

Принято
Тренерско-педагогическим советом
МБУ ДО ДЮСШ «Океан» г.Находка
Протокол № 3 от 27.10.2017

Утверждаю
Директор МБУ ДО ДЮСШ
«Океан» г.Находка
В.М.Кшеминский



Тема по самообразованию
« Тактика футбола в нападении и защите »

Выполнил:
тренер-преподаватель
МБУ ДО ДЮСШ «Океан»
Куклин.Р.Н.

Г.Находка

Содержание

Введение

Тактика игры в нападении

Тактика игры в защите

Заключение

Список использованной литературы

Введение

Тактика футбола отличается большим разнообразием средств, способов и форм ведения игры и основывается на активности и творчестве игроков. Тактические действия отдельного игрока имеют решающее значение для достижения победы. Чем выше тактическое искусство игроков, тем успешнее и рациональнее они используют свою технику, физические качества, знания и умения в борьбе с соперниками в разнообразных условиях.

Тактические задачи решаются командными, групповыми и индивидуальными действиями игроков, рациональным использованием всех тактических средств. Распределение функций, расположение и характер действий игроков на поле определяются системами игры, в которых имеются отдельные варианты, сохраняющие основные принципы системы.

Тактические действия игроков в атаке и обороне различны и поэтому их нужно рассматривать отдельно.

Тактика игры в нападении

Главная задача нападения - нарушение организованных оборонительных действий противника, преодоление индивидуального и группового сопротивления, которое позволило бы завершить атаку взятием ворот. Решают эти задачи быстрота и точность выполнения индивидуальных, групповых и командных действий.

Командные тактические действия

Командные тактические действия представляют определенную систему ведения игры с различной расстановкой игроков на поле.

В современном футболе чаще всего применяют две основные расстановки игроков: 4 + 3 + 3 и 4 + 4 + 2.

Расстановка 4 + 3 + 3 предусматривает включение в линию обороны двух центральных защитников (переднего и заднего) и двух крайних защитников (правого и левого), а в линию полузащиты трех игроков - двух крайних

полузащитников и одного центрального. Линия атаки состоит из трех нападающих - правый и левый крайние и центральный.

Расстановка 4 + 4 + 2 предполагает такое же расположение линии защиты, как и в системе 4 + 3 + 3, с той лишь разницей, что оба центральных защитника чаще включаются в атакующие действия благодаря тому, что среди четырех полузащитников имеется «опорный» полузащитник, который всегда готов остаться в обороне вместо включившегося в атаку центрального защитника.

Два нападающих строят игру на быстрых атакующих действиях. Они должны быть высокотехничными игроками, умеющими безупречно выполнять технико-тактические действия на большой скорости и наносить точные завершающие удары в ворота.

Сильнейшие команды придерживаются тактической концепции, проявляющейся в сбалансированном равновесии между нападением и обороной .

В футболе различают две системы нападения - быстрый прорыв и позиционное нападение. Обе применяются при различных исходных расстановках игроков.

Позиционное нападение используют против хорошо организованной обороны противника. Для этого способа характерен неторопливый розыгрыш мяча, медленное продвижение игроков вперед с использованием большого числа разнообразных передач мяча (не только вперед, но и назад, поперек поля). Такие действия предполагают выискивание слабых мест в обороне противника и создание условий для успешного единоборства или неожиданного выхода атакующего игрока на ударную позицию, а также для того, чтобы сбить темп игры, сохранить контроль над мячом и выиграть время.

В позиционном нападении выделяются три фазы: перевод мяча из зоны защиты в зону нападения, занятие позиций и подготовка прорыва, прорыв и завершение атаки.

Для успешного осуществления позиционного нападения необходимо умение создать оперативный простор и численный перевес над противником на определенном участке поля и эффективно использовать взаимодействия между двумя-тремя игроками и реализовать достигнутое преимущество. Быстрый прорыв является острым тактическим оружием. Сущность его состоит в том, что, отобрав мяч у противника, игроки максимально быстро перемещаются в зону нападения и туда же переводят мяч. Они стремятся кратчайшим путем выйти к воротам противника, лишить его времени для организации обороны и завершить атаку ударом в ворота до возвращения защищающихся на свою половину поля.

Успех атакующих действий здесь зависит от умения максимально быстро двигаться без мяча и с мячом и сохранять при этом высокую точность выполнения технических приемов, а также от умения использовать разнообразные тактические комбинации.

