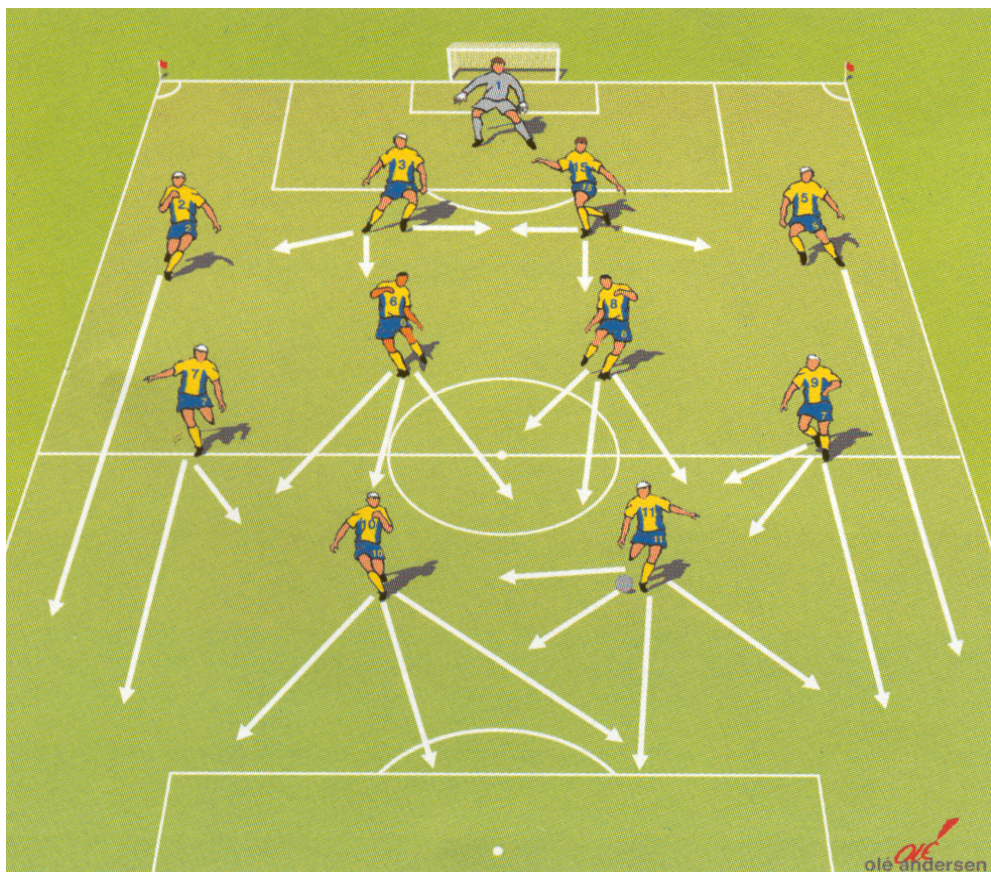


*Симоне Маццали.*

# *Закрывание пространства в футболе*

**Техника – Тактика – Творчество**



*Посвящается моей дочке.*

В первую очередь хочу поблагодарить тренера Арриго Сакки, чьи команды великолепно продемонстрировали на европейских футбольных полях ценность данной игровой модели.

\* \* \*

Кроме того, я хотел бы поблагодарить своего учителя доктора Марио Гори, потому что без привитого им «воспитания к планированию» мне не удалось бы самостоятельно проработать все, представленные в этой книге игровые концепции.

### ***Вступительное слово.***

Когда я прочитал эту книгу, у меня само собой возникло чувство, что это полезная, плодотворная информация. С одной стороны в ней проанализированы и проработаны варианты футбольной тактики во взаимосвязи с психологическими, когнитивными, социальными и эмоциональными факторами. С другой стороны автор приходит к оригинальным теориям и методическим подсчетам в футболе через сравнение его с другими видами спорта.

Тот факт, что тренер излагает информацию конструктивно, опираясь на знания в других командных видах спорта, является значимым шагом в направлении дальнейшего развития и прогресса. Главу, в которой говорится о разработке кибернетических моделей футболистов, я считаю важным средством в развитии тренировочной методики. В связи с этим можно отталкиваться от практики, которая рассматривает футбольную тренировку как предпосылку для возникновения рекомендаций в работе в единстве со временем.

Все чаще из теории исходит такое мнение, что в футболе нет принципов или утверждений, которые будут всегда верны или неверны. По этой причине в командных видах спорта нужно всегда координировать действия членов команды и ставить в основу концепций развивающиеся творческие умения.

*Арриго Сакки.*

## *Предисловие.*

При столкновении с тематикой «творчества» можно по праву в связи с этим говорить о пауперизации, на которую человек обречен из-за своих условий жизни или своей глупости. Эти упущения при всей важности содержания являются постыдными. Перцепция, динамика и техничное исполнение достигаются в творческом стиле благодаря степени их «чеканки», которая и позволяет отличать их друг от друга по качеству. Подавление творчества, несомненно, ведет к подавлению очень важных личностных признаков.

Возвращение к так называемым «натуральным методам», это касается и спорта, может стать интересным сигналом. Не менее интересными являются и задатки, которые дают спорту, настоящему спорту свободу движений, ритм, игру, активные действия в реальной обстановке. Это условия, при которых творчество понимается как психологическое понятие и как третичный процесс, как правило, находящий возможность для самоопределения. Грация, вкус, характерные признаки движения, направление движения, убеждение в оригинальности собственного примера – все это элементы, которые все более принимают во внимание практику воспитания, поддерживаемую современными теориями.

Новейшие исследования в области обучения также влияют на практику динамического воспитания. Помощь таблиц, расчеты энергии, необходимой для тех или иных нагрузок, различного рода статистики и, кроме того, возможности перепроверки результатов позволяют сегодня изучать виды стилей, ритмы и такты, а, следовательно, программировать успех.

Было бы достаточным применение всех этих возможностей в совокупности, и принимать во внимание возможность их переноса на единичность личности.

В этой плоскости творчество и обучение можно было бы рассматривать как явления противоположные: первое свободно, а последнее запланировано. Но не существует творчества без обучения: не быть человеком творческим само по себе несет в себе прочность выражения определенного жизненного стиля. С другой стороны еще никому не удалось избежать того, чтобы атлетам или действительно квалифицированным спортсменам, обладающим элегантностью и уверенностью, удавалось бы это без упорной работы. С другой стороны физические силы являются преходящими, и преходящим является успех, который они гарантируют.

Из-за таких поверхностных мнений и рушится традиционный спорт с его выдающимися теориями. Но зато освобождается место для спорта, который открывается новой естественности, который заново открывает игры, ищет контакта с природой, пересечения с чем-то другим, мимикой и представлением самых различных динамических граней, которые может использовать тело для выражения того или иного.

Честная игра и воспитание социального сознания – это основы личностных правил и демократической жизни.

В методико-дидактической области обе эти инстанции могли бы одновременно быть удовлетворяющими, если бы было верным то, что жизнь в сообществе предоставляет возможность верифицировать личностные привычки, тенденции и стимулы по одному принципу, где личностные возможности воплощения этого в реальность являются причиной социального прогресса и развития. «Отказ от спорта в пользу интеллектуальных видов деятельности определяется целым рядом причин, которые с одной стороны понятны, а с другой стороны совершенно непонятны». Нельзя не отрицать, что существуют и положительные причины этого отказа: некоторые мероприятия являются более осмысленными, чем большинство так называемых спортивных специальностей, которые являются грубыми и не очень умными; люди, занимающиеся тем или иным видом спорта, обладают какой-нибудь сильно развитой группой мышц, характерной для данного вида спорта, и скудным словарным запасом; некоторая литература просто ужасна, такая как спортивные газеты с их «раздутым культом звезды», например, рассказы о Тур де Франс. Но есть и непонятные причины: картезианистическое и янсенистическое презрение телесного развития, человека с сильной волей, характером, сочетающего в себе культуру развитого тела и образованность, подкрепленную

огромным количеством прочитанных книг, что на протяжении последних 200 лет, а особенно в нашем веке, было двумя основными критериями французских интеллектуалов в университетах. Конечно, реакция масс на эту необузданность во многом преувеличена. Но деловые интересы в спорте направлены на то, чтобы управлять этими массами при помощи спортивных «идолов». Когда мы говорим о спорте, то подразумеваем любительский спорт, а не профессиональный, который больше не служит развлечением, а является профессией, работой по специальности; под этим мы понимаем активный спорт, а не тот, которым занимаются в мягком кресле, чаще всего в качестве развлечения для «физически неполноценных» людей; которые на улице или на площадке показывают свое «мастерство»; которые просто так проводят спарринги на ринге; которые орут во все горло, чтобы поддержать свою команду; которые каждый понедельник вытирают слезы, читая результаты последних матчей; величественные мужчины, которые «прогуливаются» по площадкам для гольфа с присущими им снобизмом и «чистотой».

Фанаты на ипподромах, которые своими деньгами (проигранными) улучшают жизнь этим лошадям; девушки, играющие в теннис только для того, чтобы в коротких белых юбках показать публике красоту своих ног; и вообще, все те, кто не занимается спортом всерьез, а просто ищет способ убить время. Только тогда, когда народ действительно найдет в спорте частицу культуры, он сможет освободиться от захлестнувшей его волны так называемого «спорта высоких достижений» и сенсационных статей в прессе. Нужно стать выше коммерческих целей, которые как покрывало накрыли всю красоту спорта. Спортивная активность сопровождается моторным и спортивным воспитанием, если оно не утрачено. Оно должно следовать двум точным требованиям:

- а) освободить молодежь от пагубного влияния скандальной прессы и феномена культа звезд.
- б) предотвращать то, чтобы спортивная активность сокращалась на почве импровизированной воспитательной и педагогической практики.

Спортивно-моторное воспитание – это стиль, который служит для выражения осуществления различных спортивных видов деятельности, который пытается быть «совестью» настоящего спорта, его значением, его позитивным влиянием и его функцией в рамках общего развития личности. Спортивное воспитание, как таковое, очень своеобразно, что помогает ему найти осуществление в «кинетическом» воспитании, также оно является моральным компонентом, основывающимся на мышлении и общении молодежи. Честная игра является центральным пунктом спортивного воспитания, потому что она является источником ценности спорта, и никогда не приведет к «пустому» автоматизму.

Честная игра выражает социальное значение спортивной активности. Молодой человек, который понимает, о чем в данном случае идет речь, сможет преодолеть трудности и антиномии жизни; он готов внести свой вклад и осознает, что гармония не может возникнуть сама собой.

Если смотреть аналитически, то можно сказать, что честная игра еще более чистая и ценная, если она строится из следующих составных частей:

1. Самореализация (в прямом смысле слова).
2. Человеческие взаимоотношения (правильные, открытые, честные и прямые отношения, вместе с готовностью совместных действий).
3. Результативность (т.е. способность проводить целенаправленные действия).
4. Гражданская ответственность (тщательность соблюдения всех норм, управление отношениями и интеллигентное оценивание всех значений).

Ни один из этих компонентов не вытекает из традиционного введения в спорт, где люди «обречены» выполнять нечеловеческие упражнения, в которых не принимаются во внимание взаимоотношения людей, отбрасываются трудности и проблемы, которые возникают при коллективной работе.

Тренировки (как любой из уроков в школе) можно разнообразить в организации групповых действий различными играми, которые способствуют развитию социальных качеств и чувств.

Также необходимо преодолеть страхи, которые могут помешать в реализации проектов воспитательной практики. Если мы исключим таковые, не сочетающиеся с нашей тематикой (отождествление физического развития, осмысленность, отклонение от основных обязанностей личности), то

думаем, что основные страхи, ставящие под угрозу социальное значение спортивной активности, можно будет выявить при следующих фактах:

- а) Чрезмерный боевой дух.
- в) Слишком активное поведение фанатов.
- с) Спорт как профессия.

Чрезмерные нагрузки имеют негативное влияние на социальные отношения в спорте: тот, кто играет в другой команде, не является другом или коллегой, который, если принять во внимание правила честной игры, свою активность направляет на благо своей команды, но в то же время не должен как-то унижать своего противника. Поэтому давайте приведем рамки, в которые должны вписываться боевой дух, мотивация к участию в общем успехе, интерес и желание вступать в соревновательную борьбу. Выходки фанатов вредят спортивным ценностям, благодаря которым спорт приобретает социальную функцию: потому что тот, кто не играет, не участвует в соревновательном процессе, обязан вести себя так, как этого требует спортивная обстановка.

Спорт, как правило, незаметно перерастает в профессиональный, тем самым, отравляя чистые мотивы занятий спортом мотивами и интересами другого плана. Так называемый «неправильный» любительский спорт предоставляет тысячу впечатляющих доказательств этого, стоит лишь взглянуть на олимпийские игры. В этой атмосфере выплата еще довольно таки небольших премий выглядит, вроде бы, нормально: вот так и портится спорт. С точки зрения морального представления целей считается, что бескорыстие, которое является важным для спорта, нужно поддерживать.

Ценным способом уладить это с воспитательной точки зрения, которую можно определить как спортивный стиль, может явиться приведение слов известного Г. Джуны: «Личностный способ самовыражения основывается на спортивной установке; не менее этого и от способа построения собственной жизни, в характерной индивидуальной форме самовыражения и в формировании межличностных отношений. Основой чего является стиль познания всех личностных возможностей: будь то познание, что мы можем и чего не знаем; будь то воля, которая в наилучшей форме поможет реализовать то, к чему мы стремимся; будь то знания, которые осуществляют эти цели совместно с целями другого плана, в противоположной зависимости, намечая противоположность одного другому, чтобы быть в состоянии различать их, но так же и объединять, с целью достижения по возможности наиболее высокого уровня образования».

Если проследить путь, который одиночка или группа прокладывает в социальной жизни, можно получить тенденции и признаки, которые встречаются у каждого в спортивной деятельности и знание которых оказываются важными для социального и морального воспитания. Из этой перспективы получается долг следовать за противоположностями и иметь честолюбие, с которым молодежь выполняет в последовательности упражнения спортивной деятельности.

Анализируя точнее: «Что касается противоположностей: наблюдают, принят ли соответствующий кандидат в группу или нет; участвует он охотно в соревнованиях и сравнениях результатов; склоняется ли он к принятию на себя ведущей роли, командованию, организовыванию; агрессивен ли он; осуществляет ли он свою волю и свои решения; прост ли он и суров в общении; любит ли он опасности и риск; или если он социально покорен, охотно подходит к совместной работе; легко ли принимает решения, или подвластен воли других; способен ли приспособливаться...

В отношении честолюбия: наблюдают, имеет ли соответствующий кандидат желание улучшать достигнутые результаты; осуществляет ли он это, и требует ли при этом причитающегося ему; использует ли он благоприятные для его успеха обстоятельства; встречает ли он с интересом результаты своей спортивной деятельности; сравнивает ли он свою настоящую позицию с положением в прошлом; сравнивает ли он себя с другими; любит ли он быть на первом месте, опережать других, любит ли он успех».

Нужно гордиться знаниями такого содержания: установление чрезмерного честолюбия и противоположностей, в выше описанной форме, которое можно использовать при наблюдении спортивной деятельности, служит для установления деятельности, которая помогает ослабить негативные действия в этом направлении и устранять слабости.

Точки опоры, на которых основывается методический путь видения спортивной деятельности в функции социального воспитания, являются следующими:

а) Дискуссии спортивного содержания, которые соответствуют степени развития молодого человека и соответствуют его ожиданиям; проводимые без принуждения и по содержанию соответствующие его уровню.

в) Спортивной активностью достигают эффективного группового эффекта.

с) Из группы или команды делают центр передающего сотрудничества.

То, что касается сотрудничества в пределах группы: чем больше выбранное смысловое содержание соответствует желаниям и интересам участников, тем плодотворнее сотрудничество будет в группе. В конце концов, это мотивирует у атлетов сотрудничество в подготовке и организации турниров и другой деятельности.

Таким образом, доходит до общего свидетельства чувства сплоченности, которое благодаря обсуждениям, разработке проектов, учебе, необходимой для реализации проектов, и поиску по принципам «в организационной рамке», развивает с социальной точки зрения и является релевантным. Некоторые группы или социальные общности могут оказывать плохое влияние, пропагандируя самостоятельное повсеместное принятие решений. Проходя по такому маршруту, воспитание может привести к чрезмерному развитию свободы.

Значение скромности – это часть настоящей спортивной мысли, мы подразумеваем образование «спортивной группы», помогающей спортивному клубу раскрыться, расширить свой горизонт, который переманивает на свою сторону общественные интересы, освобождает от предрассудков и недоверия. Тем более, не трудно согласиться с тем, что наблюдается то, что «спорт стоит в центре интересов, и ценен тем, что имеет преимущество, предлагать возможность быть вместе со многими другими людьми, у которых те же самые интересы».

Таким образом, с точки зрения воспитания правильно практикуемый спорт может представлять важное средство для оформления жизни коллектива, которая часто проходит серо, официально и с взаимной безучастностью, которая не может никогда достаточно порицаться, более гомогенно, более унифицировано и социально ценно. Каждый партнер должен рассматриваться в качестве коллеги, который, благодаря своему активному участию в соревновании делает его интересным и пробуждает во всех готовность мобилизовать последние запасы энергии. Это распространяется на собственную команду и на команду соперничающую и является очень важным элементом для придания формы характера и качеств, которыми обладает хороший гражданин.

Достигающиеся цели могут указываться, как описано ниже, при перспективе социального воспитания:

а) Трансфер предпочитают те, чье устройство в исполнении спортивной деятельности, в личной, социальной жизни, созрело для этого, как утверждает Жейдон: «В спорте те победы самые прекрасные, которые достигаются над самим собой. Чтобы этого достичь, необходимо обучать волю, совершенствовать его вплоть до смелости, подчиняться жесткой тренировке, прививать дисциплину и придерживаться строгого воспитания. Это так, если преследовать крайне высокие цели, необходимо учиться выносить страдание. На школу, трудовую жизнь или интеллектуальное развитие переносят те программы, которые необходимы, чтобы сформировать характер».

б) Чувству силы обучают, не для того чтобы прославлять физическую силу и определять идеалы самонадеянности, а для того, чтобы, точно определить при помощи нее смысл внутренней дисциплины, о которой утверждает Ферстер: «Начинающие в области воспитания характера склоняются к тому, что полагают, что определенная внешняя доблесть и большая физическая сила являются самым уверенным путем для достижения настоящей мужской силы. Это ни что иное, как всего лишь иллюзия. Мужская сила достигается благодаря дисциплине, а дисциплина достигается благодаря совести. Правильное обращение с совестью – залог развития мужских качеств».

с) Содействовать готовности к совместным действиям в комплексной динамике (от планирования к проведению и оцениванию).

д) Воспитывать «лидеров», которые нуждаются в общности, но удостовериться, что ученики могут переносить качества руководителя на другие области человеческих взаимосвязей: в любом

случае спортивная деятельность должна вести к образованию элементарных командирских качеств, естественно, в рамках дозволенного, при которых занятием играет ключевую роль.

е) Нерешительных и молодых людей с комплексами неполноценности научить, чтобы они смогли раскрыть свои способности и их ценность: спортивные ситуации являются специальным средством, чтобы придать ученику чувство уверенности в сложных ситуациях, которые препятствуют становлению полноценным членом команды. С этой точки зрения спортивное воспитание не является ничем другим, как воспитание надежных действий в команде.

**Техника:**

- Подтверждение индивидуального характера личности.
- Динамическое, целенаправленное, гармоничное преобразование его структуры.
- Учиться тому, как учить (методика).
- Способность использовать в ситуациях оригинальные, экономные интеллигентные и понимаемые действия.

**Тактика:**

- Поощрение социального характера личности.
- Развитие межличностных отношений в пространстве и времени, в содержании, целях и в материи в целом.
- Способность к выражению и передаче различных средств, развивающихся параллельно.
- Свидетельства демократической жизни в прямом смысле свободы.

### ***Тематика, педагогика и спорт.***

Любой метод педагогических исследований дополняет (сюда входят и вопросы воспитательного плана) спорт, потому что он является воспитательным действием. Итак, преимущества спорта можно использовать как педагогические средства в методике воспитания, которые должны представлять три области педагогической тематики, благодаря своим составляющим.

Из этого мы можем сделать вывод:

Если изучение антропологии, являющейся первой основополагающей частью педагогики, есть одновременно научное исследование анамнезы, то непонятно, почему на неё не опираются другие области, такие как медицина или спортивная пропедевтика предусматривающие первовмешательство исследования их направлений.

Прямое вмешательство подразумевает прикладную методику, которая по своей натуре может быть медико-педагогической или пропедевтически-инструктивной. Оно не ограничивается простым применением техник или систем без воспитательного содержания, а принимает во внимание характер соучастия воспитывающего и воспитываемого, в силу унифицированности основных педагогических правил.

Если обратить внимание на выше описанные правила, то можно прийти к третьей области последней в воспитании, и в спорте тоже, целью которой являются результаты, соблюдение человеческих идеалов, в которой уровень воспитания (тренировки) достигает у воспитуемого должного уровня.

***Рабочий проект педагогической аргументации в его возможном индивидуальном применении в качестве тренировочной методик.***

Знакомство человека со спортом. Что это такое?	Его воспитание, подготовка, тренировка. Каким образом?	Привести его к определенной цели.
Спортивно-педагогическая антропология.	Методика воспитания.	Постановка целей воспитательного и спортивного характера.
Перепроверка различных аспектов анамнеза.	Исходное положение.	Постоянное воспитание (которое соответствует состоянию здоровья и обнаруживает следующее содержание):
1) Анатомия.	F= самоизменяющиеся факторы	
2) Психология.		1) Самостоятельность и связывающая концепция.
3) Биология.	S/f=новые ситуации	
4) Психология.		2) Методика в связи с её реальным КПД.
5) Социология.	C= изменение ситуаций	
Воспитательные возможности.	Директивы выполнения.	3) Область воспитания коммуникации и социализации.

***Марио Гори  
Доцент теории и методик  
Флорентийского Университета  
Спортивных Наук (I.S.E.F.).***

## ***Введение.***

Два воспитательно-моральных мотива подтолкнули меня на создание этого труда. Во-первых, игра в футбол рассматривалась как важнейшее воспитательное средство, целью которого является влияние на подрастающее поколение в социальном смысле. Во взаимодействии с этим положением возникают (на основе методик и дидактики футбольной тактики) возможности взаимодействий в игре. Игра в пространстве обладает в её аутентичной форме этими качествами. Кроме того, мы верим в то, что это в любом смысле соответствует логике, а именно то, что спортивная активность, на высоком уровне, должна стоять в противоположности психо-педагогическим знаниям. Это два аспекта одной и той же темы: постановка целей в реакции обмена (определяется в соревнованиях) является следствием действий, стимулом к которым является человеческое существо. Это обобщенный план, из которого мы исходили в своей работе:

- Мы располагаем социальной диспозицией → и получаем дружбу.
- Мы располагаем дружбой → и получаем готовность к взаимодействию.
- Мы располагаем готовностью к взаимодействию → и получаем коллективную работу.
- Мы располагаем коллективной работой → и получаем тактику.
- Мы располагаем тактикой → и получаем стратегию.



## Условные обозначения.



*Игрок в красной форме.*



*Игрок в синей форме.*



*Игрок в зеленой форме.*



*Игрок в желтой форме.*



*Игрок, представленный в построении игры.*



*Защищающийся игрок.*



*Игрок с мячом.*



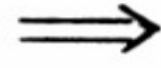
*Перемещение игрока.*



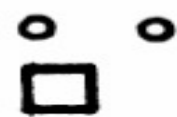
*Передача или удар по воротам.*



*Дриблинг.*



*Направление построения игры.*



*Штанги ворот.*

*Тренер.*

# Часть 1.

## Глава 1.

### *Социальные и аффективные факторы.*

Каждый знает, что футбол это коллективная игра; но не все прилагают достаточно усилий, чтобы полностью понять основные положения данной концепции. Другими словами, в командной тактике не принимается во внимание человеческий фактор. Эти условия появляются и проявляют себя в групповой динамике, отчего только глубокий анализ футбольной команды, как социального единства, дает возможность понять истинное значение коллективной игры.

Нужно осознать, что теоретические и методические основы игры в футбол не следует искать в стереотипах или искусственно созданных тактических изысканиях. По сути, это то же самое, что и какое-нибудь общество, которое пытается стать цивилизованным. В футбольном сообществе меняются только условия, «роли» и материальные ценности. Это значит, что тот, кто хочет понять развитие игры в футбол, должен направить свое понимание на ситуации технической постановки проблем.

Футбольная команда – это постоянно меняющаяся, непрерывно развивающаяся реальность: она возникает, развивается, изменяется, и, если этого не будет происходить, то она исчезнет (умрет).

#### *1.1 – Социальное разделение (трисекция).*

Так же, как и в любой другой общности, построение футбольной команды представлено в двух плоскостях:

**Окружающая среда** →

### **Общественная реальность**

**Внутренний мир** →

#### *1.1.1. – Окружающая среда.*

Это принято для всего, что функционирует по постоянным принципам и обозначается как целенаправленная группа.

При этом определяется целевое назначение, связи и дополнения извне. При футбольных командах, например, имеются: спортивный управляющий, президент, секретарь и т.д., в то время как в команде имеются нападающие, защитники, либеро и т.д.

Эти так называемые «институционные области» складываются из суммы общественных взаимоотношений и вырисовываются из соответствующих норм и функций, которые характеризуют группу с точки зрения окружающего мира.

#### *1.1.2. – Внутренний мир.*

Обозначим его понятием «социометрическая матрица», чьи этимологические корни тотчас же разъясняют нам суть этой концепции. Социометрия объясняется словами «социум» и «метр» = величина внутреннего мира партнера. Из этого можно сделать вывод, что социометрия спонтанно раскрывает личности членов команды с интимной точки зрения.

Окружающий мир определяет стимулы, как правило, благодаря желаниям и собственному восприятию. Первоочередными по содержанию являются желание защиты, уверенность и доверие, к которым стремится каждый в группе. Желания представляют собой первичный процесс человеческого развития и зарождаются в родственных отношениях.

Самосознание – это первичный процесс, основывающийся на идеале «я».

Самосознание зависит от возможностей самореализации в группе, доволен ли человек своим положением в данной общности, а также от точки зрения «как я вижу себя со стороны» и точки зрения «каким меня видят окружающие».

Между желаниями и самосознанием есть существенная разница: в то время когда первые являются материальными отношениями, второе является отношением к субъекту.

Комбинация желаний и самосознания всех членов команды составляет основные пункты социометрической матрицы. (При описании внутреннего мира нельзя опускать ни слова из следующей концепции).

#### *1.1.2.1. – Конфликт чувств вводимого в общество индивидуума.*

Различными способами сталкиваются друг с другом потребности зависимости и желания независимости, создавая конфликт.

Индивидуум чувствует себя в группе с её своеобразием уверенно, спокойно и чувствует опору (рассматривается тема лидерства и общественных целей).

Одновременно с этим он чувствует, что располагает тем, что является членом команды, частью доступа к своим желаниям и их реализации, ради чего можно пожертвовать собой.

Итак, из противоположности потребностей зависимости и независимости возникает определенный вид отношений. Сумма этих отношений (каждого отдельного индивидуума) создает равновесие, которое можно обозначить как *социо – аффективная основа группы*.

Для того чтобы иметь позитивное влияние на эту основу, необходимо вносить солидные моральные и культурные предпосылки. Например, в футбольной команде, если не оправданны ожидания, часто бывают несоответствия в социо – аффективной области. Таким образом, объясняется, например, почему команда, в составе которой есть много талантливых в футбольном плане игроков, показывает плохие результаты.

Следует добавить то, что внутренний мир распределяется в трех плоскостях, а именно:

1. Единичное.
2. Примитивное сосредоточение отдельных личностей.
3. Область интеграции примитивных сосредоточений.

(Эти подпункты помогут нам в следующих главах углубиться в исследование футбольных команд).

Важнейшее различие между внешним и внутренним мирами основывается на том факте, что первый является видимым, а второй является невидимым.

Кроме того, внешний мир является жестким и неизменным, а, в противоположность ему, внутренний мир представляет собой динамичную и изменяемую реальность, которая постоянно формируется и изменяется.

#### *1.1.3. – Общественная реальность.*

Благодаря динамической интеграции внутреннего мира и социометрической матрицы возникает общественная реальность, которую можно определить как продолжительный процесс «брожения» сил, энергии, импульсов, проектов и функций. Все эти компоненты группы сталкиваются и переплетаются друг с другом.

Можно понять, почему анализ футбольной команды является не просто действием, которое лишь складывает её таланты. И именно по этой причине многие неверно считают, что общественную реальность футбольной команды можно понять по простым схемам. Все наши наблюдения, будь то со стороны тренера, воспитателя, члена команды или просто наблюдателя, должны глубоко анализировать социальную и аффективную области.

В футбольных буднях, как правило, определяют, что была допущена грубая ошибка, если общественная реальность рассматривалась только со стороны проверки представлений об окружающем мире, не принимая во внимание социометрическую матрицу. Отсюда следует, что единственной заботой руководства клуба является купля-продажа игроков и тренеров.

#### 1.1.4. – Социометрический тест и социограмма.

Мы уже упоминали выше, что это сравнительно легко, рассматривать с этой точки зрения внешний мир, потому что этого достаточно для того, чтобы проверить формальные законы в группе и соответствующие области задач. Но это не так легко, понять социометрическую матрицу.

Для этой цели мы хотели бы предложить специальный инструмент, который уже много лет используется в практике. Речь идет о социометрическом тесте. Он нацелен на то, чтобы быстро дать информацию о внутреннем мире. Можно провести прямой и непрямой социометрический тест (какой в данной ситуации является более целесообразным).

При проведении прямого теста игрокам просто дают заполнить анкету, в которой наряду с именем игрока представлены различные варианты выбора (например, «да», «нет», «все равно»).

Все социометрические тесты могут дать нам ссылки на социо-аффективную ситуацию в футбольном клубе, которые потом можно представить графически: таким образом, мы получим социограмму. Так у нас появляется возможность сравнить результаты технико-тактического плана с социально-аффективной ситуацией в команде.

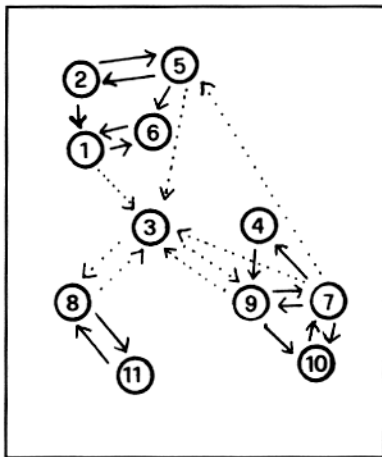


Abb. 1

Рис. 1.



Abb. 2

Рис. 2.

Например, на рисунке 1 видно, что игрок 3 не принимается в группу. В данной ситуации я стою перед выбором: менять этого игрока на другого или попытаться как-нибудь по-другому интегрировать его в группу. При проведении прямых тестов есть определенный риск, т.к. не все игроки по различным причинам отвечают на поставленные вопросы честно. Это в какой-то степени скрывает наши действия, и, поэтому нужно с каждым разом все осторожнее проводить прямые социометрические тесты.

Следует принять во внимание и то, что честное выполнение некоторыми индивидуумами социометрических тестов, выражающих свою неприязнь к тем или иным людям в коллективе, может пробудить чувство долга. По этим причинам следует прибегнуть к применению непрямого социометрического теста, чтобы преодолеть все эти препятствия. Прямой тест может привести к возникновению конфликтных ситуаций в группе, которые нужно сразу же разрешить.

Один из видов непрямого теста, который мы используем, заключается в том, чтобы дать возможность каждому игроку самому создать идеальные в его понимании условия. Каждое из мнений окажет определенное влияние благодаря возникающим симпатиям и антипатиям. Отсюда следует, что мы должны, прежде чем обобщить информацию для её интерпретации, построить социограмму, которая покажет действительное положение социально-аффективных отношений в группе.

Позитивным является то, что этот тест можно провести и с руководством клуба, потому что информация о симпатиях и антипатиях вне команды тоже может быть полезной. В связи с этим принимается во внимание следующая социально-аффективная точка зрения: «В стрессовых ситуациях атлет выбирает такую форму психомоторного поведения, с которой он лучше всего знаком, и, таким образом, на бессознательном уровне, достигает эмоционального удовлетворения».

Наблюдения показывают, что футболисты в ключевые моменты игры делают передачи, как правило, тем игрокам, кто является в жизни их друзьями; хотя те в данный момент могут стоять в неудобной позиции или быть закрытыми. Мы придерживаемся мнения, что это является одной из причин, почему эмоционально сильные команды могут в критические моменты выходить из сложных ситуаций.

Таким образом, мы понимаем, насколько велика в работе поддержка социогамм. Они помогают нам в определении тактических критериев, принимая во внимание социальные и аффективные ценности, которые помогают готовить команду, тренировать её.

## **1.2. - Объединяющие факторы в командных играх.**

Определение объединения (когезии) приходит из физики и выражает агрегатное состояние, силу присоединения между членами группы.

Это агрегатное состояние не имеет никакого статического значения и независимо от формального единообразного состояния, как, например, то, что члены группы должны обладать похожими чертами характера. Это не играет никакой роли, если в команде играют индивидуумы, которые являются выходцами из одной прослойки общества или принадлежат одной расе, обладая одним и тем же культурным и географическим происхождением.

Единственной необратимой предпосылкой является отсутствие предрассудков и различных мнений противоречащих друг другу. Кроме того, как считают некоторые, нет связей, которые повторяли бы некие предрассудки, достигаемые благодаря угнетению некоторых компонентов.

У всех членов команды должен быть стимул, чтобы все свои силы направить на достижение интересов команды, чтобы это действительно было «объединение» в прямом смысле слова, показывающее приспособляемость к совместной работе.

Единение в группе должно достигаться не за счет болезненной, инфантильной самоотдачи, а за счет критически функциональной совместной работы.

По такому случаю, мы можем себе позволить привести следующее высказывание:

«Люди, заинтересованные проведением одного дела (в данном случае игры) всегда будут стараться действовать сообща». Факторы, составляющие единение, определяются большим количеством действенных социальных и аффективных элементов.

### **1.2.1. – Социальная готовность.**

Это самое ценное качество в человеческих отношениях. Оно выражает высший уровень ответственности, потому что каждый человек в состоянии необходимости может что-то отдать и, наоборот, взять у отдающего. Это условия, при которых происходит определенный обмен, который не заносится в книгу учета, где сказано кто сколько отдал, и кто сколько взял.

Понимаемая таким образом возможность является единственной, позволяющей нам прибавить смысл в человеческие отношения; т.е. она есть то, что нужно нам, а мы – то, что нужно ей.

Социальная возможность – это камень преткновения, на котором приостанавливаются все человеческие отношения: любовь, дружба, взаимоуважение и, в нашем случае, сила командного духа.

### **1.2.2. – Общая цель.**

Она соответствует слиянию ценностей и энергии, где освобождение человеческих потребностей понимается не как цель, а как средство.

### **1.2.3. – Коммуникация.**

Возможность почувствовать себя свободно в дружественной атмосфере является основой крепкой связи.

Исходя из этого, нам нужно приложить усилия для того, чтобы создать мотивацию у других, поделиться с ними чувствами и мнениями, так, чтобы все почувствовали себя активными членами группы.

#### 1.2.4. – *Знакомство.*

Мы должны способствовать развитию атмосферы, в которой у каждого возникают спонтанные желания познакомиться с остальными и изучить их, где все члены группы делятся своими мыслями и раскрывают свою личность партнерам.

#### 1.2.5. – *Взаимность.*

Каждый должен стараться «вжиться» в ситуацию другого. С точки зрения тактических и аффективных основ это имеет большое значение.

Поэтому необходимо, чтобы игроки правильно понимали друг друга, ставить их на различные игровые позиции, чтобы они привыкали друг к другу в различных игровых ситуациях.

#### 1.2.6. – *Удовлетворение индивидуальных потребностей.*

Частично упускается то, что каждый нуждается в самовыражении, независимо от целей всей команды.

В командных играх это чаще всего достигается путем распределения и выделения областей задач.

#### 1.2.7. – *Самоуправление.*

Оно состоит в способности установления и добровольного соблюдения правил. Способность к соблюдению моральных норм поведения по отношению к противнику, опираясь на правила, всегда должна соответствовать правилам честной игры.

#### 1.2.8. – *Взаимная зависимость.*

Основным её мотивом является взаимность, которая выражается в возможности интегрирования собственной деятельности в общую деятельность.

#### 1.2.9. – *Коллективный опыт.*

При помощи этого фактора нашей целью будет обсуждение важности воспринимаемой динамики, с которой мы сталкиваемся в нашей повседневной жизни. Действительно, можно заметить, что опыт других, особенно в коллективе, может быть очень полезным, поэтому не следует допускать в коллективе безучастности кого-либо из его членов. В чем же причины этого?

Совместный опыт влияет позитивно или негативно и объединяет отдельных индивидуумов с сообществом. Вы никогда не задавали себе вопрос, при каких обстоятельствах завязывается крепкая дружба? «Во время прохождения военной службы». Крепкая дружба может завязаться во время долговременных совместных действий в неприятных ситуациях с большими эмоциональными нагрузками. Есть много примеров тому, что люди, происходящие даже из разных слоев общества, уже на протяжении многих десятилетий поддерживают дружеские отношения, завязавшиеся еще во время Второй Мировой войны. Что же их объединяет? Общий путь страдания. Исходя из этого, можно сделать вывод, что если усилить чувство коллективизма, то можно создать в коллективе приятный рабочий климат, а с другой стороны не надо пугать коллектив предстоящей сложной работой. Если без каких-либо угрызений совести практиковать тренировки интервалами, то это приведет к появлению всеобщей неприязни (конечно, только в рамках тренировочного процесса), что известно из опыта. Если в команде, по определенным причинам, некоторые игроки не могут «срабатываться», то можно попробовать разделить команду на несколько более мелких групп, чтобы они привыкли друг к другу сначала в малых группах. Вы не можете себе даже представить, что в недалеком будущем этих людей будут связывать друг с другом как минимум две вещи: высокий уровень концентрации молочной кислоты и готовность действовать сообща.

#### 1.2.10. – *Коллективное общение.*

Тот факт, что мы во время тренировок общаемся друг с другом, означает, что мы осуществляем возможность продуктивного использования своих ресурсов.

Если бы было возможно активизировать нашу интеллигентность, внимательность и физические возможности благодаря методам общения, то у нас, наверняка, не осталось бы сомнений в чем-либо. Если бы мы выбрали это взамен той скуки, которая присуща нам в отсутствии коллективного общения, то нам удалось бы «крепко зажать в руках» наш спортивный менталитет. Если сказанное переходит в сделанное, то мы получаем определенную отправную точку (основание). Общение должно дополняться максимальным участием.

**Тренироваться и**                      **Общение**  
=    =  
**играть**                                      **Участие**

Исходя из этой причины, это подчиняется логике, что игровые формы, которые рассматриваются как средства развития общения, нужно ставить в конец тренировки, чтобы они «прибавили огоньку и задора уже подуставшим игрокам». При таких условиях меняется менталитет, и игра начинает рассматриваться как отдых, в то время как во время соревнований игроки включаются в стратегию игры; по такому поводу мы хотели бы Вам предложить на любом уровне рассматривать игру не только как отдых, но и как механическое повторение определенных действий, т.е. целенаправленные действия. Для того чтобы это осуществить, нужно рассматривать общение и волю как две стороны одной медали.

#### 1.2.11. – *Право управления.*

Оно определяет способы управления (руководства) группой.

Есть такое слово «лидерство», корнем которого является слово «лидер», т.е. вождь, шеф или командант, а также другие слова с таким же значением из военной области.

Различают лидерство как функцию и лидерство как отношения.

В то время как право управления как функция ограничивается только областью тренер – команда, то право управления как отношения распространяется на весь футбольный клуб.

В командных видах спорта задачей тренера является взять на себя роль лидера, который по традиции в любом случае пытается, как лидер контролировать отношения в коллективе. Эта тенденция иногда противоречит реальности, где настоящим правом управления не всегда владеет тренер (зачастую группа сама выбирает себе лидера).

Правом управления отношениями, как правило, владеет один из игроков команды, и очень редко кто-нибудь из руководства клуба. Если тренер не видит или не может понять, кто в команде лидер, то могут возникнуть разногласия в команде. Преимуществом всегда будет считаться, если тренер возьмет на себя обе формы права управления. Кроме того, есть возможность, чтобы тренер проводил руководство командой при помощи какого-нибудь игрока, обладающего авторитетом в команде.

Благодаря такому распределению лидерства при полном взаимопонимании тренера и этого игрока, а также их взаимном уважении, в команде может царить гармония.

#### ***Различные способы управления отношениями.***

Общим во всех командных видах спорта (футбол, регби, баскетбол, водное поло, гандбол, волейбол и т.д.) является наличие лидера в команде, который играет очень важную роль.

##### *Харизматический лидер.*

Этот тип часто встречается в футбольной среде. Его легко узнать, потому что его покрывает аура секретности, при помощи которой он держится на расстоянии от остальной команды. Он всегда закрыт для других, а на задаваемые вопросы часто отвечает уклончиво, потому что не всегда точно знает, как будут развиваться события.

Харизматический лидер постоянно придерживается скрытых философских концепций; скрытых, чтобы никто не мог увидеть его безыдейности, если бывают такие моменты.

##### *Авторитарный лидер.*

Это такой лидер, который тренировки проводит при помощи «дубинки», и в таком же духе руководит командой вообще, «не щадя голов игроков» (он прежде думает о ногах, а лишь затем об игроках).

Ясно одно, что тот, кто практикует жесткие штрафные санкции, не уважает личность другого.

*Лидер-отец.*

У этого индивидуума отношение любви и ненависти к игрокам. Он никогда не соглашается со своими ошибками и никогда ничему не учится у своих учеников. Он считает, что учебный процесс его не должен касаться, а основой является то, что он при помощи своей концепции быстро добьется высоких результатов: он никогда не будет на последнем месте.

*Лидер-наставник.*

Последний в нашем списке.

В традиционной футбольной среде он все еще встречается не часто. Появление этого типа произошло благодаря неправильной интерпретации некоторых психолого-педагогических теорий, которые просто не были еще достаточно глубоко изучены.

Лидер-наставник оказывает влияние на группу, создавая основу для проявления легкой анархии. Интересен тот факт, что в таких группах нет определенного направления развития, но все же в этой среде у личностей есть больше возможностей для приспособления к той или иной среде, нежели при наличии лидера одного из вышеописанных типов.

В этом контексте «наставничества» царит хаос, но, когда это случается, возникает потребность порядка и организации, которые и становятся на бессознательном уровне целью поиска.

В этой хаотичности происходит то, что индивидуумы включают свою фантазию и в ситуациях действуют спонтанно, давая свободу своим творческим способностям. Именно по этим причинам очень многим выдающимся игрокам не удается раскрыться в сильнейших клубах. Им чаще всего удается это в более подходящей для них среде, например, в «уличной среде».

Тип лидера, который мы хотели бы Вам предложить, это «лидер-катализатор».

Он отличается от вышеперечисленных тем, что своего авторитета он достигает на игровом поле, где он достигает признания в этой функции. Лидерство в данном случае является не статичным или централистичным, а динамичным, способствующим развитию индивидуумов в группе. Такое право управления связано со значением воспитания как творческого стремления личностных задатков.

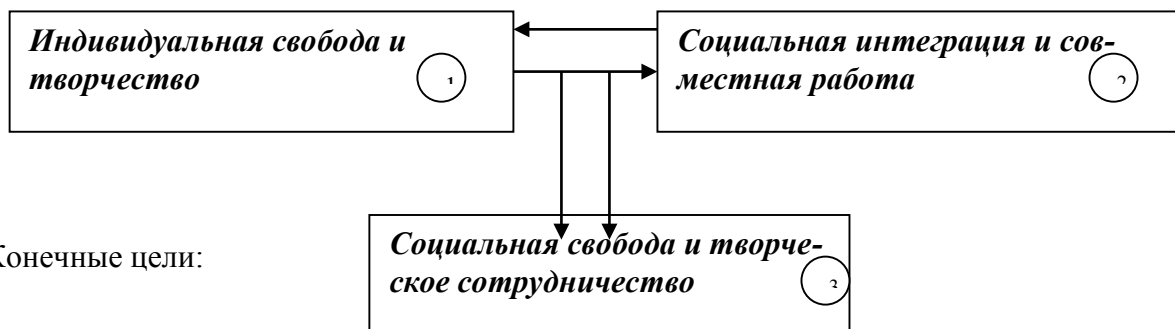
На основе этих принципов устанавливаются правила (законы) и задачи для отдельных индивидуумов. Определяются цели и устраняются разногласия. Таким образом, предоставляется возможность возникновения определенных условий, где растет упорядоченное значение, организация и правильная интерпретация задач и ролей, совместно с творческим духом.

### 1.3. – Эффективные цели в социальной области.

Мы ссылаемся на такую учебную модель, которая дает указания по планированию при управлении футбольной командой.

Основное внимание уделяется трем следующим целям.

