

Кредит 2

Практичне заняття 8-9

Тема 3: Технічна підготовка у футзалі (Аналіз техніки та методика навчання відбору м'яча).

Завдання: ознайомлення студентів з технікою та методикою гри у футзал (міні-футбол). На практичному занятті студенти знайомляться з елементами техніки відбору м'яча: відбору м'яча у підкаті, поштовхом плеча, у випаді.

Студенти **повинні знати:** загальну та спеціальну техніку, правила гри, методику суддівства.

Одним з важливих прийомів гри у футбол є відбір м'яча. Відбір м'яча здійснюється головним чином під час прийому м'яча супротивником або під час його ведення. Ефективність використання відбору обумовлюється ситуативними здібностями футболіста, тобто, здібностями точно оцінити відстань до противника і м'яча, швидкість їх переміщення, розташування гравців і т. інше. Наближаючись до суперника або зберігаючи дистанцію, треба атакувати суперника, коли він трохи відпустив м'яч від себе. У цей час атакуючий робить ривок до м'яча і ударом ногою, зупинкою або поштовхом плеча виконує відбір.

Є два різновиди відбору: повний і неповний. При повному відборі м'ячем володіє той, хто відбирає або його партнер. При неповному відборі м'яч відбивається на визначену відстань або вибивається за бічну лінію. Не дивлячись на те, що м'ячем оволодіває суперник, складається перешкода його

атакуючим діям і виграється час для раціонального побудування захисту. Супротивник вимушує змінити темп і фронт атаки.

У складних ігрових ситуаціях для відбору м'яча використовують спеціальні способи: у випаді і в підкаті.

М'яч краще за все можна відібрати у той момент, коли противник тільки намагається його прийняти.

Коли противник оволодів м'ячем, не треба поспішати атакувати його, треба обережно наблизитися до нього і знаходитися весь час на шляху його пересування до воріт. Цим досягається сповільнення швидкості пересування противника і можливість вибору моменту для відбору м'яча. При відборі м'яча за

допомогою перехоплень, гравцеві необхідно вибрати таку позицію між м'ячем, що летить до противника, і противником, яка б дозволила йому зіграти на випередження і прийти до м'яча раніше, ніж суперник.

Якщо, не вдалося перехопити м'яч, тоді застосовують такі способи відбору м'яча: поштовх плеча (в межах правил), вибивання (з падінням і без падіння), накладання стопи на м'яч.

У випадку, коли противникові вдалося обвести атакуючого його гравця, необхідно швидко розвернутися і намагатися вибити у нього м'яч за допомогою підкату.

Відбір м'яча у випаді (мал.25) дозволяє випередити суперника і провести відбір на відстані 1,5-2 м. Спосіб застосовується при спробі суперника обійти гравця справа або зліва. Швидким переміщенням у бік м'яча здійснюється випад. Його ширина залежить від відстані до м'яча. М'ячі, які важко доставати, відбираються у напівшпагаті і шпагаті. При відборі у випаді застосовують "удар" і "зупинку". У першому випадку м'яч вибивається з-під ніг суперника переважно носком. При використуванні "зупинки" стопа розташовується на шляху руху м'яча і не дає можливості проштовхнути м'яч по ходу руху.



мал.25

Відбір м'яча у підкаті (мал.26) дозволяє оволодіти м'ячем який на значній відстані - більше 2 м від гравця. Відбір здійснюється або збоку.

Відбір поштовхом плеча повинен виконуватися відповідно до правил гри. Гравця, що володіє м'ячем, дозволяється штовхати на ігровому відстані плечем і лише в плече. Поштовх здійснюється тільки з метою оволодіння м'ячем і не повинен носити грубого і небезпечного характеру. Для більш успішного використування даного прийому поштовх плечем потрібно виконувати в момент, коли супротивник знаходиться в одноопорному (на дальній нозі)

положенні.



мал.26