В быстром прорыве выделяются три фазы: овладение мячом, переход в атаку и быстрая длинная передача мяча вперед; маневрирование в середине поля и создание численного перевеса перед воротами противника; завершение атаки или реализация численного перевеса.

Применение той или иной системы зависит от силы противника, стиля его игры, тактики игры в обороне и т. д.

Групповые тактические действия

Хорошо организованную оборону, имеющую численное превосходство над атакующими, можно преодолеть только согласованными коллективными действиями. С этой целью широко используют взаимодействия двух, трех и более игроков.

Самой простой тактической комбинацией в нападении является передача мяча между двумя или несколькими нападающими, стремящимися таким образом обыграть защитников и создать на каком-то участке кратковременное численное превосходство над противником.

Во время игры передачи применяют:

- для быстреего продвижения мяча к воротам противника;
- для перевода мяча с одного участка поля на другой к партнеру, находящемуся в более выгодном положении;
- для выполнения завершающего удара в ворота партнером в выгодной позиции;
- для удержания мяча у игроков своей команды.

Способы передачи чрезвычайно разнообразны. Выбор способа зависит от обстановки на поле (расстояние между игроками, особенности перемещения игрока, которому передается мяч и т. д.). Передачи разделяют на короткие (до 10-15 м), средние (до 30 м) и длинные (более 30 м). Длинными передачами пользуются главным образом для перевода мяча с одного участка поля на другой.

По направлению передачи бывают продольными, поперечными и диагональными.

Для быстрого передвижения к воротам противника и обыгрывания его выгоднее использовать продольные и диагональные передачи. Передачи поперек поля применяют реже, так как они менее эффективны для развития атаки.

Передавать мяч можно низко или высоко. Низкая передача выгоднее высокой, так как переданный таким образом мяч не обязательно останавливать и легче принять на бегу. Низко летящий или катящийся по земле мяч достигает цели быстрее, так как путь его короче.

Высокие передачи обычно применяют, если нужно передать мяч на значительное расстояние и если посланный низом может перехватить противник. Передачи выполняют на игрока или на свободное место. При передаче на игрока мяч направляют точно в ноги партнеру. Такую передачу применяют, когда принимающий стоит на месте. Двигающемуся игроку следует посылать мяч несколько вперед на ход.

Если игрок закрыт противником, то прибегают к передаче мяча партнеру на свободное место с таким расчетом, чтобы он оказался у мяча раньше противника.

По способу выполнения наиболее эффективными, но в то же время и трудными считаются передачи мяча в одно касание. Для такой передачи партнеры игрока, владеющего мячом, должны правильно и своевременно открыться, создав условия для немедленной передачи в нескольких направлениях. Однако в игре обстановка не всегда позволяет передавать мяч сразу же после того, как он получен. Задержать передачу целесообразно, если партнер закрыт и если нужно отвлечь противника на себя.

Эффективной комбинацией, осуществляющейся с помощью передачи, является так называемая стенка. Владеющий мячом игрок, имея перед собой противника, выполняет передачу стоящему впереди партнеру и сразу же быстро выходит на свободное место. В зависимости от действий противника партнер отправляет мяч выходящему игроку сразу или после небольшой задержки. Преимущество игрока, владеющего мячом, состоит в том, что он находится лицом к воротам, а его опекун (защитник) спиной.

В более сложных комбинациях передачи мяча выполняют со сменой мест. Их применяют, когда противник плотно прикрывает партнера и приходится передавать мяч на свободное место. В игре часто используют передачу мяча между тремя игроками, получившую название «треугольник». Такие передачи можно осуществлять без смены и со сменой мест. Кроме того, в современной игре широко применяется тактическая комбинация «скрещивание». Сущность ее состоит в том, что ведущий мяч уступает его бегущему навстречу партнеру в момент встречи.

Индивидуальные тактические действия

В атаке игроки должны проявлять высокую активность, а для этого необходимо владеть всеми техническими и тактическими средствами игры.

Эффективность действий в атаке зависит от умения выбрать позицию, быстро оценивать ситуацию и принимать решение. Для этого важно:

1. Видеть мяч, противника и партнеров, расположившихся в наиболее выгодной позиции.
2. Предугадывать возможности развития игровой ситуации.
3. Своевременно освободиться от опеки противника и выходить на свободное место для получения мяча.
4. Уметь обыграть в единоборстве противника.
5. Выбирать наиболее выгодную позицию для нанесения удара в ворота.

