроков желтой карточкой.

**Установка на игру (предыгровая установка)** – мероприятие в преддверии матча, при котором тренер определяет тактику игры и раздает индивидуальные задания игрокам. Как правило, ключевое место в любой установке на матч занимает ознакомление с особенностями действий противостоящей команды. В частности, внимание игроков акцентируется на слабых и сильных местах соперника, что в конечном итоге учитывается в плане игры всей команды.

## **История современного футбола**

Сейчас уже никто не сможет с достоверной точностью назвать время и место зарождения игры, которую впоследствии назвали словом «футбол». Многие столетия назад люди в разных странах собирались на полянах, площадях или пустырях и, разделившись на две команды, начинали игры с мячом, которые по большей части напоминали действия воинов, старающихся проникнуть в лагерь противника. Победителем в таких играх признавалась та команда, которая большее число раз могла занести мяч за определенную черту либо в определенное место. Подобные матчи были довольно масштабным событием: нередко количество принимавших в них участие игроков составляло несколько сот человек.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.