Цели в начале работы:



Конечные цели:



Что касается цели 1 (индивидуальная свобода и творчество), отметим вкратце, что «движущая сила» спонтанности в определенной среде ведет к выражению, где дана определенная индивидуальная свобода. К этим условиям должно подойти знание основополагающих целей. Благодаря динамическому сравнению свободной спонтанности с общими целями, первоначальная спонтанность превращается в индивидуальное творчество 1.

Другая цель, которую тоже нужно всегда иметь в виду, это активизация духа совместной работы 2, отчего индивидуальное творчество может сослужить хорошую службу коллективу.

Благодаря динамичному дополнению этой области мы достигаем главной цели, которую мы определяем как творчество в совместной работе 3.

## **Глава 2.**

### ***Развитие игровых позиций в истории футбола.***

Если сталкиваешься с социальной структурой, такой как футбольная команда, которая придерживается давних традиций социального и тактического содержания, это значит, что следует поговорить об основополагающем значении этого и об областях задач.

Каждая классическая игровая позиция включает в себя часть истории и опыта, который футбол накопил за время своей эволюции. Эти знания необходимы игрокам для того, чтобы они лучше понимали свои задачи на поле, что существенно облегчит их практическую реализацию. Для тренеров эти знания имеют еще большее значение, так как они позволяют им развивать и совершенствовать их футбольные теории и методы.

Знание исторического развития игровых позиций может преумножить опыт во многих тактико-стратегических возможностях игры.

Кроме того, в педагогико-дидактической области не следует упускать из виду и тот факт, что развитие человеческой цивилизации, её филогенетики, происходит одновременно с онтогенетическим развитием.

Особое значение это имеет при планировании использования методов в юношеском секторе. Точнее говоря, в молодых футболистах должна воспитываться, основывающаяся на истории, футбольная культура, которая помогает им понять и опробовать все основополагающие стратегии игры (даже те, которые уже не используются).

Так называемое «живое» исследование прошлого – это самый значимый метод познания. Вспомним о том, что «кто больше знает, тот в состоянии быть творцом».

#### ***2.1 – Принятие роли или создание роли?***

У понятия «роль» в театральном мире в данной языковой области есть три специфических значения, а именно:

1. *Принятие роли.*
2. *Игра роли.*
3. *Создание роли.*

- *Принятие роли* идентифицируется с получением роли, когда возможности изменения сценария минимальны.

По этому же принципу игрок должен включать свое психомоторное поведение в игре, которое определяется в соревновательной среде как технико-тактические качества.

В футболе, например, принятие роли производится защитниками, которые закрывают своего непосредственного противника.

- *Игра роли* дословно означает играть роль, где открываются большие интерпретационные возможности в различных ситуациях. При игре роли дается личностная свобода выбора действий в

рамках какой-то определенной тематики, в то время как в принятии роли нет свободной инициативы.

- *Создание роли* - это то же самое, что и сотворение роли, где игроку предоставляется возможность проявить творчество, чтобы в игровой ситуации достичь цели новыми вариантами и средствами. Другими словами создание роли происходит благодаря синтезу спонтанности и анализу ситуации, без необходимости вводить заранее спланированные действия.

Если затрагивать образование футболиста, то все эти три пункта без исключения и принятие роли, и игра роли, и создание роли имеют большое значение.

Принятие роли следует понимать как личностную футбольную культуру, которая связана с эволюцией игры в футбол. Игра роли соответствует способности интерпретировать опыт и использовать его для достижения второстепенных целей. Создание роли выражает в рамках интерпретации ролей наивысший уровень развития; почему это удается, благодаря потребности и забыть о прошлом, и использовать прошлое себе в помощь одновременно.

Очень важно и следующее различие ролей:

*Роли, зависящие от ситуаций.* Они зависят от развития игры и постоянно варьируются.

*Командные задачи.* Здесь речь идет о распределении задач перед началом игры.

Вследствие этого, представим себе такой план, где проблематика областей задач игроков (их ролей) принимается во внимание во время фазы развития в юношеском возрасте.

1. Спонтанная игра.
2. Предоставление подходящих областей задач (ролям).
3. Распределение основополагающих ролей по мере их появления в истории футбола (принятие роли).
4. Интерпретация ролей (игра роли).
5. Изобретение роли (создание роли).

## **2.2 – Развитие областей задач в игровых системах.**

### **2.2.1 – У истоков игры в футбол.**

При первых попытках играть в футбол игра существенно отличалась от сегодняшней игры. Первым отличием было то, что не было игры в пас. Расположение игроков было тогда следующим: вратарь, один защитник и 9 нападающих, без полузащитников.

Система 1 – 0 – 9 (Рис. 3).

В 1863 году, когда была основана футбольная ассоциация, одного из нападающих сдвинули назад, и так появилась позиция центрального полузащитника.

Система 1 – 1 – 8 (Рис. 4).

Можно с уверенностью утверждать, что уже во времена становления игры уже существовали 4 основные игровые позиции: вратарь, защитник, полузащитник (хавбек)<sup>1</sup> и нападающий.

**Рис. 3.**

**Рис. 4.**

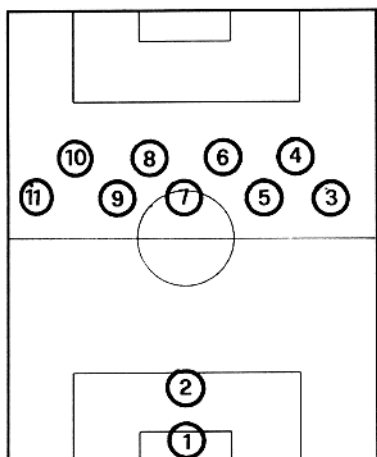


Abb. 3

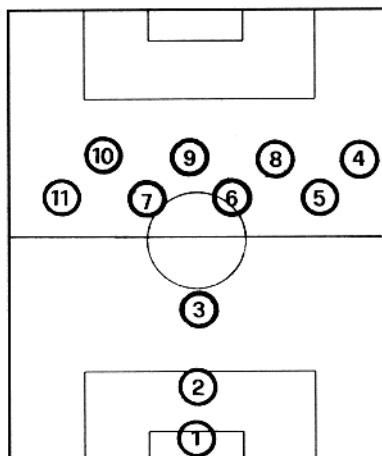


Abb. 4

<sup>1</sup> Это английское понятие не подразумевало чистого полузащитника, а игрока, который оставался на своей половине поля. Понятие центральный полузащитник появилось позже (митфилд).

Десятью годами позже назад сдвинули второго нападающего. Так появи-

лась система 1 – 2 – 7 (Рис. 5).

### 2.2.2 – Игра в пас.

Во второй половине семидесятых годов 19-го века в Великобритании совершают очередное революционное открытие в игре. Команда «Куинс Парк» стала практиковать спланированную игру в пас. Следствием этого тотчас же стало то, что игра стала более открытой и не характеризовалась больше массовыми столкновениями игроков и вытекающими из этого конфузами. Благодаря этому открытию между защитниками стало больше игрового пространства, что сделало возможным совместную игру. Стало выгодным увеличить число защитников с 1 до 2, чтобы добиться лучшего распределения игровой площади.

Система 2 – 2 – 6 (Рис. 6).

В этой системе было 2 защитника, 2 полузащитника, 4 фланговых нападающих и 2 центральных нападающих.

Рис. 5.

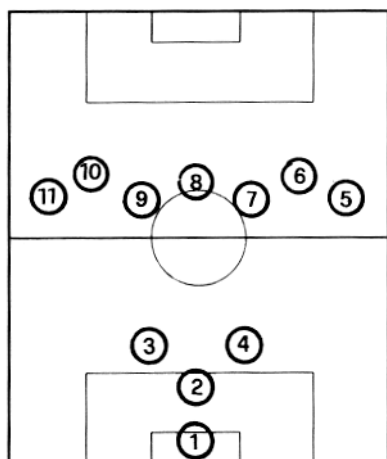


Abb. 5

Рис. 6.

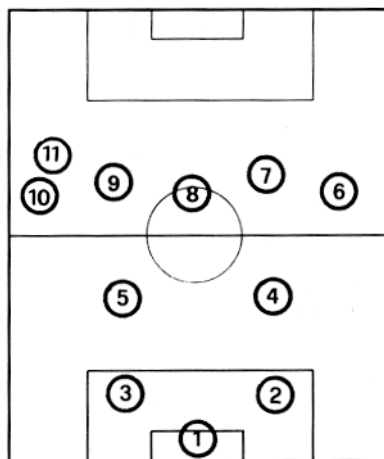


Abb. 6

### 2.2.3 – Система «Пирамида».

Несколькими годами позже было замечено, что необходимо еще одного игрока поставить в линию полузащиты, система 2 – 3 – 5 (рис. 7), которая по форме построения напоминала форму пирамиды. Благодаря этому был сделан решительный шаг в игровой тактике: был достигнут паритет между нападением и защитой.

Игроком, который находился в критическом положении, несомненно, был центральный полузащитник. Он одновременно выполнял функции защиты и помогал в нападении, поэтому он должен был обладать хорошим видением игры и антиципационными способностями. Его позиция и его

функции обязывали его к тому, чтобы знать, что творится перед ним, по бокам от него и за ним. Если к этому еще прибавить и то, что он должен обладать и выдающимися атлетическими качествами, то можно понять, почему раньше было трудно и сейчас нелегко найти центрального полузащитника, который был бы в состоянии в удовлетворительной форме выполнить все поставленные перед ним задачи. В системе «Пирамида» центральный полузащитник, если он находится в меньшинстве, то он склоняется к медленному смещению назад.

Области задач защитников были взаимозаменяемые: один атаковал противника с мячом, а второй сдвигался назад и прикрывал его как либеро (рис. 8). Флангового нападающего атаковал полузащитник, которого, в свою очередь, сзади подстраховывал защитник, находящийся на этой диагонали (рис. 9).

Рис. 7.

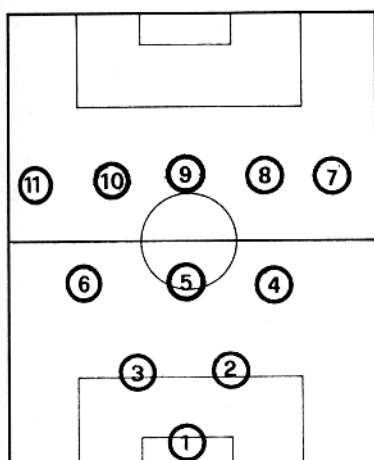


Abb. 7

Рис. 8.

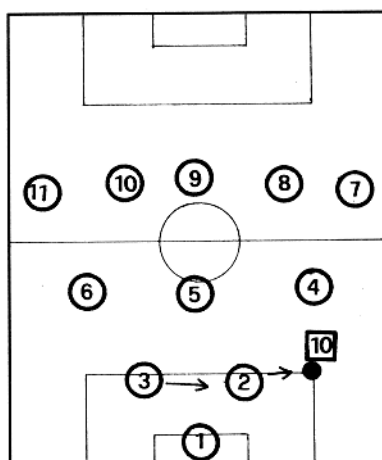


Abb. 8

В другом случае защитник атаковал флангового нападающего (рис. 9 и 10), а его прикрывал крайний или центральный полузащитник, или другой защитник.

Рис. 9.

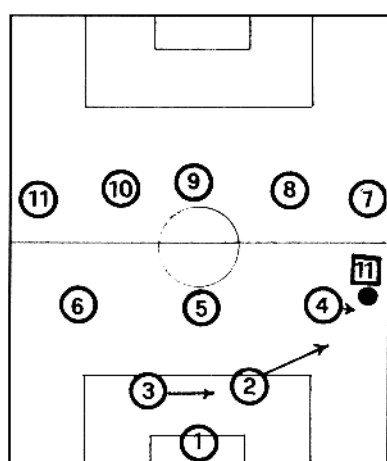


Abb. 9

Рис. 10.

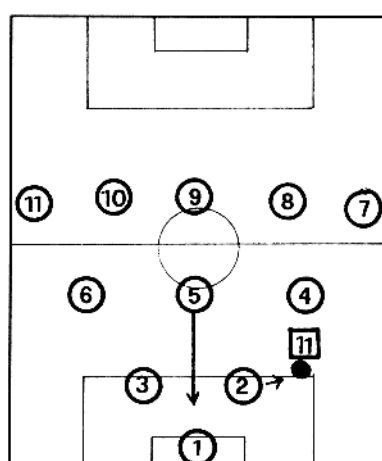


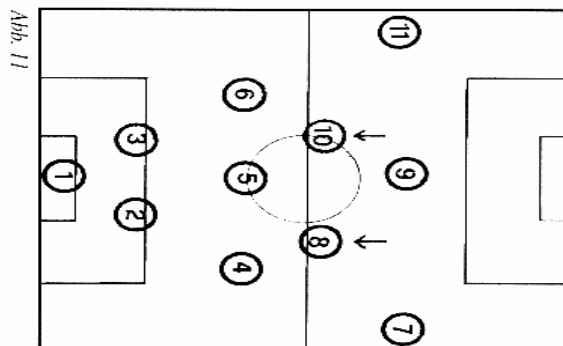
Abb. 10

Эта модель защиты была предшественником актуальной на сегодняшний день защиты, ориентированной на закрывание пространства, здесь мы видим закрывание пространства игроками при помощи их перестроения в зависимости от ситуации. Система «Пирамида» развивалась во всей Европе на протяжении около полувека. Эта «крепость» была поколеблена в 1925 году, году, когда в третий

и последний раз были изменены правила положений вне игры: сначала два игрока должны были находиться между нападающими и воротами противника.

Это изменение стало необходимым, когда стали играть систематически на создание положений вне игры, что, если бы не изменили правила игры, без сомнения намного снизило бы её активность. Против системы «Пирамида» итальянские специалисты сдвинули назад двоих фланговых нападающих, сделав из них полунападающих, так возникла система 2 – 3 – 2 – 3 (Рис. 11).

**Рис. 11.**



#### 2.2.4. – Закрывание игр

В конце 20-х годов Герберт знала», понял, что в коман-  
дах с изменением правила п горону нападения. Тогда  
он сдвинул назад в линию защиты центрального полузащитника, которого назвал «стоппером». Задачей последнего было контролировать центральную зону защиты и блокировать действия центрального нападающего противника. Таким образом, была впервые выдвинута концепция закрывания игроков, в которой крайние защитники были больше сдвинуты на фланги; оба крайних полузащитника сдвигались ближе к центру, что бы закрыть там нападающих игроков противника. Игроки 10 и 8 были немного сдвинуты назад. Таким образом, возникла чемпионская система WM 3 – 2 – 5 (рис. 12).

Кроме того, гениальный тренер Чепмен придумал контратаку (играть на перелом), где полузащитники и полунападающие, если атаковал противник, смещались назад и как бы заманивали противника продвинуться как можно дальше вперед. Потом, когда команда Чепмена завладевала мячом, делался пас вперед нападающим, и игра быстро переводилась вперед, где нападающие были в данный момент не в меньшинстве, а, как правило, в равном количестве с защитниками противника.

В качестве «противоядия» против этой чемпионской системы некоторые английские клубы применяли «двухголовое построение Лянчи», систему 3 – 3 – 4 (рис. 13). Здесь снова был центральный полузащитник, и было 4 нападающих: 2 центральных нападающих и 2 крайних нападающих. Таким образом, у чемпионской системы были проблемы, когда их атаковал противник, потому что стопперу приходилось бороться с двумя центральными нападающими.

**Рис. 12.**

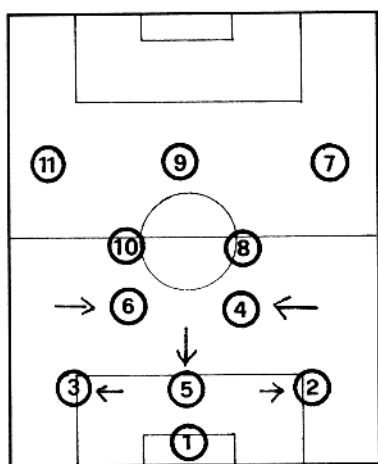


Abb. 12

**Рис. 13.**

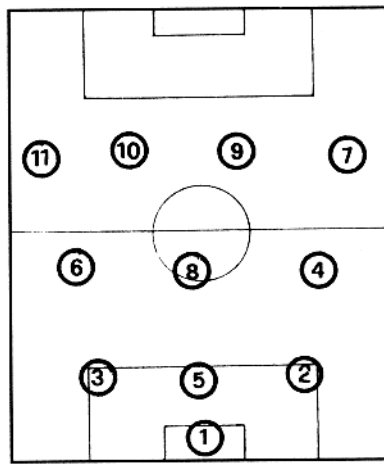


Abb. 13

Представленная на рисунке 14 система ММ (50-е годы), гарантировала лучшее равновесие, чем двухголовая система Лянчи. Это тактическое игровое выравнивание было особенно эффективным

во время контратак. Эта система успешно, а поэтому регулярно, применялась против WM (или «Системы»).

Системы WM и MM обладали в их изначальной форме слабостями в обороне, поэтому тренеры пытались найти новые решения для выхода из этой ситуации.

Было замечено, что особенно система WM, когда противник атаковал по центру или нападающие противника совершали маневры без мяча, была слаба. В 50-е годы в Англии предложили такую игровую модель (рис. 15), в которой защита закрывала пространство, а им на помощь сдвигались назад оба центральных полузащитника. Причем один из них смещался назад до уровня стоппера. Крайние защитники направляются в обороне по диагонали на позиции, которые необходимо закрыть, а дальний от мяча фланг оставляют открытым. Это был основополагающий шаг в направлении создания общеколлективной игры: *цель была не у одного игрока, а у всей группы.*

Рис. 14.

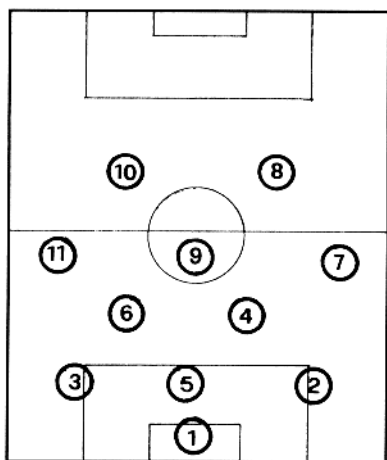


Abb. 14

Рис. 15.

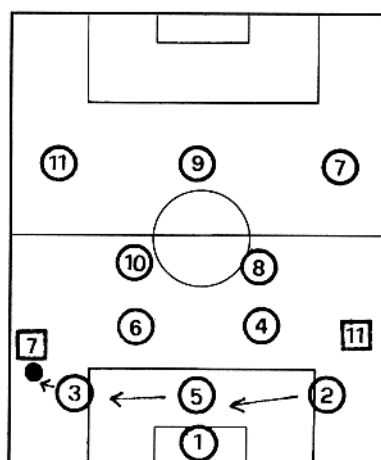


Abb. 15

### 2.2.5. – Игра с 4 защитниками.

В конце 50-х годов пришли к необходимости введения четвертого защитника, что позволило бы закрывать поле на всю его ширину.

Было предложено два варианта решения этой проблемы. Первый подразумевал поставить четвертого защитника за линией защиты на позицию либеро. Итак, было 3 защитника (2 крайних защитника и стоппер), а за ними был либеро. Он всегда находился за линией защиты и атаковал прорвавшегося в его зону противника.

В качестве второго варианта рассматривалась постановка четвертого защитника в одну линию с уже имеющимися 3 защитниками. Таким образом, получилась пара крайних защитников и пара центральных защитников. Эта команда играла на закрывание пространства.

Каким же стало расположение игроков в линии полузащиты и нападения после введения четвертого защитника? Уравнивающим выходом из положения было построение таким образом: 3 полузащитника и 3 нападающих, игровая модель 4 – 3 – 3 (рис. 16).

Эта форма построения обозначила следующий шаг в развитии футбола. Впервые центр тяжести команды находился ближе к защите, чем к нападению.

Бразильский вариант использования 4 защитников (2 крайних и 2 центральных защитника) стал основой системы 4 – 2 – 4 (рис. 17). Система состояла из 4 нападающих, 4 защитников и 2 полузащитников.

Рис. 16.

Рис. 17.

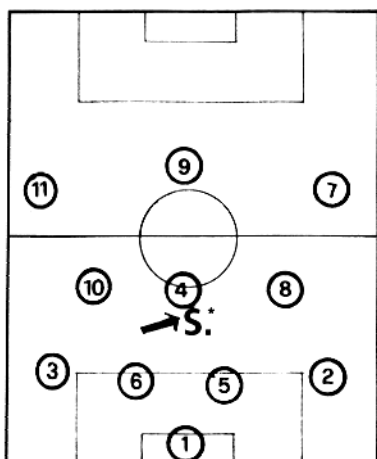


Abb. 16

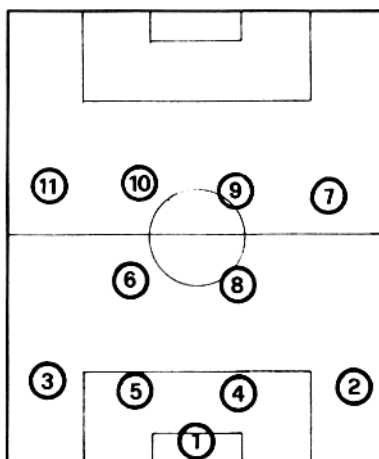


Abb. 17

*Впервые центр тяжести команды находился ближе к защите, чем к нападению.*

Последние были опорой команды, потому что они помогали и в защите, и в построении игры. При таком расположении полузащитники должны были обладать ненормированными кондиционными способностями, поэтому система 4 – 2 – 4 существовала больше на бумаге, чем в реальной практике; в действительности же применялась система 4 – 3 – 3 (играя по этой схеме, бразильцы стали в 1958 году Чемпионами Мира).

### 2.2.6. – Развитие линии полузащиты.

Введение 4 защитников, которые теперь находились в численном равенстве с нападающими, привело к следующему очень важному шагу.

Развивалась потребность более точного определения задач полузащитников. Они больше не были игроками, задачей которых были действия в зоне от середины поля в направлении своих ворот, теперь их задачей были действия и в обороне, и в построении и формировании игры.

Полузащитники, называвшиеся до этого времени хавбеками, стали называться игроками середины поля (митфилдами). Новое название точнее соответствовало их функциям, которые, как и в актуальных на сегодняшний день системах, стали более обширными.

С этими нововведениями в средней линии поля команды стали сильнее как в обороне, так и в нападении.

Таким образом, игра «созревала» до состояния появления в ней духа коллективизма и взаимопомощи.

**Рис. 18.**

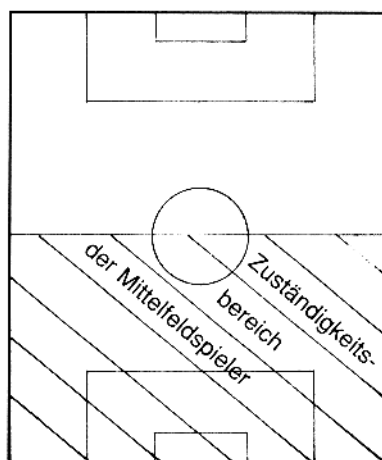


Abb. 18

### 2.2.7. - Einige Tendenzen zu einem Rückschritt hin

### *2.2.7. – Некоторые тенденции, ведущие к регрессу.*

Благодаря этим вдохновляющим предпосылкам в 60-е, 70-е годы многие тренеры склонялись к тенденции постоянного оборонительного стиля игры. В короткие сроки пришли к системам 4 – 4 – 2, 4 – 5 – 1 и даже к системам 5 – 3 – 2 и 5 – 4 – 1. Кроме того, игроки вынуждены были играть в схематическую игру по заученным и доведенным до автоматизма схемам по перемещению по полю и действиям. Такая психология привела к регрессу в развитии игры во многих её аспектах. Это оказывало негативное воздействие на развитие игроков и их творчество, а главным было постоянное направление на оборону.

### *2.2.8. – «Революция» в тотальном футболе.*

В качестве реакции на монотонность, чье влияние, в особенности ощутимое в Италии и до сегодняшнего дня, в 70-е годы в Голландии возник так называемый «тотальный футбол», который потом распространился по всем странам.

Этот тотальный футбол реагировал на тактическое развитие с его сложными поведенческими формами, которые приводили в футболе того времени к ненормированному контрасту.

При происхождении тотального футбола области задач игроков определялись с большой эластичностью и непринужденностью. Защитники становились нападающими, а нападающие со своей стороны без проблем становились защитниками. Полузащитников можно было узнать по их неизменным областям задач. Вратарь при создании положений вне игры выступал в роли либеро. Такой способ интерпретировать игру имел очень большое значение для человеческих потребностей: потребностей в творчестве.

Основы внутренних перемещений в команде были своего рода восстанием против чрезмерных тактических притеснений, которые угнетали игроков. Огромной заслугой тотального футбола стало то, что снова стали приниматься во внимание потребности человека к свободе и применению фантазии, которые не подавлялись стереотипами. Таким способом снова вернулись к психическому и аффективному происхождению игры в футбол.

Несомненно, и в тотальном футболе есть преувеличения. Он был своего рода важным подъемом эмоций и опыта, что имело очень большое значение.

### *2.2.9. – Каким должен быть актуальный футбол: нужно изобретать новые области задач или копировать из прошлого?*

Оба этих варианта решения проблемы являются крайними. Этот вопрос должен решаться исходя из целей и возможностей, динамично со всеми вытекающими из этого последствиями. Побуждением к этому должна быть интерпретация областей задач из прошлого.

Нет определенных правил и рецептов: если данные анализа вашей ситуации свидетельствуют, что в соответствующем случае применение устаревших игровых позиций и областей задач (следует не упустить из виду то, что уже система «Пирамида», по которой играли в период с 1880 года по 1920 год, богата технико-тактическими приемами, которые стали частью современного футбола) может принести пользу, то нужно применять их без промедления. А наряду с этим можно придумать и внести сюда что-нибудь новое, что улучшит имеющееся. Вспомним, что история «учит» жизнь, и для этого не обязательно историю знать наизусть, нужно просто быть с ней знакомым, чтобы правильно понимать настоящее.

## **2.3 – Области задач и коллективная игра.**

Когда говорят об областях задач и позициях, нужно неизбежно упоминать и все возникающие противоречия.



Как мы уже вкратце рассматривали, с одной стороны есть тенденция к узкой специализации игроков, а с другой стороны можно играть без определенного закрепления того или иного игрока постоянно на одной позиции, чтобы игроки умели играть в разных позициях.

Хорошо, тогда суть вопроса заключается в том, чтобы рассматривать данную проблематику с какой-то другой позиции. Специализация, поддерживающая природную склонность к игре на определенной позиции – это реальность, которую мы не имеем права не понимать, и в то же время мы пытаемся всех игроков унифицировать. Первородная проблема заключается в том, чтобы развитые качества отдельного игрока направить на гармонизацию с целями всей команды.

Проблематика позиций и совместной игры делится на две составляющие:

1. Распределение позиций, как по функции индивидуальных способностей, так и по потребностям команды.
2. «Связь» вышесказанного.

Предположим, что все игроки, имеющиеся в наличии, являются средствами для необходимой связи, что, в субстанции, является способностью в построении игры и качеством защиты без мяча. С традиционных точек зрения (имеется в виду то, что мы находимся в фазе развития и, вследствие этого, изменения футбола) принимается во внимание то, что построение игры является задачей полузащитников, в то время как защитники обороняются, а нападающие забивают голы. Есть особые хорошие причины, которые, как мы видели, привели к этой концепции, которую, правда, не полностью нужно отвергать, а лишь, без сомнения, подвергнуть определенным изменениям. Наш взгляд на футбол начинается с согласия с распределением областей задач защитников, полузащитников и нападающих.

Но, в то время, как до сих пор говорилось о «взаимопомощи» звеньев команды, мы предпочтем выражение «интеграция», которое будет рассмотрено во второй половине данной книги.

#### **2.4. – *Игровые позиции и зоны игрового поля.***

Исходя из пространственных и временных предпосылок, которые переплетаются с аффективными и социальными условиями, разделим игроков на две основные категории: *игроки, выполняющие задачи в центре поля и игроки, действующие на флангах*. Попытаемся изобразить психолого-морфологический профиль.

Первые – это «холодные вычислительные устройства», обладающие отличным видением поля и умеющие правильно рассчитывать время. Они склонны к предвидению, предугадыванию и распознаванию действий по построению игры. Речь не идет об эмоционально стабильных индивидуумах, которые в состоянии проследить за развитием игры во всех направлениях (слева, справа, спереди и сзади) и правильно все интерпретировать, способных напугать и сбить с толку. Такие атлеты, как правило, действуют не инстинктивно, а руководствуются своим пониманием игры. Проблема этих игроков заключается в том, что наряду с этими имеющимися положительными природными качествами у них, как правило, отсутствует нужная скорость и выносливость. Именно по этим причинам в период роста у них происходит большее развитие психомоторных антиципационных способностей.

Фланговые игроки, наоборот, мускулистые, сильные, быстрые атлеты. Они предпочитают, так как они легко возбудимы, быстрые действия (нервная система легко возбудима) и являются по своей конституции быстрыми и выносливыми. У них более быстрый обмен веществ, чем у выше рассмотренных игроков. Этим индивидуумам не хватает понимания общей тактической обстановки, потому что их конституционная раздражимость склоняет их к поспешным и необдуманым действиям.

По этим причинам они являются фланговыми игроками: *им нужно, чтобы сбоку от них была граница поля, которая является важным фактором для их эмоциональной уверенности, и является «тактическим ориентиром»*. Если их поставить в середину поля, то они растеряются, и произойдет конфуз.

Фланговые игроки не обладают природными антиципационными способностями (не следует путать со скоростью реакции, которая является одним из их положительных качеств); способность, которая у игроков такого типа с упорством развивается с детства.

Конечно же, существуют промежуточные стереотипы, которые развиваются, в общем, разносторонне у некоторых игроков.

Есть исключения, т.е. игроки, которые могут быть как игроками центра поля, так и играть на флангах.

*«Разум – это последний штрих Господа,  
касающийся эволюции».  
П.Г. Водехаус.*

### Глава 3.

#### **Футбольная интеллигентность: разработка стратегий решения.**

Предыдущая глава формально не соответствует первоначальным направлениям нашей работы: «Дружба, совместная работа, коллектив, тактика и стратегия».

Следующее содержание служит пропедевтически более легкому пониманию второй части и ни в коем случае не «перерезает красную ленту» работы по основному плану.

В качестве введения к этому аргументу хочется задать следующий вопрос: «Что понимают под интеллигентностью?» Необходимо уточнить, что это понятие не обладает постоянным, ограниченным значением. Оно выражается в различных концепциях, в зависимости от того, в каком контексте оно находится.

Рассмотрим, например, разницу в интеллигентности, которая требуется атлету, бегущему стометровку, и фехтовальщику во время боя. Или попытаемся оценить интеллигентность великолепного учителя, который своим рассказом так увлекает слушателей, что они сидят с открытыми ртами. Можно привести и комический пример, если мы будем рассматривать интеллигентность взломщика, который ворует церковную утварь, и, в то же время, заботится о спокойствии служителей церкви.

Итак, все эти индивидуумы в своей деятельности проявляют интеллигентность. Даже из примеров мы можем уяснить, что это за понятие: совершенно разные значения, качества, таланты и их отличительные черты.

Для того чтобы правильно связать это понятие с футболом, необходимо обратить внимание на различия «открытых» и «закрытых» систем.

Спортивная деятельность, и не только она, (игры, работа, искусство и т.д.) подразделяется на открытую и закрытую. Это указывает на отношение психомоторики к окружающей среде. Если ситуацию невозможно изменить, например, в случае прыжка с вышки или взрыва, то речь идет о закрытой системе. И наоборот, если ситуация не воспроизводима, речь идет об открытой системе. Исходя из этого, можно сказать, что выражение открытая система может использоваться синонимично в некоторых видах спорта, зависящих от развития ситуации.

Футбол, если принять во внимание создаваемые постоянно новые игровые ситуации, является видом спорта, зависящим от развития игровой ситуации. Число альтернатив для одной и той же комбинации ненормированно велико; количество игровых вариантов неограниченно.

Можно выделить особый аспект футбола как вида спорта: *непредсказуемость*.

Это действительно сложно, понять футбол с точки зрения понятий, и в то же время легко, наблюдать за его влиянием. Это понятие получается двояким: его легко видеть, но трудно объяснить, постоянно опровергаются факты, когда пытаешься его понять и объяснить распределение ролей игроков и схематизацию игры.

В качестве примера пролистаем часть энциклопедии, где затрагиваются формы поведения футболистов. Игрок должен в большей или в меньшей степени осознанно применять следующую информацию:

1. В какой зоне игровой площадки я нахожусь?
2. Где находятся мои партнеры, и что они делают?
3. Что предпринимают мои соперники, и что они собираются предпринять?
4. Где находится мяч?

К этим данным можно добавить еще много информации. Попытаемся расширить пункт 2.

- Сколько моих партнеров находится передо мной?
- Сколько моих партнеров находится позади меня?
- Сколько моих партнеров находится по бокам?
- Они уставшие? (Оценка их напряжения).
- Какие цели они преследуют?

и т.д.

Приведенные пункты – это лишь малое число в сравнении с реальностью. Для того чтобы получить исчерпывающую информацию, нам нужно будет в обобщенной форме представить большое количество пунктов. Футболисты должны в любой момент игры: *наблюдать, понимать, проявлять творчество и выбирать.*

Все же мы понимаем, что психомоторика футболиста в первую очередь является вопросом обработки информации. И в этом смысле следует понять значение футбольной интеллигентности, которая, точнее выражаясь, соответствует способности одного индивидуума применять безгранично высокое число вариативных данных.

### ***3.1 – Смысл тактического содержания техники и стратегии.***

*Тактику определяют как превращение оптимального психомоторного образа поведения для достижения определенной цели.*

Мы сделали по этому поводу два очень важных наблюдения.

Под «превращением формы поведения» мы понимаем выбор из уже известных моделей (стереотипов), а также создание новых психомоторных планов.

Что касается целей, следует отметить, что они определяются не априорно и не остаются постоянно одинаковыми. В футболе требуются постоянно меняющиеся ситуации, и игроки от раза к разу понимают, что эти ситуации меняются за короткие промежутки времени. На рисунке 19 мы видим как игрока с мячом А закрывает защитник С. Его партнер тоже закрыт и ему не удастся сделать передачу. В такой ситуации целью будет являться самостоятельное прохождение игрока с мячом к воротам противника и нанесение удара по ним. Вследствие чего в данном случае тактикой будет проведение дриблинга и нанесение удара по воротам. Если в данной ситуации противник проведет двойное закрывание игрока с мячом (рис. 20), то соответственно поменяются цели. Тактика будет следующей: сделать передачу игроку В, который уже будет в состоянии сам атаковать ворота противника.

На основе этого примера мы можем понять, что подразумевается под вариабельностью целей. Дополнительно можно говорить об индивидуальной тактике и командной тактике.

*Техника* отражает способность проводить с расчетом типичные игровые маневры. В применяемой во многих европейских странах терминологии слово «техника» по значению близко к выражению «моторные навыки».

*Различия и схожие аспекты между концепциями техники и тактики* (различие между ними состоит в основном в зависимости от ситуации).

В технике данные, которые помогали мне при анализе ситуаций, были постоянными. Поэтому, например, легче правильно высчитать для игрока, ведущего мяч, куда будет направлен мяч, потому что цель неизменна.

***Рис. 19.***

***Рис. 20.***

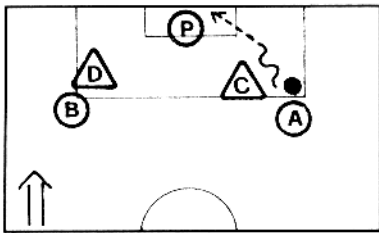


Abb. 19

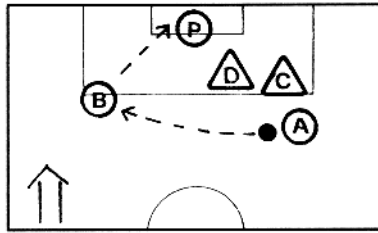


Abb. 20

В тактике, наоборот, необходимо каждый раз введение новых данных для анализа ситуации. Исходя из этого, спонтанно встает вопрос: «Может ли то, что для некоторых является техникой, для других стать тактикой?» Несомненно. Если мы, например, пригласим Марадону пожонглировать мячом, то речь будет идти о технике в «чистой культуре», потому что ситуация не меняется. Если же мы возьмем пятилетнего ребенка или заставим игрока надеть правый ботинок на левую ногу, а левый на правую и попросим пожонглировать мячом, то речь уже будет идти наряду с техникой и о тактике. Ситуация будет меняться после каждого касания, никогда не знаешь куда приземлится мяч: спереди от тебя, сзади, сбоку или вообще, разобьет чье-то окно. В последнем случае тот, кто жонглировал мячом, либо спрячется, либо убежит. Таким образом, мы видим, как действие, которое в футболе рассматривается только как техника, может содержать тактические элементы.

*Упражнения тактического содержания. Под этим понятием понимаются упражнения с чисто техническим содержанием, но которые больше связаны с вариативностью ситуаций.* Например: моей целью было тренироваться быстро делать передачу внутренней стороной ноги. Но вместо того, чтобы выполнять упражнение так, как оно есть, мы предложили игрокам каждый раз выбирать, бить им правой ногой или левой.

На рисунке 21 показано упражнение 3 против 1. Игра проходит, как показано стрелками. Если противник закроет игрока А, то игрок с мячом сделает передачу внутренней частью левой ноги игроку В. Потом мяч возвращается этому игроку назад и упражнение повторяется заново.

Мы хотели бы уточнить, что это не случайность, что ситуация сложилась именно таким образом, потому что траектория, придаваемая мячу, должна быть направлена в одну сторону с направлением движения партнера

(рис. 22). В противном случае (рис. 23) преимущество будет у защищающейся команды.

Рис. 21.

Рис. 22.

Рис. 23.

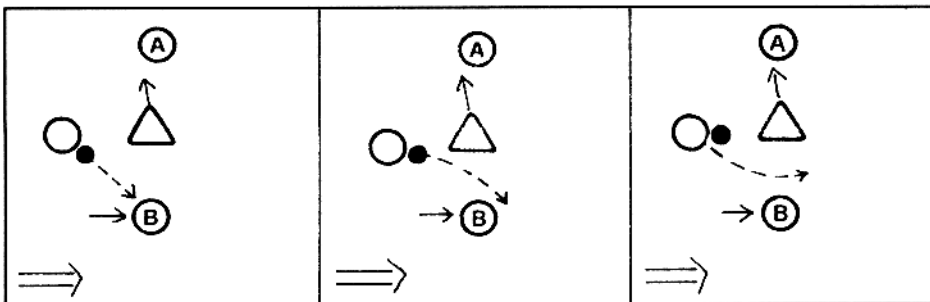


Abb. 21

Abb. 22

Abb. 23

*Стратегия. Она соответствует выбору и запланированному применению определенной тактики или нескольких тактик. Это выражение ни в коем случае нельзя путать с «тактическим преувеличением».*

Это так называемое «механическое течение игры», где игрокам говорят: «Ты должен делать это и только это, а ты должен делать то...». Эта преувеличенная тактическая форма препятствует развитию индивидуального творчества и мешает всей группе проявлять творчество, потому что игроки не учатся самостоятельно принимать решения. Но если она за короткий промежуток времени приведет к ощутимым результатам, то это указывает на методические ошибки, которые рано или поздно приведут к разрушительным последствиям. Правильное применение стратегии всегда зависит от

смысла ситуации, который можно определить, как способность анализировать ситуацию, разрабатывать рабочие планы и классифицировать ответные реакции. Голая техническая и атлетическая подготовка бессмысленна без тактического контекста. Это было бы, как если бы на уроке по музыкальному воспитанию говорить исключительно о психологии слуха и думать, что благодаря этому улучшатся мелодические навыки.

### 3.2 – Кибернетика и нервная система.

В этом пункте нашего исследования было бы уместным поговорить о некоторых основополагающих аспектах физиологии нервной системы в связи с некоторыми педагогическими теориями.

Нам известно, что нейрофизиология еще не в состоянии доказывать педагогические теории. Для того чтобы сформулировать какую-нибудь концепцию, мы можем лишь выдвигать различные гипотезы, теории, данные экспериментов и психологические знания.

Сквозь многообразие идей и информации наша интерпретация становится мишенью критиков, которые с удовольствием принимают её в конструктивной форме.

Начнем с анализа синтетической модели:

#### **Восприятие → Обработка → Адаптация.**

Эти три момента зависят от системы восприятия, системы обработки (центральной нервной системы) и системы исполнительных органов, т.е. реакции.

Центральная нервная система не связана на прямую с внешним миром, откуда она получает информацию через систему органов восприятия. Последняя располагает органами проприорецептивного и сенсорного восприятия.

Если речь идет о проприорецептивных органах, то следует заметить, что они информируют нас о состоянии тела. Их функции по даваемой информации можно разделить на:

1. Информация о нагрузке на мышцы.
2. На сухожилия.
3. Рабочий диапазон суставов.
4. Давление на стопу.
5. Вестибулярный аппарат.

Из сенсорных органов для нас огромное значение имеет зрительный анализатор. Он позволяет проводить репродукцию влияния внешнего мира.

Особое значение для нашего исследования имеет изучение поля зрения.

#### 3.2.1 – Поле зрения одного глаза и двух глаз.

Монокулярное поле зрения соответствует картине внешнего мира, который человек может увидеть при помощи одного глаза. Репродукция графика поля зрения одного глаза возможна.

**Рис. 24.** Приблизительное монокулярное поле зрения правого глаза.

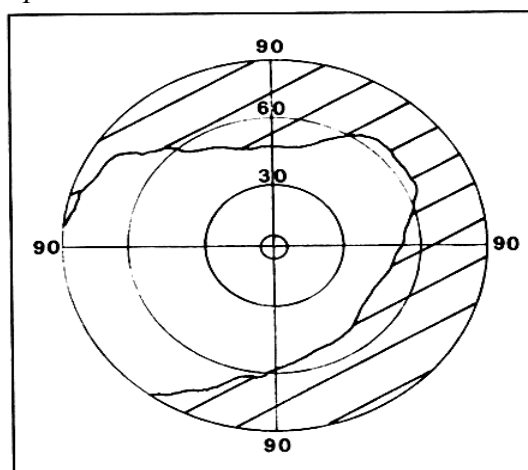
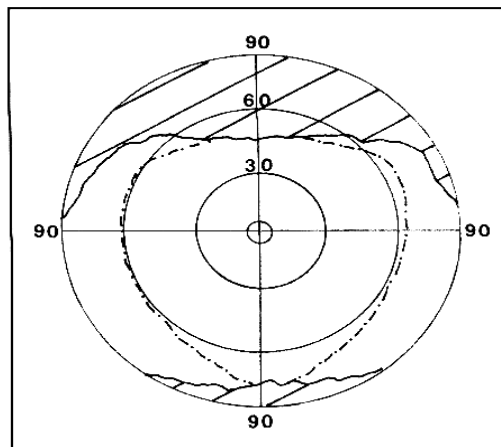


Abb. 24 - Annäherndes monokulares Sehfeld des rechten Auges

Круг на рисунке 24 дает нам гипотетическое представление 180 градусов (которые ограничивают кости черепа, в которых находится глазница). В действительности же монокулярный вид – это вид внутреннего глаза, исключая на рисунке заштрихованную область.

Бинокулярное поле зрения получится тогда, когда наложить друг на друга монокулярные поля зрения левого и правого глаз. Это показано на рисунке 25 и соответствует пространству зрения, которое ограничено пунктирной линией. Бинокулярное зрение обладает разверткой в длину около 110 градусов, и разверткой по фронту 120 градусов.

**Рис. 25.** Поле зрения двух глаз.



Зоны по бокам от ограниченного пунктирной ного поля зрения и тоже являются активными

*Разница между монокулярным и бинок* Abb. 25 - Beidäugiges Sehfeld

Мозг воспринимает изображение, начиная с двухмерного, от глаза он получает трехмерное изображение.

Бинокулярное зрение позволяет точное приближение к монокулярному зрению, особенно в отношении стереоскопического зрения.

У футболистов есть такая тенденция, пользоваться только бинокулярным зрением и игнорировать монокулярное зрение.

Это соответствует уменьшению использования максимальной ширины поля зрения: от возможных 180 градусов остается только 120 градусов. Поэтому должна быть такая цель, чтобы научить игроков использовать информацию из монокулярного поля зрения; что более или менее является помощью в улучшении видения игры.

В практике необходимо вводить тактические игровые формы, где необходимо, чтобы игроками принималась во внимание информация, как из центрального сектора поля зрения, так и из боковых секторов.

Мы предпочитаем одно упражнение (рис. 26), которое служит нам платформой для создания других упражнений по данной теме.