Решение тактических задач осуществляется действиями игрока с мячом и без мяча.

Индивидуальные действия без мяча в нападении сводятся к рациональному выбору места и освобождению из-под опеки противника. Игрокам необходимо: выбрать позицию, которая позволяла бы передать мяч, либо отвлечь на себя противника, облегчив этим действиям владеющему мячом. Действия с мячом сводятся к передачам, ведению и обводке, применению финтов и ударов в ворота.

Передача мяча - наиболее важный тактический прием, составляющий более половины всех действий футболистов в игре. Передавая мяч, игрок начинает коллективные действия. Перед выполнением передачи он должен определить, в каком направлении и кому из партнеров направить мяч, какой способ более выгоден.

Ведение мяча - основное средство передвижения игрока с мячом. Его применяют при прорывах и в тех случаях, когда партнеры закрыты и некому передать мяч или необходимо оттянуть на себя одного из игроков противника.

Обводка - основной способ обыгрывания соперника. Ее применяют в тех случаях, когда игрок находится на подступах к воротам или атакуется противником. Очень часто мячи в ворота забивают именно после успешной обводки.

Финты применяют при передачах, ведении и обводке. Число их велико. В качестве обманного действия используют почти все технические приемы. Удары в ворота. Завершающий удар в ворота - кульминация любой атаки. Игрок, наносящий удар в ворота, обязан быстро оценить обстановку и выбрать наиболее эффективный способ удара. Удар можно наносить с различной дистанции, низом или верхом. Каждой ситуации соответствует свой наиболее выгодный способ удара. Бьющий всегда встречает самое активное сопротивление, поэтому очень важно уметь обмануть его перед нанесением удара и на мгновение уйти из-под его опеки.

Тактические обязанности игроков нападений

Тактика игры крайних нападающих. Крайние нападающие организуют атаки и проводят их чаще всего по краю. Их главная тактическая задача - прорыв обороны соперника на фланге. Но это не исключает возможности действий крайних нападающих на других участках поля. В современном футболе крайний нападающий действует по всему фронту - это расширяет его зону действий и обуславливает определенные особенности тактики его игры.

При выходе на свободное место крайний нападающий должен уметь выбирать момент для перемещения. Если он выйдет слишком рано, соперник успеет закрыть его. В случае опоздания тот раньше завладеет мячом.

Крайним нападающим приходится решать тактические задачи и самостоятельно, и совместно с партнерами. Стремление решать большинство задач коллективно - отличительная черта лучших крайних нападающих советских команд. Прорыв обороны индивидуально решается с помощью обводки, а коллективно - посредством таких комбинаций, как «стенка», «скрещивание», продольная передача.

Крайний нападающий выполняет и защитные функции, обеспечивая во время атаки противника страховку вышедшего далеко вперед защитника или закрывая далеко отступившего крайнего нападающего. Он должен также преследовать игрока с мячом, находящегося поблизости от него.

Тактика игры центрального нападающего. В современном футболе центральный нападающий действует на главном направлении атаки и располагает большими возможностями для взятия ворот. Он играет не только

в зоне перед воротами соперника, но и отходит назад (в глубину поля) для организации атаки. Центральный нападающий широко маневрирует, поэтому его игра отличается разнообразием и особой ловкостью.

Центральный нападающий, потеряв мяч, отходит назад, участвуя в обороне. Как только команда овладела мячом, он стремится выйти на свободное место, оторваться от опекуна и кратчайшим путем как можно быстрее выйти на ударную позицию для поражения ворот.

Центральный нападающий должен уметь играть на любом месте линии нападения и выполнять не только атакующие, но и оборонительные функции.

Тактика игроков средней линии. Игроки этой линии обязаны действовать против игроков средней линии соперника. Они являются связующим звеном между защитой и нападением и действуют по всему полю, участвуют в защите своих ворот и активно помогают нападающим в атаках ворот соперника, часто заканчивая их ударом в ворота.

Хотя основной задачей игроков средней линии и является держание своего подопечного, но это не значит, что они следуют только за ним. В случае необходимости такой игрок может переключиться на другого игрока. Так, при развитии атаки на противоположном фланге нужно занять позицию ближе к центру, обеспечив контроль зоны перед линией защиты.

