

УДК 796.332(075)

ББК 75.578я73

О-74

Рецензенты:

С. Е. Бебинов, доцент, канд. пед. наук,
зав. каф. физической культуры и спорта
(ОмГАУ им. П. А. Столыпина);

А. С. Гречко, профессор, канд. пед. наук,
профессор каф. физической культуры и спорта
(ОмГУ им. Ф. М. Достоевского)

Осипов С. В.

О-74 Футбол: история, теория и методика обучения : учеб. пособие / С. В. Осипов, Е. В. Мудриевская. – М. : ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2021. – 92 с. : ил.

ISBN 978-5-00129-144-2

Пособие содержит общую характеристику футбола и краткую историю его развития. Описаны техника и тактика футбола, методика освоения технических приемов и обучения тактическим действиям.

Рекомендовано для студентов высшего и среднего профессионального образования. Может быть полезно преподавателям, аспирантам, а также широкому кругу читателей.

УДК 796.332(075)

ББК 75.578я73

ISBN 978-5-00129-144-2

© ОмГТУ, 2020
© «Торговый дом
«Советский спорт», 2020

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
Глава 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФУТБОЛА	5
1.1. Сущность и значение игры в футбол	7
1.2. История развития футбола	11
Глава 2. ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ В ФУТБОЛ	21
2.1. Техника перемещений игрока в футболе	23
2.2. Техника ведения мяча	26
2.3. Техника выполнения ударов по мячу	28
2.3.1. Техника ударов по мячу ногами	28
2.3.2. Техника ударов по мячу головой	34
2.4. Техника вбрасывания мяча	37
2.5. Техника выполнения остановок мяча	38
2.6. Техника отбора и перехватов мяча	44
2.7. Техника выполнения обманных движений в футболе	46
2.8. Техника игровых действий вратаря	51
2.8.1. Техника ловли мяча	51
2.8.2. Техника отбивания мяча	55
2.8.3. Техника перевода мяча	57
2.8.4. Техника бросков мяча	58
Глава 3. ТАКТИКА ФУТБОЛА	62
3.1. Амплуа игроков	62
3.2. Тактические действия футболистов в нападении	65
3.2.1. Характеристика индивидуальной тактики нападения	65
3.2.2. Характеристика групповой тактики нападения	67
3.2.3. Характеристика командной тактики нападения	69
3.3. Тактические действия футболистов в защите	70
3.3.1. Характеристика индивидуальной тактики защиты	70
3.3.2. Характеристика групповой тактики защиты	71
3.3.3. Характеристика командной тактики защиты	72
3.4. Тактические действия вратаря	73
3.5. Методика обучения тактическим действиям	74
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	83
Библиографический список	84
Приложение 1. Тактическая система ведения игры «Дубль-Вз»	86
Приложение 2. Тактическая система ведения игры 1-4-2-4	87
Приложение 3. Тактическая система ведения игры 1-4-3-3	88
Приложение 4. Тактическая система ведения игры 1-4-1-3-2	89
Приложение 5. Тактическая система ведения игры 1-4-3-1-2	90