



ЧЕЧЕНСКАЯ РЕСПУБЛИКА

ФЕДЕРАЦИЯ ФИДЖИТАЛ СПОРТА

**Региональная физкультурно-спортивная
общественная организация
«Федерация фиджитал спорта
(функционально-цифрового спорта)
Чеченской республики»**

**Тренинг на тему:
«Мастерство стратегии и тактики в футболе»**

**Автор-составитель:
Президент ФФС ЧР
Пашаев Магомед Ярагиевич**

Грозный – 2024 г.

Тренинг на тему:
«Мастерство стратегии и тактики в футболе»

Цели:

1. Понимание основных принципов стратегии и тактики в футболе.
2. Развитие способности адаптироваться к различным игровым ситуациям.
3. Улучшение командной работы и координации на поле.
4. Повышение индивидуальных и коллективных игровых навыков.

1. Введение

- Краткое обсуждение важности стратегии и тактики в футболе.
- Обзор основных целей и ожиданий от тренинга.

2. Теоретическая часть

- Объяснение основных принципов стратегии и тактики в футболе, включая позиционирование, нарушение, контроль темпа игры и т.д.
- Рассмотрение различных игровых систем и формаций и их применение в различных ситуациях.

3. Практические упражнения

4. Анализ и обратная связь

- Обсуждение ключевых моментов тренировки и выявление областей для улучшения.
- Подведение итогов тренинга и дача рекомендаций по дальнейшему развитию навыков.

5. Заключение

- Подведение итогов тренинга и благодарности участникам за участие.

Стратегия и тактика играют ключевую роль в футболе и имеют огромное значение для достижения успеха на поле. Вот несколько основных причин, почему стратегия и тактика являются важными аспектами в футболе: **Организация команды.** Стратегия и тактика помогают команде организоваться на поле и выполнять различные роли и обязанности в соответствии с общим планом игры. Это включает в себя расстановку игроков, определение их ролей и ответственностей, а также планирование действий в различных ситуациях.

- 1. Контроль игры.** Стратегия и тактика позволяют команде контролировать темп игры, диктовать условия матча и реагировать на действия противника. Это включает в себя управление

позиционированием игроков, настройку интенсивности атаки и обороны, а также изменение тактики в зависимости от ситуации на поле.

2. **Создание опасных моментов.** Хорошо продуманная стратегия и тактика позволяют команде создавать опасные моменты в атаке и защищаться от атак противника. Это включает в себя создание пространства для передач и ударов, использование обводков и финтов, а также настройку стандартных ситуаций.
3. **Повышение эффективности.** Хорошо продуманная стратегия и тактика помогают команде повысить эффективность своей игры и использовать свои сильные стороны на максимум, а также минимизировать слабые стороны. Это включает в себя использование оптимальных формаций и тактик, адаптацию к стилю игры противника и выбор правильных решений в различных ситуациях.
4. **Достижение целей.** Стратегия и тактика помогают команде достичь своих целей в игре, будь то победа, забитие голов, сохранение результативности или контроль игрового процесса. Они служат основой для построения успешной игры и достижения желаемых результатов.

Существует множество тактических подходов в футболе, которые команды могут применять в зависимости от своих игровых стилей, состава игроков и ситуаций на поле. Вот несколько из самых популярных тактик:

- 4-4-2 (четыре защитника, четыре полузащитника, два нападающих): это одна из наиболее традиционных и распространенных формаций. Она обеспечивает хороший баланс между обороной и атакой. Четыре защитника создают стабильную оборону, четыре полузащитника контролируют центр поля, а два нападающих работают в паре для создания моментов для забития голов.
- 4-3-3 (четыре защитника, три полузащитника, три нападающих): Эта формация акцентирует атаку, имея три нападающих, что позволяет команде создавать больше шансов на забитие голов. Три полузащитника помогают контролировать центр поля и поддерживать атаку
- 3-5-2 (три защитника, пять полузащитников, два нападающих): Эта тактика предоставляет больше игроков на центральной половине поля, что помогает диктовать темп игры и контролировать позиционную борьбу. Она также способствует созданию атакующих возможностей через центр.
- 4-2-3-1 (четыре защитника, два защитника-полузащитника, три атакующих полузащитника, один нападающий): Этот вариант более оборонительной формации позволяет команде иметь двух защитников-полузащитников, которые могут поддерживать оборону и распределять

мяч вперед. Три атакующих полузащитника обеспечивают поддержку атакующему нападающему.

- Counter-Attack (контратака): Эта тактика ориентирована на моментальные атаки противника после перехвата мяча или оборонительных действий. Команда целенаправленно отступает назад, привлекая соперников, а затем резко атакует, используя быстрых нападающих.
- Tiki-Taka: это стиль игры, основанный на быстрой и короткой передаче мяча, эта тактика ориентирована на контроль мяча, изматывание соперников и создание множества моментов для забития голов.
- Pressing (прессинг): Прессинг предполагает высокое давление на соперников на всей площади поля, чтобы сорвать их атакующие планы и перехватить мяч. Эта тактика требует хорошей физической формы, быстрого восстановления позиций и скоординированной работы всей команды.
- Важно понимать, что выбор тактики зависит от множества факторов, и успешное ее применение требует хорошего понимания игры и четкой организации на поле. Команды могут также комбинировать различные тактические элементы в зависимости от конкретных ситуаций в матч.