**Рис. 26.**

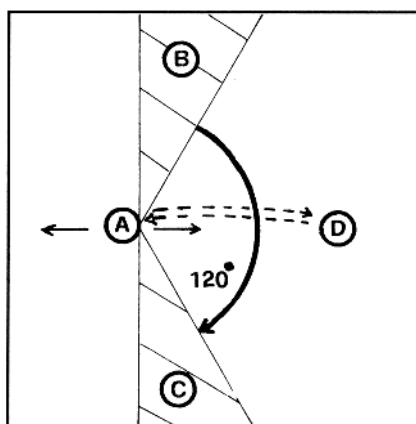


Abb. 26

Два игрока, стоящие по фронту друг к другу тренируют свою игру головой. Одновременно с этим еще два игрока стоят по углам. Они стоят так, чтобы находиться в зоне за пределами 120 градусов

для игрока А, и подают сигналы. Если они, например, поднимают левую руку, то игрок А должен оставаться на месте, если поднимают правую руку, то он должен бежать вперед, а если поднимают обе руки, то он должен развернуться и бежать назад.

### 3.2.2. – Система обработки данных.

Данные постоянно вводятся в перцептивную систему. Для получения ответов они скапливаются в эфферентной системе. В то время как отношения между «входом» и «выходом» информации Input → Output, на основе дедукции или экспериментальных исследований, более или менее известны, то система обработки данных, в большей части своих функций, неизвестна. Поэтому её называют «черный ящик».

В любом случае, мы попытаемся предложить кибернетическую модель обработки данных, которая должна послужить в достижении нашей цели. Наши наблюдения будут также направлены и на то, чтобы, по-возможности, осветить внутренне содержание «черного ящика», и не забыть про уже исследованную его внешнюю сторону (Input и Output).

Обратим наше внимание на некоторые основополагающие аспекты центральной нервной системы.

#### 3.2.2.1. – Иерархии в центральной нервной системе.

В центральной нервной системе различают 3 иерархические плоскости:

1. Кортикальная плоскость (кора головного мозга).
2. Субкортикальная плоскость.
3. Спинальная плоскость (спинномозговая).

1. Таламус (зрительный бугор).
2. Базальные ганглии, мозжечок.
3. Спинной мозг.

Каждый из этих органов, даже если его дополняют другие, обрабатывает информацию автономно. Эта обработка по её структуре настолько развита, насколько позволяет обрабатывающий орган по своему положению в иерархии.

*Важные признаки обработки информации.* В первую очередь органы показывают на высоком уровне объем памяти, куда запоминается информация, чтобы можно было обрабатывать большое количество информации. По этой причине центры высшей плоскости медленнее перерабатывают информацию. И напротив, субкортикальный центр, и спинномозговой центр обладают большими аккумуляционными способностями. Это обуславливает то, что эти центры, в сравнении с центрами коры головного мозга, обладают более ограниченной областью действия, поэтому число их ответных реакций ограничено.

Но субкортикальный и спинальный центры реагируют быстрее, чем кора головного мозга.

Что касается функций этой иерархической плоскости, ограничимся приведением обобщающей информации.

- В области спинного мозга происходит регулировка простых спинальных рефлексов.
- Субкортикальные центры «поставляют» стереотипичные примеры действий и контролируют неосознательные комплексные движения: автоматизмы.
- Кора головного мозга является решающим и самым развитым центром координации и контроля. От неё зависит изучение движений.

#### 3.2.2.2. – Связь между центрами центральной нервной системой.

Связи между различными нервными центрами варьируются по моторным требованиям, которые устанавливают более или менее автоматизированное выполнение функций.

В связи с этим следует учесть, что с одной стороны механизмы (которые были заучены) на высоком уровне обслуживают себя как автоматизмы, с другой стороны механизмы, которые на первый

взгляд работают полностью автоматически, подчиняются так называемому «диспетчерскому центру мозга». По этой причине появляется возможность осознанного вмешательства отдельных автоматизмов. Это дает нам повод поверить, что тренировка содержит в себе намного больше возможностей влияния, чем мы себе представляли.

### 3.2.2.3. – Канал мощности.

Создание плана деятельности связано с основополагающей концепцией кибернетических исследований: каналом мощности.

*Под каналом мощности понимают количество информации, которую в состоянии обработать центральная нервная система за определенный промежуток времени.*

Теоретическое рассмотрение данной концепции позволяет дать ответы на вопросы такого плана: «Существуют ли ограничения в количестве информации?», «Возможно ли одновременно делать два осознанных дела, управляемых корой головного мозга?».

Канал мощности направлен на представление того, что осознанная внимательность может быть направлена только на один какой-то аргумент, но не более, как показали многие эксперименты. Между тем, существует определенная величина нагрузки, которую есть возможность с особым вниманием развивать, т.е. увеличивать.

Теперь перенесем канал мощности в футбольный контекст. Во время игры, конечно же, есть ситуации, в которых величина информационной нагрузки может быть преодолена. Это явление способствует возникновению негативных влияний в области обработки информации, появляется неуверенность и страх.

Центральная нервная система не может в таких ситуациях логически упорядочить информацию, рассортировать её и точно определить цели. Это должно учитываться, что опытному атлету, в противоположность неопытному, тяжелее преодолеть канал мощности, потому что центральная нервная система экспериментирует со стратегиями решения задач и разрабатывает эти решения, которые способствуют достижению цели интеллектуальными средствами, не преодолевая рамки канала мощности.

### 3.2.3. – Рассмотрение решений выхода из проблемных ситуаций в футболе.

Обобщим имеющиеся у нас проверенные данные и попытаемся их связать в одно целое.

Выше мы рассматривали, что неисчислимо множество тактических элементов взаимосвязаны с моторными альтернативами.

Хочется еще добавить, время, которое нужно для обработки, минимально. Следует учесть то, что развитие игры никогда невозможно полностью предвидеть: ритм и ситуации постоянно меняются. Из этого следует, что время обработки может быть разным по продолжительности.

Может случиться, что у игроков в определенном игровом контексте может быть достаточно или даже предостаточно времени для обработки. Обобщенно можно констатировать, исследуя футбол, что динамика игры высока в «ключевых сценах», где повышаются и рамки риска, и воли к победе, и времени, необходимого для обработки данных, становится мало.

Это позволяет нам понять одно из основополагающих качеств футбола: *необходимость за короткий промежуток времени принимать и обрабатывать очень много информации.* Спонтанно встает вопрос: «Как реагирует в таком контексте центральная нервная система?» Ответим, что есть как минимум две стратегии решения:

1. Часто используемый способ решения проблем, с которыми приходится сталкиваться атлетам, - это рефлексивный выбор автоматизированных тактических средств на бессознательном уровне.
2. Вторым способом является то, что моторное поведение является следствием определенной активности сознания.

Итак, для того чтобы лучше объяснить две последние концепции, и потом в них углубиться, мы сочли необходимым, отталкиваясь от примеров.

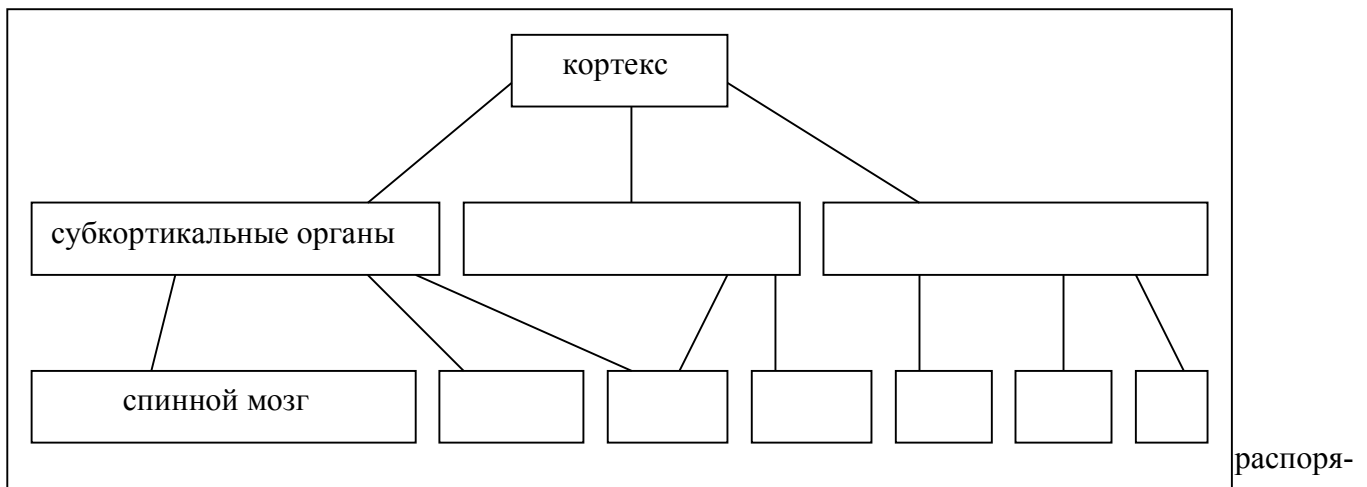


Сравним нервную систему с воинским подразделением. Они состоят из:

Отделение управления = кортекс.

Командование подразделениями = субкортикальные органы.

Войска = спинной мозг.



распоря-  
жении имеется достаточно времени для оповещения своего командования. последнее составит план, а командиры подразделений вовремя проинформируют об этом личный состав. Контратака будет настолько эффективна, насколько в глобальном смысле слова будут обдуманы все основные пункты.

Будем исходить из того, наши войска наступают ночью, когда противник, за исключением часовых, «находится в пижамах». В данном случае у командования не будет времени на оценивание обстановки и информировать об этом личный состав. В таком контексте командование не сможет организовать контратаку. Здесь уже все зависит от того, как будут действовать командиры подразделений и личный состав на местах.

Итак, что же сможет сделать армия, которой приходится вести войну с партизанами и постоянными засадами? У неё, как мы уже рассматривали немного выше, есть две возможности:

1. Командование не разрабатывает никаких планов, просто поднимаются по тревоге войска, а дальше уже действуют по ситуации.  
Таким способом есть возможность проводить контратаку. Но это, конечно же, будет уже не то, когда подразделения действуют слаженно.
2. Применить тактико-стратегические возможности командования, которое должно разработать план действий для данной ситуации.

Применение этого способа выхода из ситуации, как мы уже говорили, связано с большим недостатком времени, имеющимся в распоряжении войск.

Как справиться с этим препятствием?

В этом случае командование должно:

- a) Предугадать направление передвижения противника.
- b) Составить план действий. Командиры подразделений отдадут личному составу приказ, и армия будет действовать согласно этому приказу.
- c) Ускорить процесс передачи информации между подразделениями. Командование должно разработать систему, благодаря которой будет происходить скорейшая передача информации о происходящих действиях на все посты.
- d) Командование должно быть в состоянии влиять на автономные действия командиров подразделений. Мы еще раз приводим пример с партизанами, который нужно связать с футбольной тренировкой. Вы согласны с тем, что в футболистах нужно воспитывать и тренировать применение инстинктивных действий по построению противодействий (как в примере с партизанами)? Или Вы

придерживаетесь мнения, что нужно за короткий промежуток времени разработать план и придерживаться его? Я надеюсь, что Вы, без сомнения, выберете второе. Оно накладывается на путь человека в его эволюции.

### 3.2.4. – Кибернетическая модель футболиста.

Выше мы рассмотрели целенаправленные нейрофизиологические качества и представили свою точку зрения на основные концепции.

Теперь хотелось бы немного углубиться в некоторые из этих тем.

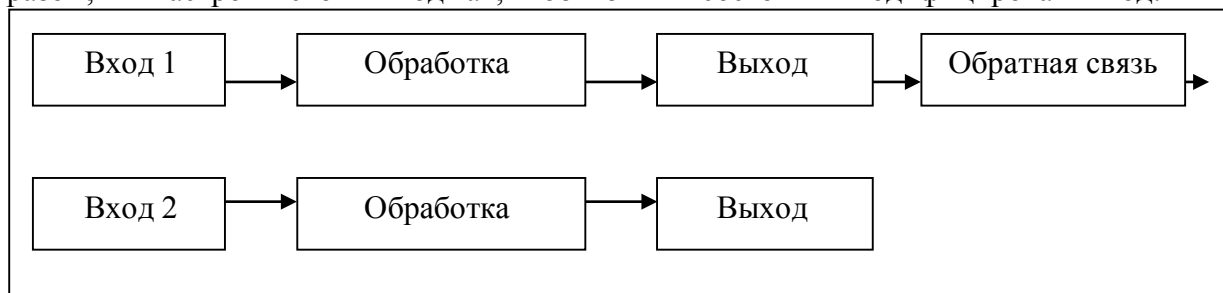
*Обратная связь.* Этот термин был введен в кибернетической науке и его применение оказывается полезным инструментом для исследований и развития.

Обратная связь – это знак, отражающий ответное сообщение и делающий возможным улучшение или усовершенствование выходного сигнала. Другими словами, он соответствует обратной связи входа и выхода, и позволяет контролировать и регулировать нейрофизиологические процессы. На основе характеристики у центральной нервной системы появляется возможность подстраиваться под окружающую среду.

Для обратной связи мы предлагаем две системы классификации. На основе критерия, который относится к контексту игры, мы получаем:

- 1) *Обратную связь в новой ситуации.*
- 2) *Обратную связь адаптации к новым условиям.*

Хотим обратить Ваше внимание на следующий пример. Если мы с игроками по окончании игры посмотрим фильм об этой же игре, то мы используем обратную связь в новой ситуации. Таким образом, мы настроим свой выход так, чтобы быть в состоянии модифицировать вход:

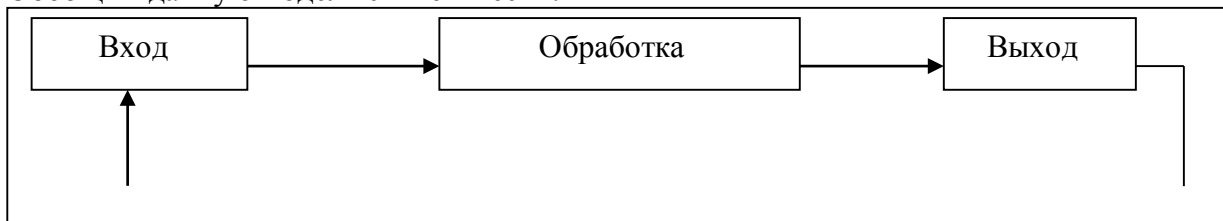


И наоборот, если произойдет следующая ситуация: во время игры я делаю скрещивание с партнером по команде, у которого мяч, и вижу, что этим я ему мешаю, то я импровизированно могу поменять направление движения и бежать уже вслед за ним. Это становится возможным благодаря обратной связи адаптации к новым условиям, которая позволяет мне действовать на основе выхода и соответственно приспосабливаться. В обратной связи различают *позитивные* и *негативные* ответные сообщения. Они являются позитивными, если усиливают первоначальное моторное поведение; и негативными, если наоборот ослабляют. Например, если игрок задумал нанести удар по воротам противника в ближний угол, но в последний момент замечает, что вратарь оставляет открытым дальний угол, то его первоначальное намерение резко меняется. Вследствие чего ему в данной ситуации может удастся ударить в дальний угол, по его новому плану, или, все же, он будет с неполной уверенностью быть в ближний угол, а может произойти вообще неожиданное: он ударит по центру ворот.

Возьмем того же игрока в ситуации, когда он хочет нанести удар в ближний угол ворот, а вратарь противника, наоборот, концентрируется на дальнем, то здесь будет иметь место позитивная обратная связь, и он, ни в чем не сомневаясь, ударит в ближний угол.

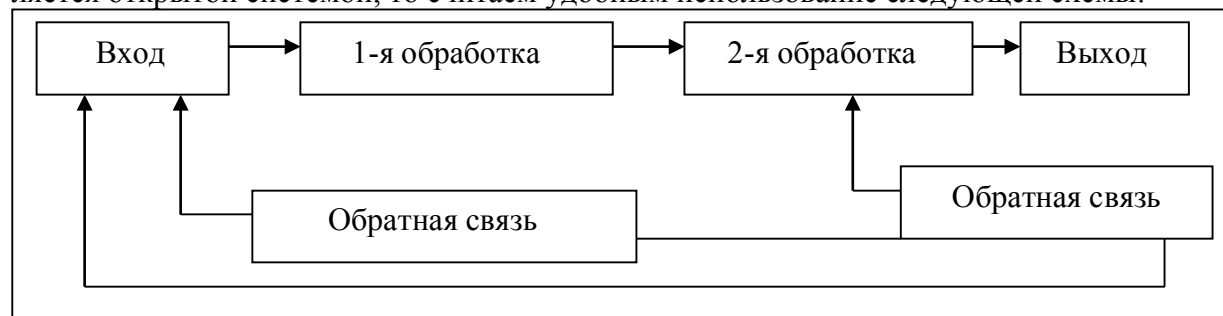
В этом последнем случае легко понять, что шансы на успех намного выше, чем в предыдущем примере.

Обобщим данную модель синтетически:



## Обратная связь

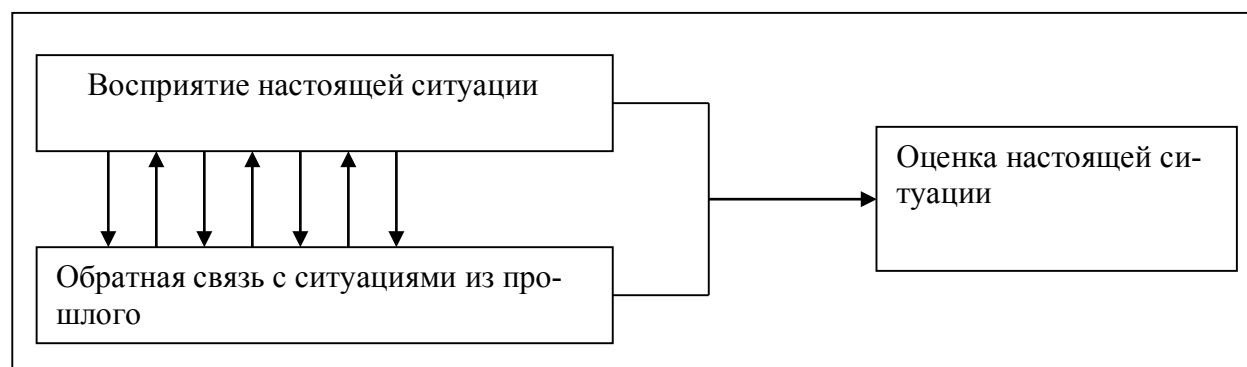
Если это касается футбола, который, как и все остальные виды спорта, зависящие от ситуации, является открытой системой, то считаем удобным использование следующей схемы:



В первичных кибернетических процессах не говорят об одной обработке, а говорят о первичной обработке и, следующей за ней, серии обработки обработок.

1-я обработка: *Оценка исходной ситуации.*

Такая оценка не является чистым действием восприятия, речь идет больше об обработке в прямом смысле слова (рис. 27).



**Рис. 27.**

Таким образом, первичная обработка сводится к тому, чтобы оценить ситуацию и сравнить её с уже существовавшими ситуациями. Кроме того, следует обратить внимание на то, что может быть недостаток времени и нужно будет очень быстро рассортировать информацию. Мы считаем, что анализ исходных ситуаций не является пассивной деятельностью, как Вы поймете в следующих абзацах. Такая обработка ведет к пониманию отношений «риск – успех».

65

2-я обработка: *Установление психомоторных форм поведения.*

После оценки исходного положения наступает стадия 2-й обработки (или обработки в прямом смысле), при помощи которой понимается задача, сравнивается информация, и координируются новые разработки, основополагающими данными которых являются:

- 1) Оценка на основе критериев индивидуальной тактики.
- 2) Оценка на основе критериев коллективной тактики.
- 3) Оценка на основе разработанного перед игрой плана.

Эти три пункта рассматриваются вместе и олицетворяют 1-ю обработку, которая, как мы уже видели, согласовывается с:

- 4) Оценкой исходной ситуации. Эта информирует нас о положении противника.

Все элементы, относящиеся к этим 4 категориям, взвешиваются за немислимо короткий промежуток времени, интегрируются и выдают результаты обработки информации: *ментальное решение*

ние ситуации. Информация еще раз перепроверяется (вследствие чего принимается или отклоняется) посредством обратной связи с имеющимися в памяти ситуациями, происходившими ранее, и обратной связи адаптации к новым условиям (рис. 28).

Ментальное разрешение ситуации, после того как оно достигается посредством одобрения, становится моторным решением проблем, которое соответствует истинному выходу, т.е. конечной реакции на данную ситуацию. **Рис. 28.**



2. *Кругозор настоящего* (1-я обработка обратной связи адаптации к реальным условиям).

3. *Кругозор будущего* (можно вывести из 2-й обработки данных).

Речь идет больше об обработке данных, получаемая из которых информация, а также опыт, направлены в одном направлении, которое можно обобщенно обозначить как *оптимизация отношений РИСК – УСПЕХ*.

В этой функции проявляется наибольшая производительность центральной нервной системы, что проверяет новые данные, обрабатывает и оценивает их, выводя новые единицы измерения. Если бы проводилось сравнение информации с обрабатываемыми данными, а также выбором альтернатив, то центральная нервная система должна была бы проводить сравнительный анализ данных, представляющих различные области измерения.

Это было бы, чтобы привести удачный пример, как я себе это представляю более понятным, если купить спагетти по цене 100 расчетных единиц за килограмм или 5 расчетных единиц за метр. Мы понимаем, что сразу на такой вопрос будет очень трудно ответить, потому что в нем нет элементов, которые можно было бы сравнить. Поэтому во всех видах спорта, зависящих от ситуаций, недооценимое значение имеет рациональный поливалентный опыт.

### 3.2.4.1. – *Время обработки: протекание суперкомпенсации в центральной нервной системе.*

Из наблюдений, описанных выше, мы поняли то, что время является решающим фактором в стратегии работы центральной нервной системы, который в то же время действует в качестве определенного тормоза.

Его крайне важное влияние на решения физико-тактической природы со стороны игроков кажется учтывимым.

Попытаемся развить наши знания, в которых углубимся в исследование временных элементов в контексте обработки информации в центральной нервной системе.

Предлагаем следующий пример. Построим аналогию между футболистом, который находится в неожиданной ситуации в игре и у которого очень мало времени для того, чтобы в ней разобраться и человеком, который хочет укрыться от холода коротким одеялом.

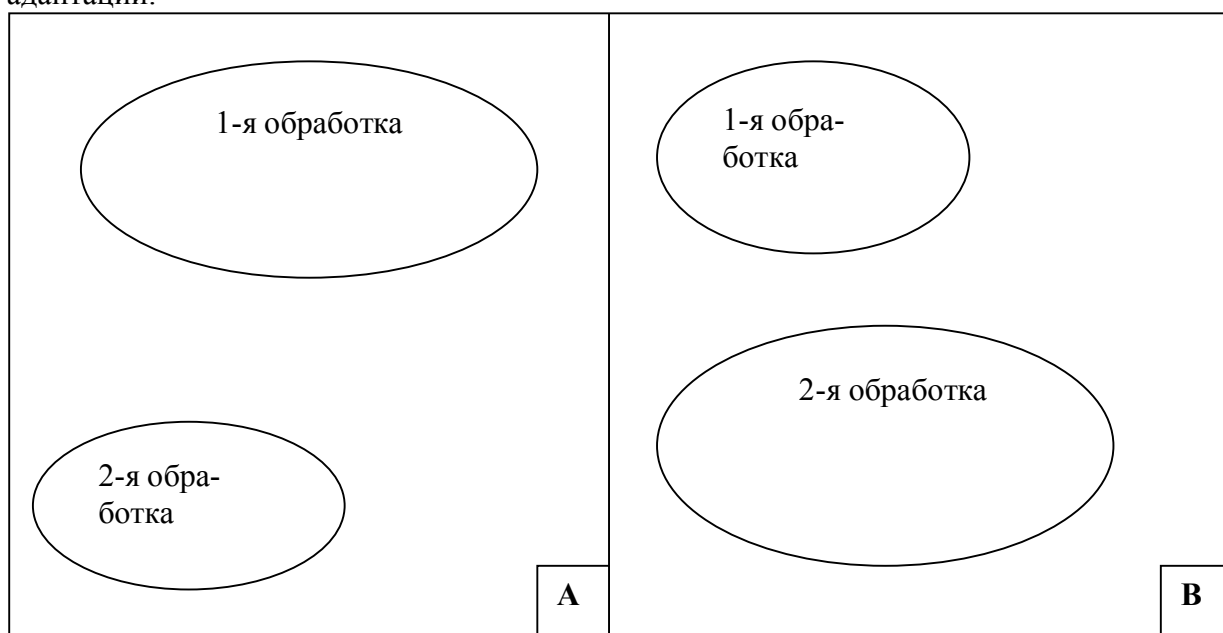
В обоих случаях у каждого из них есть выбор.

На рисунке представлены альтернативы: или я укурю одеялом ноги, а плечи останутся открытыми, или я укурю плечи, тогда ноги останутся открытыми.



В предыдущей главе мы представили кибернетическую модель, которая отражает два основных пункта обработки данных. Содержание этой модели мы покажем в концепции, представленной на рисунке 29.

Если имеющегося в наличии времени недостаточно для обработки данных (что, как правило, и происходит в динамике футбола), то центральная нервная система использует две стратегии для адаптации.



**Рис. 29.**

1. Имеющееся в наличии время полностью посвящается оценке ситуации (часть А рисунка 29, где 1-я обработка занимает большее место), когда информация принимается и оценивается. Таким образом, отказываются от осознанного установления психомоторных действий (область 2-й обработки очень ограничена), поэтому 2-я обработка ограничивается только выбором известных моделей, подходящих в данной ситуации.
2. Вторая стратегия является противоположностью первой; в ней 1-я обработка сводится к минимуму, чтобы имеющееся в наличии время можно было использовать для 2-й обработки. Эта стратегия творческая, потому что можно придумывать новые формы решения проблем. Это очевидно, что вторая стратегия центральной нервной системы предполагает, что игроков нужно научить различать информацию в ситуациях по важности, так чтобы использовать

меньше незаменимой информации, чтобы быть в состоянии создать полную картину ситуации.

Какую альтернативу из этих двух выбрать?

Обе эффективны, но проблема заключается в выборе, в какой ситуации нужно выбирать первый или второй вариант.

Очевидно, что применение первого варианта невозможно для неопытного игрока, поскольку они еще не обладают эмпирическим чутьем на зависящие от ситуации модели, которые по кибернетическим основам обладают сильным воздействием «обратной связи».

Новичков нужно только направлять в сторону первого варианта решения проблемы.

В любом случае, все зависит от того, какой стратегии придерживается центральная нервная система, её основных потребностей, которые имеют значение в связи со временем обработки.

Последнее мы уже рассмотрели. В отдельности речь идет о:

### 1. Скорости реакции.

Она соответствует промежутку времени, в который укладывается распознавание ситуации и ответные действия организма. Речь идет о качестве, которое, рассматриваясь в прямом смысле, является исключительно обусловленным.

Благодаря постоянным тренировкам можно достичь определенного успеха.

Улучшение реакции является, как правило «оптическим обманом», потому что тренировка в действительности развивает лишь стратегии обработки информации.

### 2. Моторных антиципационных способностях.

Игроки должны быть научены, по возможности быстро определять где, как и когда будет развиваться игра; как мы увидим, моторные антиципационные способности тесно связаны с закрыванием пространства.

Необходимо, чтобы молодежь была подготовлена к тому, чтобы направлять свое внимание на развитие игры.

Тенденция к полному выкладыванию игроков во время владения мячом или во время ассистирования партнеру идет на спад. Поэтому нужно, чтобы все игроки постоянно, понимая свое положение, концентрировались на игре. Это условия, при которых речь идет о выносливости футболистов.

Футбол следует понимать как непрерывное стремление к пониманию и к приспособляемости к различным игровым вариантам. Не следует недооценивать тот факт, можно быть одновременно сильным физически и слабым ментально.

### 3. Выборе данных.

Мы считаем, что очень важно построить определенный список важности информации. Это вопрос, который напрямую связан с временной проблематикой.

Для того чтобы привести пример, (рис. 30) очень важно, чтобы игрок 3 постоянно контролировал игрока с мячом 5, его партнера по команде игрока 11, который пришел ему на помощь, а также своих игроков 7 и 9, которые находятся здесь, чтобы проводить двойное закрывание.

Для игрока 3 позиция вратаря является нерелевантной.

На рисунке 31 наоборот, позиция вратаря по отношению к игроку с мячом и игроку 9 очень важна.

**Рис. 30.**

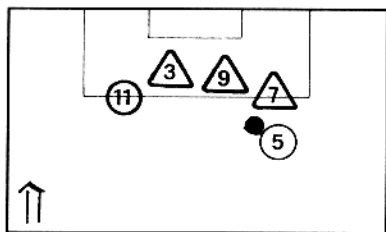


Abb. 30

**Рис. 31.**

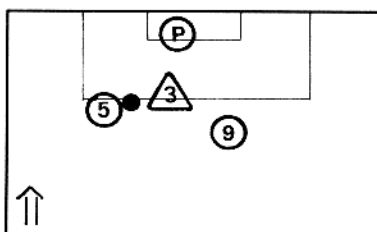


Abb. 31

Очень важно подчеркнуть, что создание списка важности информации всегда должно зависеть от ситуации. По этому поводу мы не можем предложить определенных фиксированных правил адаптации, только можем посоветовать воспитывать у игроков внимательное обдуманное наблюдение за действиями.

**4. Активизации канала мощности.**

Постоянное применение творческих способностей и фантазии вместе со здравомыслием (в целенаправленных тренировках) в состоянии привести к улучшению канала мощности.

Это соответствует представлению, что индивидуальные возможности должны быть использованы с применением генетических границ, для того, чтобы осознанно принимать большое количество информации.

**5. Разносторонних возможностях применения стратегий центральной нервной системы.**

Как мы уже заметили, игроки должны быть научены от случая к случаю определять, будет ли выгоднее включать канал мощности при 1-й или 2-й обработке.

Никто не должен выбирать за атлетов, по какому пути им идти, и какие ориентиры смогут им лучше помочь. В связи с этим, представляем два следующих примера.

Если игрок находится в ситуации, когда он один может помешать игроку противника нанести удар в пустые ворота, то вся его психическая и физическая энергия задается целью противостоять удару противника по воротам (рис. 32).

И противоположная ситуация, когда этот игрок, владея мячом, находится в центре поля и должен решить, кому из партнеров сделать передачу, тому, который находится далеко впереди в нападении, или тому, который находится рядом на фланге (рис. 33).

Повторимся еще раз, сказав о том, что нелогично «вооружать» игроков только определенными фиксированными правилами.

В каждой ситуации есть выбор адекватных стратегий работы.

**Рис. 32.**

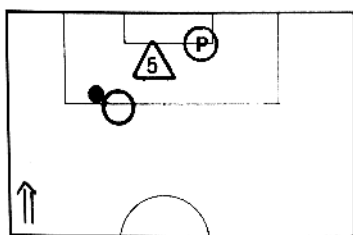


Abb. 32

**Рис. 33.**

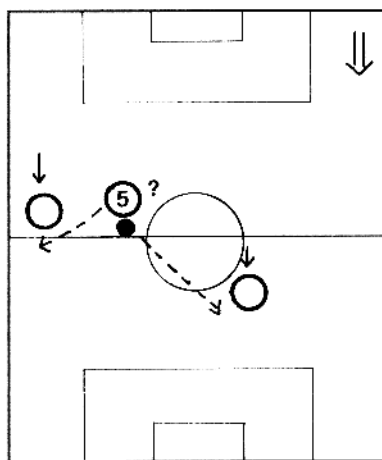


Abb. 33

**6. Технических способностях и умениях.**

Это очевидно, что тот, кто обладает отличным контролем над мячом и минимальной неточностью в выполнении передач, выигрывает пространство и время для обработки данных.

**7. Внедрении планов совместной работы.**

Составление тактического маршрута перед игрой является важным средством для упрощения поиска психомоторных решений. Таким способом атлет уменьшает время, необходимое для обработки информации. Представим пример, в котором команда с защитой в линию использует предугаданное закрывание (рис. 34).

**Рис. 34.**

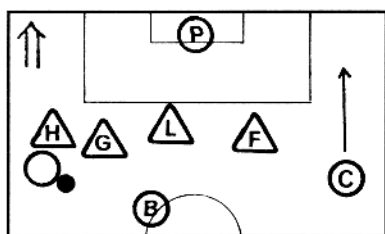


Abb. 34

Примем во внимание защитника F; он должен, чтобы занять нужную позицию, по возможности предвидеть передвижения нападающего (в данном случае игрока С). Если игрок С, как показано, будет двигаться вперед, то он попадет в положение вне игры. В данной динамике F практически уверен, потому что он знает, что другие защитники G и L, как запланировано, действуют на одной линии с игроком H, который атакует игрока с мячом.

Таким образом, задача игрока F упрощается, потому что он, если создает положение вне игры, не нуждается в новой оценке ситуации, потому что ему уже известны позиции его партнеров.

#### 8. Привыканию к новому.

Название данного подраздела может сначала показаться бессмысленным, но на самом деле оно имеет очень важное значение.

В футболе, как и в других, зависящих от ситуации, видах спорта не бывает повторяющихся действий. Все моменты во всех матчах являются «историческими».

Как же тогда объяснить распространение стереотипов, заученных наизусть механизмов игры? Мы ответим без колебаний: благодаря бессознательной поверхностности, что касается методов и недостатка времени на раздумья. Контекст игры располагает способностью приспособливания, если вместе с этим он показывает отличительные признаки. Это подразумевает наличие творческих способностей. По этой причине необходимо, чтобы игроки были научены принимать новое и не происходившее ранее в качестве мотива для интересных экспериментов. В любой момент можно что-то открыть, и с энтузиазмом молодежи (хотя энтузиазм не сильно зависит от возраста) испробовать. Мы применили понятие «привыкание к новому», потому что новое содержание или какие-либо изменения всегда порождают страх и неуверенность. Поэтому многие индивидуумы избегают нововведений и стараются их не применять; по этой причине возникают предрассудки, которые в футбольной среде определяются как тактические предрассудки. Обычно тренеры, а впоследствии и их подопечные, говорят, что они играют в особый вид футбола, который является самым современным, но в тоже время и самым рискованным и опасным.

Если говорить откровенно, то они просто боятся всего нового, поэтому готовые стратегии и стереотипы создаются в зависимости от форм поведения. Целью последних является придать какому-то событию, как и игре, которая разлагается на постоянные фиксированные составные части, что-то уже известное. В игре всегда происходит что-то непредвиденное. А непредвиденное не содержит в себе правил; ему можно противостоять при помощи ментальных способностей приспособливания. Они, кроме основных качеств футболиста, являются также социальной способностью, которая дает возможность тому, кто ей обладает, путешествовать и с наслаждением знакомиться с разными народами и их укладом жизни. Экзотическое блюдо, которое обещает неожиданный вкус, неиспытанный ранее, и который следует рассматривать не как антипатию, а как «красоту жизни». Что это была бы за жизнь, если бы мы всегда делали одни и те же вещи, и никогда бы не возникало ничего непредвиденного?

#### 3.2.5. – Временной промежуток, необходимый для улучшения способности к обработке данных.

В данном подпункте мы попытаемся дать ответ на следующий вопрос: «Когда проявляется влияние тренировок на активизацию центральной нервной системы?»

По нашему мнению эти улучшения обладают коэффициентом роста, который аналогично распространяется и на улучшение физических качеств. Поэтому за периодом интеллектуальной работы тотчас же следует время ментальной усталости, следствием которой может быть плохая работоспособность во время игры.



Если усталость, которая проявляется в ухудшении реакции и появлении растерянности, через какое-то время будет преодолена, то скажется позитивный эффект проведенной ранее работы. Этот эффект проявится в логической способности к обработке информации.

Атлет будет обладать следующими качествами:

1. *Большой скоростью обработки информации.*
2. *Эффективной стратегией мышления.*
3. *Большой выносливостью и концентрацией.*

Из этого мы делаем вывод, что центральная нервная система, по сути, (после фазы суперкомпенсации), как и кондиционные способности (сила, выносливость и скорость) «реагирует» на тренировки (рис. 35).

После работы психологического содержания идет период ментальной усталости, который соответствует отрезку времени, который необходим для активизации когнитивного подсознания.

Эта последняя фаза будет предварительной ступенью к активизации центральной нервной системы, что проявится в повышении тактических и психических способностей игрока.

Подводя итог, выявляются следующие фазы суперкомпенсации центральной нервной системы:

1. *Работа* (понимаемая как попытка завладеть ситуацией).
2. *Усталость* (поиск нового психо-тактического равновесия).
3. *Прирост* (достижение новых результатов в отношении тактической и психической работоспособности).

Из этого становится необходимым определять заранее перед тренировкой все цели, что бы их осуществление было хоть и тяжелым, но возможным. По этой причине необходимо проводить смену работы и активного отдыха.



**Рис. 35.**

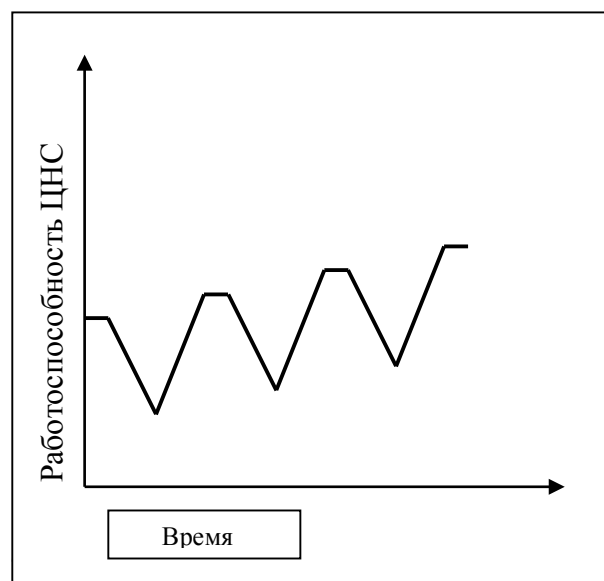
Потому необходимо в фазе усталости прекратить выполнение активных действий, ведущих к приспособлению центральной нервной системы, потому что из-за них эта фаза будет только продлеваться. На работоспособность могло бы в данном случае также быть оказано негативное влияние по эмоциональным причинам, потому что фрустрационный период неуверенности и конфузии длился бы очень долго. Таким образом, игроки могли бы потерять доверие к своим способностям (рис. 37). Следует обращать внимание на то, что фаза ментальной усталости во время чемпионата должна быть тщательно «дозирована», и, ни при каких обстоятельствах, не должна совпадать с игровым днем.

Наблюдательные тренеры точно знают, что будет контрпродуктивно, если давать команде на тренировке перед игрой чемпионата что-то новое.

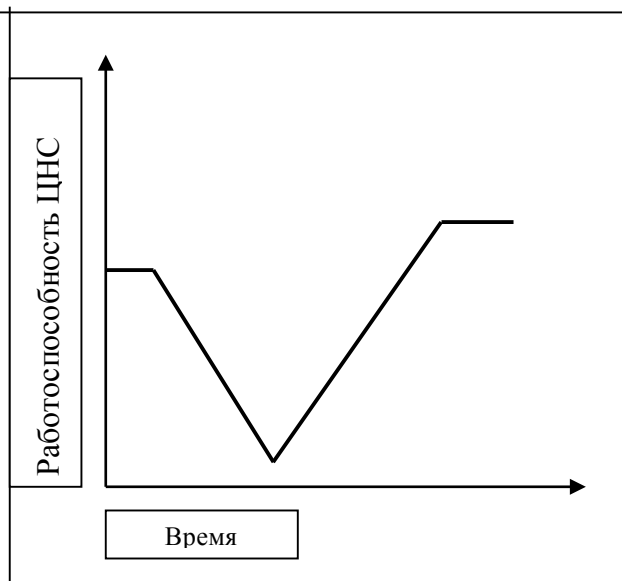
Можно с уверенностью сказать, что будет разумнее делать так, как показано на рисунке 36, т.е. программировать постепенное улучшение, нежели ставить себе долгосрочные цели, как показано на рисунке 37.

Каждая суперкомпенсация центральной нервной системы будет сопровождаться временной личной благодарностью, которая высоко ценит единое воодушевление, что касается постановки тактических и психических целей, помимо эффективного выполнения на поле. Нужно помнить, что без воодушевления не получится улучшить самоподготовку.

**Рис. 36.**



**Рис. 37.**



ОДОЛЖИ-  
ПСИХОЛО-

гии) имеют графический ход событий, который, на основе фазы суперкомпенсации, представлен на рисунке 37.

С точки зрения программирования, хотим посоветовать вам, обратить внимание на следующий контекст:

1. На промежутки времени между официальными соревнованиями.
2. На промежутки времени между неофициальными соревнованиями.
3. На промежутки времени, в течение которых команда находится в состоянии эйфории.
4. Когда команда, учитывая все обстоятельства, должна что-то радикально менять.

Во всех остальных случаях целесообразнее и удобнее применять простые методы.

«Горы свернуть возможно, конечно, не все сразу, а по одной». По такому же принципу происходит и в футбольной команде, пока она превратится в единую группу, где индивидуальные способности будут служить на благо коллектива и рациональному планированию приспособленности центральной нервной системы.

«Важнейшей мышцей в тренировке футболиста является не квадрицепс, а его мозг. Футболистов нужно воспитывать и тренировать так, чтобы сделать из них своего рода марафонцев мышления».

## ***Вторая часть.***

### **Глава 1.**

#### ***От совместной работы к тактическому пониманию.***

«Как языковая коммуникация происходит при помощи слов, так коммуникация футбольная осуществляется при помощи передач».

#### ***Передача и совместная работа.***

Пас – это структурный элемент, делающий возможным коллективное построение игры. Попробуем с самого начала понять, что сущность паса, как многие считают, не заключается в точности выполнения, а в соответствующей обработке информации.

Техническое исполнение – это лишь видимая часть, которая нам нужна для того, чтобы создать зрительный образ.

Если смотреть на игру объективно, то можно понять, что передача не является целью самой по себе, а всегда зависит от ситуации. Это высказывание, на первый взгляд, может показаться крайностью. Предположим, что оно настолько правдиво, что не требует перепроверки.

Многие из тех, кто интересуется футболом, обращают свое внимание лишь на результаты, а не на само действие, которое эти результаты определяет. Вследствие чего футбольный матч приравнивается в определенной степени к шашкам, в которых игроки (игровые фигуры) расставлены по полю.

Часто мы забываем о том, что командные игры делаются совместной работой.

Футболисты, которые, должно быть, от этого далеки, являются лишь «пассивными исполнителями приказов», т.е. индивидуумами, которые только должны попытаться стать независимыми и, одновременно с этим, подчинить себя определенной общности.

## **1.1 – Занятие положения помощи.** <sup>2</sup>

<sup>2</sup> Положение помощи определяется как занятие позиции по отношению к партнеру с мячом.

Перейдем сразу же к сути вопроса. Рассмотрим членов команды в следующих функциях: игроков с мячом и игроков, занимающих положения для помощи игрокам с мячом. Необходимо понять, что в «футбольном диалоге» действия игрока с мячом, после которых следуют передвижения партнеров, только тогда будут успешными, когда будет взаимопонимание между партнерами по команде.

В игровых планах группы, т.е. в стратегии действий, занятие положения помощи должно происходить раньше, чем игрок с мячом проведет передачу. Хотя в игре может произойти и обратное: сначала игрок произведет удар по мячу, и лишь затем партнер по команде выдвинется в направлении мяча; а одновременные действия игроков могут получиться лишь в следующих обстоятельствах:

1. Занятие «позиции поддержки» (положения помощи).
2. Проведение передачи.

Для того чтобы распутать это запутанное исходное положение, которое является значимым в тактическом плане, примем во внимание возможность (с определенной точки зрения) занятия положения помощи, которое приведет нас прямо к следующим концепциям, а именно:

### *1.1.1. – Создание игрового пространства (как результат данных действий).*

*Создание свободного пространства должно пониматься как создание новых возможностей для игры, которые, благодаря занятию позиций, могут быть воплощены в определенных зонах поля.*

Приведем пример. Представим себе, как течет в ручье вода. Если мы захотим изменить направление течения воды, то мы должны в первую очередь прорыть канал в нужном нам направлении. Когда мы соорудим новые каналы (в футболе это будет значить: занятие новых позиций игроков без мяча), то нужно будет пройти шлюзы (игроку с мячом), чтобы направить воду по новому пути (т.е. развитие игры). Именно в этот момент, но не раньше, игроку с мячом нужно включить свою творческую фантазию, рациональное мышление и, если это будет угодно Господу, технические качества.

Как мы понимаем выше сказанное: *«Занятие позиции помощи имеет приоритет перед проведением передачи, т.е. происходит раньше, вследствие чего определяется точный порядок действий: первое, второе и т.д., но ни в коем случае не приблизительный».*

Это определение связано с одной из неправильно выдвинутых предпосылок, на которых строится игра: режиссура. Примем во внимание то, что мы, в роли тренера и/или воспитателя, преследуем цель придания нашей команде в тактико-стратегической области определенную систематизацию в игре. Итак, многие убеждены в том, что проблема решается введением в команду одного или нескольких «режиссеров», потому что они верят, что таким образом в команде появится больше мозгов.

