

УДК 796.332  
Ч 64



Рекомендовано к изданию  
научной редакцией издательства

Охраняется законом РФ об авторском праве.  
Воспроизведение всей книги или любой ее части  
запрещается без письменного разрешения издателя.  
Любые попытки нарушения закона будут  
преследоваться в судебном порядке.

**Чирва, Б. Г.**  
Ч 64 Футбол. Комплексы упражнений «вратарские этюды»: учебно-методическое пособие / Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2019. – 216 с.

ISBN 978-5-98724-209-4

Приводятся комплексы упражнений для совершенствования вратарями умений антиципировать завершение атак и момент, скорость и направление посылки мяча игроками в ворота и «зону ответственности вратаря» по их движениям и мастерства ловли и отражения мячей.

Данные упражнения, получившие название «вратарские этюды», предполагают имитацию самими вратарями типичного завершения атак в соревновательных играх.

Материалы книги предназначаются для тренеров, работающих с вратарями в профессиональных футбольных командах и юношеском футболе.

**УДК 796.332**

**ISBN 978-5-98724-209-4**

© Б.Г. Чирва, составление, 2018, 2019  
© Оформление ТВТ Дивизион, 2018, 2019

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	6
<b>УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ</b> .....	9
<b>ГЛАВА 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ВРАТАРЯМИ МАСТЕРСТВА ЗАЩИТЫ ВОРОТ С ИМИТАЦИЕЙ ИМИ ТИПИЧНОГО ЗАВЕРШЕНИЯ АТАК В ИГРАХ</b> .....	10
<b>ГЛАВА 2. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ВРАТАРЯМИ МАСТЕРСТВА ЗАЩИТЫ ВОРОТ ПОСРЕДСТВОМ УПРАЖНЕНИЙ, ВЫПОЛНЯЕМЫХ ВО «ВРАТАРСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ», С ИМИТАЦИЙ ТИПИЧНОГО ЗАВЕРШЕНИЯ В ИГРАХ АТАК «С ИГРЫ»</b> .....	12
Организация упражнений .....	12
Комплексы упражнений .....	21
Упражнения с имитацией завершения атак, когда удар мячом в ворота выполняется в штрафной площади .....	22
Упражнения с имитацией завершения атак, когда удар мячом в ворота выполняется из-за штрафной площади .....	122
<b>ГЛАВА 3. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ВРАТАРЯМИ МАСТЕРСТВА ЗАЩИТЫ ВОРОТ ПОСРЕДСТВОМ УПРАЖНЕНИЙ, ВЫПОЛНЯЕМЫХ ВО «ВРАТАРСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ», С ИМИТАЦИЙ ТИПИЧНОГО ЗАВЕРШЕНИЯ В ИГРАХ АТАК «СО СТАНДАРТНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ»</b> .....	144
Организация упражнений .....	144
Комплексы упражнений .....	155
Упражнения с имитацией завершения атак, когда выполняются удары мячом в ворота со штрафных ударов первым касанием .....	156

Упражнения с имитацией завершения атак, когда выполняются удары мячом в ворота после передач мяча со штрафных и свободных ударов на короткое расстояние (до 5 м).....	165
Упражнения с имитацией завершения атак, когда выполняются удары мячом в ворота с 11-метровых ударов.....	176
Упражнения с имитацией завершения атак, когда передача мяча в «зону ответственности вратаря» выполняется со штрафных или свободных ударов на среднее и большое расстояния .....	178
Упражнения с имитацией завершения атак, когда передача мяча в «зону ответственности вратаря» выполняется с угловых ударов.....	190
Упражнения с имитацией завершения атак, когда передача мяча в «зону ответственности вратаря» выполняется вбрасыванием из-за боковой линии поля .....	202
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ .....</b>	<b>210</b>
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....</b>	<b>212</b>