На игрока средней линии возлагается обязанность завязывать тактические комбинации и развивать контратаки, для чего чрезвычайно важно умение определять выгодное направление передачи мяча. Если нет возможности сделать передачу, он развивает атаку с помощью ведения мяча.

Использование игроков средней линии в нападении возможно, когда они своевременно возвращаются в оборону.

Выполнение такого большого круга обязанностей требует понимания игры, совершенного владения техникой и отличной физической подготовленности. От них требуется умение играть на любом месте защиты, средней линии и линии нападения.

Игроки средней линии должны помнить, что нейтрализация ими игроков средней линии соперника дезорганизует игру. Их дополнительными обязанностями являются вбрасывание мяча из-за боковой линии в средней трети поля, выполнение штрафных и свободных ударов на половине соперника, активное участие при подаче угловых ударов. Для четкого выполнения этих функций требуется хорошее взаимодействие и внимательное наблюдение за действиями своих партнеров.

Тактика игры в защите

Главная цель игры команды в обороне заключается в лишении соперника преимущества в игровом пространстве и возможности выполнять прицельные удары в ворота с близкой дистанции. Для этого необходимо обеспечить плотную опеку противника, нарушить его взаимодействия и как можно быстрее вернуть себе контроль над мячом.

Надежная организация обороны оказывает существенное влияние на атакующие действия: чем она надежнее, тем больше возможностей отобрать мяч и перейти к контратакующим действиям.

Чаще всего применяют активный способ обороны. Потеряв мяч на половине противника, все игроки немедленно переключаются на выполнение оборонительных функций, стремясь отобрать мяч в самом начале организации атаки противником или задержать развитие его атаки, пытаясь тем самым выиграть время, необходимое для возвращения защитников на свои оборонительные позиции. Тактические задачи обороны решаются с помощью индивидуальных, групповых и командных действий.

Системы игры в защите

Командные действия в защите организуют с помощью определенных тактических систем игры. Применяются персональная, зонная и комбинированная системы защиты. футбол нападение защита игрок
Сосредоточенная защита. Применяют ее в непосредственной близости от ворот. Защитники плотно опекают игрока, владеющего мячом, и всех остальных игроков, стремящихся получить мяч. Плотность опеки увеличивается по мере приближения к воротам и к мячу.

Рассредоточенная защита. Этот вариант применяют по всей половине своего поля и на половине противника. Активные действия защищающиеся ведут против игрока, владеющего мячом, и нападающих, которые готовы получить мяч в любой зоне.

Персональная защита. Суть этой системы заключается в том, что каждый игрок защищающейся команды опекает определенного игрока команды противника и контролирует его действия независимо от того, играет он с мячом или нет. В современном футболе персональная защита особенно широко применяется против технически сильных футболистов, преследуя цель - отобрать мяч в момент приема.

Этот способ защиты имеет ряд положительных сторон. К ним можно отнести высокую личную ответственность и активную борьбу против каждого нападающего, рациональное использование сил команды. К некоторым недостаткам относится возможность освобождения опасной зоны для развития и завершения атаки, опасность индивидуального обыгрывания при превосходстве нападающего над защитником и, наконец, трудность взаимостраховки и организации быстрого прорыва после овладения мячом.

Зонная защита. При этом способе организации обороны своя половина поля делится на определенные зоны, каждую из которых занимает защитник. При такой организации обороны все внимание сосредоточивают не на определенном игроке, а на мяче. Действия обороняющихся направлены на то, чтобы лишить нападающих преимущества в игровом пространстве, особенно на подступах к штрафной площади. Действуя в определенных зонах, защищающиеся оказывают противодействие любому игроку противника, появившемуся в этой зоне.

Достоинства зонной защиты - лучшие условия для взаимодействий и создания численного преимущества на главном направлении атаки противника; быстрый переход от защиты к атаке.

Слабости зонной защиты: возможность численного превосходства соперника в отдельных зонах, наличие уязвимых участков для завершения атаки, возможность свободного получения мяча соперником и продвижения его с мячом, недостаточная эффективность при быстром прорыве противника, отсутствие персональной ответственности за действия сильнейших игроков соперника.

Зонная система защиты может успешно применяться против команд, атакующих преимущественно медленно, и в том случае, если у противника отсутствуют быстрые игроки, обладающие высоким индивидуальным мастерством обводки и завершающего удара. При зонной защите применяются расстановки: 1 + 3 + 2 + 4; 1 + 3 + 3 + 3; 4 + 2 + 4; 4 + 3 + 3; 4 + 4 + 2.