Каждый знает, что в реальности команды постоянно занимаются куплей продажей игроков, и, следовательно, характеристики их выглядят как пышные букеты цветов. Несколько красных роз будет достаточно для того, чтобы облагородить букет менее привлекательных полевых цветов. Мы, не боясь, хотим сказать, что эти цветочки (извините за ляпсус) – менеджеры, тренеры и высшее руководство совершают грубую ошибку.

Понятие «режиссер» предоставим лучше области кино и театра, откуда оно и пришло, потому что оно, применяясь в области футбольной, становится неправильным.

Вернемся к примеру с ручьем и шлюзами. Мы определили, что в коллективной игре занятие позиции помощи всегда должно предшествовать проведению передачи.

Если же я, напротив, открою шлюзы, не прорыв предварительно новый канал, то вода пойдет по старому руслу, или же может случиться затопление прибрежной территории, т.е. мы столкнемся с ситуацией, когда не знаешь, куда вода потечет дальше, то же самое и с игрой.

Давайте же оценим этот аспект с расширенной точки зрения, представив, что у режиссера в голове должен быть план действий, и что он определит развитие игры благодаря своему духовному просвещению.

Традиционные идеи тоже предусмотрены, когда режиссер часто владеет мячом, руководит действиями и занятием позиций партнеров, и затем делает передачи.

Попытаемся сравнить имеющиеся данные:

1. *Занятие позиции помощи должно происходить до выполнения передачи.*
2. *Передача выполняется игроком до того, как партнер займет позицию помощи.*

Мы сравниваем с целью выяснения правильности первого или второго положения. На основе наших наблюдений выяснилось, что первое положение является верным, а второе неверным. Кто-нибудь, придерживающийся концепции с режиссером, может считать и иначе, а именно: 1 – неверно, 2 – верно. Это верно лишь в том случае, если игрок-режиссер делает передачу в зону, где нет игроков противника, и он уверен, что первым к мячу подоспеет игрок своей команды. Ладно, это лишь визуальная иллюзия для тех, кто ограничен только видением действий и не занимается глубокой проработкой данных.

Если мы рассмотрим причинный вопрос, то поймем, что режиссер улавливает действия партнера по команде (занятие позиции помощи) только в их конечной фазе.

Обобщим теперь последовательность общей обработки данных, касающихся создания игрового пространства (рис. 38).

1. Игрок А, являющийся партнером игрока с мячом В, выдвигается на позицию А1. Это олицетворяет первичное влияние игры, в общем: *занятие основополагающей позиции помощи.*
2. Игрок с мячом В, может, после того как он видит, что партнер занял необходимую позицию помощи, делать передачу игроку А. Выбранный вариант передачи (из имеющихся вариантов X, W, Y) станет своеобразной точкой отсчета в построении комбинации, интегрирующей творчество и футбольную интеллигенцию обоих игроков.
3. Вследствие чего предположим, что было задумано сделать передачу по варианту W, для чего нужно было занять позицию А2. Тогда открылись бы следующие возможности развития игры игроком А2.

Итак, мы имеем:

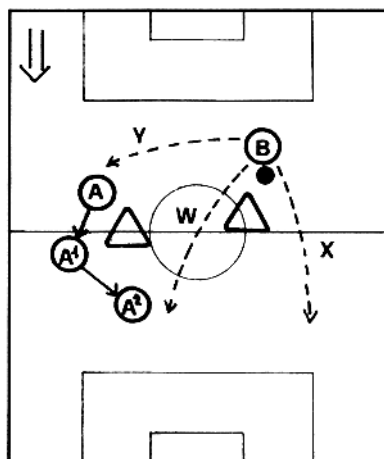
- а) *Занятие основополагающей позиции помощи.*

в) *Проведение передачи.*

с) *Антиципация в направлении мяча.*

Если игрок А (рис. 38) останавливается в позиции, в которой он находится в данный момент, потому что мы придерживаемся мнения, что режиссер В хочет сделать первый вариант, то тогда игра не будет развиваться коллективно, потому что невозможно будет создать свободное пространство. Игра станет, как следствие теоретической бессмыслицы, зависимой от случайных действий и индивидуальной техники. В такой неразберихе не получится реализовать спланированную организацию проекта, даже если привлечь лучших игроков команды.

**Рис. 38.**



## 1.2. – Теоретические пр Abb. 38 *рыванием пространства.*

Закрывание пространства в футболе, в его аутентичной интерпретации, сводится к тому, чтобы оптимизировать совместные действия всех компонентов команды. Коллективная работоспособность должна выражаться во всех контекстах игры. В любой фазе игры игроки должны действовать на закрывание пространства, которое дает в пространственном и временном плане правильную психомоторную адаптацию, на основе зависящей от ситуации обработки данных. Примитивный менталитет, которому обычно следуют игроки, когда владеют мячом или находятся в непосредственной близости от игрока с мячом, преодолевается. С течением времени было установлено, что на протяжении всех 90 минут игры каждый игрок владеет мячом в среднем около 2 минут. Из чего следует, что на протяжении остальных 88 минут игры нам нужно действовать тактически правильно, т.е. занимать правильные в тактическом плане позиции, чтобы у нашей тактики вообще был смысл. Но, как правило, игроки не имеют ничего общего с тактикой и стратегией. Они уподобляются шашкам, т.е. фигурам, которые будут действовать так, как их расставят (расставляет тренер). Тактика – это совсем другое.

Коллективные передвижения команды, совершающей тактические попытки, напоминает традиционный быт солдата в традиционной армии: опрятность, пунктуальность, четкое выполнение приказов. Он выполняет все как, где и когда предписано командиром. Простому солдату запрещено проявлять инициативу; он должен только исполнять приказы. Потому что, что может случиться, если противник разгадает тактическую импровизацию? Действительно ли одержит верх эта попытка тактической импровизации? Давайте лучше не будем думать о плохом.

В наши дни войны ведутся, чтобы продолжить этот пример, к сожалению, из засад, с захватом заложников и в случаях, когда запланировано, проведения внезапных ударов.

Униформа, за соблюдением которой раньше строго следили, больше не имеет особого значения в современных войнах. Она применяется в военных действиях больше в стратегических целях и для удобства; бои ведутся в различных типах униформы, а также и в гражданской одежде.

В наше время форма футболистов, как и в армии, остается средством стратегическим и тактическим. Наша критика касается традиционных и чаще всех встречающихся в футболе концепций, преимущественно недооценки обработки игровых ситуаций при наличии общих поставленных целей со стороны игроков.

Это превосходит общее понимание тренировочного процесса, который нам показывает, как правило, следующие данные:

1. Сухую атлетическую подготовку.
2. Подготовку тактических планов на доске.
3. Изучение технических основ, отдаленных от реальности, потому что они оторваны от реальных игровых ситуаций.

Тренировочная модель такого вида определяет возникновение форм поведения, которые не основываются на обработке данных игровых ситуаций игроками. Это ведет к ментальной пассивности и, без сомнения, не улучшает результатов на соревнованиях.

Выше мы упоминали, что большинство футбольных команд, включая и профессионалов, можно сравнить с партизанской войной, как средством борьбы с противником. Прячутся в окопах, симулируют, с целью выманить врага из его окопов и забить ему гол. Тот игрок называется нападающим, который на практике делает то, что захочет. Он является своего рода анархическим типом, находящимся в обществе, которое идет по неверному пути; он поднимает бунт против тренера. Причем следует сказать, что у него есть два пути в построении карьеры: или он будет выполнять все, что требует его тренер и станет классическим итальянским нападающим, или он будет делать то, что считает нужным для себя, и плюнет на все предписания тренера. В последнем случае, если он выстоит психологически, и удача будет на его стороне, то из него получится хороший нападающий, ловкий и смекалистый. Выбор все равно падет на один из этих вариантов. А чтобы сгладить барьер, что нам нужно сказать этому, так называемому режиссеру?

Вопрос режиссера является традиционно исключительно проблемой позиции.

То, что предлагаем мы, - это армия, специализирующаяся на своих областях задач, а именно, постоянном поиске всевозможных приспособлений к игровой ситуации.

Наша команда пытается, как коллективно, так и индивидуально, в рамках определенной запланированной программы, развить свой собственный характер. Но наш план может побороть не только зависящие от ситуации стратегии решения задач, но и преследует цель помощи игроку в приспособлении к контексту игры и выборе стратегии. Нападению предшествует построение игры, которое со своей стороны связано с защитой. Из этого следует, насколько важным является вопрос взаимозаменяемости ролей и их задач.

Для лучшего понимания этой концепции мы решили привести немного причудливый пример.

Игровая модель закрывания пространства в её идеальном представлении приравнивается к японской экономике. Представим, например, что автомобильный концерн «Тойота» вследствие снижения спроса уменьшит производство автомобилей. Следствием этого станет увольнение с работы большого числа людей. Будут ли увольнения предшествовать различного рода забастовки рабочих с требованиями в поддержку класса безработных? Нет, никто из них не станет исключением. Японский вариант решения этой проблемы будет продуман следующим образом: рабочие, которые в данный момент в компании «Тойота» остаются без работы, будут переведены в компанию «Ниссан», например, где благодаря повышению производственных мощностей на данный момент нехватка специалистов.

Итак, эта система динамической компенсации заимствована у команд, которые играют с закрыванием пространства в «правильной форме». Таким образом, меньше слабых мест, и команда реже находится в состоянии, приближенном к критическому. Коллектив готов к адаптации. Это больше не единичный случай, который определяют успех или неуспех; последние все более определяются благодаря совместной работе отдельных личностей. Тут мы понимаем, насколько важным является знание социальной психологии.

Группе футболистов, как и всем остальным социальным агрегатам, для их рационального натурального внешнего вида нужно: планирование, программирование, реализация, верификация и оценка. Перемещение этих пунктов сделает нам возможным определение равновесия различных применяемых группой сил, а также приводит нас в состояние создания и поддержки спонтанных способов развития игры. В этом контексте это приведет к самореализации отдельных личностей.

Наша футбольная команда является так называемой «малой моделью» настоящего цивилизованного общества.

## Глава 2.

### ***Передвижения команды и тактика проблем пространственного и временного характера.***

Продолжим мысль, начатую в главе 1. Мы различаем игроков по их положению в отношении мяча, и получается три основных группы игроков, различающихся своими областями задач: *игрок с мячом, игроки в позиции помощи и игроки страхующие.*

Обратимся к ядру проблемы и попытаемся ответить на вопрос: в каком отношении друг с другом находятся эти три области задач?

Мы уже видели, что не нужно допускать, чтобы игрок с мячом определял позицию своих партнеров проведением своих «гениальных передач»

(рис. 39). Что касается протекания данной последовательности, происходит обратное: *есть игроки, стоящие в положении помощи, которые благодаря своим коллективным передвижениям без мяча определяют направление передачи и выбор игрока, которому должна быть адресована данная передача* (рис. 40). Это будет легче понять, если оценить стратегические цели коллективной игры, которые можно определить как:

1. Оберечь мяч.
2. Двигаться в направлении ворот противника.
3. Забивать голы.
4. Оборонять:

**Рис. 39.**

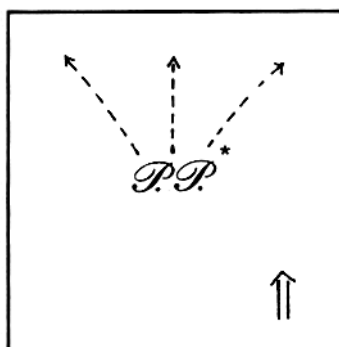


Abb. 39

**Рис. 40.**

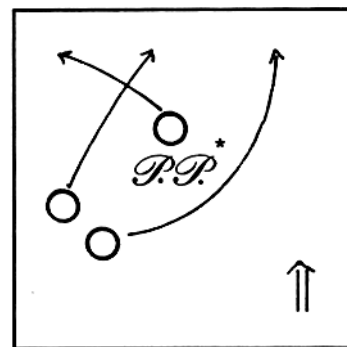


Abb. 40

\* Игрок с мячом.

- Проведение профилактической защиты (мы владеем мячом).
- Сужать пространство для противника (противник владеет мячом).
- Завладевать мячом.
- Предотвращать удары противника по воротам.

Каждая футбольная команда должна в любой момент игры пытаться функциональным пластическим способом достичь стратегических целей, которые постоянно в вариативной форме чередуются.

Цели 1 и 2 выражаются в развитии и построении игры, конечной целью которой является пункт 3, т.е. забивание голов. Эти три пункта объединяются в пункте 4 (оборона), так что командная игра является в любой фазе динамичной интеграцией потребностей нападения и защиты. Кроме того, это нам позволяет понять значение оценки нашего риска в соотношении с риском противника.

### ***2.1. – Место действия и тактические формы поведения команды.***

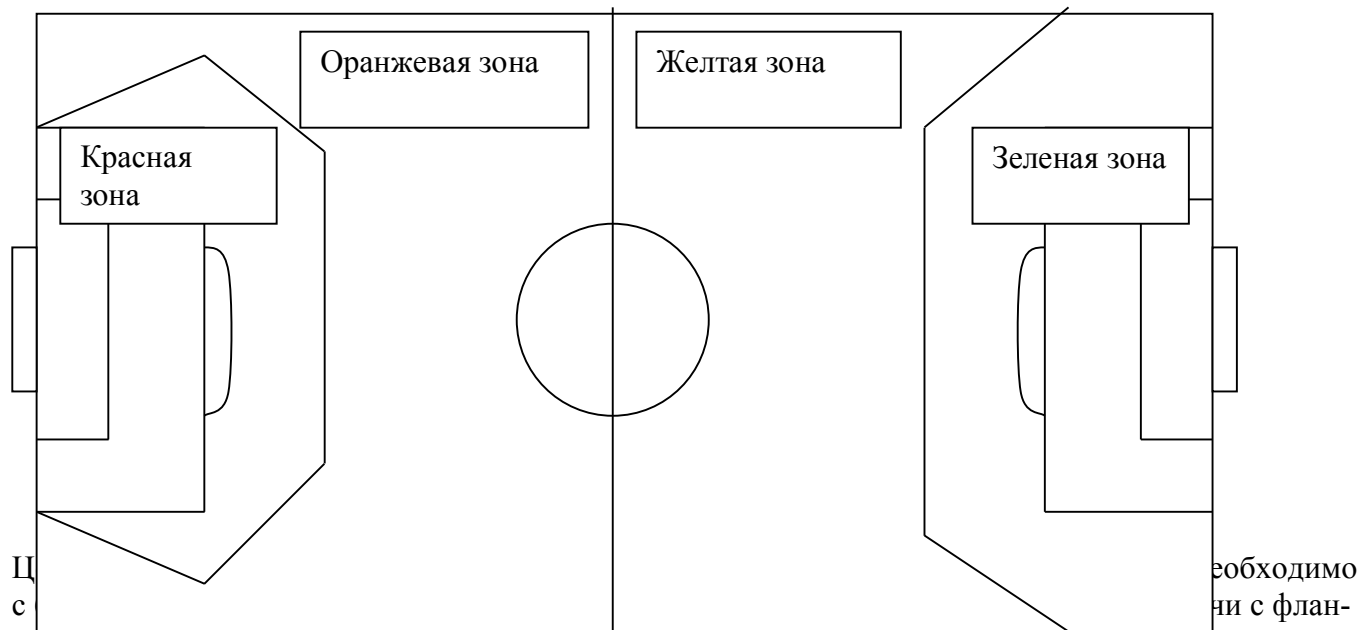
Мы уже говорили о том, что важнейшим мотивом для коллективной игры является совместное выдвигание в направлении ворот противника. Наряду с этим существует концепция пространства, а точнее, пространственных зон, каждая из которых несет особое значение.

Пространственные зоны в первую очередь следует понимать в отношении связи *риск – преимущества*.

Различают 4 основные зоны (рис. 41).

**Красная зона** (повышенный уровень риска). В ней нужно производить уверенное создание положений помощи, которые делают возможной защиту.

**Рис. 41.**



**Ц**  
**с** необходимо ни с флангов в центр поля. рискованно также проводить высокие или средние по высоте передачи, потому что их тяжело принимать. Следует избегать технической единоличности и творческого мастерства; например, дриблинг нужно проводить лишь в случаях полной уверенности, но стараться дриблинговать как можно меньше.

**Оранжевая зона.** Игра должна быть простой и целенаправленной. Дриблинг проводить только в случаях, когда противник к этому не готов, потому что он в этот момент занимает позицию для помощи своему партнеру. Высокие передачи, как неизбежность, можно начать производить.

**Желтая зона.** Принимается во внимание риск без неиспользуемых издержек. Это важная зона для прессинга, потому что таким образом у противника отбирается возможность организовать игру и одновременно с этим, если удастся завладеть мячом, неподготовленный противник будет застигнут врасплох.

**Зеленая зона.** Здесь увеличивается введение творческих, инструктивных действий, имеющих первичную цель – озадачить противника. Исходя из этих причин, некоторые неиспользованные издержки достигаются в пределах определенной границы.

Следует обратить внимание на то, что вышесказанное не следует рассматривать как настоящие правила. Эти 4 зоны игрового поля лишь создают отправные точки для футболистов, при помощи которых они усвоят разумную и творческую стратегию игры.

## **2.2 – Построение игры и выигрывание пространства: основополагающие действия.**

Чтобы прорваться в зеленую зону, т.е. достичь выигрывания пространства, игроки явно должны втянуть в это и игроков противника. Какими же средствами они располагают?

В основном двумя: передача и дриблинг.



Мы придерживаемся точки зрения, и никто не будет в этом сомневаться, что пас является основополагающим действием в игре. В главе 1 мы рассматривали, что пас, если мы хотим рассматривать футбол как игру коллективную, не следует рассматривать как голую технику исполнения, а как ключевую фазу предшествующей ей деятельности, в которую входят: *занятие позиции помощи и свободное передвижение*.

### 2.2.1 – Позиция помощи: относящееся сюда тактическое содержимое.

Она определяется как: передвижения, которые совершает на поле игрок, в зависимости от позиции игрока с мячом, для достижения цели команды.

Качество позиции помощи будет выражаться в тактическом соответствии и своевременных перемещениях.

Перемещения и тактическое соответствие предполагают тактическую возможность обоюдности, благодаря которой игрок в позиции помощи будет находиться в поле зрения игрока с мячом. Позиция помощи должна в любой игровой ситуации соответствовать следующим требованиям: *в каком направлении? На каком расстоянии? К какому моменту времени?*

1. Какое тактически правильное направление передачи задает игрок, стоящий в позиции помощи, игроку с мячом?

Как мы уже рассматривали, игрок, стоящий в позиции помощи, должен сделать первый шаг к проведению передачи, а не игрок с мячом.

Прилагаем следующий пример.

На рисунке 42 игрок неправильно выбирает позицию помощи, если он займет позицию А, потому что здесь игроки противника смогут легко с ним справиться. Когда действие происходит в зоне повышенного риска, нужно применять такие варианты действий, которые гарантируют защищенность и уверенность. Правильным вариантом в данной ситуации будет занятие позиции В, тогда вратарь сможет передать ему мяч.

Так мы понимаем, что, касаясь направления передачи, между игроками должно быть полное взаимопонимание, и что в первую очередь это зависит от игрока без мяча.

Рис. 42.

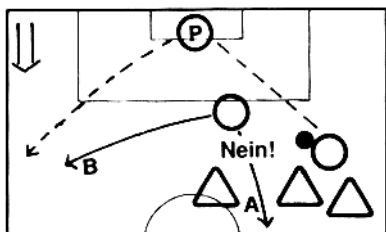


Abb. 42

2. Правильно ли выбрана дистанция для положения помощи?

Это тоже действие, которое производится по критериям преимущественной адаптации к ситуации. Оно зависит от контекста действий и тесно взаимосвязано с техническими способностями. Это не будет преимуществом, если игрок для позиции помощи займет такую позицию, которая будет требовать проведения очень точной передачи, а игрок с мячом не обладает такими техническими задатками.

3. Выбрать определенный промежуток времени?

Это положение связано с перемещением игроков. Игрок, стоящий в позиции помощи должен на практике дважды столкнуться с выбором правильного временного промежутка и эти оба раза скоординировать. Первый – это когда противник атакует игрока с мячом, а игрок выбирает позицию для помощи; второй - непосредственно выбор определенного момента для действий.

Если время для занятия позиции помощи выбрано правильно, то у игрока с мячом будет не менее двух возможностей: дриблинговать или делать передачу (рис. 43).

Если позиция помощи (специально проведенное для этого перемещение) будет занята слишком поздно (рис. 44), то защитник противника D вступит в схватку один на один с игроком с мячом, и,

вполне вероятно, что ему на помощь придет еще один партнер, и они будут проводить двойное закрывание игрока с мячом. В этой ситуации у игрока с мячом не будет альтернативы: ему остается дриблинговать (отдать пас назад).

Предположим, что игрок наоборот слишком рано переместился на позицию помощи (рис. 45). В этом случае можно перейти к «разумному построению игры», но эффективность будет значительно ниже, чем при правильно выбранном моменте времени, потому что у противника будет время принять адекватные меры. Если мы сравним рисунки 43 и 45, то увидим, что в первом случае противник игрока А игрок F будет застигнут врасплох и на некоторое время потеряет шанс атаковать.

Вспомним о том, что игроку нужно лишь несколько секунд, чтобы из положения, когда он не готов к атаке, начать проводить многообещающую акцию.

**Рис. 43.**

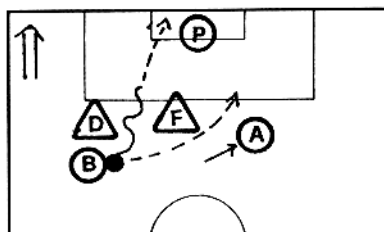


Abb. 43

**Рис. 44.**

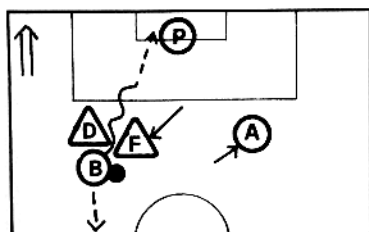


Abb. 44

**Рис. 45.**

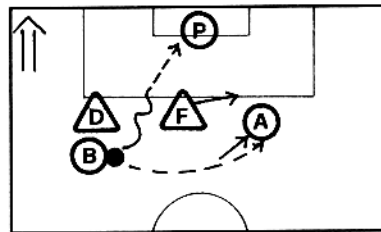


Abb. 45

Различие заклю... возможность для нападения, и проведение акции становится оолее сложным, чем в предыдущем случае.

*Правильное занятие позиции помощи = неопределенность для противника.*

Теперь рассмотрим передачу с поля зрения обороняющегося противника. На рисунке 44 мы видели, что у игрока с мячом, если он хочет выиграть пространство, есть только одна возможность – обыграть противника. Последний, без сомнения понимает, что тот хочет предпринять. Поэтому он направит все свое внимание и энергию на то, чтобы не быть обыгранным. В случае, представленном на рисунке 43, наоборот, противник до последнего момента не знает о намерениях игрока с мячом. Это увеличивает неуверенность защитника, одновременно уменьшая возможность помешать игроку с мячом.

### 2.2.1.1. – Углы позиций помощи.

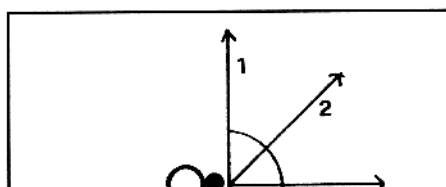
Основных пять (рис. 46).

1. Позиция помощи вертикально вперед.
2. Позиция помощи по диагонали вперед.
3. Позиция помощи в стороне на линии с игроком с мячом.
4. Позиция помощи по диагонали назад.
5. Позиция помощи вертикально назад.

Мы исходили из следующих наблюдений, что в этих позициях уменьшается риск в действиях по отношению к защитникам противника.

1. Вертикальная позиция помощи делает возможным значительный выигрыш пространства в глубину поля (т.е. по вертикали). При этом не следует забывать о принципиальных неприятностях. Потенциальный выигрыш пространства часто является иллюзорным, потому что приходится делать очень рискованную передачу.

**Рис. 46.**



Как мы можем увидеть на рисунке 47, направление передачи является встречным направлению движения защитников противника, в то время как оно соответствует направлению движения одного нападающего (естественно исключен вариант, когда нападающие движутся в направлении своих ворот). Поэтому вертикальные передачи, направление которых совпадает с направлением движения игроков, занимающих позиции помощи, являются рискованными, но очень удобными для защиты противника (легко предугадать и подстроиться). Занятие позиций помощи такого вида в зонах повышенного риска (красной и оранжевой) очень опасно, а в желтой, и особенно зеленой зонах, даже может быть предпочтительным.

2. Позиции помощи по диагонали применяются чаще всего в командах, играющих по хорошим игровым системам. Они вызывают кое-какие проблемы с закрыванием, но одновременно с этим делают возможным выигрыш пространства. Занятие позиций помощи по диагонали, независимо от угла, является основополагающим передвижением в функционирующих на сегодняшний день игровых системах.

3. Горизонтальная позиция помощи, т.е. в стороне на одной линии с игроком с мячом применяется во всех ситуациях, где открывание игрока требует терпения. Она позволяет перевести игру на фланг, в случаях, когда противник сузил пространство игроку с мячом. Занятие позиции помощи сбоку на одной линии с игроком с мячом, можно также определить как перевод игры (смена фланга), что полезно проводить в оранжевой и желтой зонах, если для находящихся там игроков будет создано пространство.

Занятие позиции помощи в стороне на одной линии с игроком с мячом дает возможность противнику, благодаря большой продолжительности полета мяча во время передачи, перехватить его, потому что это средство перевода мяча из центра поля на фланг в красной зоне. Подобные передачи в обратном направлении с фланга в центр поля проводить не рекомендуется (рис. 48).

Рис. 47.

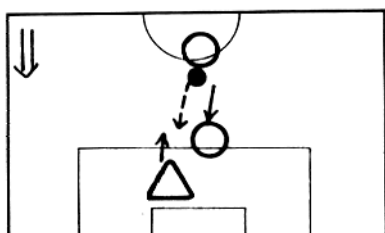


Abb. 47

Рис. 48.

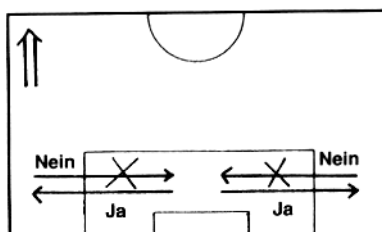


Abb. 48

4. и 5. Позиции помощи за игроком с мячом применяются в особых тактико-стратегических ситуациях, таких как, например, если было запланировано «вытянуть» противника из центра поля, что тоже является рискованным действием.

### 2.2.1.2. – Свободные перемещения: финты и свободные передвижения.

Целью этих финтов является обход закрывающих игроков. Они служат для того, чтобы сбить с толку противника. Первым условием для того, чтобы финт получился удачным, это спровоцировать противника оставить свою позицию и выйти навстречу. Этого можно добиться проведением

так называемых заманивающих движений, многообразных вариаций финтов; но защитники противника могут и разгадать этот замысел. Для того чтобы комбинация была успешной, нужно чтобы переход от заманивающего движения к самому обыгрыванию противника был молниеносным. Именно в этот момент, чтобы озадачить противника, нужно провести одновременно ускорение и смену направления движения.

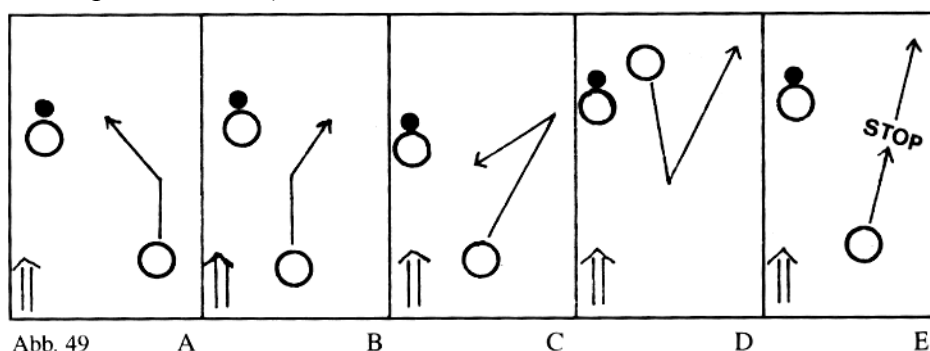
Основными финтами при свободных перемещениях являются:

1. Беги и поворачивай к центру (рис. 49 А).
2. Беги и поворачивай в направлении от игрока с мячом (рис. 49 В).
3. Забеги вперед, развернись и беги навстречу (рис. 49 С).
4. Беги назад, развернись и беги опять вперед (рис. 49 D).
5. Беги, остановись, а потом беги дальше (рис. 49 Е).

Обобщенно можно сказать, что тактика игрока без мяча строится из следующих фаз:

1. Определение оптимальных позиций для занятия позиции помощи.
2. Выбор используемых финтов.
3. Выбор момента времени для проведения перемещения (до того, пока противник начнет атаковать игрока с мячом).

Рис. 49.



Очень важным является ответ на следующий вопрос:

### 2.2.1.3. – Кто должен занять позицию помощи?

По этому поводу нет определенных правил. Поэтому мы ответим, что это зависит от развития игры, обработки данных на основе игровых ситуаций, как предусмотрено в концепции по закрытию пространства.

Рассмотрим пример на рисунке 50.

Рис. 50.

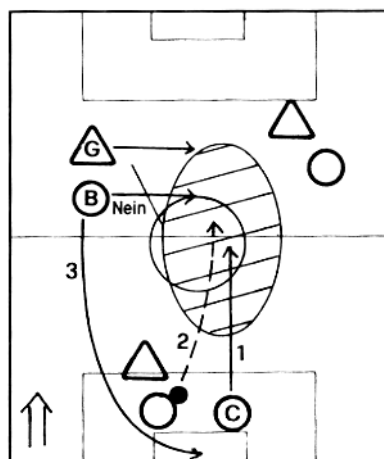


Abb. 50

В этой ситуации в заштрихованной зоне создано свободное пространство. На первый взгляд, можно было бы сказать, что это правильно, что игрок В выдвигается в эту свободную зону. Это было бы тактической ошибкой, потому что игрок В потянет за собой игрока противника G. Это значило бы, что команда, которая строит в данный момент атаку, сама помогла бы противнику в остановке этой атаки. Наилучшим решением в данной ситуации является занятие в свободной зоне игроком С, который является либеро, позиции помощи, а игрок В страховал бы его, закрывая видимость игроку G.

Определим основные критерии для занятия позиции помощи:

1. В первую очередь позицию помощи занимает тот, кто находится в самой удобной для этого в стратегическом плане позиции; т.е. можно сказать, что игрок, берущий на себя эту ответственность, находится в самой удобной позиции в пространственно-временных отношениях по отношению к целям команды. Это главная причина, к которой мы еще добавим другие, тоже не менее важные.
2. Это зависит от областей задач. Это очевидно, что если встает выбор из двух игроков, один из которых либеро, а другой полузащитник, то второй из них будет страховать первого.
3. Это зависит от запланированного перед игрой тактического маршрута (стратегии игры).
4. Это зависит от степени усталости.
5. Это зависит от положения на поле и тактики противника (мы уже упоминали об этом в пункте 1).
6. Это зависит от технических возможностей игрока с мячом и потенциального адресата передачи.
7. Это зависит от состояния игры.
8. Это зависит от того, сколько времени уже сыграно (будь то 20-я минута или 80-я).

#### 2.2.1.4. – Подведем первые итоги.

Что касается планирования тренировок и анализа игры, нужно, чтобы игроки были в состоянии экспериментировать с тематическим содержанием, касающимся занятия позиции помощи (это значит: распознавать, понимать, оценивать, обрабатывать и выполнять).

Наши игроки должны быть воспитаны таким образом, чтобы они в игре без мяча могли ответить на вопросы как? Почему? Когда? Кому?

Мы осознаем, что современный футбол, который опирается на развитие коллектива, нужно рассматривать и с точки зрения игры без мяча.

Было бы бессмысленно представить, что команде навязывается на игру какая-то определенная система, в которой в полузащите играли бы только игроки с высокими техническими способностями, и в то же время со слабыми динамическими качествами и не принимающие во внимание занятие позиций помощи.

### 2.3. – Видение игры.

Речь идет об аргументе, который имеет значение особенно в игре без мяча, потому что в противоположность ему, что можно было бы и подумать, ставится способность видения игры игрока с мячом, но нужно видеть игру и до того, пока не завладел мячом.

#### 2.3.1. – Поле зрения.

В главе 3 (первой части) мы рассматривали, что зрительный сектор человека составляет 120 градусов, если речь идет о зрении обоими глазами, или 180 градусов с периферическим зрением (рис. 51).

Вторая возможность достигается специфическими тренировками.

«Куда должен быть направлен взгляд игрока в позиции помощи?»

Теоретически ответ прост: в удобном направлении.

В связи с этой проблематикой нужно различать ситуации, когда игрок находится в середине поля или на флангах.

Рис. 51.

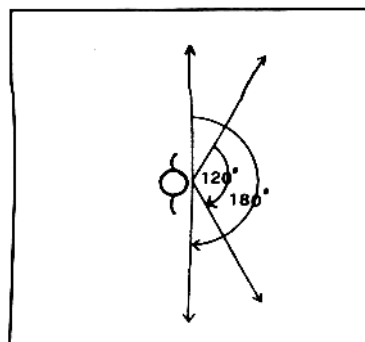


Abb. 51

### 2.3.1.1. – На флангах.

Учитывается то, что те, кто находится на флангах игрового поля, не должны иметь больших проблем.<sup>3</sup>

Рис. 52.

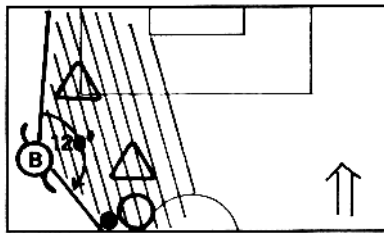


Abb. 52

Так как за этими игроками будет находиться линия поля, то им нужно «черпать» информацию только с одного направления (рис. 52). Основными данными являются игрок с мячом и противник, в зависимости от положения которых можно выбрать и занять удобную позицию помощи, которая соответствовала бы правильной форме свободных передвижений.

Из этого следует, что при помощи поля зрения можно охватить оба критерия. Позиция игрока В, показанная на рисунке 52, правильная.

<sup>3</sup> В этом случае мы применим условную форму, потому что практика учит нас, что из-за банальности концепции понятно, что любой игрок может это применить на практике.

В противоположность этому, на рисунках 53 и 54 позиции этим же игроком выбраны неправильно.

Рис. 53.

Рис. 54.

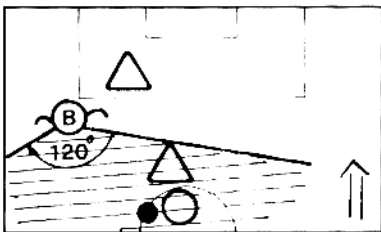


Abb. 53

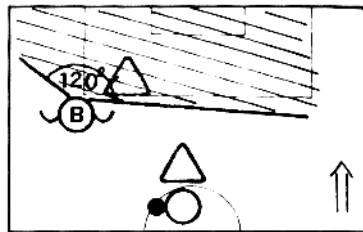


Abb. 54

положение стратегически важ-  
грока с мячом.

### 2.3.1.2. – В середине поля.

В этой ситуации возникают настоящие проблемы с полем зрения. Практика требует считывания информации вокруг себя по углу 360 градусов, хотя человек максимально может охватить угол 180 градусов (рис. 55). Игрок должен в этом случае применять стратегию наблюдения, при помощи которой он всегда будет в состоянии контролировать пространство, охватывающее все 360 градусов.

Рис. 55.

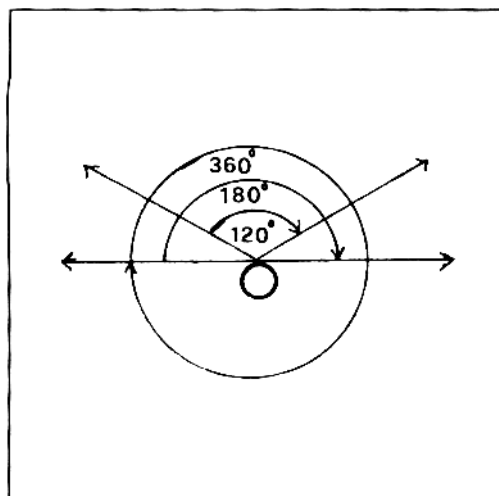


Abb. 55

Особенно важным является взгляд непосредственно перед приемом мяча, когда необходимо окинуть взглядом направление, на котором находится противник, а также направление передачи (рис. 56).

Рис. 56.

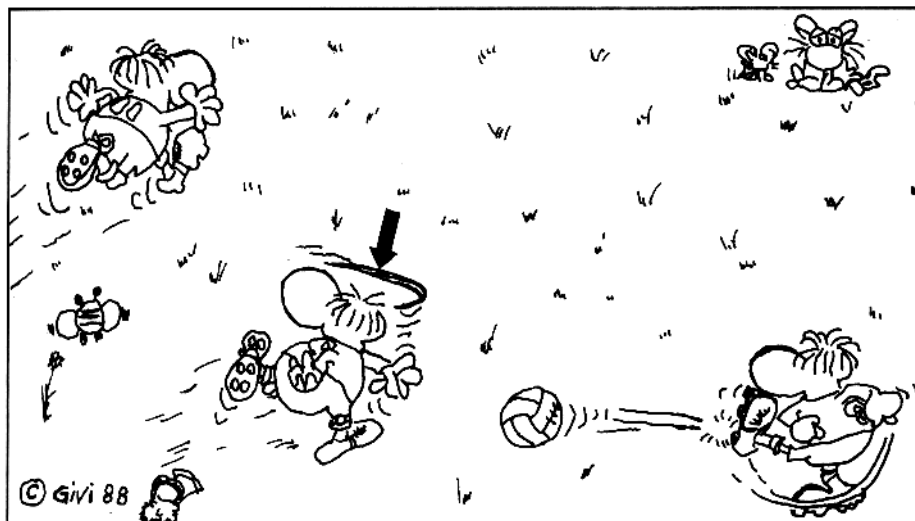


Abb. 56

Это простое действие, но очень важное, поэтому его нужно учиться применять с самого начала занятий футболом в каждой подходящей ситуации. Это необходимо и игроку с мячом, у которого в современном футболе из-за постоянного прессинга все больше не хватает времени для:

1. восприятия → 2. наблюдения → 3. принятия решения → 4. проведения передачи.

Ему нужно применить новую стратегию для того, чтобы:

1. наблюдать → 2. принимать решение → 3. воспринимать → 4. сделать передачу.

Это действительно необходимо, постоянно оценивать ситуации, находя места, где удобнее проводить игру.

На рисунке 57 игрока В, при приеме им мяча, сразу же начинает прессинговать игрок Г, а он должен до получения мяча, но уже после того, как игрок с мячом сделал передачу, посмотреть на противоположную сторону, чтобы знать, где находится партнер по команде С и противник Н. Таким образом, когда он завладеет мячом, у него будет возможность сделать передачу игроку Е или перевести игру на игрока С.<sup>4</sup> В противном случае игрок Г будет его прессинговать, а он не будет контролировать позицию игрока С (он рискует потерять мяч).<sup>5</sup>

<sup>4</sup> Перевести игру – это выражение, которое часто используется в футболе и означает переводение мяча на другой фланг, находящийся на противоположном направлении. На рисунке игрок получает мяч с правой стороны и переводит игру на левый фланг.

<sup>5</sup> Игрок С находится вне поля его зрения.

Он больше не будет в состоянии определить, находится ли игрок С в удобной позиции, потому что не сможет окинуть взглядом ту сторону пространства. Решением проблемы будет лишь такой шаг, что игрок В сможет сделать передачу только игроку Е.

Рис. 57.

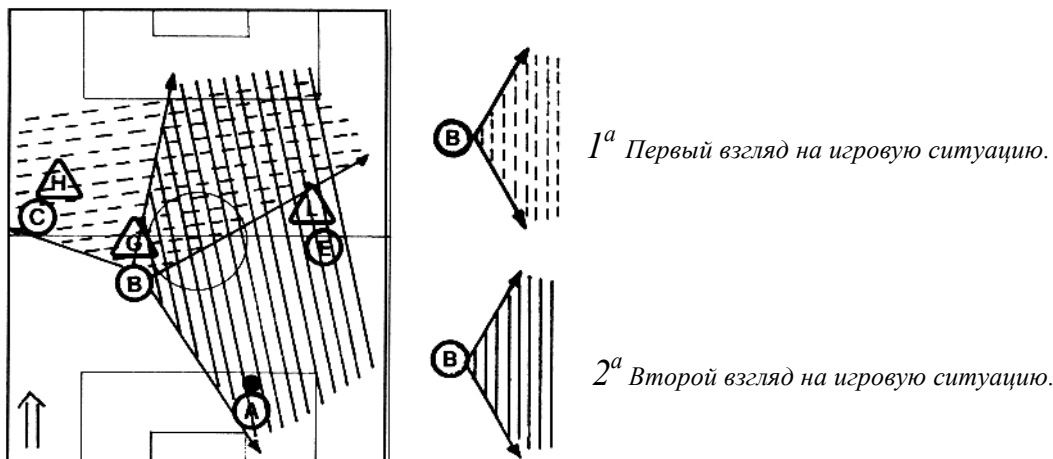


Abb. 57

Мы предлагаем следующее упражнение для изучения этой стратегии наблюдения (рис. 58).

Рис. 58.

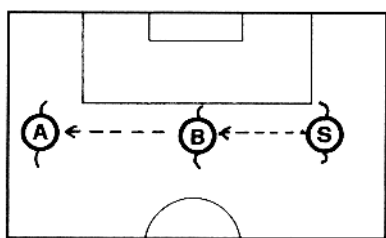


Abb. 58

Игрок S бросает руками мяч игроку В, который, в то время, пока мяч летит (но не раньше), должен посмотреть на игрока А и сказать, сколько пальцев тот показывает. Потом он должен остановить мяч, а вторым касанием перевести мяч игроку А.

Потом игрок А начинает упражнение в противоположном направлении.

Итак, мы достаточно осознаем, что игра без мяча является не только основой групповой тактики, но и, как мы рассмотрим в следующей главе, базой индивидуальной тактики.

## 2.4. – *Тактические действия игрока с мячом.*

Игрок с мячом должен подстраивать свои действия под реальность ситуации. Поэтому мы, не затягивая, хотим задать главный вопрос: «*Когда игрок с мячом должен двигаться дальше, а когда должен сделать передачу?*»

Рассмотрим типичные примеры.

### 2.4.1. – *Защитник противника находится далеко от игрока с мячом.*

Из сказанного выше является неправильным,<sup>6</sup> что игрок с мячом (как показано на рисунке 59А) делает передачу партнеру С, находящемуся в позиции помощи. Вариант, представленный на рисунке 59В, где игрок с мячом, рассматриваемый в пространственно-временной плоскости, выдвигается сначала навстречу противнику, а, приблизившись к нему, делает передачу партнеру (в футбольном обиходе это называется «подойти к противнику»), гораздо лучше. Это такой момент, когда игрок с мячом выбирает между передачей и дриблингом.

Рис. 59А.

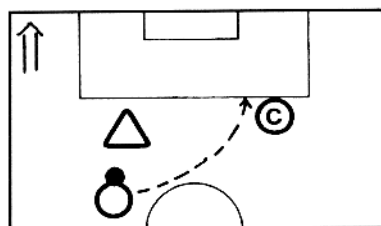


Abb. 59 A

Рис. 59В.

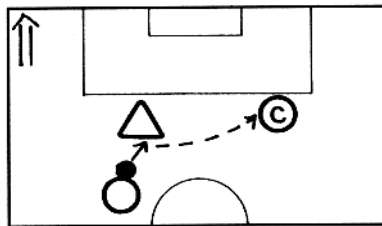


Abb. 59 B

### 2.4.2. – *Защитник противника стоит рядом с игроком, принимающим мяч (будущим игроком, владеющим мячом).*

В этом контексте игрок, принимающий мяч ( игрок В на рис.60), ни в коем случае не имеет права останавливать мяч, потому что его противник G сконцентрирован на том, чтобы помешать возможному проведению дриблинга. По этой причине тактически правильным будет (за исключением случаев, когда мы находимся в штрафной площадке противника, где исключено проводить рискованные действия), если игрок, принимающий мяч, сразу же переведет его дальше. Это подразумевает, что игрок S заранее выдвинется вперед.



<sup>6</sup> Футбол – это игра, зависящая от ситуации, располагающая реальностью, которую дают ситуации, в которых правильно то, что является противоположным тому, о чем мы говорим. Вспомните о том, что мы не даем «рецептов» что и как делать. Наша цель – предложить методику анализа игры, которая от раза к разу (на поле) выводила бы нужные средства для понимания и решения игровых проблем.

