



Презентация

ВАРИАЦИИ ФОРМЫ ИГРЫ

4x4

9 часть



АКАДЕМИЯ ТРЕНЕРСКОГО МАСТЕРСТВА РФС



ИГРЫ 4x4



Цель игры: ВЫИГРАТЬ

Командная функция: АТАКА

командные задачи

РАЗВИТИЕ АТАКИ

ЗАБИВАТЬ ГОЛЫ

игровые действия

ВЕДЕНИЕ

«покрывать расстояние с мячом»

ПАС

«доставлять мяч партнеру по команде»

ПРИЁМ МЯЧА

«контролировать и обрабатывать мяч»

УДАР НОГОЙ

«предпринять попытку забить ногой»

УДАР ГОЛОВОЙ

«предпринять попытку забить головой» / «доставлять мяч партнеру по команде»

- развивать скорость с мячом
- защищать мяч корпусом
- не отпускать мяч далеко
- резко менять направление
- обыгрывать
- применять финты и обманные движения

- внутренней стороной стопы
- внешней стороной стопы
- подъемом
- носком
- пяткой
- и т.д.

- внутренней стороной стопы
- подъемом
- внешней стороной стопы
- бедром
- грудью
- менять направление
- и т.д.

- подъемом
- носком
- внутренней стороной стопы
- внешней стороной стопы
- пяткой
- и т.д.

- удар головой стоя
- удар головой стоя с поворотом
- удар головой в прыжке
- удар головой в прыжке с поворотом
- удар головой в прыжке в движении

4x4 с 4 маленькими воротами

4x4 - линейный футбол

4x4 с двумя большими воротами

4x4 на длинном узком поле

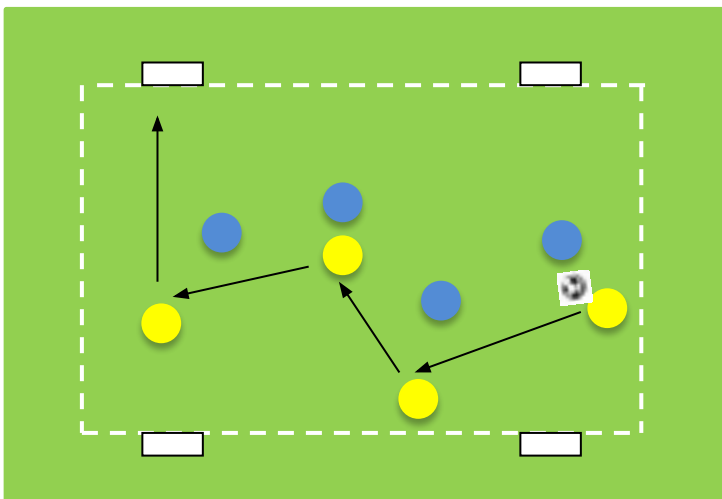
4x4 с двумя большими воротами, акцент на ударах головой



4x4

с 4 маленькими воротами

Схема



Размеры поля для игры

Длина – 15-18 м
Ширина – 40 м

Содержание

ЦЕЛЬ

Забить гол в одни из двух маленьких ворот (1.5x1м-2x1 м ширины).

ЗАДАЧИ

АТАКА:

- быстро перемещать мяч с одного фланга на другой и создавать шансы для взятия ворот.

ОБОРОНА:

- грамотная позиционная игра;
- заставить соперника играть в ширину поля;
- отбор мяча.

ИГРОВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

АТАКА:

- высокая скорость перемещения мяча;
- быстрые передачи мяча между игроками;
- сбалансированное расположение игроков на поле;
- своевременное открывание.

ОБОРОНА:

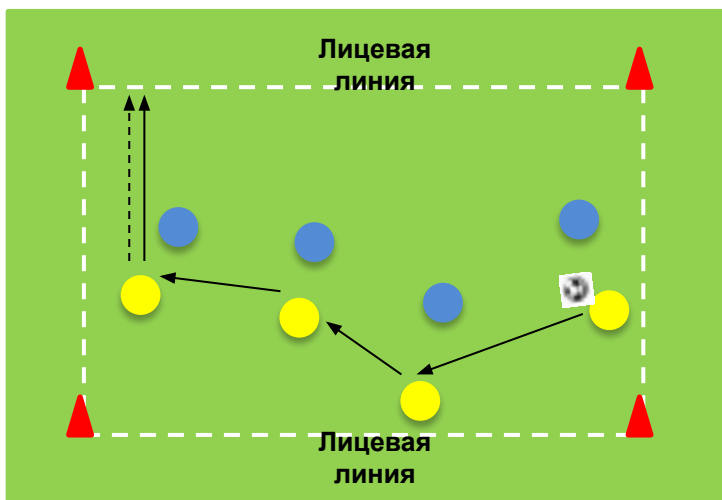
- грамотная организация/сбалансированное расположение игроков на поле;
- своевременно идти в прессинг/отбор мяча;
- активно обороняться/разрушать атаки соперника.





