

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. Концепция технической и тактической подго-
товки футболистов – 2-е изд., перераб. и доп. / Б.Г. Чирва. –
М.: ТВТ Дивизион, 2019. – 352 с.

ISBN 978-5-98724-049-6

В монографии представлена концепция базовой и профес-
сиональной технической и тактической подготовки футболистов,
разработанная на основании результатов многолетних исследо-
ваний с участием футболистов разного возраста и разной квали-
фикации.

Книга предназначена для тренеров и специалистов, работа-
ющих в детско-юношеском и профессиональном футболе, а также
и в других видах командных спортивных игр, где имеет место взя-
тие ворот.

УДК 796 332

ISBN 978-5-98724-049-6

© Б.Г. Чирва, составление, 2015, 2019
© Оформление ТВТ Дивизион, 2015, 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	10
ТЕРМИНОЛОГИЯ	12
УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ	15

ГЛАВА I. ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ТАКТИЧЕСКОЙ

ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ	16
1. 1. Проблемы достижения победы в играх команд высокой квалификации	16
1. 2. Проблемы совершенствования технического мастерства профессиональных футболистов	20
1. 3. Проблемы становления технического мастерства футболистов в детском и юношеском возрасте	23
1. 4. Проблемы построения игры и тактической подготовки футболистов	25
1. 5. Резюме.....	26

ГЛАВА II. АНАЛИТИЧЕСКИЕ

ЗАКОНОМЕРНОСТИ ИГРЫ В ФУТБОЛ	28
2. 1. Значимость гола для результата игры.....	29
2. 2. Вероятность второго подряд взятия ворот и пропустить ответный гол в разные интервалы времени игры после забитого гола	30
2. 3. Соотношение голов, забиваемых «с игры» и «со стандартных положений»	33
2. 4. Вероятность гола и назначения 11-метрового удара в зависимости от зоны и варианта начала атаки	36
2. 5. Области начала голевых атак «с игры»	42
2. 6. Скорость и длительность голевых атак и атак, завершающихся назначением 11-метрового удара	42

Концепция технической и тактической подготовки футболистов	3
---	----------

2. 7. Количество передач мяча, выполняемых командой с момента овладения мячом до нанесения удара по воротам в голевых атаках	46
2. 8. Закономерности выполнения последнего хода перед голевым ударом.....	48
2. 8. 1. Области выполнения и направления голевых передач мяча в штрафную площадь	48
2. 8. 2. Области выполнения и направления перемещений с мячом, завершающихся голевым ударом в штрафной площади	53
2. 9. Вероятность гола в зависимости от дистанции ударов.....	57
2. 10. Области поля, из которых чаще всего забиваются голы	59
2. 10. 1. Из-за штрафной площади	60
2. 10. 2. В штрафной площади	62
2. 11. Резюме.....	64

ГЛАВА III. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМИ ФУТБОЛИСТАМИ

3. 1. Анализ сформировавшихся подходов к технической подготовке квалифицированных футболистов	70
3. 2. Пути решения проблемы повышения технического мастерства квалифицированных футболистов	73
3. 3. Специфика в технике действий футболистов с мячом в разных ситуациях соревновательных игр	74
3. 3. 1. При овладении мячом	74
3. 3. 2. При выполнении ударов по воротам	75
3. 3. 3. При выполнении передач мяча	81
3. 3. 4. При выполнении перемещений с мячом	88
3. 3. 5. Заключение по разделу	94
3. 4. Перенос тренированности в точности и быстроте действий футболистов с мячом	95

3. 4. 1. Проблема достижения переноса тренированности в точности и быстроте действий с мячом в футболе	95
3. 4. 2. Перенос тренированности в точности ударов по воротам	97
3. 4. 3. Перенос тренированности в точности передач мяча	102
3. 4. 4. Перенос тренированности в быстроте точного ведения мяча.....	105
3. 4. 5. Заключение по разделу.....	106
3. 5. Тренировка «техники эпизодов игры» как основное направление работы квалифицированных футболистов при совершенствовании технического мастерства.....	108
3. 5. 1. Обоснование основного направления работы квалифицированных футболистов при совершенствовании технического мастерства	108
3. 5. 2. Алгоритм и принципы построения упражнений для тренировки «техники эпизодов игры»	109
3. 5. 3. Общая характеристика упражнений для тренировки «техники эпизодов игры».....	111
3. 5. 4. Методика тренировки «техники эпизодов игры», начинающих с овладения футболистами мячом «с игры».....	113
3. 5. 4. 1. Классификация и общая характеристика упражнений для тренировки «техники эпизодов игры», начинающих с овладения футболистами мячом «с игры».....	113
3. 5. 4. 2. Особенности построения упражнений для тренировки «техники эпизодов игры» в штрафной площади	115
3. 5. 4. 3. Особенности построения упражнений для тренировки «техники эпизодов игры» в зоне атаки	121
3. 5. 4. 4. Особенности построения упражнений для тренировки «техники эпизодов игры» в средней зоне и зоне обороны	123