### 2.4.3. – Защитник противника движется назад, чтобы выиграть время (рис. 61).

Для игрока с мячом это особенно удобные обстоятельства, и он не должен колебаться; он движется на более высокой скорости за защитником, у которого будут проблемы с равновесием, если он захочет сделать подкат, изменяя направление своего движения. Создается такая ситуация, в которой у игрока с мячом есть преимущество, и он сможет легко обыграть противника. С этим же необходимо связать состояние игрока (или игроков) без мяча, которые позаботятся о создании состояния неуверенности у противника, вовремя и правильно заняв положение помощи.

Рис. 60.

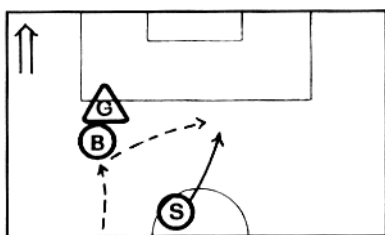


Abb. 60

Рис. 61.

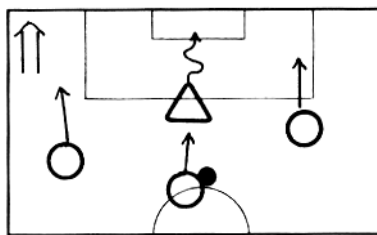


Abb. 61

### 2.4.4. – Кого должен «запеленговать» игрок с мячом?

Часто у игрока с мячом нет возможности выбирать направление движения, и он не может выбрать себе того или иного соперника, потому что такова ситуация. В большинстве случаев, как считается, такие ситуации возникают в оранжевой и желтой зонах.

Такое действие представляет собой отличный пример футбольной интеллигенции, если оно проводится продуктивно и умело для всей команды. При этом учитывается скорость, отличное взаимопонимание и чувство времени между игроком с мячом и игроком, стоящим в позиции помощи. Игрок с мячом (рис. 62) должен сначала выбрать одного противника из двух игроков (F или G), в чью сторону вести игру и куда двигаться; его партнер делает забегание в том же направлении, потому что там больше свободного пространства, т.е. нет больше игроков противника, и занимает там позицию помощи. Из рисунка 62 вытекает, что защитники F и G вводятся в заблуждение, и у них возникают проблемы с нахождением выхода из сложившейся ситуации. Они могут помешать друг другу в действиях. Нападающей команде удастся в построении игры из ситуации 2 против 2 сделать ситуацию с перевесом в свою сторону 2 против 1. Не следует недооценивать силу построения таких ситуаций в игре.

Так как это означает тактическое превосходство, то данная ситуация порождает у противника чувство неконкурентоспособности, что может привести к подавлению самоуважения. Логическим следствием этого будет сконцентрированная только на оборону игра противника. Это пример того, как тактика взаимосвязана с психикой.

Рис. 62.

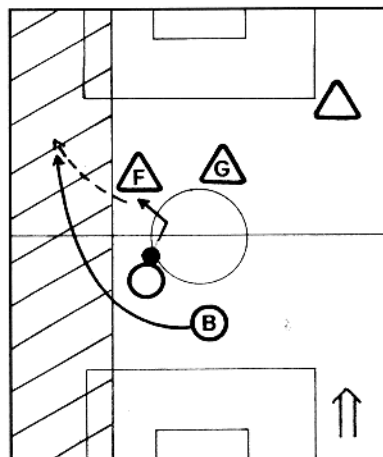


Abb. 62

#### 2.4.5. – Второй вариант.

Может возникнуть ситуация, что в центре поля (заштрихованная зона на рисунке 63) в определенный момент возникнет много свободного места.

Рис. 63.

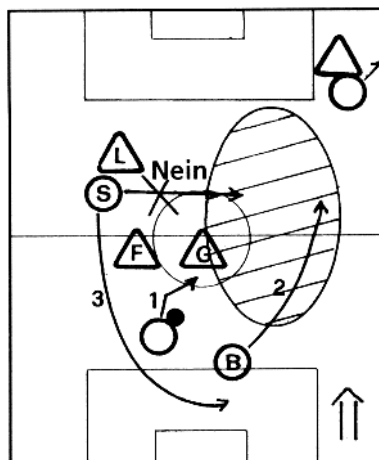


Abb. 63

В представленном здесь контексте игрок с мячом таким образом разрешает ситуацию: он целенаправленно движется с мячом в направлении игрока G. В этой стратегии игрок B занимает поддерживающую позицию. Игрок с мячом в этой стратегии, как и в предыдущем примере, сначала как бы выбирает между игроками F и G, чтобы их запутать, а потом движется в сторону игрока G (фаза 1). Одновременно с этим игрок B выдвигается, как задумано, по центру поля на позицию помощи (фаза 2), а (мы затронем нашу следующую тему) игрок S бежит, чтобы занять позицию для прикрытия сзади (фаза 3). Таким образом запутываются игроки противника и достигается цель, занятие игроком B позиции, опасной для противника. Если бы игрок B, видя что он открыт, не побежал вперед в стратегически правильно выбранную зону, а остался бы на месте, то противнику легче было бы справиться с закрыванием пространства. Игрок L последовал бы за игроком S, и тогда в этой зоне было бы численное равенство.

Рис. 64.

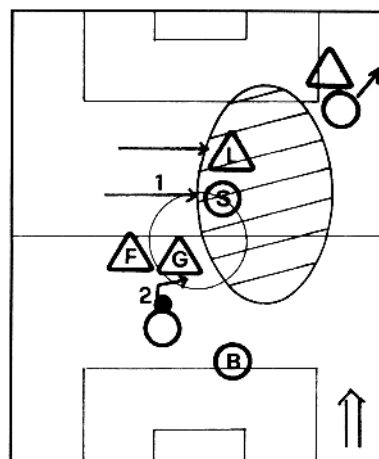


Abb. 64

#### 2.4.6. – Перевести игру на другой фланг.

Ответственность за это должен взять на себя игрок с мячом, если для этого есть необходимые предпосылки; необдуманное и необоснованное применение этого средства может привести к путанице. Переводить игру на противоположный фланг будет уместным, если проведение действий на этом фланге тормозится из-за скопления здесь большого количества игроков (рис. 65). Кроме того, игроки противника так организовались в этой зоне, что здесь невозможно создать пространство для игры. Также в этом случае необходимо, чтобы один из игроков, находящихся сзади, как показанный в нашем примере игрок B, включается в игру в этой зоне.

Было бы ошибкой, чтобы в свободную зону выдвинулся бы кто-нибудь из игроков атаки, потому что за ним выдвинулся бы защитник противника G, и тогда свободное пространство уже не было бы свободным. Понятно, что при выдвигении игрока В, останется открытым очень опасный участок поля, поэтому полузащитник L, как показано на рисунках 65 и 66, сдвигается на позицию центрального защитника, чтобы сзади подстраховать игрока В.

Рис. 65.

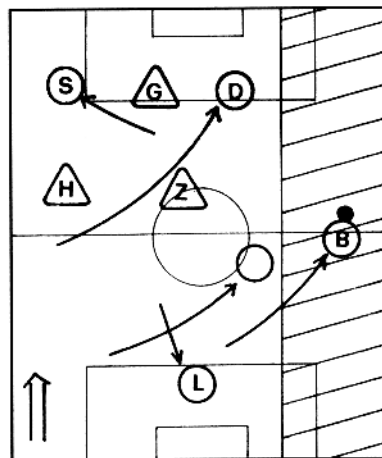


Abb. 65

Остальные игроки, занимающие позиции помощи, должны как можно быстрее выдвинуться в новую зону действий, чтобы им можно было делать передачи (рис. 66).

Рис. 66.

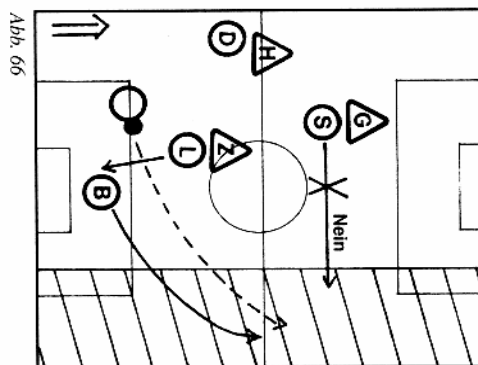


Abb. 66

## 2.5. – Оценка траекторий полета мяча

ские решения.

Различают фронтальные и боковые траектории полета.

Первые труднее оценить, чем вторые, потому что они требуют дифференцированного восприятия расстояния. Поэтому, исходя из психологических основ и функционирования зрения, труднее оценить траекторию полета, показанную на рисунке 67А, чем показанную на рисунке 67В. С этим связан тот факт, что если рассматривается ситуация (рис. 68), где сложившееся положение представляет для партнера по команде, находящегося в позиции помощи, боковой вид, а для противника фронтальный, то в такой ситуации рекомендуется провести высокую передачу.

Это предоставит игроку, стоящему в позиции помощи, возможность предугадать действия противника.

В этом примере проведение низкой передачи не сделает возможным преимущество в восприятии.

Рис. 67.

Рис. 68.

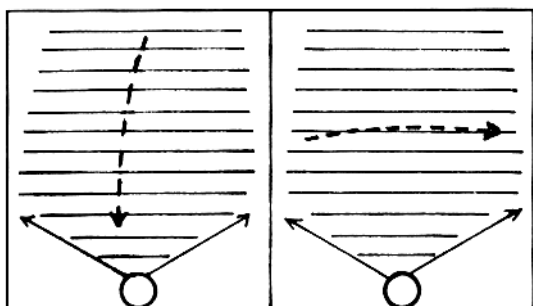


Abb. 67

A

B

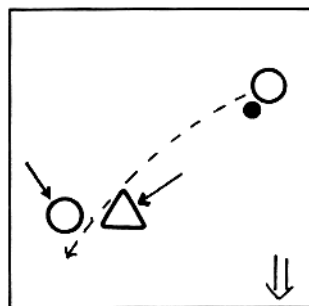


Abb. 68

**2.5.1. – Подкручивание.**

Подкручивание мяча не преследует эстетических целей, а должно направить его навстречу движению партнера (рис. 69). Не имеет смысла постоянно подавать угловые или пробивать свободные удары с подкручиванием в направлении движущихся вперед партнеров (рис. 70). В таком случае преимущество будет у защитников, и особенно у вратаря противника.

В некоторых же ситуациях наоборот необходимо применение подкручивания в позиции, удобной для противника, так как это необходимо для продолжения комбинации. Но следует обратить внимание на то, что (как показано на рисунке 71) игрок с мячом в данной ситуации должен произвести удар с подкручиванием по траектории 1, а не по траектории 2, чтобы игрок противника В не смог перехватить мяч. **Рис. 69.**

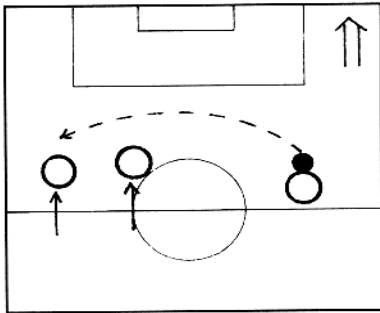


Abb. 69

**Рис. 70.**

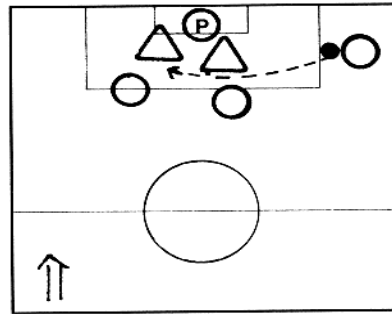


Abb. 70

**Рис. 71.**

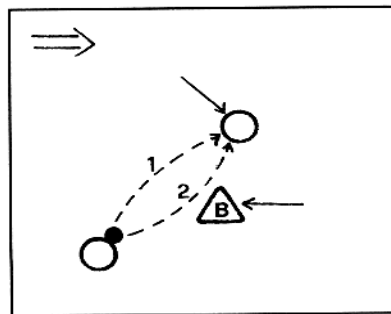


Abb. 71

Некоторые хотим по подкручивов, как происходит очень часто (рис. 72).

**Рис. 72.**

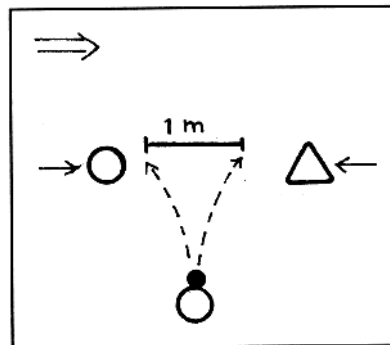


Abb. 72

епенным. Мы же дении удара с тров, а то и мет-

Такое пространственное преимущество означает, что все проигранные схватки один на один (с проведенным пасом с подкруткой вместо прямого паса) могли быть выиграны. Попробуйте повысить эффективность игры при помощи проведения передач с подкручиванием, тогда вы поймете, насколько большое значение они имеют. Конечно, в игре есть такие ситуации, когда из-за нехватки времени нужно сделать так, чтобы мяч двигался кратчайшим путем. Кроме того, у игроков есть определенные технические лимиты, которые негативно сказываются, например, при игре недоминирующей ногой.<sup>7</sup>

<sup>7</sup> Правая для левши и левая для правши.

**2.5.2 – Высокая или низкая передача?**

Это уже другая тема, где между собой переплетаются технические и тактические вопросы. В некоторых случаях проведение низкой передачи является преимуществом, потому что мяч легче контролировать (останавливать). Мяч катится быстрее и делает возможным получателю передачи лучшее видение поля. Но у такого типа передачи есть большой недостаток, её легко перехватить.<sup>8</sup> Высокая передача обладает противоположными преимуществами и недостатками. Она подходит командам с высоким техническим уровнем, но чрезмерное применение её во время тренировочного процесса не рекомендуется, потому что игрок, получающий такие передачи, станет склонным к игнорированию свободных перемещений.

<sup>8</sup> Это негативное явление выявлено в ходе многочисленных тренировок, но оно имеет дидактическую ценность, потому что заставляет игроков, стоящих в позиции помощи, постоянно пытаться правильно передвигаться, чтобы этого не случилось.

## Глава 3.

### Построение игры.

Прочитав заголовок, на первый взгляд может показаться, что мы сейчас займемся темой, которая затрагивает сложные<sup>9</sup> тактические механизмы и заготовленные схематические игровые ситуации. А мы напротив займемся простыми передвижениями игроков в позиции помощи, которые в своей совокупности более или менее преднамеренны и показывают, что представляет собой игра без мяча.

Это можно сравнить с подводной частью айсберга: она очень важна, но её нелегко увидеть. На него указывает надводная часть, но в сравнении с подводной, от которой она зависит, она даже несравнима. По этому же принципу игра с мячом зависит от игры без мяча, так же, как и от временной последовательности и объема работы (не нужно забывать о том, что временное соотношение, как мы уже говорили, составляет 2 минуты к 88 минутам).

#### 3.1. – Создание свободного пространства.

Сохранить владение мячом и достичь возможности развития игры – это лишь подцели, в которых нудно принимать во внимание противника.

Для этого необходимо обходить закрытые противником зоны и избегать занятия противником свободных зон. Как?

##### 3.1.1. – Создание свободного пространства как первичная цель.

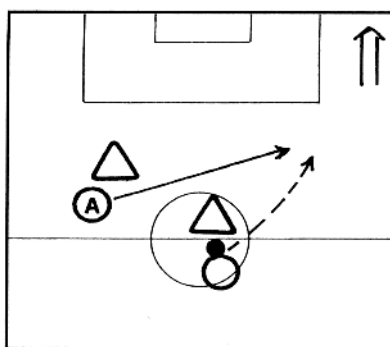
Это действие проявляется как практический инструмент для тактических анализов. Преднамеренное создание свободного пространства соответствует простой позиции помощи. У неё одна цель, которая достигается благодаря перемещениям, без постановки отдельных целей. На рисунке 73 игрок А, стоящий в позиции помощи, создал в указанной части поля свободное пространство.

В этом случае нужно немедленно использовать его позицию помощи, пока противник не предпринял адекватных мер.

<sup>9</sup> Мы считаем, что простые вещи более эффективные. Это ясно, что много простых вещей в совокупности создают огромную «конструкцию», которая действует в комплексе.

Очень важно проводить комбинацию в правильно выбранный промежуток времени, чтобы она прошла ещё до возникновения ответной реакции (имеется в виду скорость исполнения).<sup>10</sup>

Рис. 73.



### 3.1.2 – Создание свободного пространства как вторичная цель.

А здесь начинается самое интересное! Предположим, что команды, которые это делают, показывают, что, в общем, называется играть в аккуратный футбол. Они сознательно и запланировано используют вышеописанные свободные передвижения как вторичную цель.

Речь идет о действиях, которые обозначены высоким уровнем совместной работы, на котором строится реальная тактико-стратегическая подготовка.

Это «тактическое понимание» футбола объединяется в едином девизе: «один возвращается назад, а второй выдвигается вперед», что касается игры без мяча, то так должно происходить развитие игры. В содержательном плане создаются две позиции помощи друг за другом, которые могут в различной форме быть применены.

**Рис. 74.** Первичная цель.

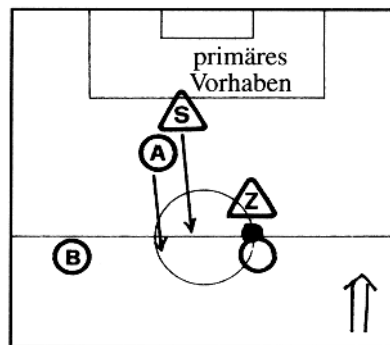


Abb. 74

<sup>10</sup> Об этом мы подробно говорили в предыдущей главе.

Первая позиция помощи – это хитрость, целью которой является склонить противника (рис. 74) к освобождению определенной зоны поля (заштрихованная зона на рис. 75). Эта зона будет тут же, неожиданно для противника, занята (игрок В на рис. 75).

Можно сделать вывод, что создание свободного пространства, как вторичной цели, является общей целью в прямом смысле, где необходима совместная работа как минимум трех игроков, у которых должна быть одна установка, как в совместной рыбалке; причем один индивидуум заманивает рыбу в сеть, а другие заботятся о том, чтобы этот противник уже ничего не смог в данной ситуации сделать.

**Рис. 75.** Вторичная цель.

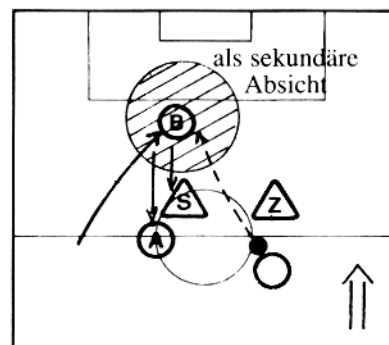


Abb. 75

Добавим еще, что первую позицию помощи (рис. 74) следует занимать по определенному жесту, который необходимо знать. Кроме этого это должно характеризоваться проведением заранее быстрых рывков и проявлением мнимой агрессивности.

Противоположностью этому является вторая позиция помощи, ключевым моментом которой является создание свободного пространства, а реальный замысел должен скрываться до самого конца. Действия должны быть неожиданными и очевидно внезапными, т.е. они должны произойти

настолько неожиданно для противника, чтобы он не успел понять, что произошло и отреагировать (это касается направления и скорости действий). Таким образом, игрок, стоящий в этой позиции помощи, в момент растерянности противника завладеет мячом.

Естественно, что последовательность действий может меняться. Игроки должны быть научены изучать ситуации и правильно их интерпретировать, чтобы вовремя суметь подстроиться.

На рисунке 76, например, игроки А и В должны, если противник не последует за игроком А (который занимает первую позицию помощи), а, вместо этого, закрывает игрока В (вторая позиция помощи), понять ситуацию, чтобы поменять стратегию (рис. 77).

По этой стратегии, например, игрок В будет занимать первую позицию помощи, выдвинувшись в середину поля, чтобы потянуть за собой игрока противника; таким образом, в качестве вторичной цели будет создано свободное пространство для игрока А, который поменял свою первоначальную цель (в сравнении с показанной на рисунке 76), и сразу же выдвигается в эту зону, куда ему и делает передачу игрок с мячом.

**Рис. 76.**

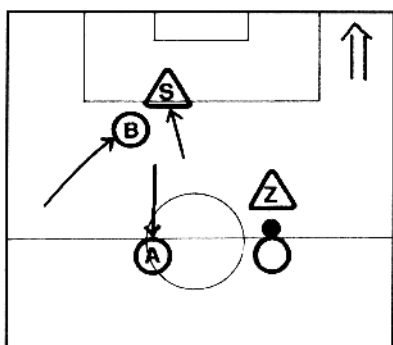


Abb. 76

**Рис. 77.**

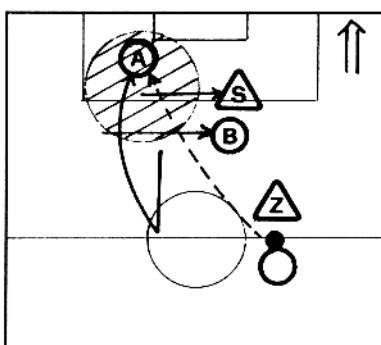


Abb. 77

Это понимание в создании свободного пространства является результатом отличной организации действий без мяча, при одновременном видении игрока с мячом и противника. При этом, конечно же необходимо ограничивать риск, потому что во время построения игры необходимо принимать необходимые превентивные меры. Вспомним, что ограничение риска вариативно, в зависимости от ситуации. По этому поводу советуем еще раз обратить внимание на информацию, касающуюся риска в различных частях поля, освещенную в главе 2.1.

Это так же очевидно, что передвижение без мяча предполагает понимание и готовность игроков к бескорыстной работе на благо коллектива. Со стремлением будет легче согласиться, когда будут поняты цель и практическое применение. Для достижения этой цели у тренера в распоряжении есть тренировочные упражнения и теоретические объяснения (в разных вариантах). При любых обстоятельствах он должен оставаться «учителем».

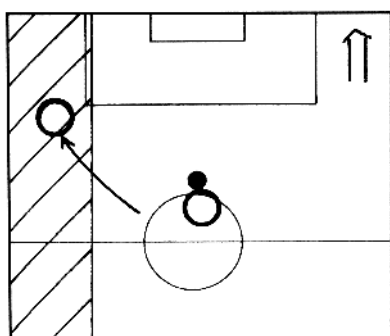
### 3.2. – Принципы, значимые для команды.

По своей сути они соответствуют описанным в предыдущей главе целенаправленным позициям помощи.

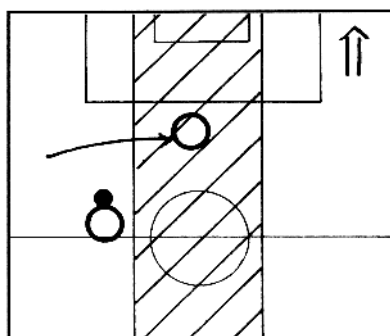
В зависимости от позиции на поле у нас есть:

1. Позиции помощи на флангах (рис. 78).
2. Позиции помощи в центре поля (рис. 79).

Тактические основы<sup>11</sup> для их применения – это освобождение центральной или одной из фланговых зон. **Рис. 78.**



**Рис. 79.**



3. *Позиции помощи по направлению с фланга в центр* (рис. 80).

4. *Позиции помощи по направлению из центра на фланг* (рис. 81).

Их выбор зависит от позиции игрока с мячом. Как правило, если игрок, занимающий позицию помощи, стоит далеко от игрока с мячом, то он для занятия этой позиции выдвигается с фланга в центр (рис. 80). И наоборот, когда игрок находится слишком близко к игроку с мячом, он выдвигается из центра на фланг. Кроме того, следует иметь в виду, что в любом случае должно войти в привычку, всегда, хотя бы в последний момент, выдвигаться навстречу мячу, адресованному тебе: смысл предвидения. **Рис. 80.**

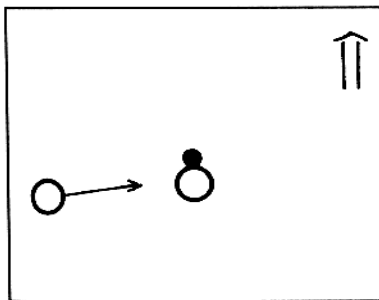


Abb. 80

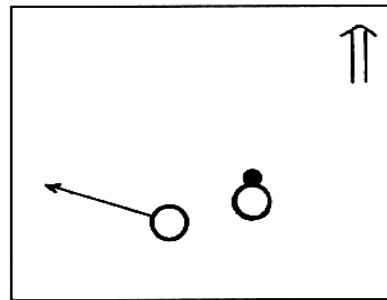


Abb. 81

<sup>11</sup> Все, затронутые в этой главе ситуации, связаны с созданием свободного пространства как вторичной цели. Эти передвижения в качестве первичной цели не были приняты во внимание ввиду их очевидности.

5. *Забегание на фланге.*

Это одна из разновидностей обгонного маневра игрока с мячом. Игрок В, который на рисунке 82 делает забегание, стартует из центральной по отношению к игроку с мячом позиции, обходит его со спины (но не спереди), и занимает впереди позицию, для принятия передачи. Забегание оказывается выгодным, если оно преследует цель занятия первой позиции помощи, когда на фланге создано свободное пространство. Если это до последнего момента будет скрываться, то это будет неожиданностью для противника. **Рис. 82.**

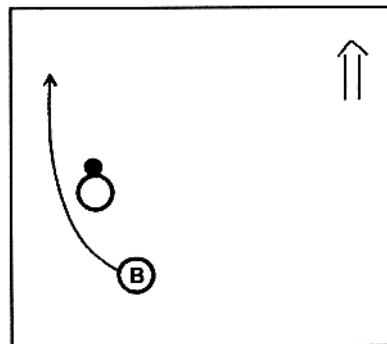
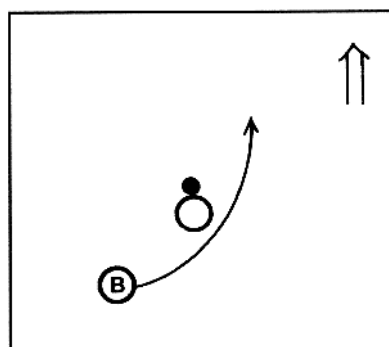


Abb. 82

6. *Забегание в центр* (рис. 83).

Этот маневр проводится на тех же условиях, что и вышеописанный, только передвижения игроков происходят в противоположном направлении. В красной и оранжевой зонах этот маневр практически не применяется, а в желтой и зеленой зонах проведение его является стратегически ценным средством. **Рис. 83.**





*Двойное забегание* – это комбинация из двух, следующих друг за другом забеганий. Игрок с мячом, которого оббежал игрок В, тоже оббегает его после того, как сделает ему передачу (рис. 84).

7. *Занятие позиции помощи на «слепом» фланге* (рис. 85).

**Рис. 84.**

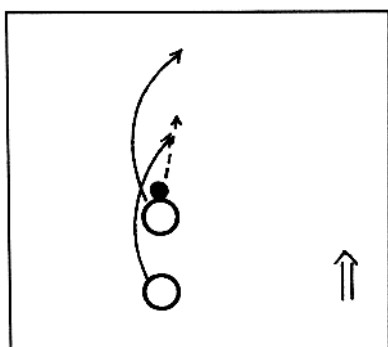


Abb. 84

**Рис. 85.**

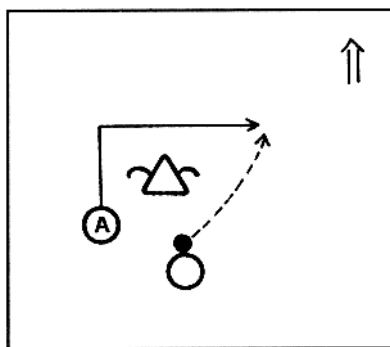


Abb. 85

Здесь речь идет о свободном перемещении вне поля зрения защитника.

Игрок А движется по диагонали за спиной противника в том же направлении, что и игрок с мячом (вне поля зрения противника). Он обманул противника своей диагональной позицией слева от игрока с мячом, а сам переместился направо, чтобы принять мяч.

Кто-то захочет спросить: «А мне было бы легче изначально занять позицию и перемещаться справа от игрока с мячом?» (рис. 86). **Рис. 86.**

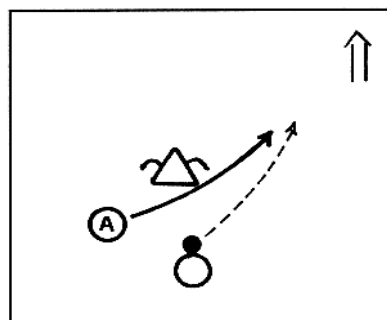


Abb. 86

Нет, это было бы тактической ошибкой; игрок А таким образом постоянно находился бы в поле зрения противника, который бы закрывал его от игрока с мячом, а игрок с мячом очень рисковал бы, делая ему передачу (речь идет об определенном виде блока, о котором еще пойдет речь).

Это очевидно, что занятие позиции помощи на «слепом» фланге легко проводить против команд, которые используют создание положений вне игры; в нашем примере это не отражено.

8. *Блоки.*

Здесь речь идет о действиях, целью которых является оградить игрока с мячом от нападения на него игрока противника. Несмотря на то, что блок делает игрок без мяча, игрок с мячом, движущийся на этот блок, не должен нарушать правила.

На рисунке 87 игрок с мячом А, который решил уйти от игрока D, движется в направлении игрока В (который остается стоять на месте), обходит его и движется дальше. В этом контексте игроку D будет загорожен вид на мяч (один свой игрок и 2 игрока противника), он не сможет точно увидеть, куда движется игрок А. В зависимости от направления движения к конечному пункту различают горизонтальные и вертикальные блоки.

9. *Пересечение* (рис. 88).

По результатам правильно проведенной оценки пространства различают позицию помощи с фланга в центр (1) и из центра на фланг (2). Если проанализировать игру, то станет ясно, что необходимо перекрещивание проводить одновременно с постановкой блока. Поэтому различают перекрещивания (пересечения) спереди и сзади. **Рис. 87.** **Рис. 88.**

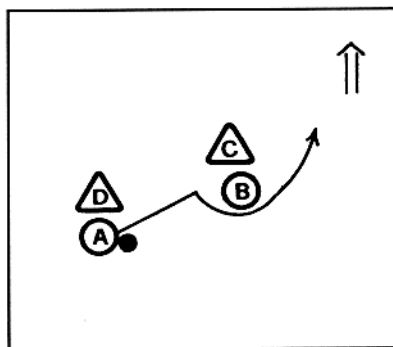


Abb. 87

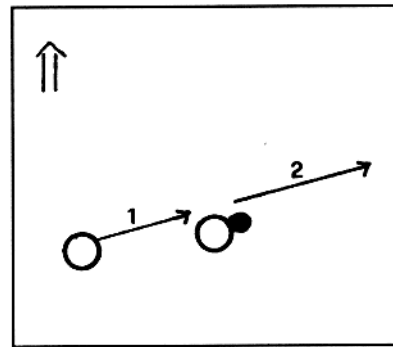


Abb. 88

В первом случае (перекрещивание впереди: рис. 89а) игрок А движется между игроком с мячом и игроком противника С с целью предупреждения атаки противником игрока с мячом. Это перекрещивание, выполненное игроком А, правильнее было бы определить как «преграда».

Во втором примере (рис. 89в) игрок А совершает пересечение игрока с мячом, который ему потом передаст мяч, а сам со своей стороны поставит блок, сзади.

В общем, игрок с мячом должен при проведении перекрещивания сделать передачу и помочь в сохранении мяча.

**Рис. 89а.**

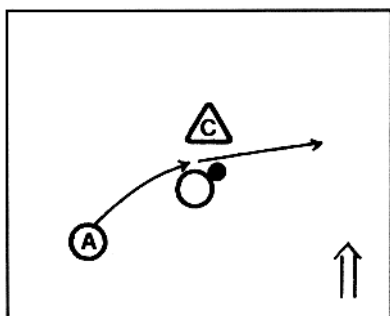


Abb. 89a

**Рис. 89в.**

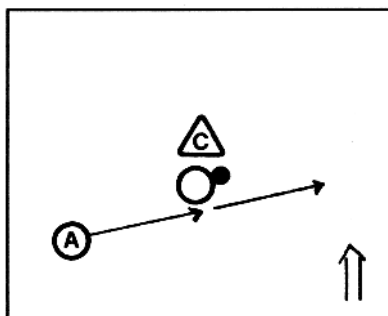


Abb. 89b

Игрок с мячом делает передачу игроку А, стоящему в позиции помощи (на итальянском футбольном жаргоне говорят, что он часовой), а сам делает рывок вперед мимо противника, чтобы опять получить мяч назад. Если игра в треугольник проводится на малом пространстве, её называют «игра в стенку». Игрок-часовой будет действовать тактически правильно<sup>12</sup>, если он будет отдавать пас на ход партнеру дальней ногой (рис. 91). Таким образом, угол при ответном пасе получается больше и мяч труднее перехватить. **Рис. 90.** **Рис. 91.**

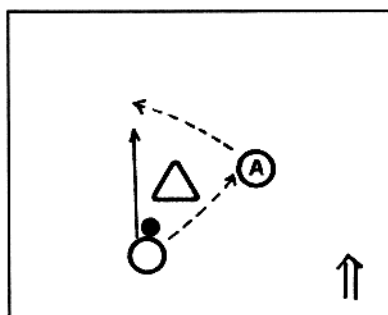


Abb. 90

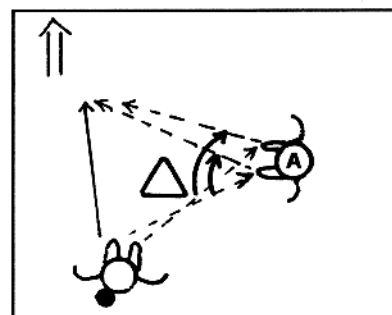


Abb. 91

<sup>12</sup> Понятие «тактически правильно» значит, что при определенных критериях такие действия являются самыми подходящими в данной ситуации. Нужно осознавать, что постоянно создаются новые ситуации, выходы из которых будут различными.

### 11. Игра в стенку.

После того, как игрок с мячом сделал передачу, он бежит сначала в направлении за мячом, но перед игроком противника резко меняет направление движения и проходит за ним (рис. 92а). Такой маневр соответствует одной из разновидностей игры треугольником.

Другой вариант игры в стенку представлен на рисунке 92в, когда игрок проходит перед игроком противника. В этом случае у игрока В есть возможность «оградить» игрока А от противника.

Первый вариант подходит в ситуации, когда игроки хотят уклониться от оборонительных действий противника, который очень подвижный и хорошо понимает игру.

Второй вариант удобен в случаях, когда возвращение мяча назад игроку, который сделал передачу, не является главной целью, а важнейшим в ситуации является сохранение владения мячом (т.е. не дать противнику его перехватить). **Рис. 92а.** **Рис. 92в.**

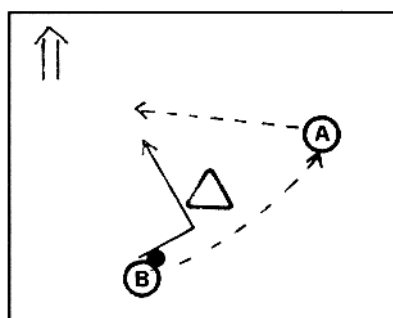


Abb. 92a

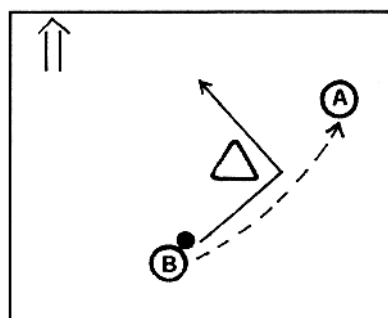


Abb. 92b

### 12. Сделать передачу назад, а самому выдвинуться вперед (рис. 93).

Если игрок с мячом находится в ситуации прессинга со стороны противника (игра должна развиваться в направлении ворот противника), то он может сделать передачу партнеру назад, а сам выдвинуться вперед в более удобную позицию, и опять получить мяч от партнера. **Рис. 93.**

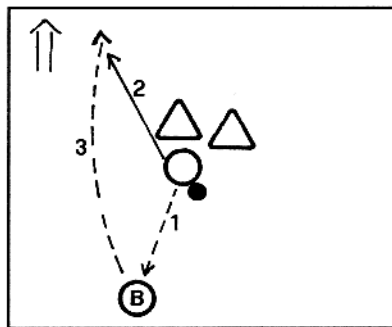


Abb. 93

### 13. Остановиться.

Это действие, насколько банальным бы это ни казалось, является очень важным. Очень важно понимать *когда? где? и как?* (спринт и резкая остановка, смена позиции помощи перемещением с фланга в центр и наоборот и т.д.) будет уместным остановиться, в зависимости от тактико-стратегических возможностей. Речь идет об основополагающих принципах, которыми не следует пренебрегать, потому что они связаны с видением игры, способностью создания свободного пространства и одновременно с физическим отдыхом.

Футболист, который в состоянии «читать игровые ситуации», должен обладать способностью определения нужных моментов для остановки.

### **3.3. – Создание свободного пространства для завершения комбинации ударом по воротам.**

Приведем вкратце некоторые общие наблюдения.

Так как подобные ситуации представляют особую опасность для защищающейся команды, то, очевидно, что противник будет использовать всю свою агрессивность. Несмотря на то, что атакующая команда в данной зоне будет играть в меньшинстве.

При определенных обстоятельствах создание свободного пространства требует применения имеющихся в наличии следующих средств:

1. *Максимальные скоростные качества.*
2. *Отличное чувство времени.*
3. *Применение фантазии.*
4. *Осознание риска совершения ошибки.*

Мы не будем дальше углубляться в тему, касающуюся атаки, потому что мы не будем заниматься подобными областями как футбольная техника или стереотипы в игре, которые выходят за рамки нашей темы, которая затрагивает только тактические аргументы.

В любом случае можно с легкостью найти в рассмотренных ранее концепциях построения игры в связи с различного рода вариантами завершения комбинации ударом по воротам (свободный удар, угловой удар игровая комбинация в штрафной площадке противника) модели, подходящие для тренировочного процесса.

### **3.4. – Контратаки и ситуации с численным преимуществом.**

Подготовку контратаки нужно проводить с особой тщательностью. С одной стороны это средство, способное в одно мгновение повернуть ход игры с ног на голову, а с другой стороны оно представляет собой важное средство для проведения тренировок, потому что оно требует применения максимальной скорости в быстро меняющейся ситуации.

Контратака начинается с завладения мячом в одной из задних зон поля (красной или оранжевой) в результате перехвата паса, выигранного дриблинга или удобного для нас отскока. В этот момент целью является как можно быстрее, используя преимущество, оказаться перед воротами противника.

В попытке достижения этой цели необходимо заранее распознать интервенционные возможности противника, который будет застигнут врасплох. Самым важным является первый пас, который может помешать проведению удачной контратаки, как неточным исполнением, так и если он будет сделан поздно. При его проведении нужна высокая скорость реакции и решительность.

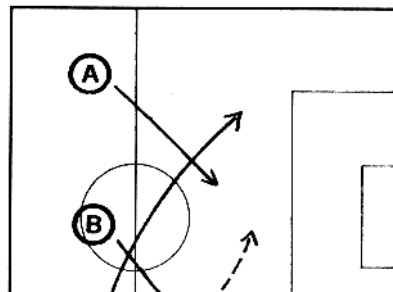
Итак, изложим наши размышления, уже зная, что существует бесчисленное количество ситуаций и стратегий, связанных с контратаками.

Как только что упоминалось, в исходном положении для проведения контратаки должно быть численное преимущество, а именно: 3 : 2, 4 : 3, 2 : 1,...

В качестве модели возьмем контратаку с тремя задействованными игроками.

Представим себе, что игрок на фланге движется с мячом (игрок С на рис. 94), потом центральный игрок перед ним перемещается на этот же фланг.

В этот же момент игрок А, находящийся на противоположном фланге, выдвигается в центр, где получает передачу от игрока С, который после отдачи паса ориентируется в направлении ставшего свободным фланга. Таким образом, мяч быстро (по критериям рационального использования игрового пространства) переносится к воротам противника. Кроме того, этот маневр позволяет трем нападающим создавать свободное пространство, прикрывать его и одновременно с этим распределить равномерно между собой всю ширину поля. **Рис. 94.**



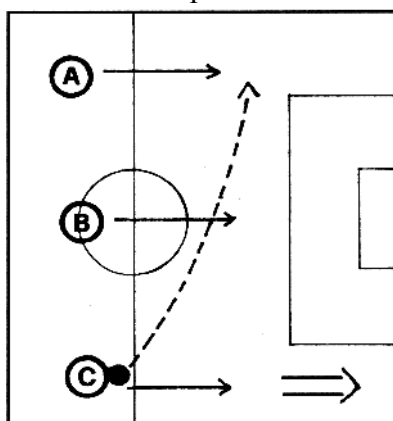
Это очевидно, что здесь показан общий план действий, в котором не предусмотрены непредвиденные изменения ситуации.

Но мы в любом случае представляем себе, что он содержит в себе важнейшие реквизиты контратаки, которые будут объединены в следующих концепциях:

**1. Быстро перевести игру.**

Было бы неправильно переводить игру, как показано на рисунке 95а, потому что у защищающегося противника было бы достаточно времени и места занять новую, выгодную ему позицию.

**Рис. 95а.**



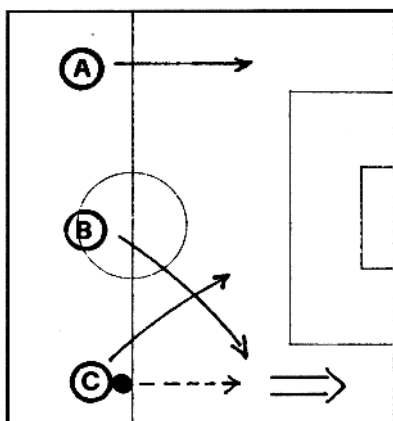
**2. Осознание соответст.**

От вертикального паса (1) заться (рис. 95в), потому

*Abb. 95a*

именно в данной ситуации) лучше отка- противника легко перехватят это мяч.

**Рис. 95в.**



*Abb. 95b*

**3. К мячу на рассматриваемое направление перевода игры.**

Направление движения, которое дает преимущество, представлено на рисунке 96, оно делает возможным без потери времени перевести игру вперед, и создает угол<sup>13</sup>, при котором легче принять мяч.

Представим себе наоборот, что мячом завладел центральный игрок В (рис. 97). Тогда один из фланговых игроков А выдвигается с фланга в центр, чтобы получить передачу, в то время как второй фланговый игрок движется по своему флангу вперед. Игрок В после того, как сделал передачу, выдвигается на фланг, откуда прибежал игрок А, получивший мяч.

**Рис. 96.**

**Рис. 97.**

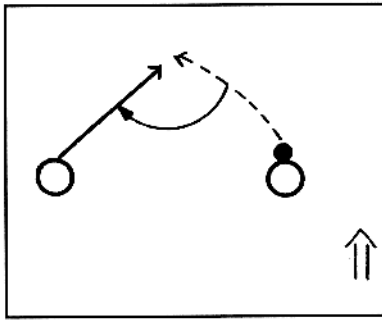


Abb. 96

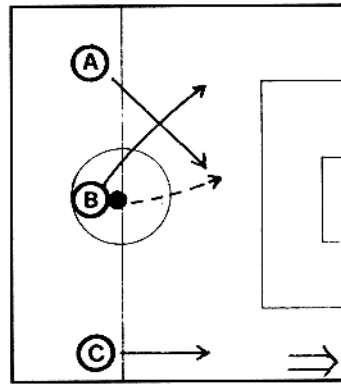


Abb. 97

Это очевидно, что выполненная рано или поздно передача, и, как следствие, передержание мяча, при различных факторах, даже в зависимости от положения противника, может оказать негативное влияние. Поэтому нужно принять во внимание два приведенных примера. Особенно нужно принять во внимание тот пример, в котором перемещение совершается (смена направления движения) в том направлении, где атакуют игрока с мячом.

Идеальную модель контратаки с 2 или 4 задействованными игроками легко построить, опираясь на представленные примеры с 3 игроками, потому что они будут содержать те же основные элементы.

Изучение и разумное применение проведения контратаки приводит к улучшению у игроков понимания построения игры. Особенно улучшается чувство времени, при помощи которого устраняется возможность совершения наиболее часто встречающихся ошибок по затягиванию игры, особенно в случаях, когда задействовано большое количество игроков

<sup>13</sup> Угол при приеме мяча зависит от направления движения игрока в позиции помощи и траектории полета мяча. Последняя зависит от позиции игрока, который делал передачу.

(потому что нет уверенности в точном выполнении действия из-за снижения уровня ответственности в данный момент).

В результате, приходится заново начинать построение игры. Применение контратаки предполагает, что выбор временного промежутка будет происходить автоматически, не по своей воле игрока, а скоординировано, в связи с игровым контекстом.

### 3.4.1. – Ситуации с численным преимуществом.

Целью контратаки в преимуществе в зеленой зоне является прийти к воротам противника. В такой ситуации имеют силу утверждения, которые очевидно, обладают общей силой, не зависимо от того, идет ли речь о контратаке или нет.