4x4 линейный футбол

Схема



Размеры поля для игры

Длина – 20 м
Ширина – 40 м

Содержание

ЦЕЛЬ

Забить гол, пересекая с ведением мяча лицевую линию соперника.

ЗАДАЧИ

АТАКА:

- забивать голы пересекая с ведением мяча лицевую линию соперника;
- посредством позиционной игры оказываться в ситуациях 1x1 и обыгрывать соперника.

ОБОРОНА:

- грамотная позиционная игра;
- заставить соперника играть в ширину поля;
- отбор мяча.

ИГРОВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

АТАКА:

- правильная обработка мяча в позиционной игре;
- быстрые и своевременные передачи мяча между игроками;
- выбирать правильный момент и направление для обыгрыша.

ОБОРОНА:

- не терять мяч из виду;
- предотвращать голы соперника, не нарушая правил;
- контролировать не только своего оппонента, но и сохранять целиком видение всей игровой ситуации (подстраховка).

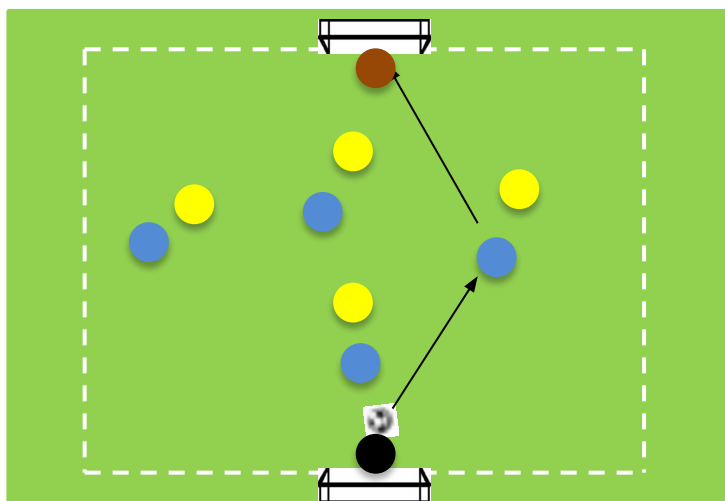




4x4

с вратарями и 2 большими воротами

Схема



Размеры поля для игры

Длина – 30 м
Ширина – 30-35 м

Содержание

ЦЕЛЬ

Забить гол в ворота соперника.

ЗАДАЧИ

АТАКА:

- забивать голы;
- быстро открываться без мяча и уходить с мячом от соперников;
- выводить партнеров на ударную позицию;
- использовать ввод мяча вратарём как первый пас атаки.

ОБОРОНА:

- препятствовать сопернику создавать шансы для взятия ворот;
- вратарю – руководить обороной и отражать удары по воротам.

ИГРОВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

АТАКА:

- нацеленность на ворота;
- позиционная игра с быстрыми передачами мяча;
- при выходе из-под прессинга – немедленный удар по воротам;
- обыгрыш с целью выйти на оперативный простор/ударную позицию;
- точное и быстрое введение мяча в игру вратарём.

ОБОРОНА:

- прессинговать соперника, владеющего мячом;
- не дать себя обыграть 1 в 1;
- не отступать близко к собственным воротам;
- блокировать (игрокам) и отражать (вратарю) удары по воротам.