Комбинированная защита. Этот способ организации защиты наиболее распространен. Суть его заключается в одновременном использовании принципов персональной и зонной защиты: одни игроки команды персонально отвечают за определенных противников, а другие действуют в отведенных зонах. В зависимости от обстановки игроки могут переключаться с персонального держания на игру в зоне и наоборот. Количество игроков, действующих по тому или иному принципу, зависит от задач защищаемой команды.

Различают несколько вариантов комбинированной защиты:

1. Три защитника опекают трех нападающих, четвертый - «свободный» защитник играет в зоне сзади своих партнеров, обеспечивая их подстраховку. Такая игра в защите лишает нападающих свободного игрового пространства и создания преимущества с помощью длинных передач с флангов или из центра поля в зону штрафной площади. Это намного снижает результативность атак соперника и усложняет действия игроков на флангах.
2. Два центральных защитника, располагаясь в линию, действуют в отведенных для них зонах, а два крайних осуществляют персональную опеку крайних нападающих. При такой системе левый центральный защитник обеспечивает подстраховку левого крайнего и правого центрального защитников и наоборот.
3. При игре в средней зоне противнику предоставляется свобода действий и отдается игровое пространство. По мере приближения к штрафной площади все игроки защищаемой команды переключаются с зонного способа на персональную плотную опеку атакующих.
4. Защитники и полузащитники «держат» персонально ближайших к мячу нападающих, а дальние от мяча игроки охраняют соответствующие зоны. Сильная сторона комбинированной системы защиты заключается в сочетании плотной опеки сильнейших игроков соперника и созданием численного перевеса на главном направлении атаки. В силу этого

комбинированные защиты отличаются наибольшей прочностью и для их преодоления требуется более сложная тактика нападения.

Групповые тактические действия

Оборону организуют согласованными коллективными действиями. Действия двух, трех и большего числа защитников направляются на оказание помощи партнеру, ведущему борьбу против игрока с мячом.

К групповым тактическим действиям относятся: подстраховка, переключение и групповой отбор мяча.

В ходе атаки случается так, что защитникам приходится действовать против численно превосходящего противника. Это происходит, когда противник, отобрав мяч, быстро начал контратаку, а защитники не сумели вернуться на свои позиции. В этом случае игрока, владеющего мячом, атакует один из ближайших к нему защитников, остальные занимают такую позицию, чтобы можно было перехватить передачу или затруднить прием мяча. При численном меньшинстве наиболее эффективно расположение защитников по диагонали, а на фланге неприкрытый один из нападающих.

При равенстве игроков защитники взаимодействуют, постоянно подстраховывая, переключаясь на выходящего к воротам игрока и согласованно отбирая мяч.

Подстраховка облегчает плотную опеку соперника. Обеспечивает ее задний центральный защитник. В других линиях эту роль обычно выполняет ближайший партнер. Сущность подстраховки состоит в создании кратковременного численного перевеса в зоне действия игрока с мячом. В момент атаки владеющего мячом ближайший к атакующему партнеру защитник занимает позицию, которая позволила бы перекрыть возможное направление передачи, удара или обводки.

В ходе игры необходима подстраховка не только партнеров, но и определенной, наиболее опасной зоны. В этом случае страхующие располагаются между партнером и противником с таким расчетом, чтобы выйти к мячу, посланному в опасную зону, раньше соперника.

При оборонительных действиях очень часто выполняют переключение, суть которого состоит в передаче опекаемого игрока партнеру. Применяют его, когда противник освобождается от своего опекуна.

Групповой отбор мяча - важный прием взаимодействия защищающихся. Его используют при встречных перемещениях, нападающих, при создании искусственно положения «вне игры», а также при зонной защите.

Согласованными действиями защищающиеся ставят противника в такие условия, в которых он может потерять контроль над мячом.

Групповые действия зависят от тактической системы игры команды и от тактики игры соперника.

Индивидуальные тактические действия

Обороняющиеся вынуждены бороться с атакующим соперником, действующим с мячом и без мяча. Успех индивидуальных действий зависит от умения игрока опекать соперника. Это умение основывается на рациональном выборе места и способа противодействия нападающему.