В качестве примера возьмем ситуацию: 3 нападающих против 2 защитников.

1. *Неопределенность.* Защита попытается создать для нападающих ситуацию неопределенности, чтобы выиграть время и тем самым дать возможность подойти им на помощь третьему нападающему. Атака в таких ситуациях должна проходить уверенно и без признаков сомнения.
2. Игрок с мячом на рисунке 98 с такой уверенностью идет на противника F, что тот даже не в состоянии принять «бой» один на один. **Рис. 98.**

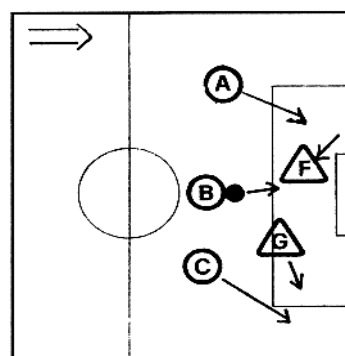
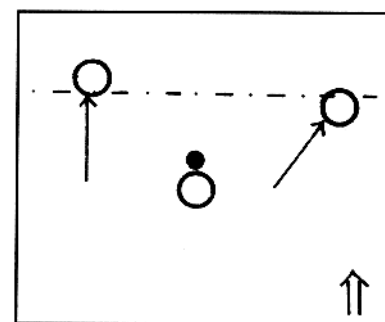
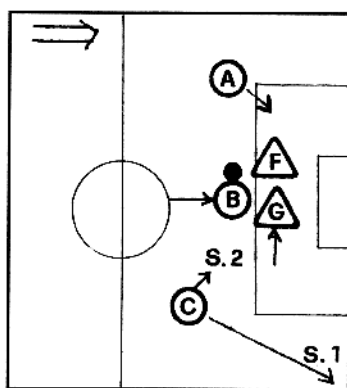


Abb. 98

Эти действия сковывают защиту в прямом смысле, они «открывают свои карты», что является важнейшей фазой на данном этапе игры.

3. В то же самое время игроки А и С, находящиеся в позиции помощи, должны тоже двигаться вперед. Игрок А должен быть готов получить передачу в момент выхода его партнера один на один с защитником, а игрок С, которому в данной ситуации не будет делаться передача, должен проводить наступательные действия таким образом, чтобы защитник G не смог помешать атаке. Если игрок С убежит слишком далеко на фланг (вариант 1 на рис. 99) или останется позади мяча (вариант 2 на рис. 99), то он даст противнику G возможность удвоить закрывание игрока В, так же как у игрока F есть шанс предугадать действия стоящего в позиции помощи игрока А.

4. *Нападающие не должны находиться на одной линии.* В рамках правила положений вне игры, игроки, стоящие в позиции помощи, не должны находиться на одной линии (как показано на рисунке 100). Таким образом, создаются «угловые точки», удобные для проведения передач, которые имеют большое значение в маневрах атаки. **Рис. 99.** **Рис. 100.**



### 3.5. – Агрегирование осн Abb. 99

Abb. 100

Что мы подразумеваем в футболе под словом «коллектив»? Это организованные совместные действия так называемого «ансамбля» индивидуумов.

В первую очередь важна общая цель, благодаря значению которой должны осознаваться все компоненты.

*Ситуация → взаимное согласие → взаимопонимание → взаимность → технико-тактические знания.*

#### **Передача.**

Кто делает передачу:

Игрок А должен ориентироваться на адресата передачи (рис. 101а).

Игрок В должен сам ориентироваться как это нужно в ситуации, когда он должен принять мяч (рис. 101в).

Игрок С должен оценивать положение противника.

Игрок D должен, в зависимости от положений игроков А, В и С, правильно выбрать момент для технического исполнения.

**Рис. 101а.**

**Рис. 101в.**

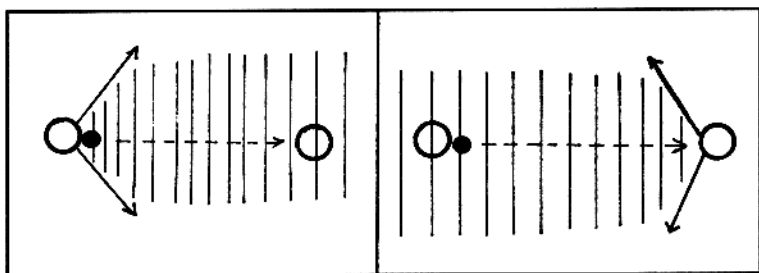


Abb. 101a

Abb. 101b

Выбор нужного момента определяется адресатом паса, который должен быть готов получить передачу раньше, чем противник сможет предпринять какие-нибудь меры предосторожности. Таким образом, повышается неуверенность у противника игрока с мячом, а шансы на успех команды с мячом увеличиваются.

Если игрок, стоящий в позиции помощи, двинется с места раньше, чем нужно, то не получится создать ситуацию и обыграть игрока противника.

Если игрок, стоящий в позиции помощи, двинется с места позже, то у игрока с мячом будет только два выхода: или дриблинговать, или сделать рискованную передачу.

В таком случае уменьшится неуверенность защиты противника, и увеличатся их шансы.

В общем, это означает, что нужно уметь приспосабливаться к неожиданным ситуациям и, в зависимости от ситуации, реагировать соответствующими действиями.

Это предполагает:

1. *Взаимозаменяемость позиций.*
2. *Изменение уровня ответственности.*
3. *Такой менталитет, когда стремления одного человека направлены на достижение общих целей.*

Под этим понимается, что игроки всех позиций должны быть взаимозаменяемыми, и должны быть в состоянии принимать участие в действиях атаки и обороны.

Игра без мяча имеет большое значение.

На основе ситуаций игроков подразделяют на:

- а) *Игроков, находящихся непосредственно у мяча* (игрок с мячом и тот, кто его атакует).
- в) *Игроков стратегического значения* (это игроки, находящиеся неподалеку от игроков у мяча, с которыми можно сыграть).
- с) *Игроки, не имеющие возможности атаковать.* Речь идет об игроках, чьи позиции никак не влияют на развитие игры.

В игре с закрыванием пространства делается попытка свести к минимуму число игроков, не участвующих в атаке, а осуществляется это благодаря эффективным коллективным передвижениям всей команды.

Это происходит двумя способами:

1. *Повышением числа игроков, находящихся вблизи мяча, как стратегический маневр* (например, удвоение закрывания).
2. *Повышением эффективности, со стратегической точки зрения, действий игроков, находящихся вблизи мяча, и всех остальных игроков.*

Это говорит о том, что следует скорее говорить не о фиксированных областях задач игроков, а о тех, которые возникают в зависимости от ситуации, где стремления и задачи справедливо распределяются между всеми игроками.

Вступает в силу менталитет, по которому нужно преодолеть ту грань, что одни игроки могут играть только в обороне, а другие только в атаке. После того, как игроки стали иметь понятие о том, что футбол – это коллективная игра и развили в себе свои игровые способности, они могут участвовать в коллективном построении игры, обороняться или атаковать, в зависимости от требований той или иной ситуации. Очень часто, вследствие возникающих предрассудков, игроков заставляют играть только в обороне или только в нападении, в то время как они должны варьировать в себе



функции различных игроков. Главная проблема – менталитет, по которому футбол, рассматривается исключительно как игра со строго определенными ролями игроков и их строго определенными задачами, как в армии. Последствием этих абсурдных предпосылок является то, что получается большое количество игроков, не участвующих в атаке, потому что «компоненты» команды научены действовать только тогда, когда игра пришла в их зону.

Благодаря пониманию игры пытаются достичь правильного закрывания пространства, т.е. при каждой смене ситуации меняются и позиции игроков.

В такой среде игроки будут не просто активными, если они будут «отталкиваться» от игры, но и будут постоянно обдуманно пытаться участвовать в ней.

Менталитет такого плана делает необходимым на протяжении всей игры поддержание высокой концентрации. По этой причине футболисты должны быть, как мы уже говорили ранее, «марафонцами в психологическом плане».

Коллектив, чтобы быть таковым, должен быть образованием общности индивидуумов, где должны приниматься во внимание ценности каждого, и должны направляться на благо всей команды. Игру с закрыванием пространства правильно понимают как своего рода унификацию или нивелирование способностей; её можно также определить как целенаправленное применение способностей.

## Глава 4.

### *Коллективная игра и закрывание пространства.*

Если мы рассмотрим историю развития футбола, то поймем, что способы организации обороны были следствием развития стратегий нападения. Во времена зарождения футбола в распоряжении команды был лишь один защитник (система 1 – 0 – 9). Потом постепенно число защитников удвоилось, утроилось, увеличилось в 4 раза. В настоящий момент почти всегда играют с 4 защитниками, потому что вероятно лишь такая расстановка может хоть как-то уравновесить звенья команды.

С другой стороны точный численный вопрос игровых систем (4 – 3 – 3, 4 – 4 – 2, 3 – 4 – 3) в последнее время развил две важные концепции, построенные на закрывании пространства. Во-первых, все члены команды, независимо от позиции на поле, должны участвовать в запланированных оборонительных действиях.

Во-вторых, бывшая до сих пор пассивной защита становится активнее, так что можно себе представить, что здесь в какой-то степени искажаются предпосылки игры.

Первоначально, как мы уже говорили ранее, под защитой понималось реагирование; в наше время защита реорганизовалась и стала действенной при помощи прессинга, так что можно говорить о ней, как о своего рода наступательных действиях. Поставленные цели попытаются выполнить в разных ситуациях при помощи улучшенных методик совместной работы, которые больше не будут подразделяться на методики обороны и нападения в отдельности.

*Важнейшие задачи обороны.*

Последние обобщаются в сужении игрового пространства и давлении на противника. Специально хотим детально сформулировать следующие цели:

1. *Завладеть мячом.*
2. *Избежать успешного дриблинга противника.*
3. *Избежать нанесения противником удара по нашим воротам.*
4. *Перехватывать передачи противника.*
5. *Страховать партнеров.*
6. *Проводить профилактическое прикрытие партнеров.*

При перечислении этих шести целей мы специально ввели новое понятие, которое точно определяет очень важное понятие.

Мы затрагиваем такие понятия как «профилактическое прикрытие» и «оборонительное прикрытие».

Критерием различия этих понятий служит тот факт, кто владеет мячом. Если мячом владеет своя команда, то проводятся различные страховочные мероприятия профилактического характера. Это значит, что оборонительные мероприятия основываются на существовании гипотетического риска. Как видно на рисунке 102, игроки А и D прикрывают, вместо того. Чтобы участвовать в построении игры. Они остаются, как описывалось выше, в тех позициях, которые гарантируют профилактическое прикрытие. **Рис. 102.**

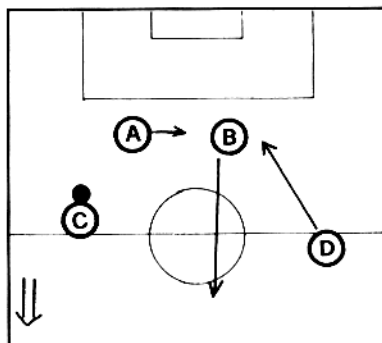


Abb. 102

#### **4.1. – Закрывание пространства и закрывание противника.**

Это преимущественное тактико-стратегическое различие разных систем обороны, противопоставление которых представляет пропедевтический анализ для изучения определенных аргументов. Будет неплохо в самом начале объяснить, что между обеими этими системами нет большой разницы, просто одна система исключает другую. Жесткое закрывание противника также применяют в случаях, если в данной ситуации его принципы будут совпадать с принципами закрывания пространства.

Закрывание противника отличается закрыванием непосредственного игрока противника, поэтому команды, использующие эту систему, применяют различное число игроков, задачей которых является нейтрализация действий непосредственного игрока противника каждого из игроков. Без сомнения, речь идет о таком виде защиты, когда игрок «привязан» к своему непосредственному противнику, т.е. к одному игроку противника. Это такая игровая модель, что если её будут применять более чем два игрока команды, то сильно понизится способность команды к совместной работе, а построение игры тогда будет зависеть только от индивидуальных способностей отдельных игроков, а не от коллективных действий.

Если дословно интерпретировать понятие «закрывание пространства», то оно показывает, что игрок, который до этого закрывал только игрока противника, теперь должен закрывать и зону, в которой он находится. Ладно, признаемся, это ложное мнение, потому что закрывание пространства означает, что внимание защитника должно быть направлено на развитие игры.

С функциональной точки зрения было бы корректнее заменить слово «пространство» на выражение «игра с зависящей от ситуации совместной работой». В любом случае, мы предлагаем, из лучших соображений, не вводить новых понятий (как это делают в баскетболе), даже если будут более подходящими.

Придя к этому пункту, у нас возникли сложности в определении и понимании прямых задач и критериев сфер действия защитников в игре с закрыванием пространства. В то время как в игре с закрыванием противника задача игрока зависит от положения противника (центральный защитник закрывает центрального нападающего, крайние защитники закрывают крайних нападающих и т.д.), здесь нет такого простого распределения.

Далее будем рассматривать основные тактические вопросы, которые касаются защиты с точки зрения закрывания пространства.

## 4.2. – Основная задача защитников в закрывании пространства: анализ игровой ситуации.

Ориентировочная помощь для ведения правильных действий в закрывании пространства складывается из полной оценки следующих элементов:

1. Где находится мяч.
2. Где находятся игроки противника.
3. Где находятся партнеры по команде.

Место игрока с мячом (пункт 1) взаимосвязано с положением противника; пункт 2. определяет возможное дальнейшее развитие игры.

Это схематически изображено на рисунке 103, где принимаются во внимание возможные направления игры W, X, Y и уровень опасности, которая может исходить от игрока с мячом.

Рис. 103.

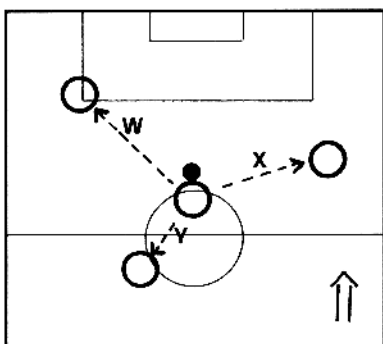


Abb. 103

Что касается пункта 3, т.е. определения позиций партнеров, то необходимо располагать точными данными. Это очень важно для того, чтобы понять смысл закрывания пространства в футболе. То, что делает один, должно стать делом всей команды, потому что дух игры заключен в совместной работе. В связи с этим, при закрывании пространства возникает, в качестве ответа на гипотетическую ситуацию, где определены пути положения игры противника, следующая цель: *разработка плана совместных действий, которые ведут к созданию преимущества команды.*

Условием для достижения этой цели является пластичность и взаимозаменяемость функций игроков, а по этой причине закрывание противника несовместимо с нашей концепцией.

### 4.2.1. – Активная и пассивная части.

В противоположность закрыванию противника, в закрывании пространства внимание обращается одновременно на два положения: на игрока с мячом и на игроков, стоящих в позициях помощи. При этом возникают, как мы увидим, совершенно различные тактические задачи.

### 4.2.2. – Закрывание игрока без мяча.

Закрывающий пространство обороняющийся игрок должен выучить, что построение игры противником воспринимается с оптической точки зрения, что помогает увидеть и перехватить передачу одного игрока противника другому.

Так на рисунке 104 защитник F занимает позицию, удобную для перехвата передачи, адресованной игроку В. Рис. 104.

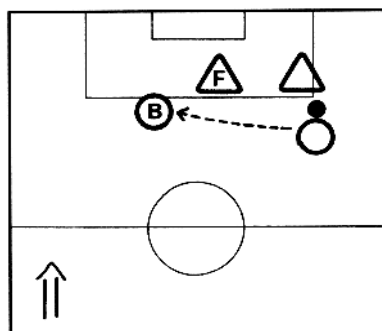


Abb. 104

Таким образом, это будет противоречить традиционной концепции, по которой защитник всегда должен занимать позицию между своими воротами и своим непосредственным противником. Средством перехвата передачи является предугаданное закрывание с его градацией, состоящей из постановки цели на закрывание потенциальных адресатов передач.

Для более легкого усваивания разделим виды перехватов на:

*Дальний перехват* (рис. 105а). Защитник А находится в позиции примерно на середине траектории полета мяча между игроком с мячом и игроком В.

*Ближний перехват* (рис. 105в). Игрок А находится непосредственно перед адресатом передачи игроком В. **Рис. 105а.**

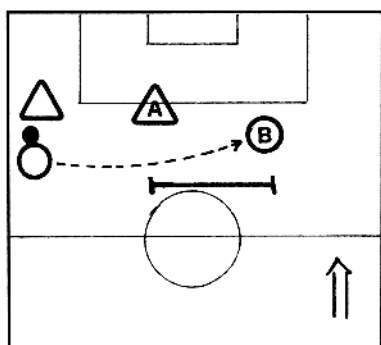


Abb. 105a

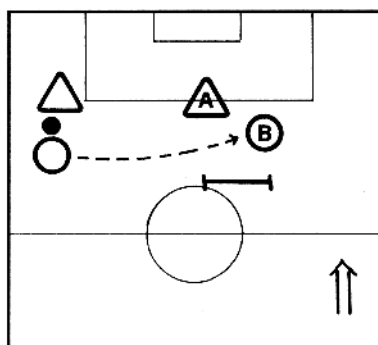


Abb. 105b

*Ориентировка на перехват* (рис. 105с). Защитник А становится так, чтобы одна его нога (в данном случае правая) была ближе к игроку с мячом, чем ноги игрока противника, а левая нога была у ног игрока В для помощи.

*Закрывание противника.* На рисунке 106 представлена четвертая для действий в обороне. В этом случае игрок А закрывает находящегося в позиции помощи игрока В, находясь в позиции между своими воротами и игроком противника.

Рис. 105с.

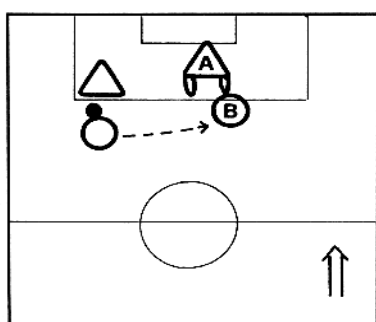


Abb. 105c

Рис. 106.

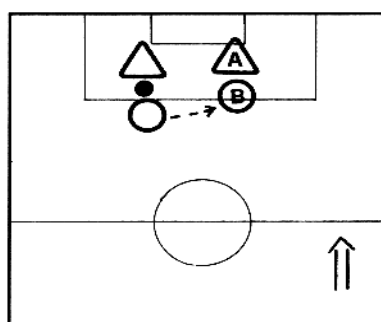


Abb. 106

Обобщенно можно сказать, что закрывание защитника в закрывании пространства дает возможность атаки «в двух направлениях»: одно ориентировано на дальний перехват, а другое метит именно на закрывание противника.

Какие критерии определяют выбор альтернативы выхода из ситуации?

Как правило, их два:

1. Расстояние между игроком с мячом и игроком, стоящим в позиции помощи.
2. Место действия на поле.

Что касается пункта 1, то здесь действует правило: чем больше расстояние между игроком с мячом и игроком, стоящим в позиции помощи, тем быстрее сможет защитник перехватить передачу. Это следует из рисунков 105а – в – с и 106. Из рисунка 107 тоже ясно, что это действительно так, потому что один защитник А закрывает сразу двух игроков противника (В и С), находящихся далеко от игрока с мячом. Такая возможность существует, потому что проведение дальних передач в любом случае делает возможным проведение перехвата. Это объясняет нам также и значение выражений «активная зона» и «пассивная зона». Последняя показана штрихами на рисунке 107 и соответствует оставленной свободной зоне<sup>14</sup>.

Спросите себя, что произойдет, если мяч пролетит мимо игрока А, как показано на рисунке 108, т.е. он специально будет так послан? В такой ситуации нужно заново организовывать закрывание пространства способами, которые будут описаны далее. А сейчас вспомним о том, что основной принцип будет действительным, потому что длинная передача дает защите время, чтобы успеть перестроиться. Ситуация, показанная на рисунке 108, не несет особой опасности для защиты, которая научена играть с закрыванием пространства. **Рис. 107.**

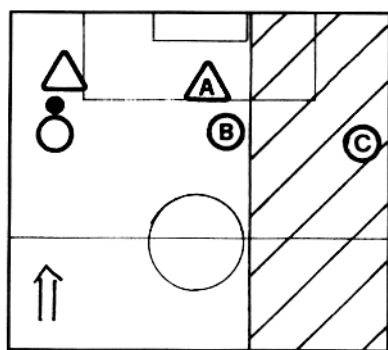


Abb. 107

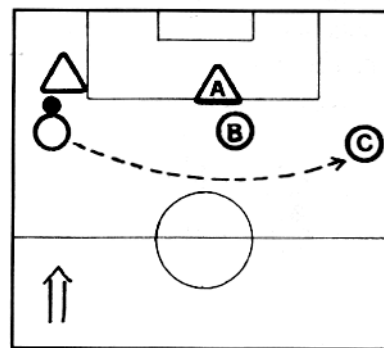


Abb. 108

<sup>14</sup> И в этом случае речь идет о концепции, которую не следует воспринимать в буквальном смысле, т.е. каждая отдельная ситуация интерпретируется по-своему.

Противоречие описанным ситуациям возникает, если нападающий держит все под контролем вблизи игрока с мячом.

Возможность перехвата уменьшается до тех пор, пока будет применяться закрывание противника в прямом смысле слова (рис. 106).

**Зона игры.** Вторым решающим критерием для дальнего перехвата является место действия.

Это очевидно, что закрывание становится более плотным, чем ближе продвигается игра к своим воротам, и в результате доходит до закрывания противника. Дальний перехват рекомендуется проводить в зеленой зоне, потому что удачное проведение этого маневра дает шанс для взятия ворот противника. В центральных желтой и оранжевой зонах (можно без преувеличения сказать) тоже будет тактически правильно совершать перехваты, потому что в любом случае у игроков есть время и место для того, чтобы исправить ошибки, если таковые будут допущены. В красной зоне, напротив, необходимо действовать с особой осторожностью, где часто применяют «ориентировку на перехват» и закрывание противника<sup>15</sup>.

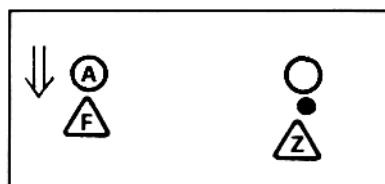
Кроме того, следует вспомнить о том, что можно применять концепции со стратегией применения положений вне игры.

При описании применения предугаданного закрывания спонтанно встает вопрос: «Что влечет за собой применение оборонительного перехвата?»

Для того чтобы дать ответ на этот вопрос, касающийся построения игры, необходимо рассматривать эту проблему не с точки зрения отдельного игрока, а совместных действий всей команды.

Вернемся к одному из примеров.

На рисунке 109 представлены 4 нападающих: А, В, С и игрок с мячом, все с соответствующими игроками противника F, Z, G и H. Стрелка показывает нам направление в сторону ворот противника. **Рис. 109.**



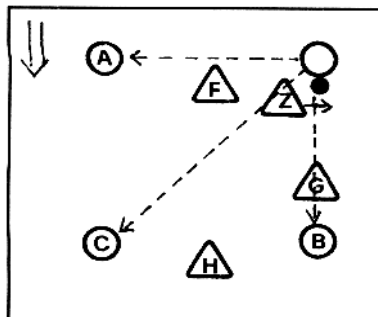
<sup>15</sup> Мы должны уточнить, что речь идет не о чисто закрывании противника, где задачей защитника является следовать постоянно за одним из нападающих. Мы имеем в виду закрывание противника, зависящее от ситуации, в которой какой-то игрок, выполняющий задачу по закрыванию пространства, закрыл игрока противника, стоящего в позиции помощи, на время, пока не завершится данная комбинация. Этим закрывающим игроком может быть как защитник, так и полузащитник или даже нападающий.

На рисунке 110 те же игроки А, В, С и игрок с мячом закрыты перехватчиками, в результате чего игроки F, H и G находятся в позициях, позволяющих провести перехват передачи, в то время как игрок Z атакует игрока с мячом, проводя закрывание противника. Такое, ориентированное на перехват, построение создает на поле ситуацию с преимуществом, которая, конечно же, может привести к удвоению закрывания игрока с мячом. К тому же у защищающейся команды появляются предпосылки для построения контратаки; особенно следует обратить внимание на игрока F, чья позиция при перехвате мяча очень удобна для этого.

Конечно, в представленной на рисунке 110 ситуации речь идет о фиктивном исходном положении, потому что, что касается позиций игроков H и G, то следовало бы указать и игроков, находящихся за ними, чтобы понять положение, связанное с созданием положения вне игры.

В любом случае показанное в сравнении рисунков 109 и 110 преимущество создания ситуации с численным преимуществом при коллективном предугадывающем закрывании ставится в противоположность традиционной стратегии обороны.

**Рис. 110.**



#### 4.2.3. – Поле зрения: занятие правильной по

Здесь речь идет о теме, на которую обращается бол

Abb. 110

спорта как баскетбол или волейбол.

В главе 2 мы рассматривали оптимальное поле зрения и пришли к выводу, что поле зрения с углом 120-130 градусов делает возможным оптимальное восприятие и при угле зрения 170-180 градусов тоже дает картинку, хотя уже и не совсем точную.

Теоретически на поле нужно было бы поле зрения с углом 360 градусов, поэтому нужно применять в игре стратегию «выборочного восприятия» информации. Ясно, что нет определенной «стандартной позиции», в которой выбор направления зрения зависит от игровой ситуации. В любом случае следует отличать стратегию наблюдения защитника за игроком с мячом, от стратегии защитника, наблюдающего за противником без мяча.

Впервые не возникает особых проблем, которые обычно есть с особой внимательностью за наблюдаемыми «целями»: игроком с мячом и игроками, стоящими в позициях помощи (рис. 111).

(Должна быть воспринята такая информация, что в момент игры один на один все способности восприятия и внимания должны быть направлены на мяч). Куда же должен быть направлен взгляд игроков противника, стоящих в позиции помощи? Этот вопрос очень сложный, потому что нужно

узнать их цели, по возможности быстрее проанализировать все возможности их действий и возможности по перехвату мяча, а также положение игроков противника и партнеров по команде. Эта информация, как показано на рисунке 112, находится в определенном «азимуте наблюдения», для которого необходим угол зрения 220 градусов, что выходит за пределы поля зрения человека. Поэтому необходимо ситуацию рассматривать поочередно, причем основной упор делать на наблюдение за игроком с мячом и важнейшими его партнерами, находящимися неподалеку от него (например, игрок А на рисунке 112). Потому что его позиция может подходить для траектории возможной передачи.

Рис. 111.

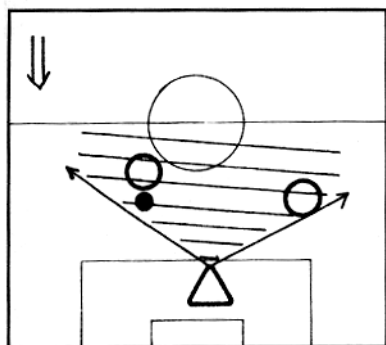


Abb. 111

Рис. 112.

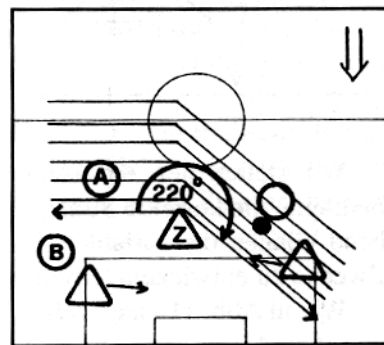


Abb. 112

Во вторую очередь необходимо пытаться предвидеть возможности дальнейшего развития игры. Так игрок Z время от времени должен смотреть на игрока В. Хотим отметить, что игроки, находящиеся далеко от мяча, т.е. далеко от места действия на поле, очень часто не наблюдают за развитием игры, из-за своей лени. Так, например, как показано на рисунке 113а, игроки возвращаются в свою зону от ворот противника, даже не поворачиваясь и не смотря, куда вратарь выбьет мяч. Такие действия ведут к опозданию в оценке ситуации и, как следствие, к поздней обработке данных по данной игровой ситуации.

На рисунке 113в, напротив, мы видим правильную позицию игроков: оба возвращающихся игрока контролируют ситуацию, происходящую позади. Как было сказано выше, необходимо располагать такой стратегией по отбору данных, по которой игрок, благодаря лишь своему взгляду, смог бы оценить развитие игры. Таким образом, игрок, если ситуация потребует его вмешательства, уже будет к этому готов, потому что он владеет информацией по данной ситуации. От развитой у игрока способности к наблюдению, зависит и его психомоторное предвидение дальнейшего развития действий.

Рис. 113а.

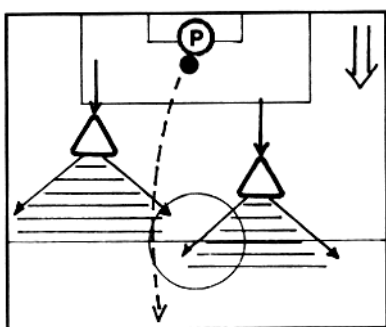


Abb. 113a

Рис. 113в.

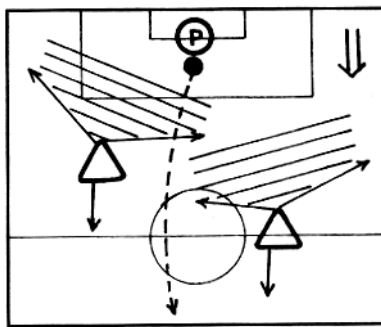
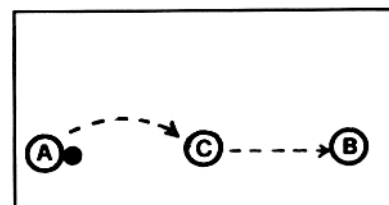


Abb. 113b

Представим одно очень простое упражнение, которое очень эффективно для развития правильных стратегий наблюдения. Исходя из этого, можно варьировать, создавая различные тренировочные формы с похожей целенаправленностью.

Как представлено на рисунке 114, трое игроков стоят на одной линии. Игроки А и В партнеры, они бросают мяч руками (как при вбрасывании) игроку С. Рис. 114.



Когда игрок А бросает мяч, игрок С должен за время полета мяча повернуться назад и увидеть сколько пальцев ему показывает игрок В. Непосредственно после того, как он посмотрит на игрока В и увидит, что тот ему показал, он поворачивается назад к игроку А и принимает мяч, а вторым касанием он переводит мяч игроку В. Благодаря подобным упражнениям активизируется чувство времени и способность к видению игры непосредственно до завладения мячом.

#### 4.2.4. – Закрывание игрока с мячом.

В этом случае имеет место направление закрывания противника.

Следует обратить внимание на то, что защитник должен занять такую позицию, которая гарантировала бы ему устойчивость. Это аспект, на который часто не обращается внимание.

На рисунке 115а защитник поставил свои ноги параллельно друг другу и перпендикулярно направлению движения мяча. Эта позиция делает возможной хорошую подвижность во фронтальной плоскости (влево и вправо), но неудобна для передвижений в сагиттальной плоскости (вперед и назад), так как движения будут вялыми.

Такой же ошибкой будет поставить ноги параллельно направлению движения игрока с мячом (рис. 115в). Равновесие, и вследствие чего возможность спринтовать в направлении, откуда движется игрок противника, будет затруднена, в то время как ускорение параллельно направлению движения игрока с мячом будет облегчено.

Каково же идеальное положение ног защитника по отношению к игроку с мячом? Такое как у боксера, где сохранение равновесия, которое гарантирует движение во всех направлениях, рационально и точно тренируется уже многие десятилетия.

Рис. 115а. SX.=влево, DX=вправо.

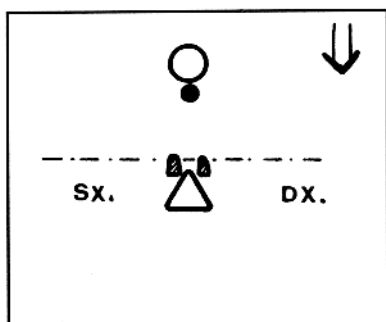


Abb. 115a · SX. = links, DX. = rechts

Рис. 115в. AV.=противник; D.=защитник.

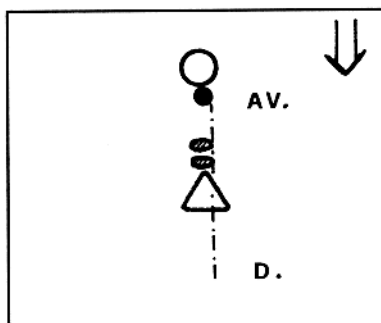
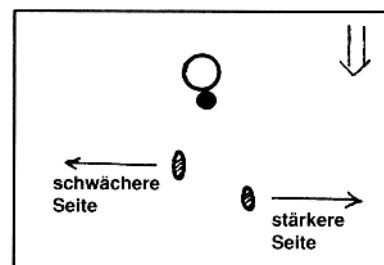


Abb. 115b · AV. = Gegenspieler  
D. = Verteidiger

Защитник должен (как показано на рисунке 116) слегка расставить ноги и одну ногу поставить впереди другой. Таким образом, гарантируется достаточная подвижность в сагиттальной и фронтальной плоскостях по отношению к оси тела игрока.

Рис. 116. schwächere Seite = слабая сторона; stärkere Seite = сильная сторона.





При таком позиционировании возникают *сильная* (со стороны сдвинутой назад ноги) и *слабая* (со стороны выдвинутой вперед ноги) стороны.

Эти обозначения основываются на факте, что защитник (рис. 117), если будет обыгран с его слабой стороны, больше не будет в состоянии догнать своего противника. А с его сильной стороны (2) напротив, его положение ног позволяет ему тотчас же ускориться в направлении движения противника. Из этой концепции, затрагивающей биомеханические познания, можно вывести тактически правильные действия защитника по отношению к игроку с мячом. Тактические действия по сковыванию действий игрока с мячом и вынуждению его действовать в удобном для защиты направлении не являются инстинктивными: они должны зависеть от простых, но точных критериев. **Рис. 117.**

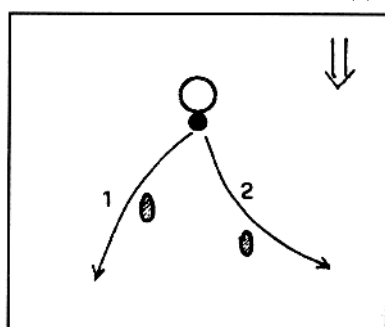


Abb. 117

В соответствии с общими правилами будет тактически правильно, что направление движения игрока с мячом, как часто бывает (рис. 118а), не будет проходить по линии, пролегающей между ног защитника, а по линии, совпадающей с положением сдвинутой назад ноги защитника (рис. 118в). Таким образом, нужно сделать так, чтобы игрок с мячом двигался в направлении сильной стороны. Если защитник хочет с большой уверенностью заставить игрока противника двигаться в каком-то определенном направлении (стратегически выгодном для защищающейся команды), он должен занять такую позицию, чтобы гипотетическое направление движения противника было в стороне за линией его сдвинутой назад ноги (рис. 118с).

**Рис. 118а.**

**Рис. 118в.**

**Рис. 118с.**

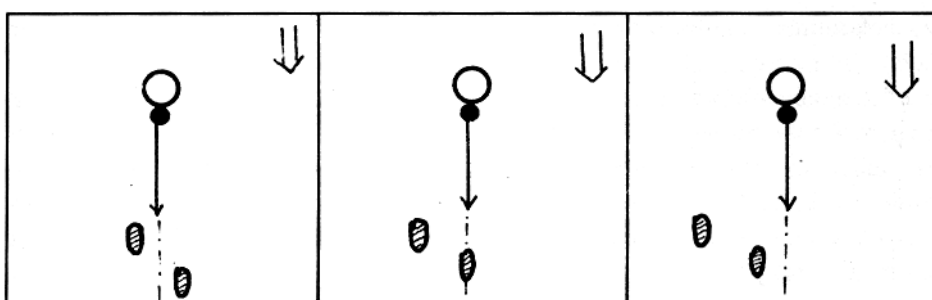


Abb. 118a

Abb. 118b

Abb. 118c

#### 4.2.4.1. – Когда появляется нужный момент для проведения подката?

Ответим на этот вопрос крайне естественным, но необходимым примечанием.

В схватку один на один нужно вступать не слишком рано (защитника легко будет обыграть) и не слишком поздно, потому что у противника тогда будет достаточно пространства и времени для

проведения задуманных им действий. Выбор нужного момента предполагает: быстроту в анализе ситуации, терпение и опыт.

Мы считаем необходимым, в таком случае, упомянуть об основополагающей концепции. В закрытии пространства опасность состоит в инстинктивном отступлении назад или в позднем вступлении в схватку один на один с противником, даже если ситуация (рассмотрим это в следующих главах, связанных с агрессивным прессингом) не будет требовать безотлагательного выдвигания на позицию противника. Это тактическая ошибка, потому что тогда возникает неуверенность в защите, противнику предоставляется пространство, и увеличивается опасность большого непонимания. Предполагается защита с закрыванием пространства нередко в тех случаях, когда противнику удастся быстро строить игру, ведущую к взятию наших ворот. При совершении ошибок в закрывании пространства возможны проигрыши с большим счетом.

Причины заключаются в формах поведения эмоционального плана, которые влияют на стратегические действия. Для того чтобы понять эти психические механизмы, необходимо перенимать концепции других видов спорта, где эта тема освещается более серьезно.

В волейболе, например, игрок, принимающий мяч, должен быть в состоянии двигаться в любом направлении. Эта необходимость в исходном положении ставится в противоположность инстинктивному подыманию головы и туловища и связанного с этим смещения центра тяжести назад.

Этот рефлекс связывается с боязнью получить мячом в лицо и влияет очень негативно, так как затрудняет движение вперед.

Другой пример представляет нам боксер-новичок, который перед тем как принять удар, закрывает глаза и немного подается вперед. Это, если у него нет возможности на раздумывания, единственный выход в его ситуации. Боксеры учатся для своего блага быстро, насколько это возможно, подавлять свои инстинкты, чтобы уметь действовать рационально. Для того чтобы это осуществить, необходимо быть одновременно храбрым и интеллигентным.

Точно такими же способностями должен обладать защитник в закрывании пространства. С методической точки зрения возникает вопрос: «Что является самым необходимым для выполнения на тренировках, чтобы снизить у футболистов тенденцию к позднему вступлению в схватку один на один с противником?»

Необходимо действовать в двух направлениях:

1. Эти психологические процессы, мешающие разумной игре, необходимо объяснять при помощи просмотров и анализов игр, а также на практических примерах на поле.
2. Давать такие упражнения, которые можно выполнить только в том случае, если преодолеть эти трудности.

#### **4.3. – Основы закрывания пространства: тактика команды.**

Одной из основополагающих концепций закрывания пространства являются линии защиты, введение которых основано на их эстетико-геометрических функциях (как многие считают). Линии защиты явились следствием требования к практике применения общей защиты. Еще в 20-е годы была разработана модель коллективной защиты: *оборонительная диагональ*, которая и сегодня находит систематическое применение во всех зонах игрового поля.

На рисунке 119 представлена линия защиты, состоящая из 3 защитников, которые строят диагональ. Основы для стратегического её применения заложены в отношениях пространство – противник – партнеры. Это понимание игры в обороне кажется на первый взгляд искусственно созданным механизмом, а в действительности речь идет, напротив, о рационализации определенного образа поведения, которое является частью спонтанных тактических признаков игроков.

Игрок А (крайний защитник) поворачивается к игроку с мячом, который движется в его направлении, и закрывает его. Игрок В занимает промежуточную позицию, которая позволяет ему вести одновременно две цели:

1. Он удваивает закрывание игрока с мячом.
2. Он закрывает также игрока D.

Игрок С отправляется на помощь своим партнерам, занимая страхующую позицию немного позади, образуя с ними диагональ, и стоя наготове к удвоению закрывания или, если будет необходимо, резко выдвинуться вперед (он действует как либеро).

Если местом действия является середина поля, то образуют двойную оборонительную диагональ, которая называется простая оборонительная пирамида.

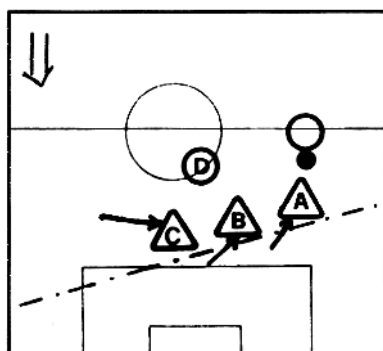
На рисунке 120 мы представили ситуацию, в которой линия защиты, состоящая из 3 защитников G, Z и H, противостоит атаке противника. Как и в оборонительной диагонали, игроки G и H пытаются закрыть игроков A и B (конечно, представленная на рисунке 120 гипотетическая ситуация, является лишь дидактической, но не реальной, потому что на рисунке отсутствуют остальные игроки команды).

Диагональ и пирамида рассмотрены практически в возникающей связи между компонентами линии защиты, являясь «скелетом» защиты с закрыванием пространства.

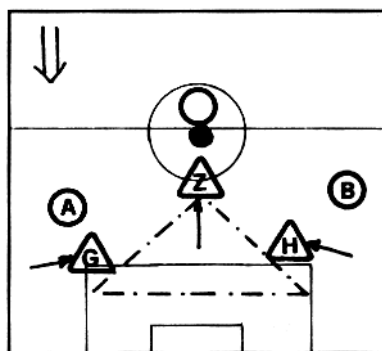
Расширим наши дальнейшие исследования:

*Рис. 119.*

*Рис. 120.*



*Abb. 119*



*Abb. 120*

#### 4.3.1. – Распределение задач между элементами обороны.

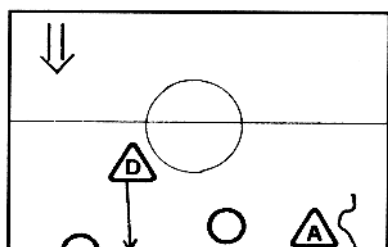
Первичной задачей в игре с закрыванием пространства является создание ситуаций с численным преимуществом, что, как мы увидим, связано с прессингом. Иначе было бы бессмысленно пытаться понять и применить на практике все эти механизмы. Было бы намного легче и эффективнее играть на всем поле с закрыванием пространства. Сила закрывания пространства заключается именно в коллективной способности к адаптации к ситуациям и в нужный момент созданием численного преимущества в определенной зоне поля.

Вернемся к сути вопроса и попытаемся ответить, как мы сможем достичь этой цели. Выше мы рассматривали, что создание преимущества взаимосвязано с предугаданным закрыванием, которое со своей стороны готовит игрока к помощи в обороне. Эта точка зрения является неопровержимым фактом. Сюда же относится, или точнее будет сказать, интегрируется механизм ступенчатого перемещения, который является разновидностью происхождения специфических перемещений по закрыванию пространства у защитников<sup>16</sup>. Здесь сталкиваются потребности защиты и построения игры.

Ступенчатое перемещение состоит из постепенного «скольжения» по полю звена команды, которое позволяет приспособиться всей защите к небольшим изменениям игровой ситуации. При ступенчатом перемещении действует основное правило, что пространство, оставленное игроком<sup>17</sup>, должно быть прикрито следующим, находящимся поблизости партнером по команде, которого в свою очередь прикроет сзади следующий партнер. Если все выше перечисленные механизмы применить во всех звеньях команды, то получится оборонительное согласование закрывания пространства.

На рисунке 121, например, целью игроков A, B и C является создание линии обороны.

*Рис. 121.*



<sup>16</sup>Это очевидно также и в альтернативных ситуациях с численным меньшинством.

<sup>17</sup>По различным причинам, например, если его обыграли, если занял неудобную для обороны позицию и т.д.

Предположим, что игрок противника с мячом наступает справа, а игрок А уже не может ему ничего сделать, потому что тот его уже обыграл, тогда его место занимает игрок В, которого в свою очередь прикрывает сзади игрок С, а игрок D, возвращаясь назад, занимает то место, где находился игрок С. Таким образом происходит ступенчатое «скольжение» игроков на поле.

Ступенчатое перемещение проводят двумя основными методами.

Естественным и самым примитивным является перемещение в направлении мяча. Другой способ, который позволяет проводить стратегическое планирование, - это перемещение линии обороны.

Первый метод основывается на примитивной тактике (которая применялась еще во времена становления футбола), единственной целью которой являлось закрывание мяча. Этого достаточно, для того чтобы иметь представление и играть как дети во дворе без правил. Они все движутся на мяч. Ну, хорошо, перемещение в направлении мяча, необходимо, но только при условии, что оно будет проводиться рационализировано и стратегически правильно. В общем, попытаемся последовать основным требованиям закрывания пространства, в которых, как показано схематически на рисунке 122 (игрок Z переводит игру на игрока F, и, в следствие чего, в том же направлении выдвигаются игроки А, В, С и D), игроки перемещаются из пассивной зоны в активную.

Перемещение линии обороны, наоборот, является спланированным коллективным маневром, который позволяет лучше проявить индивидуальные способности в рамках общекомандного проекта.

Различают следующие основные модели (они не применяются постоянно, но команды, играющие с закрыванием пространства, в различных формах их применяют).