Практические упражнения

Упражнение 1. Позиционирование и передачи в футболе

Цель: улучшить позиционирование игроков на поле и развить навыки передачи мяча.

Ход упражнения:

1. Подготовка
 - Разместите конусы или метки на поле, чтобы обозначить зоны, в которых будут находиться игроки.
 - Разделите игроков на две команды и назначьте каждому игроку определенную зону на поле, в которой он будет находиться.
2. Упражнение на позиционирование
 - Игроки начинают упражнение, стоя на своих позициях внутри зоны.
 - Один игрок, являющийся стартовым игроком, начинает движение вдоль линии позиций игроков, обращая внимание на свою позицию и позиции своих партнеров.

- Когда стартовый игрок проходит мимо игрока, последний должен сдвинуться и занять его позицию, а стартовый игрок займет освободившееся место. Это создаст постоянное движение и обновление позиций на поле.
3. Упражнение на передачи
- После того как позиционирование станет более плавным, добавьте передачи мяча в упражнение.
 - Игроки должны передавать мяч друг другу, сохраняя позицию и движение.
 - При передаче мяча игроки должны обращать внимание на точность передачи и аккуратность приема мяча, чтобы минимизировать потери мяча.
4. Усложнение
- Увеличьте скорость передвижения игроков и частоту передач для создания более динамичной ситуации на поле.
 - Добавьте ограничения на передачи, например, требование выполнить определенное количество передач до того, как игрок сможет передать мяч в другую зону.
5. Заключение
- После определенного времени или количества передач завершите упражнение и обсудите с игроками их успехи, обратив внимание на позиционирование и качество передач.
 - Дайте обратную связь и предложите рекомендации для улучшения навыков позиционирования и передачи мяча.

Это упражнение поможет игрокам развить навыки позиционирования и передачи мяча, что является важной частью игры в футболе. Оно также способствует развитию командной работы и координации на поле.

Упражнение 2. Тактическая игра

Цель: применить тактические аспекты игры в реальной ситуации на поле.

Ход упражнения:

1. Разделите игроков на две команды и разместите их на поле.
2. Задайте определенные тактические цели для каждой команды (например, провести быстрые контратаки, управлять темпом игры, использовать широкие атаки по флангам и т. д.).
3. Проведите контролируемую игру в соответствии с заданными тактическими целями.

4. После игры проведите анализ с командами, обсудите, насколько успешно им удалось реализовать поставленные тактические задачи, и выделите области для улучшения.
5. Повторите упражнение несколько раз, чтобы дать игрокам возможность отработать различные тактические сценарии и улучшить свои навыки.

Это упражнение также может быть адаптировано для работы над конкретными тактическими аспектами игры, которые требуют особого внимания или улучшения.

Упражнение 3. Развитие командной работы

Цель: улучшить взаимодействие и координацию между игроками в команде.

Ход упражнения:

1. Подготовка
 - Разделите игроков на группы по 4-6 человек в каждой.
 - Убедитесь, что на поле установлены маркеры или линии, чтобы определить границы игровой зоны.
2. Упражнение
 - Проведите игру в формате "мини-матча" на ограниченной площади поля (например, 30x40 метров).
 - Установите правило: каждая команда должна завершить определенное количество передач перед тем, как они смогут попытаться забить гол.
 - Ограничьте количество касаний мяча для каждого игрока (например, 2-3 касания перед тем, как передать мяч).
 - Поощряйте команды к сотрудничеству и передачам, чтобы создать момент для гола.
3. Обратная связь
 - После каждого раунда обсудите с командами их стратегии и тактики.
 - Обсудите, как команды могли бы лучше сотрудничать и использовать свои партнеры для создания опасных моментов.
 - Подчеркните важность командной работы и координации для успешной игры в футбол.
4. Вариации
 - Внесите изменения в правила, чтобы создать дополнительные вызовы для команд (например, увеличьте количество передач

перед голом, уменьшите количество касаний мяча или добавьте ограничение времени на выполнение передач).

- Измените размер игровой зоны или количество игроков на поле, чтобы адаптировать упражнение к конкретным потребностям вашей команды.

5. Повторение

- Повторите упражнение несколько раз, чтобы дать игрокам возможность улучшить свои навыки командной работы и координации.
- Отмечайте прогресс и успехи команды, поощряйте игроков к сотрудничеству и взаимопомощи на поле.

Это упражнение поможет команде развить важные навыки командной работы, такие как передачи, взаимодействие и координация на поле, что повысит их эффективность и успех в игре.