ББК 75.578
В14



Совместный проект
РФС и издательства «Терра-Спорт»



Серия «Первый шаг»
основана в 1999 году

Перевод с итальянского
А.Л. Марескотти, В.Б. Серовского

Вайн Х.

В14 Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых / Пер. с итал. — М.: Терра-Спорт,Олимпия Пресс, 2004. — 244 с.: ил. — (Первый шаг).

ISBN 5-93127-029-9

В книге предлагается оригинальная методика воспитания и обучения юных футболистов, основанная на системе так называемых «упрощенных игр» с учетом уровня физического и психического развития детей каждой возрастной группы.

ББК 75.578

© Copyright 1994 by Edizioni Mediterranee — 00196 Roma, Via Flaminia, 158
© «Терра-Спорт», перевод, оформление, 2004
© «Олимпия Пресс», издание, 2004

ISBN 5-93127-029-9

Оглавление

О сути дела _____ 5

Введение _____ 6

Новая методика для развития способностей при игре в футбол _____ 8

Часть I. ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ И ОСНОВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ (1-й уровень развития) ____ 15

1. Что необходимо учитывать на первом уровне обучения «играм на ловкость и основным способностям» ____ 16

1. «Центр предварительной подготовки» _____ 16
2. Инструктор-тренер _____ 17
3. Вес и параметры мяча ____ 18
4. Выбор размера игровой площадки _____ 18
5. Использование широких ворот _____ 18
6. Развитие «неударной» ноги _____ 19
7. Важность многоцелевых игр _____ 19
8. Подготовка теоретической части тренировки с начинающими _____ 21

2. Программа игр на развитие ловкости и основных способностей _____ 23

А. ИГРЫ НА ВЕДЕНИЕ МЯЧА И ПРЕСЛЕДОВАНИЕ _____ 23

Б. ИГРЫ НА ПОРАЖЕНИЕ ВОРОТ ____ 31

В. ИГРЫ В ЛАБИРИНТЕ _____ 37

Г. ИГРЫ НА СБЛИЖЕНИЕ С СОПЕРНИКОМ _____ 41

Д. ДЕСЯТИБОРЬЕ _____ 49

Е. МНОГОЦЕЛЕВЫЕ ИГРЫ _____ 60

3. О чем надо помнить при обучении технике игры в футбол _____ 64

Часть II. ИГРЫ В МИНИ-ФУТБОЛ (2-й уровень развития) ____ 67

Ж. ТРОЕБОРЬЕ 2 НА 2 _____ 68

З. УПРОЩЕННЫЕ ИГРЫ КАК ОСНОВА ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ЮНОГО ФУТБОЛИСТА _____ 70

ПРОГРАММА УПРОЩЕННЫХ ИГР ДЛЯ КОМАНД ИЗ ДВУХ ЧЕЛОВЕК

1-я упрощенная игра _____ 77
2-я упрощенная игра _____ 90
3-я упрощенная игра _____ 95
4-я упрощенная игра _____ 102
5-я упрощенная игра _____ 106
6-я упрощенная игра _____ 108
7-я упрощенная игра _____ 110
8-я упрощенная игра _____ 112
9-я упрощенная игра _____ 114
10-я упрощенная игра _____ 115

4. Требования к тренеру для преподавания упрощенных игр _____ 117

5. Пример теоретического урока с соревнованием на упрощенной игре _____ 118

И. ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ ИГРЫ И КОРРЕКТИВЫ НА МИНИ-ФУТБОЛ _____ 119

6. Как научить понимать игру в футбол _____ 124

К. ПРАВИЛА МИНИ-ФУТБОЛА (4 на 4) И ВАРИАНТЫ ИГРЫ _____ 126

7. Сравнительный анализ двух соревнований для самых юных _____ 131

Л. ТЕСТ НА ВЫЯВЛЕНИЕ СПОСОБНОСТЕЙ К ИГРЕ В МИНИ-ФУТБОЛ ___ 134

8. Советы по составлению тренировочных программ для самых юных _____ 137

М. ТРОЕБОРЬЕ 3 НА 3 _____ 138

Часть III. ИГРЫ В ФУТБОЛ 7 НА 7 (3-й уровень развития) ____ 141

Н. ПРОГРАММА УПРОЩЕННЫХ ИГР ДЛЯ КОМАНД ИЗ ТРЕХ ИГРОКОВ _____ 142

1-я упрощенная игра _____ 142
2-я упрощенная игра _____ 144
3-я упрощенная игра _____ 146
4-я упрощенная игра _____ 148
5-я упрощенная игра _____ 150
6-я упрощенная игра _____ 153
7-я упрощенная игра _____ 155
8-я упрощенная игра _____ 155
9-я упрощенная игра _____ 157
10-я упрощенная игра _____ 159

ЛУЧШЕ РЕШАТЬ ПРОБЛЕМЫ, ЧЕМ ЗАПОМИНАТЬ ОТВЕТЫ _____ 162

О. МОДЕЛЬ ДЛЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО ОБУЧЕНИЯ ВРАТАРЯ _____ 166

ДЕСЯТИБОРЬЕ ДЛЯ ВРАТАРЕЙ _____ 168

П. ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ 7 НА 7 _____ 176

Часть IV. ИГРА В ФУТБОЛ КОМАНДАМИ ИЗ 8 И 9 ЧЕЛОВЕК (4-й уровень развития) ___ 177

Р. ПРОВЕРКА ИГРОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В ЮНОШЕСКОМ ФУТБОЛЕ _ 178

С. ПРОГРАММА УПРОЩЕННЫХ ИГР ДЛЯ КОМАНД ИЗ 4 ЧЕЛОВЕК _____ 180
1-я упрощенная игра _____ 180
2-я упрощенная игра _____ 182
3-я упрощенная игра _____ 186
4-я упрощенная игра _____ 187
5-я упрощенная игра _____ 189
6-я упрощенная игра _____ 190
7-я упрощенная игра _____ 191
8-я упрощенная игра _____ 193
9-я упрощенная игра _____ 194
10-я упрощенная игра _____ 195
11-я упрощенная игра _____ 196
12-я урощенная игра _____ 199

Т. ПРАВИЛА ИГРЫ 8 НА 8 _____ 204

У. ПРАВИЛА ИГРЫ 9 НА 9 _____ 206

ПОЧЕМУ 8 НА 8, 9 НА 9, А НЕ 11 НА 11? ПЛЮСЫ И МИНУСЫ _____ 207

Ф. ПЯТИБОРЬЕ ОБЩИХ ИГРОВЫХ КОНДИЦИЙ _____ 219

Х. ПРОГРАММА УПРОЩЕННЫХ ИГР ДЛЯ КОМАНД ИЗ 5 ИГРОКОВ _____ 230

Ц. ПРАВИЛА ИГРЫ 11 НА 11 С НЕКОТОРЫМИ ОГРАНИЧЕНИЯМИ _____ 231

Ч. ТРОЕБОРЬЕ 6 НА 6 _____ 232
1-я упрощенная игра _____ 233
2-я упрощенная игра _____ 233
3-я упрощенная игра _____ 235
Для размышления _____ 236