Чтобы выбрать правильную позицию, защитнику нужно внимательно следить за действиями соперника, партнеров и за мячом. Постоянно меняя свою позицию, он стремится сократить, выиграть игровое пространство у нападающего, перекрыть наиболее опасную зону атаки, постоянно опекать подопечного и в то же время страховать партнера, а в случае необходимости - оказывать ему помощь.

Характер индивидуальных действий зависит от системы игры своей команды и команды соперника, от частной задачи, поставленной перед защитником, и от индивидуальной тактики соперника.

Индивидуальные тактические действия осуществляют рациональным выбором места, финтов, способов перехвата, выбивания и отбора мяча.

Действия против игрока с мячом. В борьбе с таким игроком главная задача защитника - противодействие передвижения к воротам и нанесение удара в ворота. Для успешных действий защитник должен расположиться между подопечным и своими воротами, пытаясь оттеснить его к боковой линии и лишить возможности двигаться под углом к воротам. Защитнику нужно занять такую позицию, которая не позволяла бы нападающему продвигаться в опасную зону для атаки ворот и открывала путь в зону, где можно отобрать мяч у нападающего. Когда мяч ведет нападающий, защитник должен передвигаться перед ним и выискивать удобный момент для отбора мяча. Атаковать лучше в тот момент, когда противник на мгновение теряет контроль над мячом. Против игрока, который хорошо владеет финтами, нужно быть особенно осмотрительным. Для того чтобы не попасться на ложные действия соперника, необходимо внимательно следить за мячом. В свою очередь, исход борьбы защитника с нападающим часто зависит от финта, применяемого защитником.

Наиболее трудны действия защитника против нападающего в непосредственной близости перед воротами. В этой зоне защитнику нужно играть вплотную с соперником, чтобы не дать ему выполнить удар по воротам.

Действия против игрока, не владеющего мячом. Защитник стремится лишить его игрового пространства, затруднить выбор места и получение мяча. Для этого он выбирает такую позицию между противником и мячом, которая мешала бы свободе его перемещений и позволяла выйти к мячу раньше, чем это сделает нападающий. Успех этих действий зависит от умения постоянно держать в поле зрения своего подопечного и мяч. Смена позиции определяется местом расположения противника и мяча. Чем ближе противник находится к воротам и мячу, тем внимательнее и плотнее надо «держаться» его. Когда же подопечный располагается далеко от ворот и мяч находится на большом расстоянии от него, защитнику нужно играть на перехват любой передачи.

Нападающие часто стремятся «оторваться» от своего опекуна и выйти на свободное место, чтобы получить мяч. Чтобы помешать этому, защитнику важно вовремя преградить ему путь и помешать продвижению вперед. Если противнику все же удалось выйти на свободное место, его следует атаковать

в момент приема мяча, лишив возможности сделать точную передачу или нанести удар в ворота.

Тактические обязанности игроков защиты

Тактика игры вратаря. Современный вратарь должен владеть всеми техническими приемами игры, уметь расчетливо выбирать место, быстро оценивать обстановку как в непосредственной близости, так и за пределами вратарской площадки, быстро и своевременно выходить на мяч, чтобы расстраивать комбинации противника и ликвидировать опасные прорывы. Для этого важно глубокое взаимопонимание и хорошее взаимодействие между вратарем и защитниками, а также умение руководить игроками линии защиты. Вратарь должен уметь играть не только на линии ворот, но и на всей штрафной площадке. Это помогает защитной линии команды. Вратарь не только защищает ворота, но и принимает самое активное участие в организации нападения. Все мячи он выбивает ногой или выбрасывает рукой партнеру.

Тактика игры крайних защитников. Основная задача крайних защитников - нейтрализация игры крайних нападающих, страховка партнеров и активное участие в атаке. Игра крайнего защитника не может строиться только на плотном прикрытии своего подопечного. От него требуется умение играть не только по принципу персональной опеки, но и в зоне. Так, при перемещении крайнего нападающего в центр защитник чаще всего передвигается вслед за ним, чтобы помешать ему свободно действовать и предупредить возникновение в другой зоне численного перевеса. Такая тактика подвижной обороны позволяет успешно защищать ворота.

Крайний защитник не только должен плотно закрывать крайнего нападающего, но и обязан помогать своим партнерам. Например, при атаке соперника другим флангом правый защитник не держит вплотную своего игрока, а смещается к зоне правого центрального защитника. Заняв позицию в стороне и несколько сзади правого центрального защитника, он обеспечивает ему помощь при передаче мяча в центр и в борьбе в опасной зоне перед воротами. При угловом ударе с его фланга крайний защитник занимает место в ближнем углу ворот, страхуя вратаря.