3. 5. 5. Методика тренировки «техники эпизодов игры», начинающих с ввода мяча в игру «со стандартных положений»	125
3. 5. 5. 1. Общая характеристика упражнений для тренировки «техники эпизодов игры», начинающих с ввода мяча в игру «со стандартных положений»	125
3. 5. 5. 2. Особенности построения упражнений для тренировки «техники эпизодов игры», начинающих с 11-метровых ударов	126
3. 5. 5. 3. Особенности построения упражнений для тренировки «техники эпизодов игры», начинающих с угловых ударов	127
3. 5. 5. 4. Особенности построения упражнений для тренировки «техники эпизодов игры», начинающих со штрафных и свободных ударов	128
3. 5. 5. 5. Особенности построения упражнений для тренировки «техники эпизодов игры», начинающих с вбрасывания мяча из-за боковой линии поля	131
3. 6. Освоение квалифицированными футболистами техники действий с мячом шаговыми ударными движениями («в шаге»)	133
3. 6. 1. Особенности освоения квалифицированными футболистами техники ведения мяча «в шаге»	133
3. 6. 2. Особенности освоения квалифицированными футболистами техники передач мяча и ударов по воротам «в шаге»	138
3. 6. 3. Заключение по разделу	139

ГЛАВА IV. СТАНОВЛЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА ФУТБОЛИСТОВ В ДЕТСКОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

4. 1. Анализ сформировавшихся подходов к технической подготовке юных футболистов	142
--	-----

4. 2. Пути решения проблемы повышения эффективности обучения юных футболистов технике игры	145
4. 3. Определение благоприятных возрастных периодов для обучения юных футболистов умениям быстро и точно действовать с мячом	147
4. 3. 1. Организация исследований	147
4. 3. 2. Возрастная динамика проявления детьми и юношами 11-17 лет, занимающимися и не занимающимися футболом, быстроты и точности движений	148
4. 3. 3. Оценка происходящих за год изменений быстроты и точности двигательных действий футболистов в период 11-17 лет	150
4. 3. 4. Оценка влияния возрастного развития на быстроту и точность двигательных действий в период 11-17 лет	157
4. 3. 5. Оценка влияния занятий футболом на быстроту и точность двигательных действий футболистов в период 11-17 лет	164
4. 3. 6. Характеристика благоприятных возрастных периодов для обучения умениям быстро и точно выполнять различные технические приемы	171
4. 4. Построение многолетней технической подготовки юных футболистов с учетом благоприятных возрастных периодов для обучения умениям быстро и точно действовать с мячом	173
4. 4. 1. Основные задачи, которые необходимо решить при становлении технического мастерства футболистов	173
4. 4. 2. Особенности методики обучения техники игры до 10-11 лет	176
4. 4. 2. 1. Акценты в работе и методы построения упражнений	176
4. 4. 2. 2. Классификация упражнений для развития «чувства мяча»	177

4. 4. 3. Особенности методики обучения технике игры в 11-15 лет	181
4. 4. 3. 1. Акценты в работе и методы построения упражнений.....	181
4. 4. 3. 2. Классификация упражнений для обучения умениям точно и быстро выполнять «игровые» действия с мячом	183
4. 4. 4. Особенности методики обучения технике игры после 15 лет.....	184
4. 4. 4. 1. Акценты в работе	184
4. 4. 4. 2. Особенности построения занятий	184
4. 5. Оптимальные размеры ворот при подготовке юных футболистов.....	189

ГЛАВА V. ПОСТРОЕНИЕ ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ФУТБОЛИСТОВ

НА ОСНОВАНИИ АНАЛИТИЧЕСКИХ

ЗАКОНОМЕРНОСТЕЙ ИГРЫ В ФУТБОЛ..... 196

5. 1. Анализ сформировавшихся подходов к тактической подготовке футболистов.....	196
5. 2. Тенденции развития тактики игры в футбол	199
5. 2. 1. Варианты тактических схем построения игры в современном футболе.....	199
5. 2. 2. Тенденции построения игры в обороне.....	201
5. 2. 3. Тенденции построения игры в атаке	205
5. 3. Построение тактических оборонительных действий футболистов	208
5. 3. 1. Тактика оборонительных действий при использовании зонного прессинга	208
5. 3. 2. Тактика оборонительных действий в конкретных игровых ситуациях	213
5. 4. Построение тактических атакующих действий футболистов.....	222
5. 4. 1. Тактика атакующих действий при доставке мяча на ударную позицию	222
5. 4. 2. Тактика атакующих действий в конкретных игровых ситуациях	223

ГЛАВА VI. КОНТРОЛЬ ДЕЙСТВИЙ ФУТБОЛИСТОВ С МЯЧОМ В ТРЕНИРОВКАХ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ИГРАХ	236
6. 1. Цель и направления контроля действий футболистов с мячом	236
6. 2. Контроль действий футболистов с мячом в соревновательных играх	238
6. 2. 1. Сформировавшиеся подходы к контролю действий футболистов с мячом в соревновательных играх.....	238
6. 2. 2. Информативность показателей общекомандных действий футболистов с мячом в соревновательных играх.....	241
6. 2. 3. Информативность показателей индивидуальных действий футболистов с мячом в соревновательных играх.....	248
6. 3. Контроль технической подготовленности футболистов	250
6. 3. 1. Основные задачи и направления контроля технической подготовленности футболистов	250
6. 3. 2. Оценка техники владения футболистами мячом при выполнении быстрых перемещений.....	251
6. 3. 3. Оценка индивидуальной длительности работы с максимальной мощностью, после выполнения которой резко снижаются быстрота и точность действий с мячом.....	256
6. 4. Контроль построения и качества выполнения упражнений с мячом.....	259
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	262
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	268
ПРИЛОЖЕНИЕ	303