1. Ступенчатое перемещение с использованием флангов (рис. 123).

Оно позволяет проводить совместные действия звена обороны (игроки E, F, G и H) с крайними полузащитниками (игроки L и I).

Рис. 122.

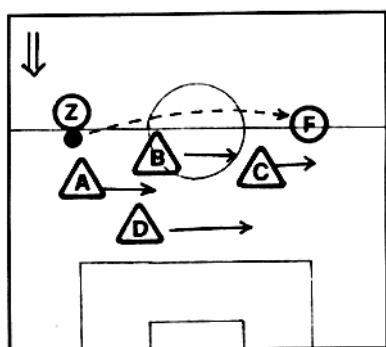


Abb. 122

Рис. 123.

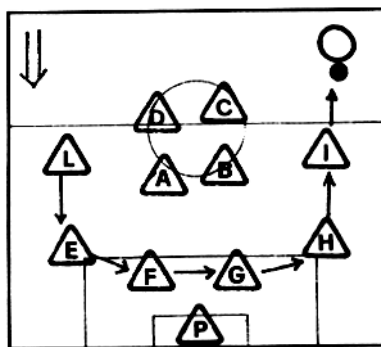


Abb. 123

Его можно применять на всей территории игрового поля, если хотят осуществить то, чтобы «центральные игроки нападения» А, В, С и D (полузащитники и нападающие), которые технически подкованы, но могут быть не слишком скоростными, проявили себя. Основную часть «бегатель-

ной» работы при ступенчатом перемещении выполняют игроки линии защиты и крайние полузащитники, которые должны быть очень выносливыми. Таким образом, для центральных игроков создается возможность почти статической игры.

2. *Перемещение линией* (рис. 124).

Может применяться систематически, если между звеньями команды будет равномерное распределение (защитники, полузащитники, нападающие).

3. *Перемещение по линии, за исключением одного игрока* (рис. 125).

Рис. 124.

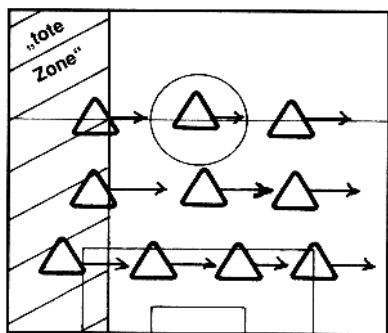


Abb. 124

Рис. 125.

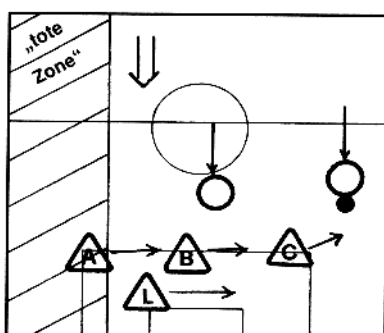


Abb. 125

Как правило, применяется в линии защиты, если используется позади всех игрок либеро. Часто применяется такое решение, когда либеро здесь является средним между традиционным либеро и либеро в игре с закрыванием пространства.

4. *Ступенчатое перемещение центральной группы игроков* (рис. 126).

Здесь речь идет больше о теоретической, нежели о практической модели. Её применение во время игры считается редким явлением. В любом случае, её применение во время тренировок представляет вариант «основополагающей тематики», а также позитивно влияет на усвоение коллективных механизмов.

5. *Ступенчатое перемещение по перпендикулярным линиям* (рис. 127).

Рис. 126.

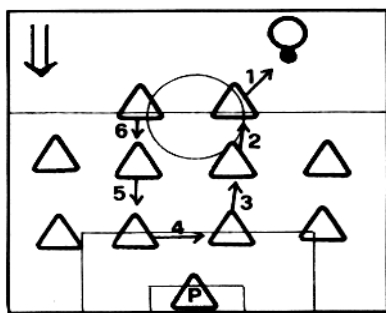


Abb. 126

Рис. 127.

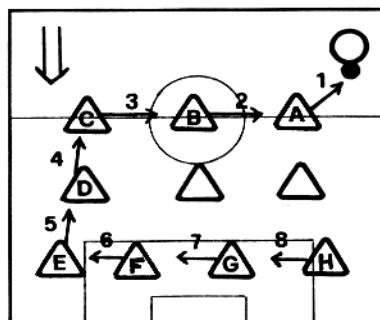


Abb. 127

Обобщенно при пришлось мнс по отношению

рвой линии выдвигают места зани

потому что им эндидукулярно рпендикулярно

ной им группы (игроки E, F, G, H). Концепция ступенчатого перемещения по перпендикулярным линиям подходит также и для пунктов 1 и 4.

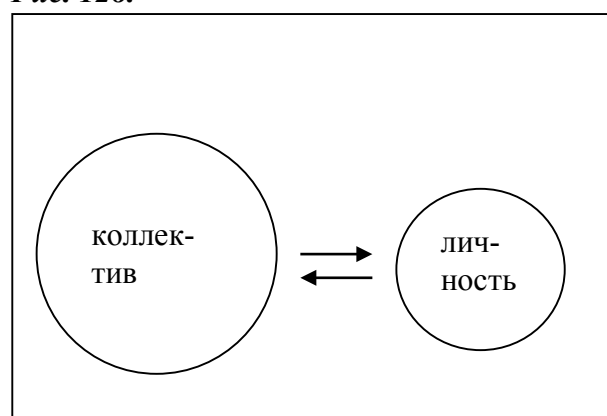
Это очевидно, представленные выше 5 моделей ступенчатого перемещения не следует понимать как настоящие тактико-стратегические модели, а как инструмент, представляющий анализ исследований. В реальности эти концепции представлены в закрывании пространства в различных комбинациях.

С дидактической точки зрения очень важно сначала овладеть теоретическими знаниями, и лишь после этого применять на практике простые механизмы (но не в игровой ситуации). Позже нужно постепенно вводить игроков противника и тем самым усложнять выполнение того или иного элемента.

Достигнув этого пункта, преодолевается первое дидактическое препятствие - применение общей стратегии в реальной игровой ситуации. Вспомним о том, что когда переносишь на практику общие теоретические критерии, то не получается в игре с геометрической точностью воссоздать те

параллельные или перпендикулярные линии, о построении которых мы говорили в приведенных примерах; как правило обороняющиеся игроки действуют по диагонали и полукругом. Очень важно понимание концепции закрывания пространства, когда атаку противника пытаются предотвратить силами всей команды. Таким образом, всех игроков команды приобщают к делу: игроки, которые атакуют непосредственно игрока с мячом, а также те, кто закрывают игроков противника, находящихся в позиции помощи, являются «ведущими в данной ситуации», а действия остальных уже отталкиваются от положения этих игроков. Таким образом, нужно постоянно анализировать игровое пространство и развитие игры, что позволяет проводить сбалансированное закрывание пространства. Это расслоение игроков не делит их на пассивных и активных, а позволяет проводить закрывание пространства на большой скорости. Игра с закрыванием пространства – это общее дело, где на первом месте стоит взаимопомощь, и каждый индивидуум чувствует себя частью целого коллектива. За каждым перемещением любого из игроков должна перемещаться и вся команда; и наоборот, иногда всему коллективу приходится провоцировать того или иного игрока на те или иные действия (рис. 128).

**Рис. 128.**



#### **4.4. – Игра с закрыванием пространства и зависящие от неё действия: прессинг, положение вне игры, защита в линию.**

Понимание футбола с закрыванием пространства включает в себе одновременное применение нескольких игровых стратегий, связанных с ним.

##### **4.4.1. – Прессинг.**

При игре с закрыванием пространства часто приходят к ситуациям с численным преимуществом, которые спонтанно приводят к ведению прессинга. По этой причине, было бы бессмысленно играть без запланированного заранее прессинга.

Впервые понятие «прессинг» появилось в баскетболе. В самом начале под этим словом понимались очень агрессивные действия в отношении игрока с мячом. С годами это понятие постепенно приобретало то значение, которое мы знаем сейчас. Следует подчеркнуть, что прессинг не направлен на захват игроков противника, а преследуется цель сковать действия противника:

- чтобы он сделал передачу лишь бы куда-нибудь;
- чтобы он сделал центростремительную передачу (с фланга в центр поля перед своими воротами);
- чтобы он сделал высокую дальнюю передачу, которую технически сложно обработать;
- заставить его дриблинговать;
- склонить его к хаотичным нецеленаправленным действиям.

При этом необходимо понимать, что основами прессинга являются усердие и боевой дух. Речь идет о такой стратегии, где каждый игрок должен преследовать как общекомандные цели, так и свои игровые функции направлять в дело. Было бы легче рассматривать прессинг как настоящую

охоту за мячом, в которой игроки бы получали от этого удовольствие. Также очень важно осознавать, что проведение прессинга содержит в себе определенный риск, потому что противник, если его сразу не удастся остановить, будет располагать достаточным пространством для проведения своих действий.

#### 4.4.2. – Основыне признаки прессинга.

Прессинг взаимосвязан с зонами игрового поля. Пространство, на которое в данной стратегии следует обращать особое внимание, это по важности желтая зона поля, затем оранжевая и красная. (На рисунке 129 интенсивность штриховки показывает величину значения прессинга в той или иной зоне).

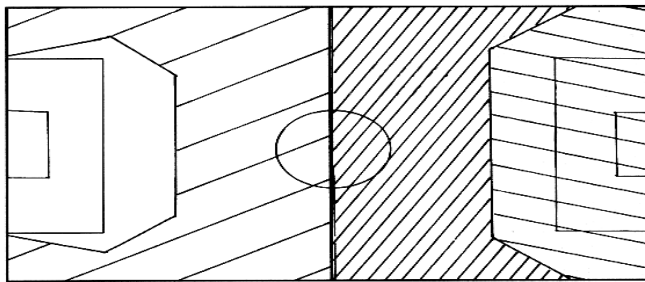
По идее, зеленая зона является потенциально самой удобной для проведения прессинга, потому что в этой зоне самый большой риск для действий противника. Но нет, для проведения прессинга необходимо, чтобы была задействована практически вся команда, а это слишком далеко впереди, и не удастся создавать положения вне игры для противника. Это очень опасно, особенно если играть против команды противника, которая в состоянии строить игру благодаря проведению дальних передач, тогда им удастся быстро провести контратаку.

Говорить о прессинге в красной зоне просто бессмысленно, хотя, несмотря на высокий уровень риска, очень многие команды это практикуют. С психико-эмоциональной точки зрения прессинг является инструментом, при помощи которого эмоции направляются только на конечную цель. Этот факт выигрывает практически во всех соревнованиях, где во внимание принимается перенапряжение и нервозность, которые могут все же оказать негативное влияние. В таких случаях прессинг, со всей своей агрессивностью, является конкретной целью, на которую направляются нервные энергетические резервы. Это помогает легче преодолевать трудности.

#### 4.4.3. – Тактика прессинга.

Проведение организованного (не следует понимать как спорадическое действие) прессинга неразрывно связано с основным распределением задач между членами команды в обороне. Кроме того, он оказывает влияние на стратегические решения в построении игры, а именно атаки. Никто из игроков не исключается из участия в этом, особенно нападающие: прессинг начинают именно они, потому что именно эти игроки должны быть по всем параметрам к этому подготовлены.

**Рис. 129.**



Эффективное естественное распределение задач в обороне, конечно, команде, рассредоточенной по полю, потому что у них очень небольшие расстояния до мяча.

Первый вопрос, который необходимо задать при анализе прессинга – это: «В какой части поля это проводить?»

Здесь все зависит от характеристик членов команды и от противника.

Точнее говоря, принятие решения следует здесь рассматривать в функции основной цели команды. Есть команды, которые систематически проводят прессинг в зеленой зоне (рис. 129); очевидно, что при проведении таких действий команда должна располагать очень быстрыми защитниками. Также необходимы определенные обстоятельства и хорошие психологические предпосылки игроков. Как мы уже говорили выше, оптимальной зоной<sup>18</sup> для проведения прессинга является желтая зона.

Таким образом, удается проводить закрывание пространства в любой точке игрового поля, без больших потерь сил и не слишком далеко выходя. Причем можно также и практиковать создание положений вне игры.

Теоретически возможно (и команды это делают) начинать прессинг в оранжевой зоне. Мы не согласны с такими действиями, потому что иногда получается, что команда слишком рано оказывается в положении, когда они завладевают мячом, а находятся еще слишком далеко от ворот противника. Сюда же относится и то, что нападающие вступают в действие слишком рано, т.е. находясь в далекой от ворот противника позиции.

### Постановка задач передней линии игроков.

Мы подтверждаем концепцию о том, что прессинг является формой защиты, где участвуют и те игроки, которые находятся непосредственно у мяча, и те, кто находятся в позициях более дальних. На рисунке 130 мы представили различные возможности прессинга, если играть с 1 (рис. 130а), 2 (рис. 130в) или 3 (рис. 130с) нападающими. Очевидно, что в этой концепции существует несчетное количество ситуаций; мы же намереваемся представить лишь некоторые основополагающие модели, которые помогут нам понять основной смысл этого.

В системе 4 – 3 – 3 передняя линия состоит из 3 игроков (3 нападающих), как и в системе 4 – 5 – 1, где переднюю линию составляют 1 нападающий и 2 полузащитника.

<sup>18</sup> При помощи выражения «начало прессинга» мы показываем зону и время начала прессинга. Не нужно допускать, что в красной зоне не следует вообще проводить прессинг; его нужно проводить, только при условии, что у противника в данный момент возникли трудности, и он отступает. В данном случае мы говорим о возможности начала построения игры.

Речь идет о двух идентичных тактических моделях, с разницей, что в системе 4 – 5 – 1 мы начинаем прессинг чаще из глубины построения своей команды, потому что её передняя часть не настолько сильна.

По тактическим причинам<sup>19</sup> мы исследуем переднюю линию команды, состоящую из 3 игроков (рис. 131). Игрок в центре – это игрок, который непосредственно участвует в прессинге, ведя противника с мячом. Он выдвигается на такую позицию, где противнику с мячом, чтобы пройти дальше, придется вступить с ним в схватку один на один.

<sup>19</sup> Целью всей предстоящей работы не является точное изложение реальности, потому что речь идет об игре, зависящей от ситуации, поэтому мы были бы просто лгунами или иллюзионистами, говоря, что это должно быть так, а это так; все представленные концепции являются так называемым инструментом для анализа прогресса.

Рис. 130а.

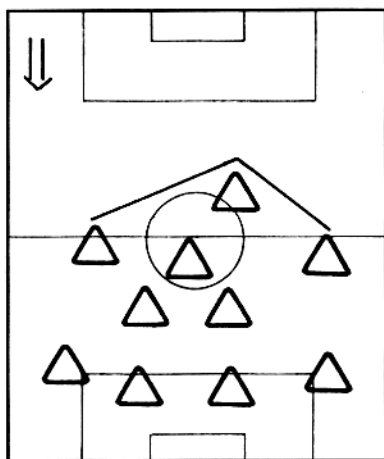


Abb. 130a

Рис. 130в.

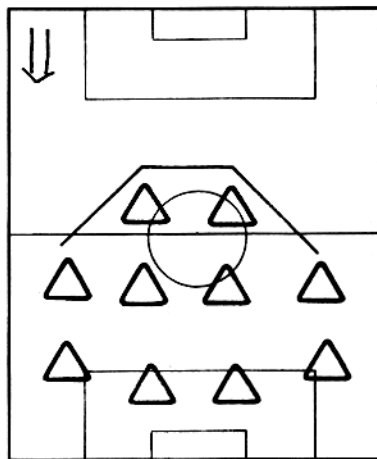


Abb. 130b

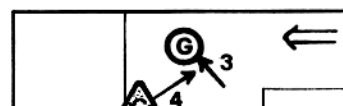
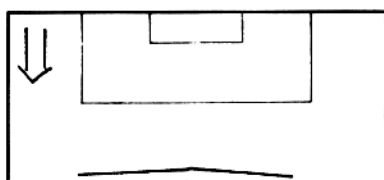




Рис. 130с.

Рис. 131.

Игрок А в центральной позиции не должен сразу на большой скорости атаковать игрока с мячом, а должен иметь терпение для того, чтобы просто держать его под контролем, в то время как тот действует в своей позиции. Будет невероятно, если игрок с мячом попытается обыграть игрока А, потому что для него слишком высокий уровень риска.

На рисунке 131 мы видим, что игрок с мячом движется направо (перемещение 1); вследствие этого игрок А тоже движется в этом же направлении (2), чтобы перевести и туда состояние неуверенности игрока с мячом. Одновременно с этим игрок Г пытается тоже сдвинуться вправо (3), игрок С, как показано, движется по диагонали по отношению к игроку Г (4), чтобы его закрыть. Игрок В меняет направление движения тогда, когда видит, что игра смещается на противоположный фланг, а также издали закрывает игрока Z. В таком положении игрок с мячом не сможет дольше вести мяч и будет вынужден вернуть его назад своему вратарю или предпринимать рискованные действия.

Предположим, что игрок с мячом отдает пас игроку Г (ситуация показана на рисунке 132), игрок С атакует игрока Г (1), который если не сыграет быстро дальше, будет закрыт вдвойне подошедшим игроком А (2). Игрок В (3) займет позицию в середине, чтобы предотвратить передачи назад вратарю и бывшему игроку с мячом Н.

Это очевидно, что данный пример является чисто теоретическим, и что развитие такой ситуации в реальности будет совершенно другим.

В любом случае мы используем её для проведения основополагающих размышлений.

Прессинг состоит из двух фаз:

1. Фаза выжидания.
2. Фаза агрессивности.

Первая характеризуется позиционированием звена команды, преследующего цель вызвать у противника неуверенность. Рис. 132.

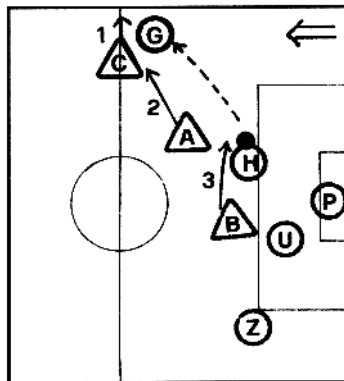


Abb. 132

Необходимо быть терпеливым и весь свой канал мощности направить на наблюдение за движениями противника.

Такое «мышинное» пассивное поведение повысит нервозность противника, который рано или поздно совершит непредвиденное для него действие. Именно в этот момент вступает в силу вторая фаза, которая характеризуется выражением взрывной агрессивности, сопровождающейся удвоением закрывания противника. Завладение мячом сопровождается повышением уровня энергии. Итак, мы видим, что прессинг является «осадочной», коллективной стратегией и требует выдающихся способностей по правильному выбору времени. Эта тактика далека от того, чтобы быть не основной для многих сильных и выносливых, но технически не очень одаренных игроков. В этом месте спонтанно возникает потребность в дальнейшей постановке вопросов, об основных из которых мы поговорим.

«Зарезервирован» ли прессинг только для игроков передней линии? Нет, он касается и других игроков. Критерий, по которому рассматриваются и все остальные игроки – это развитие игровой ситуации<sup>20</sup>.

Всегда ли толчок к проведению прессинга должен исходить от центрального игрока? Нет, как правило, все начинает фланговый игрок, потому что противник обычно начинает построение игры на фланге. Тогда игроки центра поля становятся второстепенными.

Как ведут себя игроки, которые не должны прямо атаковать? Они должны быть ментально готовы к одновременному выполнению двух функций. На одном фланге они усиливают предугаданное закрывание, чтобы поддержать игроков, находящихся на другом фланге, и непосредственно участвующих в прессинге. С другой стороны они должны сконцентрироваться на перехвате возможных передач противника.

На рисунке 133, например, мы видим, что игрок с мячом делает передачу игроку S, и что во время полета мяча начинается активная фаза прессинга с удвоением закрывания игроками C и B игрока S, и занятием игроком A промежуточной позиции между игроками противника F и Z. Таким образом, игрок A может держать игрока Z и, одновременно с этим, мешать игроку F, или хотя бы затруднит противнику проведение паса назад вратарю.

Подобным образом и по тем же причинам полузащитники E и D усиливают антиципацию.

Легко понять, что прессинг, если он не проводится интеллигентно с применением стратегии, дает возможность противнику использовать возникающее свободное пространство.

<sup>20</sup> В этом примере мы представили исключительно действия игроков передней линии, чтобы облегчить объяснение концепции.

Так, например, проведение агрессивной фазы происходит в тот момент, когда противник хорошо организован, поэтому он легко сможет обыграть наших игроков. Нужно вспомнить о том, что прессинг, проводимый слишком близко к своим воротам или слишком далеко от своих ворот, имеет свои недостатки. Повторение таких ошибок приводит к тому, что противник может взять инициативу в свои руки, а также оказывает негативное влияние на концентрацию игроков команды.

Рис. 133.

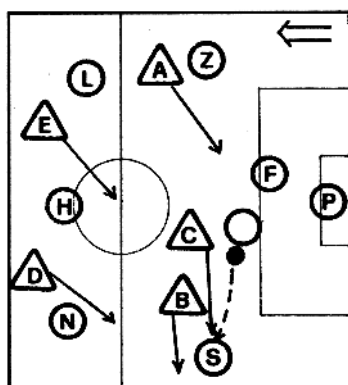


Abb. 133

#### 4.4.4. – Когда начинать прессинговать?

Разумное, неориентированное на случай, применение прессинга влияет на расположение структуры всей команды, которая направлена на то, чтобы правильно интерпретировать игровые ситуации. Наряду с этим основывается следствие, к которому мы склоняемся в нашем исследовании, той части, которой нам не хватало для определения идеальной игры. Закрывание пространства становится, если сравнить его со средством защиты посредством прессинга, прямой зоной прессинга: где менталитет и функции игроков больше не являются пассивными и ориентированными назад, а наоборот активными и творческими. Это позволяет применение гармоничных и динамичных стратегий, где нападение и оборона, вместо того, чтобы быть противоположностями, идентифицируются как две стороны одной медали.

Теперь можно подойти к вопросу: «Когда же необходимо активизировать фазу агрессивности?» После вопроса о том, какой должна быть стратегия игры (мы на этот вопрос отвечали выше), необходимо «зажать» противника в трудные для него ситуации.

Это значит:

- в начале игры, когда уровень концентрации еще не совсем высок;
- в ситуациях, когда у противника трудности, т.е. когда игровое положение не на стороне противника, и когда нужно подождать нужного момента;
- непосредственно после того, как закроешь своего противника, это удобный случай, чтобы начать его прессинговать, потому что он вначале будет шокирован таким неожиданным напором в его адрес;
- в стандартных ситуациях, когда заново начинается игровая комбинация, следует обратить особое внимание на то, что особенно удачно это удастся проводить после проведенных свободных ударов, потому что в эти моменты наблюдается ослабление уровня концентрации игроков.

#### 4.4.5. – Удвоение закрывания.

Оборона с применением прессинга ведет обычно к удвоению закрывания, чьи тактические основы мы хотели бы перевернуть.

Оба игрока, совершающие двойное закрывание, должны действовать в противоположности. Если игрок А хочет первым атаковать игрока с мячом (рис. 134), он должен сделать так, чтобы противник попытался обойти его с сильной стороны, как показано стрелкой на рисунке. Именно с его сильной стороны и проведет удвоение закрывания игрок В, который должен действовать решительно и с чувством времени. Помните о том, что удвоение часто происходит так, что игрок с мячом пытается пройти между игроками, закрывающими его (рис. 135).

Рис. 134.

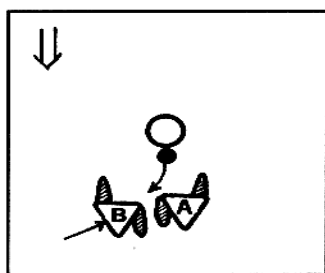


Abb. 134

Поэтому необходима прессинг противод

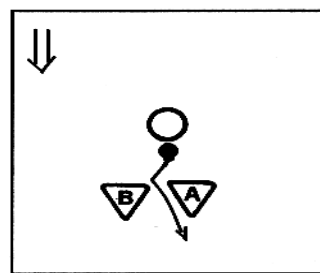


Abb. 135

Рис. 135.

чтобы так-координированно. Также

слишком раннее или запоздалое удвоение закрывания, что касается коэффициента полезного действия игры, может иметь негативные последствия.

В первом случае передвижение игрока противника будет облегчено. Во втором случае это приведет к состоянию неуверенности, которое мы уже видели на рисунке 133, игроку с мячом дается возможность, дриблингую, обойти обоих игроков, его закрывающих.

#### 4.4.6. – Положение вне игры и оборонительная диагональ.

В начале 4-го подпункта мы упоминали, что при закрывании пространства неизбежно применение других техник. А важнейшей из них мы обозначили прессинг.

Мы пришли к выводу, что было бы бессмысленно вводить риск, с которым мы встречаемся при создании ситуаций с численным преимуществом, если не использовать прессинг. Точно также применение положений вне игры взаимосвязано с закрыванием пространства. Применение предугаданного закрывания делает необходимым контроль над игроками противника (особенно теми, кто находится далеко от мяча). Это способствует, как уже было проанализировано, созданию оборонительной диагонали. Если речь идет о передней линии обороны (рис. 136), то происходит, что игроки противника, находящиеся в позициях помощи (игроки А и В), если они слишком близко подойдут к нашим воротам, то могут попасть в положение вне игры. Поэтому защитники в данной ситуации не должны выдвигаться вперед, как в традиционной защите, чтобы провоцировать создание положений вне игры. Они должны просто действовать на своих позициях, как показано на рисунке 137. Тогда игрок Z после рывка игрока А на позицию А1 займет позицию Z1.

Рис. 136.

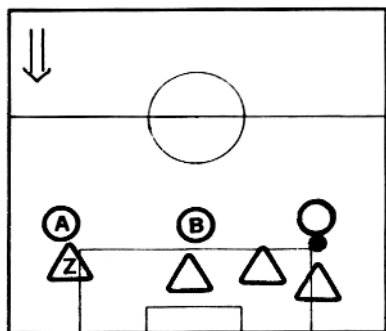


Abb. 136

Рис. 137.

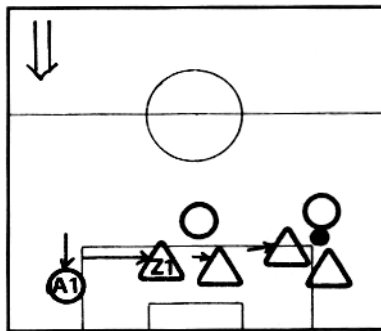


Abb. 137

Таким образом, облегчается игра в отношении создания положений вне игры, а создание таковых требует минимальных игровых затрат.

В закрывании противника, в построении команды с последним игроком либеро, наоборот, применение положений вне игры предполагает координацию 3 временных последовательностей: 1. Оценка действий игрока с мячом. 2. Определение момента быстрого выдвижения вперед всех игроков противника. 3. Выдвижение вперед звена защиты. Ясно, что при применении положений вне игры, независимо от того, по какой системе играет команда, необходимо всегда действовать разумно и аккуратно.

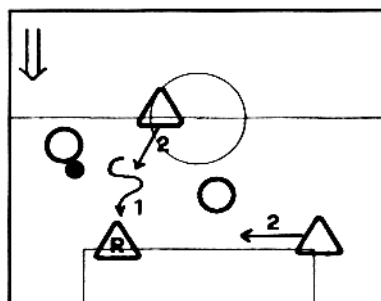
Со стратегической точки зрения это значит то, что, что касается постановки целей при применении положений вне игры, полезно проводить это хотя бы один раз в самом начале игры, потому что это вызовет у нападающих противника неуверенность и нерешительность в действиях.

#### 4.5. – Когда звено защиты смещается назад, а когда выдвигается вперед?

Ответим без сомнения, что защита, если она упорядочена, что значит - все защитники, понимая ситуацию, занимают действенные позиции, должна выдвигаться вперед.

Скажем точнее, что защита с её механизмами смены фаз ожидания и агрессивности, которые характеризуют в футболе прессинг, должна выходить. Как мы уже рассматривали, смещение назад звена защиты, если позиции будут заняты правильно, является тактической ошибкой, причины которой скрываются в области эмоций человека.

Защитник, закрывающий игрока с мячом и его партнеры, берущие на себя других игроков противника, стоящих в позициях помощи для игрока с мячом, должны друг друга поддерживать. Это очевидно, что каждый (на рис. 138 игрок R), кто атакует игрока с мячом, должен применять подкаты и должен предоставить свое пространство (1), когда партнер, действующий в позиции помощи, действует неэффективно. Рис. 138.



Этим партнеру дается время собраться (2). Он должен занять такую позицию, чтобы помочь партнеру, закрывающему игрока с мячом тем, чтобы закрыть тому возможность сделать результативную передачу, опасную для наших ворот.

#### 4.5.1. – Ситуации с численным меньшинством.

Во время игры может по различным причинам произойти, что команда окажется в ситуации с численным меньшинством. Как же себя вести? Теоретический ответ очень прост: необходимо медленно отступать. В общем, скажем, что игроки, которые в этих условиях попытаются вернуть себе утраченные в данной игровой ситуации позиции, очень рискуют. Им нежно передвигаться постепенно по запланированным заранее для такого случая линиям, которые гарантируют самую действенную форму коллективной защиты. За пределами этой границы (которая устанавливается игроками в тактических целях) игроки, находящиеся в позициях неподалеку, смещаются назад, чтобы устранить меньшинство своих игроков в той зоне.

Поэтому необходимо во время тренировок (с тактической точки зрения) заучивать, когда игроки, смещающиеся назад, должны ориентироваться на игрока с мячом, а когда на партнеров по команде. Принятое с самого начала правильное решение означает выбрать кратчайший путь назад (х вместо у на рисунке 139).

Все игроки, находящиеся (во время ситуаций с численным меньшинством) между игроками противника и своими воротами, должны, принимая во внимание общепринятые принципы, так смещаться назад, чтобы поставить в неопределенное положение игрока с мячом и его партнеров. Для того чтобы достичь этой цели, игроки должны возвращаться назад по траектории, напоминающей букву „S“ (как это делает игрок Z на рисунке 140).

Рис. 139.

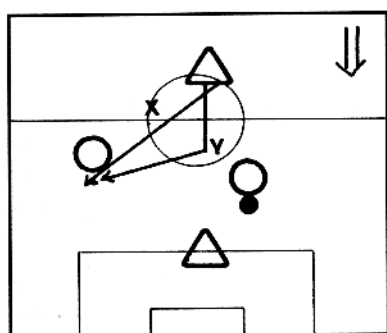


Abb. 139

Рис. 140.

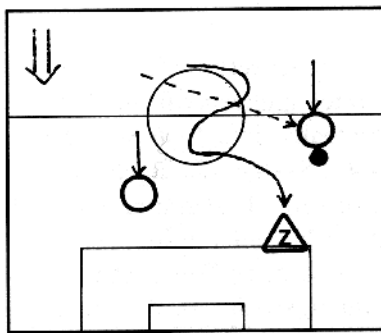


Abb. 140

рая в своей классической

форме применяется в баскетболе.

В ситуациях 3 против 2, защитники выстраиваются на поле так, чтобы создавать гипотетически форму буквы „L“.

Предположим, что направление атаки противника совпадает с центром штрафной площадки, тогда защитники становятся по вертикали один за другим (рис. 141а). Игрок Z, стоящий впереди, атакует игрока с мячом А. Если последний сделает передачу одному из своих партнеров (допустим, игроку В), за этим последует перемещение, происходящее в два этапа; сначала, стоящий позади, игрок L выдвинется в направлении игрока В, а потом игрок Z сместится назад на одну линию с игроком L (рис. 141в).

Примерно такой же механизм будет функционировать, если мяч снова отдать в центр игроку А; таким образом, защитники перестроятся обратно в то же положение, в каком они были сначала (рис. 141с). То же самое будет происходить, если сделать передачу игроку С.

Рис. 141а.

Рис. 141в.

Рис. 141с.

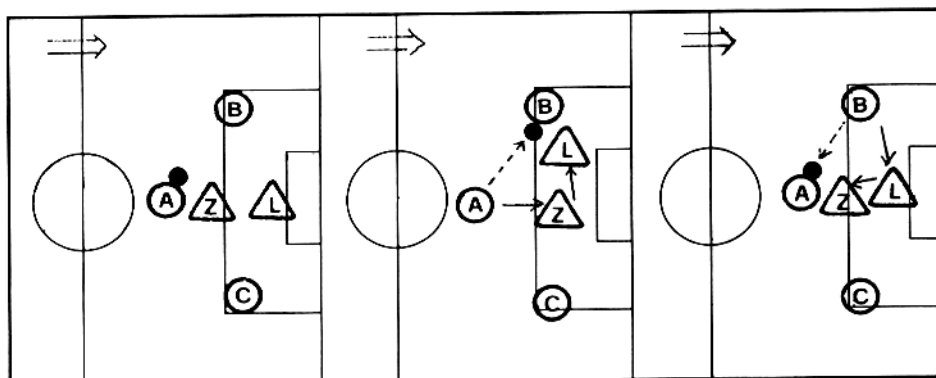


Abb. 141A

Abb. 141B

Abb. 141C

В качестве эксперимента мы применили в футболе типичную для баскетбола оборонительную тактику в форме буквы „L“; этот механизм, правда, уже устарел. Исходя из этого, видоизменяется и система 4 – 4 – 2, в которой теперь 3 защитника составляют основную линию звена защиты, а 1 игрок выдвигается немного вперед и располагается перед центральным защитником.

Таким образом, попытаемся представить (и эти попытки покажут себя еще на начальной стадии), что преимущества защиты в одну линию сохраняются в силе, а построение, особенно при проведении атаки по центру, становится пластичнее и увереннее.

Особенно уверенно сможет выполнять свои задачи либеро L, потому что риск при таком построении намного меньше, чем когда команда играет с двумя центральными защитниками, стоящими на одной линии друг возле друга. Кроме того, так можно начать раньше прессинговать игрока противника с мячом, в той зоне, где еще меньше уровень риска. Рис. 142.

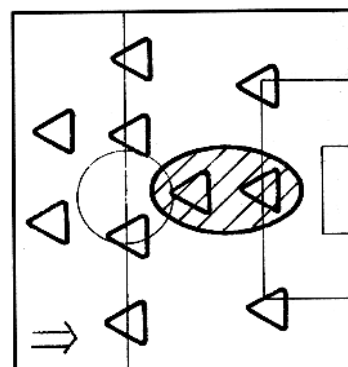


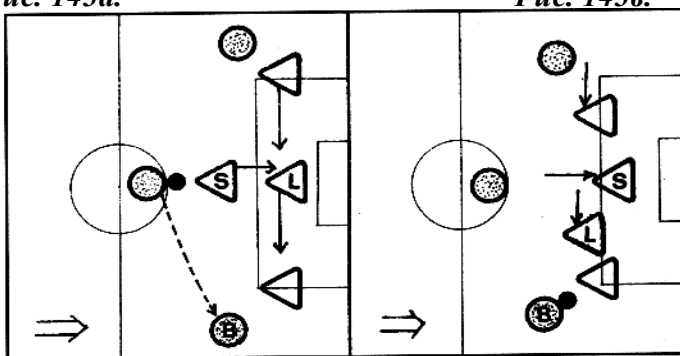
Abb. 142

Если игра развивается на фланге (рис. 143а и в), то игроки либеро L и стоппер S совершают маневры в форме буквы „L“, а при помощи одного из партнеров они могут построить треугольник. Это гарантирует с меньшим риском, как и оборонительная диагональ, удвоение закрывания игрока с мячом В и, стоящего в позиции помощи, его партнера А. Но следует обратить внимание на то, чтобы защита не «притупилась», чтобы команда была «короткой» и готовой в любой момент создать положение вне игры для игроков противника.

Этим тактическим советом мы закрываем наше теоретическое исследование по данной теме.

В следующей главе мы проверим аргументы, касающиеся открытия, изучения и применения тренировочных форм на игровом поле. Рис. 143а.

Рис. 143в.



## Глава 5.

### *Тренировка коллективной игры: упражнения.*

Тренировка нацелена на оптимальную активизацию способностей к обработке информации. Наши постановки целей являются следующими:

1. Активизация автоматизированных тактических последовательностей.
2. Максимизация стратегий центральной нервной системы.
3. Максимизация готовности к обратной связи.
4. Привыкание к непредвиденному.
5. Изменение контрпродуктивных автоматизированных действий.

Для того чтобы достичь этих целей, обработка данных должна проходить у нас в наивысшей плоскости нашей нервной системы. Это значит, что упражнения должны быть осознанно направлены на активизацию творческих сил.

В спорте, зависящем от ситуации, неплохо, когда игроки изучают различные стереотипы.

Что касается концепции канала мощности, может быть установлено следующее: если будет преодолена граница возможностей человека по обработке информации, то просто откажут способности атлета к решению проблемных ситуаций и появятся иррациональные ответы, или он вернется к автоматизмам. В последнем случае система обработки данных будет находиться на низшем уровне. С другой стороны, если нагрузки не будут достаточно велики, то канал мощности не будет активизирован на достаточном уровне. Необходимо, чтобы у игроков был оптимальный уровень возбуждения.

Следует вспомнить о том, что центральная нервная система, если вводить специальные тренировочные формы, требует определенного времени, прежде чем она справится с поставленной задачей (принимается во внимание то, что мы анализировали в первой части работы, касающейся супер компенсации).

Мы придерживаемся мнения, что необходимая для роста стратегических умений работа нервной системы должна быть такой же, как при тренировке психики. По этой причине лучшая форма улучшений в психо-тактической области будет достигаться быстрее. Противоположностью этому становится лучшая форма (с точки зрения центральной нервной системы), если наступает прирост после пролонгированной фазы активизации.

Аналогом этому сравнению могут послужить органические влияния длительного бега (аэробная тренировка) и тренировки с интервалами (анаэробная тренировка).

#### ***5.1. – Время, необходимое для проявления тренировочных эффектов (ассимиляция и аккомодация).***

В спорте, зависящем от ситуации, таком как футбол, основным является вопрос о том, как можно максимизировать способности к обработке информации за более короткий промежуток времени. При преследовании этой цели, даже если применять правильные методики, существует опасность вызывания у игроков из-за продолжительности действий конфузии и неуверенности (см. главу 2 первой части). Эти временные промежутки могут, если они не предусмотрены и не запланированы чемпионатом, иметь неприятное воздействие, если они выпадают на время проведения игр чемпионата, то могут поставить под угрозу успешный исход игры. Нужно обратить внимание не то, что нам необходимо время, как для применения новых стратегий центральной нервной системы, так и

для изучения новых тактических, технических или стратегических форм. Кто работал тренером или воспитателем и был наблюдательным в своей работе, тот скажет, что невозможно сразу же воспроизвести какой-то только что заученный прием. Даже при идеальном объяснении и наглядной демонстрации чего-то нового игрок не в состоянии сразу это повторить. Это так, потому что игра, как мы не раз говорили, это событие, в котором применение моторного поведения постоянно должно подстраиваться под варьирующиеся ситуации. По этой причине обучение должно проходить на высшем уровне: игрок не должен просто заучивать наизусть технические и тактические формы, он должен учиться применять их в различных ситуациях.

Данная целевая установка достигается в две фазы, которые в психолого-когнитивной области определяется как ассимиляция и аккомодация.

Об ассимиляции говорят (если упростить терминологию), если проблематика осознана, отчего занимается новое положение, дающее возможность предвидения новой цели и применения новой программы, направленной на достижение этой цели. В фазе ассимиляции человек еще не в состоянии вводить эти новые тактические наработки в соревновательный процесс. Особенно во время непосредственно после ассимиляции (если рассмотреть отдельный аутентичный тест: игру чемпионата) старые формы поведения смешиваются с новыми на основе экономически упорядоченного восприятия центральной нервной системы: игрок должен спонтанно применять в сложных ситуациях и при стрессах примитивные психомоторные формы поведения.

Очевидный результат станет разновидностью неуверенности и конфузии, которые проявляются у игроков во время игры.

В этом случае они находятся в фазе усталости в рамках цикла супер компенсации, который соответствует заштрихованному кругу на рисунке 144. Оптимальная тренировочная методика провоцирует переход из фазы АВ в фазу ВС (рис. 145), что значит, что игроки из фазы усталости переходят в фазу супер компенсации, что в психологии обозначают понятием аккомодация.

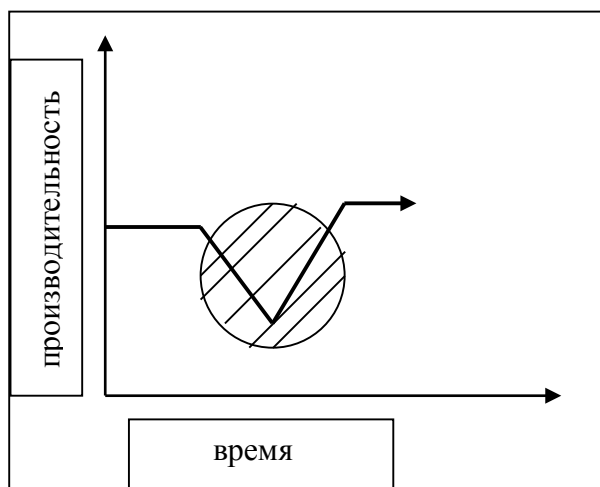


Рис. 144.

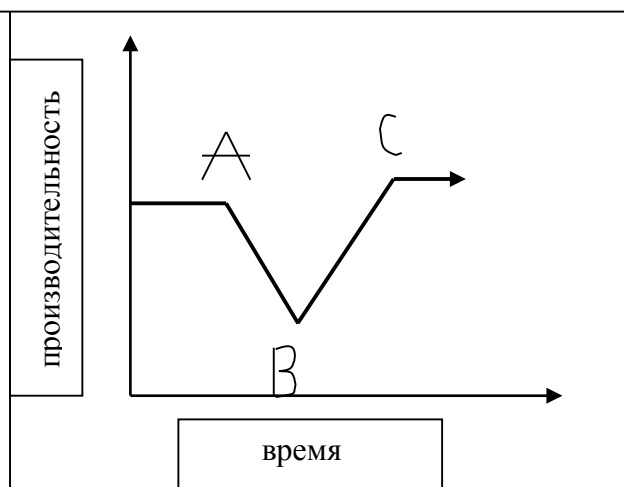


Рис. 145.

С этого момента игроки будут в состоянии с успехом вводить в играх чемпионата новые тактические формы и стратегии.

Что можно сделать, чтобы сократить временной промежуток когнитивной усталости и чего не нужно делать?

Необходимо во время тренировок вводить простые формы, которые могут сделать возможным постепенное приближение к цели. Не будет быстрее, если поставить на огонь сразу слишком много мяса. Мы придерживаемся точки зрения, что всегда будет полезнее, сначала вводить упражнения в их более легкой форме с постановкой более простой цели, а затем уже регулировать сложность упражнений. Когда мы, например, говорили о теории прессинга и удвоения закрывания, мы предлагали играть в численном преимуществе или выставлять другие препятствия противнику. Таким образом, игроки будут быстрее понимать смысл характерного вкуса предлагаемых им упражнений



(например, при прессинге будет повышаться впечатление от «уничтожения» соперника, насколько этого требует стратегическая обстановка). Если новые формы будут поняты до конца, будут ассимилированы и аккомодированы, то можно будет создавать приблизительно такие же ситуации, в которых уже будет повышаться уровень сложности для всей группы, изучающей критерии игры. Если же мы, напротив, будем ждать, что бы игроки, после того, как им будет объяснен прессинг (отчасти при помощи видеоманитофона, доски, упражнений и т.д.) сами применили его в товарищеской игре с противником такого же уровня, то мы так ничего и не дождемся. С когнитивной точки зрения фаза ассимиляции будет продлеваться, и, как негативное следствие будет с самого начала увеличиваться недоверие к новым тактическим формам; это действительно не очень хорошие аффективные предпосылки для того, чтобы начинать что-то новое.

При этом следует учитывать, что является уместным, затем снова применять упрощенные упражнения, если во время чемпионата у игроков опять появится чувство неуверенности, что может привести к ухудшению результатов. Прежде всего, упрощение в достижении поставленных целей в тренировочных формах представляет фазу отдыха, и вносит разнообразие в тренировочный процесс. В этом случае мы заботимся о достижении цели – отдыхе центральной нервной системы. Для того чтобы понять фазу аккомодации, полезно обратиться к теории стадий развития памяти, по которой обучение происходит не благодаря постоянному восприятию, а ступенями.

Хорошо, также следует принять во внимание то, что превращение игровой ситуации (другими словами тренировочных эффектов) происходит параллельно с ростом атлетов. По отдельности учатся применять те или иные варианты, без которых нет четкой ассимиляции. В определенный момент все объединяются для того, чтобы опробовать эти факторы вместе. По этой теории достижение следующей стадии сравнительно с построением моста.

Сначала строят одну опору (1 на рис. 146а), затем вторую (2). Естественно, если остановиться на этом, то еще рано радоваться, потому что моста еще нет. Мост появится только тогда, когда на поставленные заранее опоры положить полотно (3), которое будет опираться на эти опоры (рис. 146в).