Крайние защитники выполняют не только оборонительные функции. Они являются также организаторами атакующих действий команды и их участниками. Отобрав мяч у противника или получив его от партнера, защитник обязан точно передать его полузащитнику, крайнему нападающему своего фланга или центральному нападающему. Крайние защитники должны избегать отбивать мяч. Однако иногда они вынуждены отбивать мяч дальше от ворот, за боковую линию или за линию ворот, чтобы ликвидировать непосредственную угрозу воротам.

Тактика игры центральных защитников. Два центральных защитника - основные фигуры в организации обороны. Они прикрывают подступы к воротам на главном направлении атаки. Характер игры центральных защитников зависит от тактики игры нападающих и особенно центрального. Поэтому позиционная игра обоих центральных защитников нецелесообразна.

Один из центральных защитников должен играть в расширенной зоне, стремясь своими действиями подавлять активность центрального нападающего не только перед воротами, но и на дальних подступах к ним, а в некоторых случаях - и на половине соперника. Для этого необходимо, чтобы при перемещении центрального нападающего передний центральный защитник не оставался в своей зоне, а передвигался вместе с ним. Задний центральный защитник страхует партнеров. Центральные защитники действуют согласованно и постоянно готовы к взаимостраховке. При атаке с флангов ближайший к мячу центральный защитник плотно прикрывает своего подопечного, а другой центральный защитник занимает такую позицию, которая позволяет страховать партнера и атаковать подопечного.

Если центральные защитники выдвинулись вперед, крайние защитники страхуют покинутую зону, угрожая поставить соперника в положение «вне игры», и тем самым заставляют крайних нападающих сдерживать свое движение вперед.

В современном футболе центральный защитник является организатором и участником атаки. Выгодная позиция в центре связывает его со всеми партнерами, а умелое использование точных передач создает благоприятные возможности для развития атаки.

Заключение

Спортивные игры характеризуются разнообразной двигательной активностью. Они включают в себя разнообразные упражнения, которые выполняются в условиях взаимодействия с игроками всей команды и командами соперников. Спортивные игры оказывают разностороннее влияние на организм занимающихся. Действия спортсмена носят ациклический характер. Основные технические приемы игры, доведенные до степени автоматизированных двигательных навыков, облегчают действия спортсмена во время игры. Большинство источников психологической и методической литературы освещает проблему обучению техники игры. Но во время игры спортсмену приходится выполнять и новые формы движений, которые возникают обычно внезапно и являются результатом синтеза автоматизированных технических элементов. Эта деятельность напрямую зависит от уровня развития координационных способностей спортсмена. Спорт, сопряженный с высшими достижениями проявления как физических и двигательных возможностей, так и интеллектуальных, психических качеств человека, превратился в исключительно сложную форму человеческой деятельности. Если не учитывать этих возможностей человеческого организма, то добиться высоких спортивных результатов, как правило, не удастся. Одной из главных задач творческого содружества тренера-педагога и спортсмена является достижением индивидуально различного уровня тренировочной нагрузки, обеспечивающей спортивный успех.

Список использованной литературы

1. Андреев С.Н. Футбол - твоя игра: Кн. для уч-ся средних и старших классов. - М.: Просвещение, 1989. - 144 с.
2. Лясковский К.П. Техника ударов. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - 62 с.
. Подготовка футболистов/ Сборник статей под общей редакцией В.И. Козловского. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - С. -20-29.
. Сассо Э. Футбольный тренер/ Перевод с английского. - М.: Тера - Спорт: Олимпия Пресс, 2003. - 200 с.
. Сучилин А.А. Футбол во дворе. М.: Физкультура и спорт, 1979. - 133 с.
. Цирик Б.Я., Лукашкин Ю.С. Футбол: для детей. - М.: Физкультура и спорт, 1982. - 207 с.
. Чанади А. Футбол: техника / Перевод с венгерского. - М.: Физкультура и спорт, 1978. - 255 с.
. Чанади А. Футбол: Тренировка./Перевод с венгерского. - М.: Физкультура и спорт, 1985. - 256 с.
. Юный футболист: Учебное пособие для тренера./ Под ред. А.П. Лаптева, А.А. Сучилина. - М.: Физкультура и спорт, 1983. - 255 с.