

ФУТЗАЛ

КОНТРОЛЬНІ НОРМАТИВИ:

Ведення м'яча 30 м.

Місце проведення — футзальне поле.

Спосіб виконання. Гравці стартують по сигналу з високого старту. Під час ведення виконується не менше трьох торкань м'яча. Час фіксується секундоміром з точністю до 0,1 с.

Оцінка. Гравець виконує вправу двічі, а середньоарифметична оцінка виводиться з показників двох вимірювань часу.

Пересування гравця різними способами

Місце проведення — футзальне поле. На відстані 10 м від середини воріт ставлять позначку-прапорець. Від нього проводять дві симетричні лінії під кутом 120° щодо лінії воріт. З кінцевих позначок цих ліній також проводять дві симетричні паралельні лінії, перпендикулярні до лінії воріт (рис. 3).

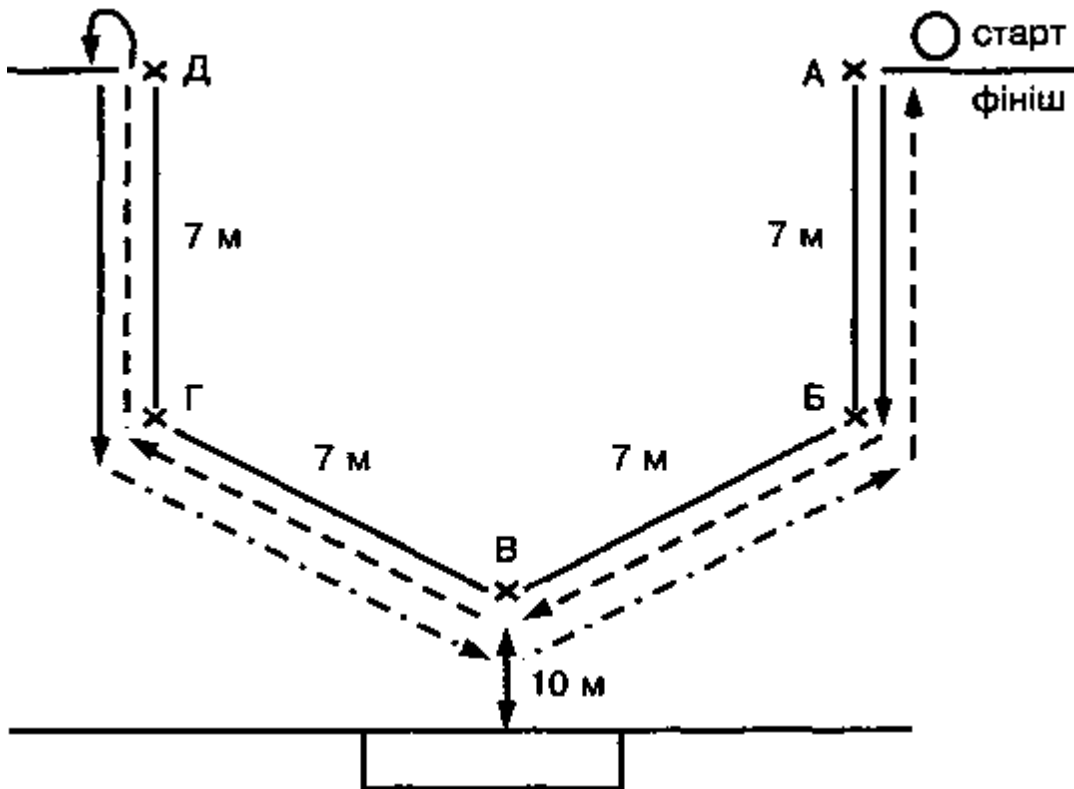


Рис. 3

Спосіб виконання. Гравець стоїть спиною до воріт на позначці А. За сигналом біжить спиною вперед до позначки Б, повертається і до позначки В пересувається правим боком, а від позначки В до Г — лівим боком, з позначки Г до Д біжить обличчям вперед, а після того, як перетне лінію на позначці Д без зупинки біжить у зворотному напрямку: від позначки Д до Г — спиною вперед, від Г до В — правим боком вперед, від позначки В до Б — лівим боком вперед, а від позначки Б до А — фінішує обличчям вперед. Час фіксується на секундомірі.

Оцінка визначається за часом, за який гравець виконав цю вправу.

Удари по нерухомому м'ячу в ворота.

Виконується удар з 20 м будь-яким способом. М'яч повинен перетнути лінію воріт по повітрю. Даються дві спроби по п'ять ударів.

Враховується кількість влучань.