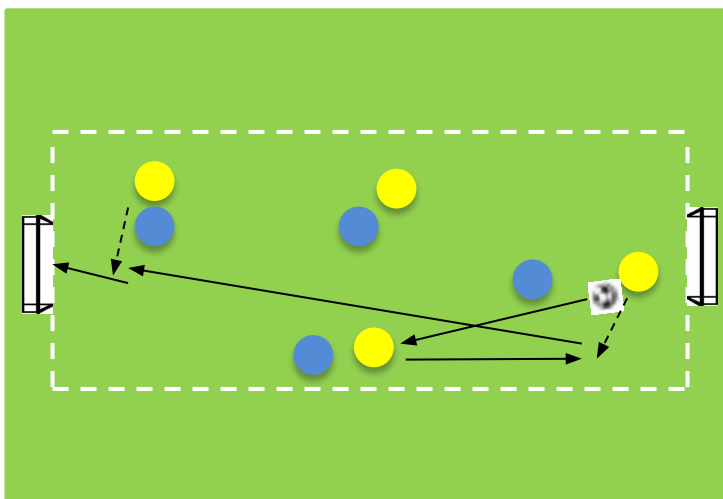




4x4

на длинном узком поле

Схема



Размеры поля для игры

Длина – 40 м
Ширина – 10-15 м

Содержание

ЦЕЛЬ

Забить гол после длинной передачи вперёд.

ЗАДАЧИ

АТАКА:

- подготовить и сделать длинную передачу вперёд.

ОБОРОНА:

- осуществлять прессинг команды соперника, не позволяя получить возможность для выполнения длинной передачи.

ИГРОВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

АТАКА:

- нацеленность на пас в длину поля;
- умение выйти из-под прессинга;
- позиционная игра на ограниченном пространстве - как подготовка к длинной передаче;
- быстрые комбинации с короткими и средними подготовительными передачами;
- четкое взаимодействие между игроками, развивающими атаку и игроком в глубине, которому адресуется длинная передача.

ОБОРОНА:

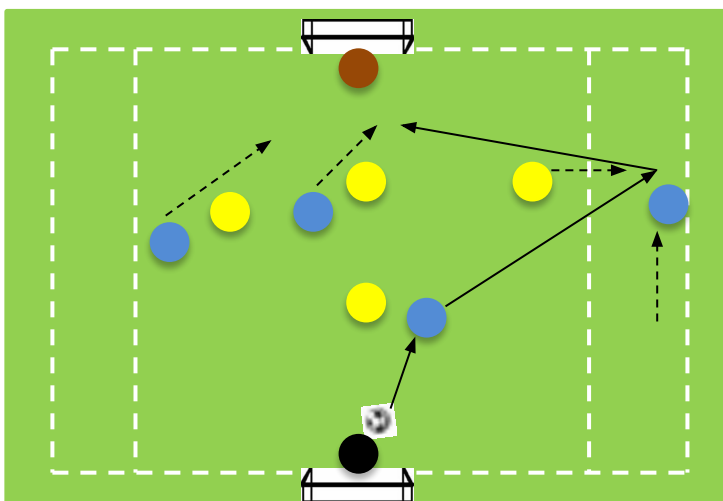
- прессинговать соперника, смещаясь по направлению к мячу;
- перекрывать линию паса игроку на острие.





4x4 с вратарями и 2 большими воротами – удары ГОЛОВОЙ

Схема



Размеры поля для игры

Длина – 32 м

Ширина – 40-45 м

Свободная зона для подачи с фланга
– 5 м



Содержание

ЦЕЛЬ

Забить гол в ворота соперника ударом головой после передачи с фланга.

ЗАДАЧИ

АТАКА:

- забивать голы ударом головой;
- открываться на флангах для выполнения передач;
- по возможности использовать удары с дальней дистанции;
- использовать ввод мяча вратарём как первый пас атаки

ОБОРОНА:

- игра головой в обороне;
- накрывать удары с дальней дистанции;
- вратарю – руководить обороной, отражать удары по воротам головой и перехватывать подачи с флангов.

ИГРОВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

АТАКА:

- грамотная позиционная игра с целью вывести на позицию фланговых игроков;
- игроки с определенной «специализацией» должны находиться на своей конкретной позиции;
- высокая скорость движения мяча и частота паса;
- техника работы с мячом: передачи, прием/обработка мяча, обыгрыш, навесы/прострелы, удары (головой);
- вратарь является важной частью продолжения игры: точно и быстро вбрасывает/вводит по земле мяч рукой.

ОБОРОНА:

- грамотная позиционная оборона;
- не допускать подач с флангов и ударов с дальней дистанции;
- технически грамотно выполнять оборонительные действия: блокировка мяча, подкаты, удары головой, отбор мяча, отражение ударов.



АКАДЕМИЯ ТРЕНЕРСКОГО МАСТЕРСТВА РФС



Спасибо за внимание !