146в). *Рис. 146а.*

*Рис. 146в.*

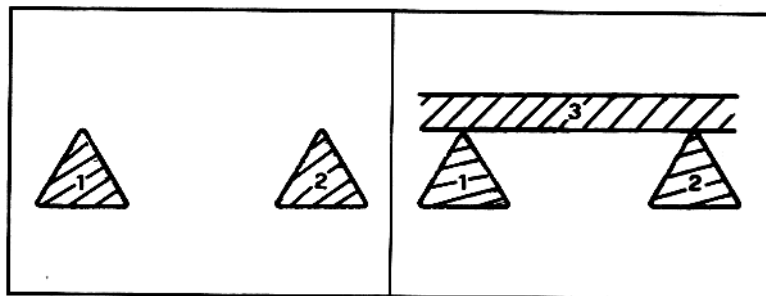


Abb. 146A

Abb. 146B

Эта теория стадий развития подает нам идею, касающуюся промежутка времени, связанного с отдыхом и работой в это время центральной нервной системы.

Для лучшего понимания напомним еще, что тот момент, когда влияние работы еще не заметно (в нашем случае на психическом, тактическом и коллективном уровне), определяется как «фаза когнитивного непознанного»

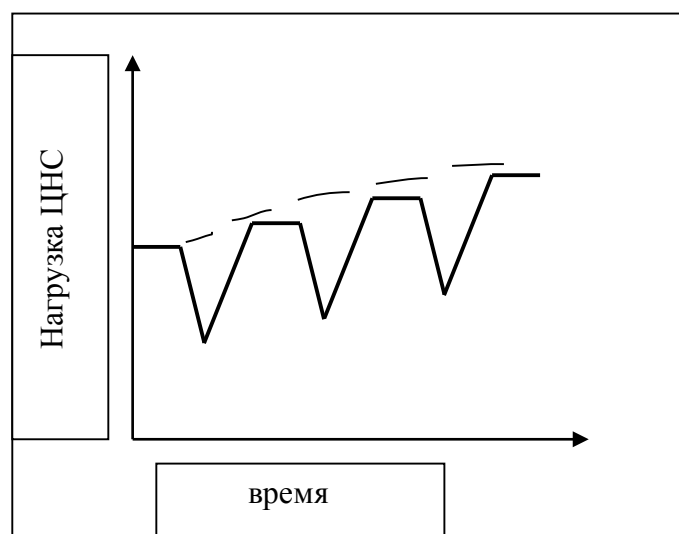
## **5.2. – Принцип прогрессивной нагрузки центральной нервной системы.**

По какой методике действовать, если уже достигнута та или иная запланированная цель (ассимилирована и аккомодирована)? Придя к этому пункту, необходимо поставить игрокам новые цели, требующие введения новых, и в тоже время закрепления уже усвоенных стратегий. Было бы бессмысленно постоянно работать с одними и теми же моделями, потому что они уже будут слишком скучными.

Под понятием «нагрузка центральной нервной системы» мы понимаем интенсивность нагрузки сознания атлета при чтении игровой ситуации. Оптимальное программирование тренировочного процесса (во время хода чемпионата) должно принимать во внимание уровень нагрузки центральной нервной системы, как показано на рисунке 147. Там мы видим, что за каждой новой супер

компенсацией центральной нервной системы должен следовать новый толчок (в области тактических форм), который со своей стороны должен привести к новой супер компенсации. Очевидно, это можно будет увязать с еженедельными играми чемпионата. Поэтому рассмотрим следующий пример. Легкоатлет-бегун, лучшее время на 100м. у которого 11 сек. Должен на тренировках стараться пробежать не за 11 сек, не за 11,5 сек, и даже не за 9,8 сек., а за 10,8 сек.

Рис. 147.



Точно так же будет неправильно, если, например, команда первой лиги перед ответственным матчем чемпионата проведет товарищескую встречу с командой из третьей лиги. Это было бы все равно, чтобы бегун с лучшим временем 11 сек. пробежал бы за 11,5 сек. Он должен тренироваться, чтобы на соревнованиях показать результат менее 11 сек, хоть 10,9 сек. Если действительно хочется провести товарищескую встречу (во время чемпионата) с более слабой командой, то нужно играть не как обычно (например, в меньшинстве или с ограничением количества касаний мяча). Как же все-таки возможно повысить нагрузки при обработке информации?

Необходимо направлять упражнения на следующие цели:

1. уменьшение времени, необходимого для обработки информации;
2. усложнять условия для обработки информации посредством увеличения количества возможных вариантов.

### 5.2.1 – Фаза отдыха центральной нервной системы.

Футболистам во время тренировок не нужно постоянно давать такие тренировочные формы, которые требуют максимальной концентрации. Как мы уже говорили в главе, касающейся интеллигенции, для интеллектуальных и моторных способностей игроков необходимо время отдыха. Эти моменты должны приниматься во внимание не меньше, чем моменты с атлетами, у которых в организме после интенсивных упражнений повышается уровень молочной кислоты. Вводится фаза отдыха, во время которой снижаются нагрузки, но не исключаются совсем. То же самое нужно и центральной нервной системе, т.е. после сильной нагрузки на какое-то время, в фазе отдыха, нагрузки снижать. С психологической точки зрения абсолютно необходимо во время тренировок поддерживать обстановку интересной.

Даже если это будет противоречить некоторым принципам честолубия, необходимо (в определенное время) вводить тренировочные формы, соответствующие аспекту «отдых для учебы». При рассмотрении некоторых спонтанно возникающих среди молодежи тенденций (в рамках подросткового возраста), мы определили некоторые тренировочные формы, которые мы назвали «свободная поездка в Бразилию». На небольших игровых полях, в рамках регламентированной программы, определенной для всей команды, проводятся упражнения, которые больше напоминают цирковые и театральные номера.

Мы придерживаемся мнения, что такие ситуации, в которых доминирует эйфория и веселье, являются разновидностью активного отдыха и в состоянии уменьшить уровень усталости центральной нервной системы (в них, обращаем на это еще раз внимание, определяется уменьшение работоспособности).

### **5.3. – Последовательность и виды обработки информации во время выполнения упражнений.**

Мы подразделяем упражнения на две основные категории:

1. *Упражнения, в которых информация обрабатывается в зависимости от игровых ситуаций.*
2. *Упражнения со статусом моделей.*

Под первыми мы понимаем такие, решение которых зависит от интерпретации игровой ситуации; цели и соответствующие средства не определены заранее. Таким образом, для решения проблем применяются отборные, высоко развитые механизмы контроля, адаптации, а также стратегии (см. главу 3 первой части). В материи этот вид тренировки соответствует постоянному представлению психомоторных проблемных позиций. Эти активируют способность к обработке новых или снова применяемых стратегий. К этой категории относятся различного рода тренировочные игры (с ограничением касаний по мячу, с разным количеством игроков, с выдуманными правилами), зависящие от ситуации упражнения для атаки и обороны, для проведения передач, для свободных перемещений без мяча и т.д.

В упражнениях второго вида, напротив, содержание упражнения, цели и средства их достижения известны еще перед началом их проведения. К этой категории относятся, например, упражнения с проведением переключивания, забеганий, многочисленных повторений одних и тех же маневров. В связи с этим, необходимо уяснить один очень важный аспект. Для этого сначала зададим следующий вопрос: «Существуют ли такие упражнения, в которых пересекаются оба вышеназванных вида упражнений?» С уверенностью отвечаем. Оба этих метода могут отлично сочетаться. Следует обратить внимание на то, что исключительно, зависящая от ситуации, постановка вопроса предполагает, что вся информация будет обрабатываться по-новому. А это нереально, потому что жизненный опыт всегда, и не в футбольной среде тоже, ссылается на заученные действия активизации обратной связи<sup>21</sup>. С другой стороны такая тренировка содержит в себе много неожиданного, что развивает способность к адаптации к различным ситуациям.

Рассмотрим, например, упражнение изучения повторного забегания, выполняемое в парах. Без сомнения, речь идет о тренировке со стереотипами. Но мы должны уточнить, что происходит постоянная адаптация к различным вариантам: например к направлению и скорости движения партнера, от которого зависит и твое положение в игровом пространстве, к передачам, которые адресованы тебе, и которые выполняешь ты, и т.д.

<sup>21</sup>*Принцип трансферта в обучении.*

Мы обнаружили, что упражнения модельного характера тоже содержат в себе «порцию» адаптации к ситуациям, которые зависят от продолжительности тренировки. С началом их введения адаптация связана с большими нагрузками, которые постепенно, в зависимости от механизмов обратной связи, сглаживаются. Мы понимаем так, что упражнения модельного статуса могут постоянно применяться, варьируясь различными способами, потому их тренировочная ценность уменьшается с определенным количеством повторений. Все определяется адаптирующими способностями нашей ЦНС на основе психофизических постановок целей.

В отличие от этого, очень большой тренировочной ценностью обладают упражнения, зависящие от ситуации, особенно если их применять в избытке.

#### **5.3.1. – Простые и комбинированные упражнения.**

Это различие касается числа вариантов. Простейшие упражнения содержат лишь по одному варианту выполнения. К этой категории относятся: индивидуальное жонглирование мячом, передачи в парах, дриблинг один на один и т.д.

В этих упражнениях внимание атлета, как и в упражнениях-моделях, направлено на одну тему. Речь идет о специфической тренировке определенного вида.

Комбинированные упражнения содержат в себе два или несколько вариантов выполнения. Так, например, они необходимы для тренировки выполнения забеганий втроем, когда необходимо заострять внимание на: 1. передаче; 2. на направлении своего движения; 3. на направлении движения партнеров.

Свяжем данную концепцию с каналом мощности: «Как реагирует ЦНС на простые и комбинированные упражнения?» С первыми проблем не возникает, потому что весь канал мощности направлен на что-то одно. Во втором случае, в противоположность первому, у ЦНС возникает необходимость в обработке сразу нескольких вариантов, что требует полной концентрации (поэтому предлагаем еще раз вернуться к главе 2, где речь идет о футбольной интеллигенции).

### *5.3.2. – Стратегии для усиления способности к внимательности и к концентрации ЦНС.*

Во время тренировок создаются очень интенсивные тренировочные ситуации, что касается нагрузок при обработке информации. Но это необходимо, заставляя игроков осваивать определенные стратегии в ситуации нехватки времени. Во время игры бывают моменты, когда необходимо полностью сконцентрироваться на чем-то, а для этого нужно раскрыть все свои психологические энергетические резервы.

Но мы хотим подчеркнуть, что будут негативными последствия, если игроки вынуждены будут на протяжении всех 90 минут игры находиться в состоянии высокой концентрации. Рано или поздно наступит фаза психического покоя, когда резко упадет способность к обработке информации и реагированию в игровых ситуациях. Если это одновременно наступит у нескольких игроков команды во время важной фазы игры, это приведет к большому числу ошибок<sup>22</sup> со стороны игроков, которые начнут пропускать противника или не смогут забить в ворота противника «реальные» мячи. Это не вопрос своего рода «подарков» противнику. Здесь нужно говорить об ошибках, которые были допущены в тренировочном процессе!

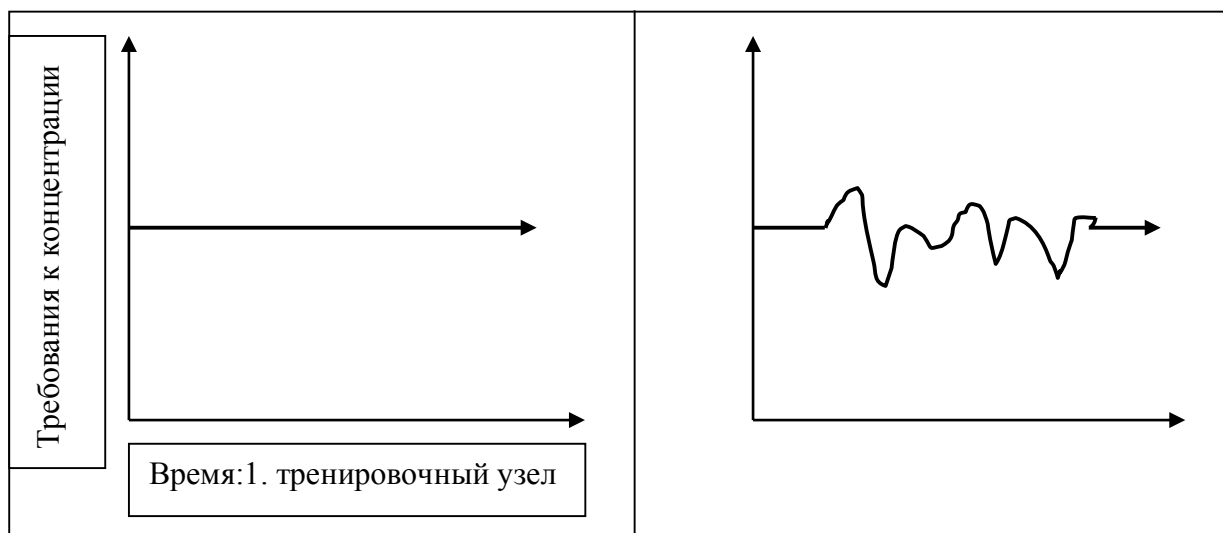
Психомоторное поведение в моменты «отдыха ЦНС» тоже поддается тренировке. В противоположность этому, уместно планировать такие моменты, чтобы их избегать; таким способом, чтобы все компоненты команды имели представление о преимуществах стратегии концентрации.

С тактической точки зрения это очень полезно сменять быстрые фазы игры более медленными и наоборот, чтобы противник не смог уловить ритм игры нашей команды и предпринять соответствующие меры. Это представляет очень важное стратегическое преимущество: наша команда будет действовать, управляемая разумом, а противнику, наоборот, придется действовать инстинктивно.

По общему принципу необходимо во время фазы подготовки варьировать интенсивность требований, направленных на внимательность.

Если мы захотим представить графически эти требования, то они не будут соответствовать прямой линии (рис. 148 а и в), а будут иметь форму кривой угловатой линии.

<sup>22</sup>Если внимательно понаблюдать за играми, то можно уяснить, что фугитивные ошибки чаще допускаются при совершении прорывов.



**Рис. 148а.**

**Рис. 148в.**

В практике иногда нужно применять упражнения, для выполнения которых требуется способность к быстрому установлению высокого уровня концентрации. С другой стороны, во время тех же тренировок нужно вводить и упражнения, варианты выполнения которых позволяют ослабить психологическое напряжение игроков.

Если мы снова свяжем свои размышления с игрой, то поговорим о том, какая стратегия будет оптимальной для введения концентрационных способностей? Ответим на вопрос примером, который не вызовет симпатий у заблуждающихся любителей животных. Попробуйте подразнить спящую кошку. Сначала животное откроет оба глаза, чтобы оценить ситуацию. Потом она опять уляжется спать. Если тронуть её во второй раз она ненадолго откроет глаза, а в третий раз, вообще, приоткроет только один глаз, но оставит его приоткрытым, чтобы следить за ситуацией, а еще начнет слушать. Если провести подобный эксперимент через несколько дней, то кошка может подумать: «О, подлый мир!» Это, конечно же, предположение. Но она уже будет знать, что её ожидает, поэтому она сконцентрируется, и будет открывать глаза еще до того, как её коснется рука человека, «беспокоящего» её.

Таким же способом внушается стратегия активного покоя игрокам, необходимая им в игре. Если, например, мяч вышел за пределы поля или на поле вышел врач, или игра в данный момент происходит далеко на другой половине поля, то можно немного расслабиться, понизить уровень нервозности.

Дополнительно к выбору подходящего момента, нужно также применять правильную стратегию, чтобы быть в состоянии предвидеть дальнейшее развитие игры. Так, например, игроки, находящиеся во время выполнения вратарем противника удара от ворот неподалеку от него, займут такую позицию, чтобы смотреть не в сторону своего вратаря, а все равно на вратаря и игроков противника. Таким же образом игрок, который должен будет ввести мяч в игру из-за боковой линии, пока идет за мячом, наблюдает за ситуацией на поле. Это дает ему возможность увидеть, кто из игроков стоит в удобном положении для приема мяча, а кто нет. Это чем-то напоминает кошку, которая спит с приоткрытым глазом. В такие моменты расслабления необходимо, все же пребывать в сознании.

Это позволяет нервной системе быстро отдохнуть от напряжения и быстро восстановить психические способности, потому что дыхательный центр все равно как-то связан с важными психическими и органическими функциями организма. Стоит только подумать о синергизмах активности сердца.

#### **5.4. – Тренировочные формы.**

Представляемые нами упражнения не следует рассматривать как «рецепты», которых нужно неукоснительно придерживаться.

Они просто представляют рабочие примеры, которые нужно проработать, опираясь на требования. Кто занимается футболом, будь то в качестве тренера или простого любителя, всегда должен принимать во внимание планирование всех моментов, связанных с игрой, как это делает в своей работе диетолог. Последний должен с одной стороны владеть основными знаниями в области психологии человека, а с другой стороны должен знать сочетания пищевых продуктов. Поэтому диетолог должен от случая к случаю составлять индивидуальные рецепты. Было бы бессмысленно, если бы он выучил несколько хороших рецептов и всем их предлагал. То же самое касается и тренера по футболу; он должен обладать знаниями из всех областей, связанных с человеком, и в то же время знать множество тренировочных форм, помогающих развитию игроков, и, самое главное, подходящих им.

Тренировочные форма, действенные как для психики, так и для тактики подразделяют на:

- а) *Упражнения в игровой ситуации:*
- Действия в простейших ситуациях;
  - Действия в комплексных ситуациях;
  - Действия в условиях, приближенных к игровым.

в) *Упражнения-модели.*

С другой точки зрения упражнения делят на:

а) *Общие:* требующие трансферта. Они являются перспективными.

в) *Специфические.*

В этой работе мы подразделяем их на:

- Упражнения социализации.
- Упражнения для построения игры.
- Упражнения для обороны.

#### *5.4.1. – Взаимное знакомство: некоторые эффективные средства.*

Мы впервые находимся на поле, и группа готова начать заниматься. С чего же начать?

Без сомнения ответим: «С взаимного знакомства». Эффективным способом, с которым мы часто сталкиваемся в практике, является связывание произнесения имен с тренировочными формами, показывающими умения игроков. (Это имеет очень большое значение в плане логической обработки информации; что касается этих условий, то оно может рассматриваться и в другом контексте).

Направим наше внимание в этот момент на интерпретацию социальных обычаев. Ежедневно мы можем видеть, что люди, которые вместе работают, или которые увлекаются одним и тем же делом, или которые просто всегда общаются друг с другом более или менее осознанно совершают похожие жесты. Также люди, когда знакомятся, сначала подают руку, а потом представляются, т.е. называют свое имя. Таким образом, они обмениваются любезностями не только при помощи речи, а также при помощи манеры поведения, жестов и мимики (в большей или меньшей степени), желания к совместным действиям, таким как любовь, работа или просто симпатия (что в переводе с греческого означает совместные чувства).

Наше имя связано с нашим аффективным прошлым и, прежде всего, с нашими родственными связями, что оно и показывает. Как же мы свяжем выше сказанное с футболом?

Мы предлагаем ряд упражнений, которые выполняют функцию социальных и аффективных факторов, и обладают тремя признаками. В первую очередь нужно называть партнеров по именам. Это вызывает радость у каждого человека в коллективе, когда он слышит свое имя, и у него усиливается чувство коллективизма. Речь идет, кроме того, и о том, что такую тренировку с применением имен нужно проводить в самом начале занятия, чтобы создать обстановку доброжелательности. По этой причине такие упражнения лучше всего проводить так, чтобы игроки стояли в кругу. Игрок с мячом должен называть имя того игрока, которому он делает передачу. Причем развиваются психомоторные навыки игроков. Они могут использовать и мимику.

Третьим признаком этого ряда упражнений является отсутствие соревновательного характера, где противопоставляются сила и интеллигентность участвующих игроков

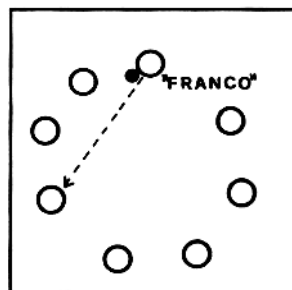
В данной фазе тренировки мы не разделяем игроков на защитников и нападающих. Это является лишь следствием, и мы об этом узнали во время знакомства. Это дает первую предпосылку для дружбы членов команды, а, вследствие чего, и их совместной работы.

После этого мы сможем вводить более сложные игровые и тактические соревновательные формы. Итак, попытаемся легировать специально для «фазы взаимного тестирования членов команды» создание так называемых «кланов» в коллективе команды, которые нарушают гармонию в коллективе и мешают успешному развитию команды. Из этого мы делаем вывод, что первичная цель в футбольной команде, как и в коллективе детей, подростков или взрослых – это гармония в коллективе, а не технические навыки.

- *Упражнение 1:* Сопровождать передачу мяча названием имени.

Игроки стоят в кругу. Передачу партнеру делать только после того, как назвал его имя. Запрещено делать передачи двум ближайшим игрокам (рис. 149).

**Рис. 149.**

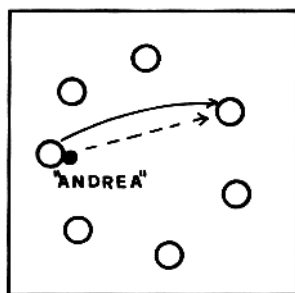


*Abb. 149*

- *Упражнение 2:* Сделать передачу и выдвинуться вслед за мячом.

Делать передачу партнеру только после того, как назвал его имя. После удара по мячу выдвигаться вслед за ним и занять позицию за спиной у игрока, получившего мяч. Тот игрок тоже сделает кому-то передачу и выдвинется на новую позицию. Играть в одно или два касания по мячу (рис. 150).

**Рис. 150.**



*Abb. 150*

- *Упражнение 3:* Сделать передачу и поменять позицию.

Назвать имя партнера по команде, которому делаешь передачу, потом назвать имя другого, и поменяться с ним местами (рис. 151).

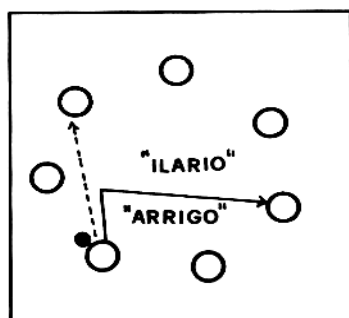
- *Упражнение 4:* Сделать передачу и поменяться местами с игроком из другой команды.

Половина игроков в манишках одного цвета, а вторая половина в манишках другого цвета.

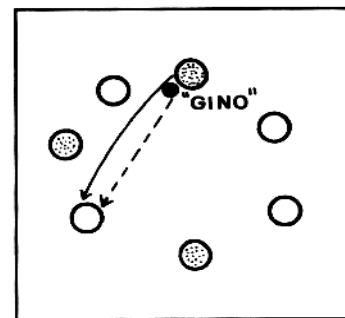
Назвать имя игрока из команды в манишках другого цвета и сделать ему передачу, а затем поменяться с ним местами (рис. 152).

**Рис. 151.**

**Рис. 152.**



*Abb. 151*



*Abb. 152*

- *Упражнение 5:* Сделать передачу и поменяться местами с игроками из разных команд.

Упражнение выполняется точно так же как и выше описанное, только теперь передачу нужно сделать игроку из противоположной команды, а поменяться местами с игроком из своей команды (рис.153).

- Упражнение 6:

У каждого игрока мяч. Все игроки ведут свои мячи по кругу. Один из игроков находится в центре круга и называет имя партнера. Тот делает ему передачу и получает мяч обратно на ход, причем принимает его дальше от центра круга ногой (рис. 154).

Рис. 153.

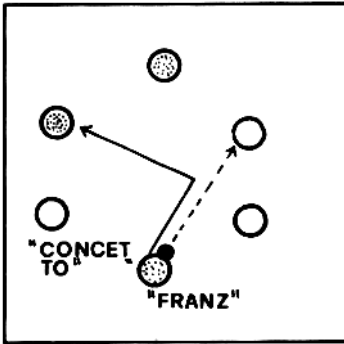


Abb. 153

Рис. 154.

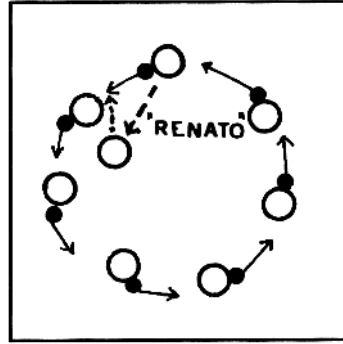


Abb. 154

- Упражнение 7: Передачи в круге с называнием имени.

Как обычно, делается передача кому-нибудь из партнеров, сначала назвав его имя. Игрок в центре круга должен перехватить мяч. Если мяч будет перехвачен, то в центр становится игрок, чья передача была перехвачена (рис. 155).

- Упражнение 8: Передача и следование за мячом.

Выполняется так же, как и предыдущее упражнение, только еще нужно поменяться местами с игроком, которому сделал передачу (рис. 156). Рис. 155.

Рис. 156.

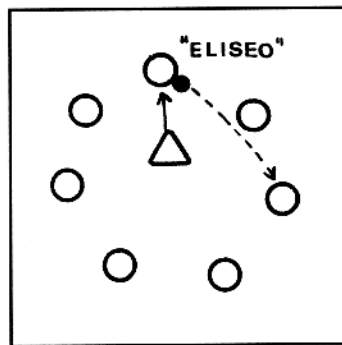


Abb. 155

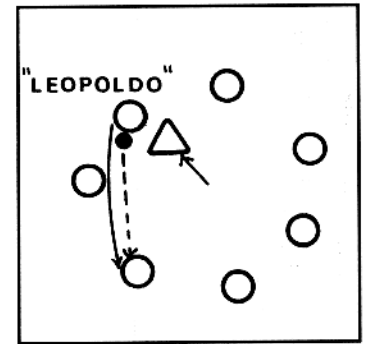


Abb. 156

- Упражнение 9:

Игроки образуют два круга: один в другом (рис. 157).

Игроки внешнего круга (у каждого мяч) начинают двигаться в одном направлении. Игроки внутреннего круга движется в противоположном направлении. Игроки внешнего круга называют имена игроков внутреннего круга, (кто находится в удобной для проведения передачи позиции) и делают им передачи, а те сразу же возвращают им мячи назад, причем нужно стараться делать это как можно чаще. Рис. 157.

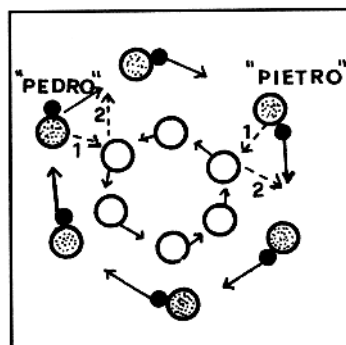


Abb. 157



Все это должно проводиться, по возможности, без изменений скорости и направления движения, которые поэтому должны быть постоянными.

- Упражнение 10: Смена позиций в кругу между игроками 3 команд (рис. 158).

Находящийся в кругу игрок в синей манишке (назовем его В) делает передачу (1) игроку R (красный), который выдвигается в центр круга. После этого игрок В выдвигается на место игрока R (2), который сделал передачу (3) игроку G, который в манишке другого цвета (желтый). Затем игрок R снова занимает позицию, которую до этого занимал игрок В (4). Таким образом, заканчивается один круг выполнения данного упражнения. **Рис. 158.**

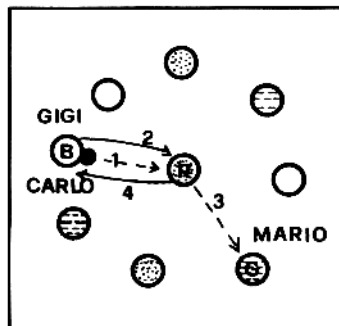


Abb. 158

Это упражнение, при проведении которого нужно называть имена партнеров, позволяет проводить одновременную оценку сразу нескольких информативных областей, что делает его комплексным. Его выполнение с ограничением касаний мяча, а именно в одно касание, требует приобретения игрового менталитета, благодаря которому данные должны обрабатываться быстро и правильно. Это требует от игроков наивысшего игрового класса, уровня тренировки и воли.

Все 10 представленных упражнений обладают одинаковой характеристикой: называнием имен. Кроме того, что они представляют собой элемент социализации, они являются по двум причинам хорошими предложениями по обработке информации.

В первую очередь – это предвосхищение адаптируемого видения игры. Это неотъемлемая предпосылка для достижения фантастически разумного уровня игры. По этой причине цель передачи должна всегда определяться очень четко.

Во-вторых, обязательное называние имен партнеров увеличивает нагрузку на отдел обработки данных, а по этой причине повышается ценность упражнений.

#### 5.4.2. – Развитие способности построения коллективной игры.

- Упражнения в игровых ситуациях.

Следует заметить, что если соблюдать правильную последовательность (в рамках коллективной игры) при введении упражнений, начиная с упражнений один на один, затем, вводя 2:2, 3:3, 4:4 и т.д., то можно добиться успеха.

Но необходимо обдумать, что игра, чтобы действительно стать коллективной, должна содержать в себе социальные и аффективные компоненты. Создание и консолидация коллектива является важным моментом. С другой стороны в тактической и психической плоскостях встает необходимость понимания основных моментов коллективной игры, основывающихся на перемещениях игроков без мяча. Строится последовательность из позиций помощи первой и второй важности. Все тренировочные формы, нацеленные на создание и развитие коллектива, определяются в определенной последовательности по важности.

Если рассмотреть описанную выше последовательность, то можно понять, что 1:1 является упражнением индивидуальной тактики, 2:2 уже является тактикой работы в парах, т.е. в коллективе. Соответственно, теперь понятно, к какому виду упражнений относится упражнение 3:3.

Тренировочные формы 3:3 можно обозначить как «строительный материал для построения коллективной игры». В таком упражнении у игрока с мячом всегда есть выбор, кому сделать передачу (в ситуации 2:2 у игрока с мячом только один вариант). Кроме того, 3:3 требует постоянного внимания, а по этой причине является тренировочным средством для центральной нервной системы.

В противоположность этому, как можно представить на первый взгляд, тренировочный эффект игр 4:4, 5:5, ... 11:11 является намного меньше, потому что здесь уже часто встречаются спонтанные действия в построении игры, и существует тенденция к недооценке помощи партнеров. Вследствие этого получается такой результат, когда игроки будут общаться друг с другом выборочно; сильные игроки будут действовать как индивидуально, так и сообща, а более слабые вообще, как будто не будут членами коллектива, да, собственно, никакого коллектива уже не будет. Такого никогда не произойдет в ситуации 3:3, потому что там существует необходимость обязательного задействования всех игроков в развитии областей задач и стратегий, сковывающих действия команды противника. Построение игры будет в данной ситуации естественной потребностью.

#### 5.4.2.1. – Методы и варианты применения схемы 3:3.

- Ограничение игрового пространства.

Все это зависит от поставленных целей. Мы представляем некоторые возможности применения.

1. *Анализ игровой ситуации. Дети, которые еще ни разу не играли в футбол.*

- Постановка цели. Развитие общей игры и знакомство с элементарными правилами.

- Проведение. Просто говорим детям: «Играйте 3:3 и старайтесь сохранять мяч как можно дольше в отведенном для игры пространстве».

После того, как мяч несколько раз выйдет за пределы поля, мы соберем всех игроков и выставим им требование, что мяч ни в коем случае не должен покидать данного ограниченного поля. Мяч будем вводить в игру при помощи вбрасывания. Таким образом, игроки начинают запоминать основные правила.

2. *Анализ игровой ситуации: игроки (взрослые) в начале подготовки.*

- Постановка цели. Развитие глобального видения игры. Мы должны будем способствовать развитию игры в любом направлении.

- Проведение. Играют 3:3 в квадратном поле, стараясь как можно дольше удержать мяч.

3. *Анализ игровой ситуации. Команда играет плотно, все игроки в одной «куче».*

- Постановка цели: Понимание перемещений по полю, касающихся игрока с мячом и игровой ситуации.

- Проведение. Играют 3:3 на ограниченной площадке, затем площадка становится большой квадратной.

В первом случае вы ограничены в пространстве, поэтому должны стараться использовать его максимально выгодно.

Во втором случае игрокам кажется, что на поле стало очень много места; теперь игроки будут уже действовать без команд тренера, т.е. игра становится открытой.

4. *Анализ игровой ситуации. Команда играет плотно, но игроки стоят далеко друг от друга.*

- Постановка цели. Постараться достичь того, чтобы команда была «короткой», но чтобы играла широко.

- Проведение. Играют 3:3 на длинном, но узком поле с двумя маленькими воротами, причем будут видны все ошибки и слабые места (рис. 159). **Рис. 159.**

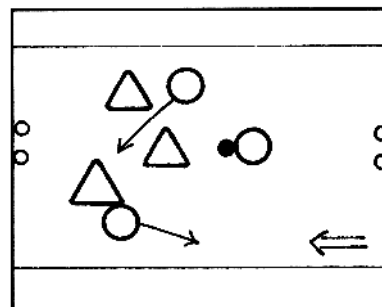


Abb. 159

Предположим, что нам необходимо (в том же упражнении) играть на коротком, но широком поле, тоже с 2 маленькими воротами (рис.160). Так мы будем располагать лучшей ориентировкой на площадке.

5. *Анализ игровой ситуации. Команда строит игру, но не забивает голы.*

- Постановка цели. Осознание риска, возникающего в штрафной площадке противника: смелый, обдуманный и своевременный прием ответственности.

- Проведение. Играют 3:3 + вратарь у той команды, которая играет со стандартными воротами. Вторая команда без вратаря, но с маленькими воротами. Площадка небольшая. Атакующая команда должна сделать от 2 до 5 касаний мяча, чтобы забить гол (рис. 161).

6. *Анализ ситуации. Устранить разграничение между звеньями защиты и полузащиты команды.*

- Постановка цели. Попытаться улучшить взаимодействие звеньев защиты и полузащиты.

- Проведение. Играют 3:3 на маленьком квадратном поле. В каждой команде играют вместе защитники и полузащитники.

7. *Анализ игровой ситуации. В команде не хватает, в совокупности, взаимодействия нападения и полузащиты.*

- Постановка цели. Попытаться улучшить взаимодействие этих звеньев команды.

- Проведение. Играют 3:3 с воротами, попеременно, то на узком, то на широком поле.

Что касается ограничения игровой площадки, то мы принимаем во внимание следующие факты.

Что касается игры на узкой площадке, то она помогает нападающим учиться выдвигаться далеко вперед в зону противника.

Защитники лучше учатся играть на широком и коротком поле.

Полузащитникам лучше всего учиться на квадратном поле.

Играя 3:3 тренируются методы игры с ограничением количества касаний мяча (1, 2 или 3), а также игра с названием имени партнера, которому делается передача. Анализ проведения этих упражнений мы пока отложим. **Рис. 160.**

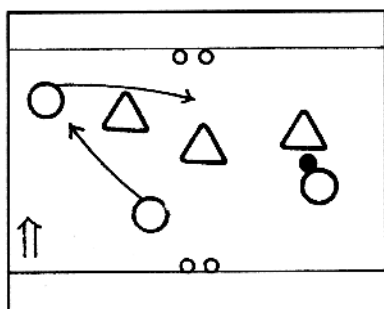


Abb. 160

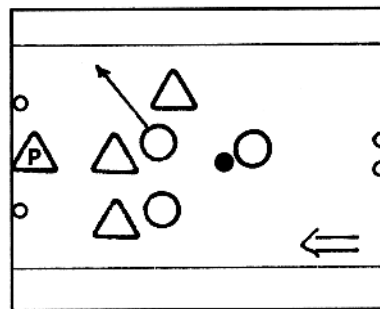


Abb. 161

Предлагаем еще несколько вариантов игры 3:3.

1. 3:3 с помощниками (рис. 162).

Две команды по 3 игрока. На каждой стороне поля еще по одному игроку (игроки А, В, С и D).

Они могут двигаться только каждый по своей стороне поля. Команда, владеющая мячом, может использовать этих игроков в качестве партнеров для проведения передач. Это упражнение представляет собой простейшую форму построения игры. **Рис. 162.**

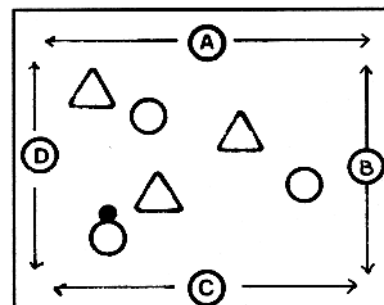


Abb. 162

2. 3:3 на двух полях (рис. 163).

Команды играют на поле А. По сигналу тренера Z они должны как можно быстрее переместиться на поле В и там продолжить игру. Эта тренировочная форма очень полезна, так как в ней тренируется быстрая смена игровой ситуации, предполагающая постоянное адаптирование к новым ситуациям. Можно также рассматривать это как предпосылку для построения контратаки. Перемещение с одного поля на другое должно происходить по сигналу тренера, причем это должен быть не звуковой сигнал, а какой-то жест, чтобы игроки учились видеть происходящее вокруг них.

Рис. 163.

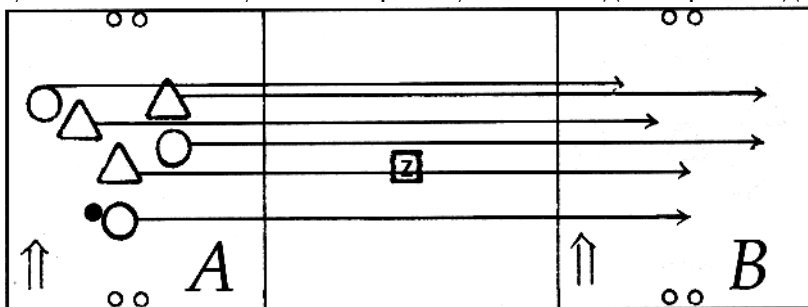


Abb. 163

3. 3:3 с «джокером» (рис. 164).

Джокер (J) – это игрок, который всегда играет на стороне команды, владеющей мячом. Это еще один пример упрощенной тренировочной формы.

4. 3:3:3 в манишках разного цвета (рис. 165).

Две команды, например, желтые и синие, пытаются отобрать мяч у третьей команды (красные). Если последние потеряют мяч, то им нужно будет попытаться отобрать его у этих двух команд. При таком преимуществе обязательно необходимо ограничить число касаний мяча для этих двух команд.

Рис. 164.

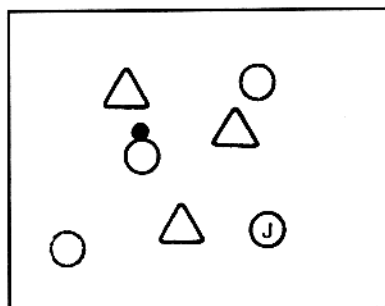


Abb. 164

Рис. 165.

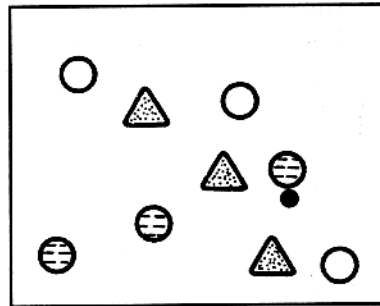


Abb. 165

5.4.2.2. – Упражнения с соотношением игроков 3:1 и 3:2.

Такое соотношение игроков в командах представляет ситуации с численным преимуществом. Введение их необходимо, чтобы некоторые индивидуумы в команде могли показать свои способности в построении игры. Этот образец очень полезен тогда, когда атлеты находятся под давлением противника, и им необходим «активный психологический отдых».

1. 3:1 попытка удержать мяч на квадратном поле.

Используется ограничение числа касаний по мячу и построение комбинаций втроем.

2. 3:1 со свободным перемещением по линиям поля (рис. 166).

Защитник Z проводит контролируемое оборонительное действие; это значит, что он должен не агрессивно обороняться, думая только о завладении мячом, но и дать возможность трем игрокам выполнять свои задачи в упражнении.

Рис. 166.

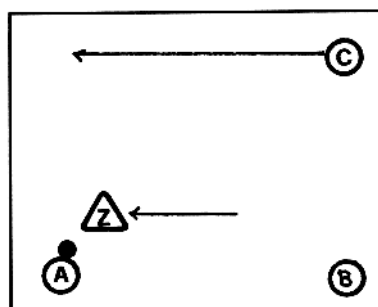


Abb. 166

3 игрока А, В и С, занимающихся построением игры, должны передвигаться вдоль линий поля с наиболее возможным опережением защищающегося игрока. У игрока с мячом всегда есть два варианта, кому сделать передачу. Для того, чтобы этого достичь, нужно сделать так, чтобы игрок с мячом всегда находился между своими партнерами, находящимися в позициях помощи.

Здесь речь идет о действительно простом упражнении, которое одновременно оказывает аналитическое воздействие на понимание игры, времени и перемещений.

3. 3:1 на одних маленьких воротах (рис. 167).

Три нападающих игрока пытаются забить гол в маленькие (около 1 м.) ворота с любой стороны. Один защитник Z пытается им помешать, но он должен находиться не ближе 2 м. к воротам, как показано на рисунке. Здесь включается вся игровая фантазия, для того, чтобы достичь цели данного упражнения.

4. 3:2 на 2 маленьких ворот (рис. 168). **Рис. 167.**

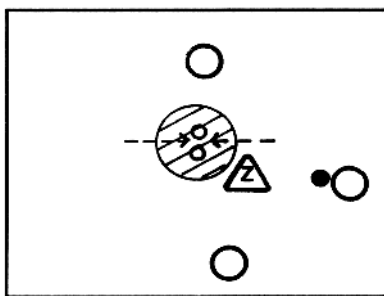


Abb. 167

**Рис. 168.**

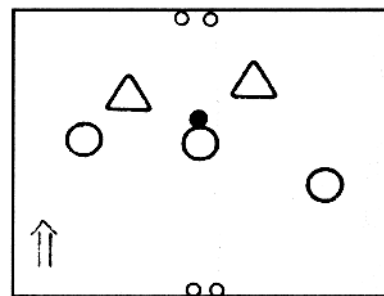


Abb. 168

5. 3:2 на одних маленьких воротах в центре поля (рис. 169).

Команда из 3 игроков должна забивать гол противнику с одной стороны ворот, а команда из 2 игроков с противоположной стороны ворот.

6. 3:2 с 10 игроками, разделенными на две команды (рис. 170).

Необходимо разделить поле на две половинки. На каждой из них должны находиться 3 нападающих и 2 защитника, которые не имеют права покидать свою половину поля. Речь идет об игре 5:5, а 3:2 получается в каждой половине поля. **Рис. 170.**

**Рис. 169.**

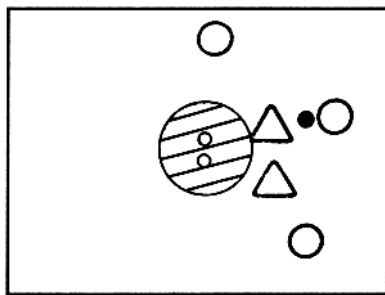


Abb. 169

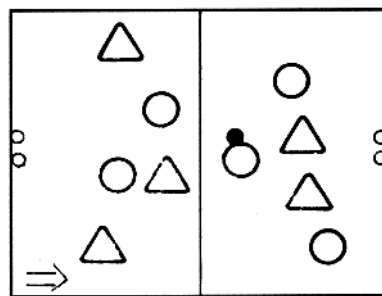


Abb. 170

Все упражнения с численным преимуществом атакующих преследуют одну очень важную психологическую цель (независимо от того, играют на маленьких или на больших воротах), которой часто пренебрегают. Игроки учатся ответственности за развитие игры. Они стараются осознать и преодолеть чувство риска. В противоположность всеобщему мнению здесь речь идет о способности, которая помогает игрокам «созреть».

#### 5.4.2.3. – Тренировочные формы вида 2:2.

Игровые формы для игры в парах не являются упражнениями коллективного характера (нужно хотя бы 3 участников команды). Всегда понятно, кому будет делаться передача, а защитникам не представляет особого труда её перехватить. Главной ценностью данного упражнения является осознание игроком, стоящим в позиции помощи, того факта, что, если он хочет, чтобы партнер сделал

ему точную передачу, он должен в нужный момент времени так поменять скорость и направление своего движения, чтобы открыться и не дать противнику перехватить эту передачу.

Действительно то, что упражнения 2:2 требуют очень интенсивной физической отдачи, поэтому их можно вводить в занятия по атлетической подготовке игроков. Схема 2:2 может применяться как разновидность «интервальной» тренировки в игровых ситуациях.

В такой тренировочной форме ограничение числа касаний мяча не имеет особого смысла.

Если принять во внимание предыдущий ряд упражнений, то можно подобрать тренировочные модели, подходящие под схему 2:2. Мы предлагаем лишь следующее упражнение:

- 2:2 + 2:2.

Оно служит цели, инстинктивного содействия в проведении блокирования (рис. 171). На отмеченной площадке играют одновременно 4 пары игроков: красные против синих, желтые против зеленых. Каждая пара защищает одни ворота и атакует другие. Таким образом, повышается вариативность игры, потому что большое количество игроков, действующих на поле, будет создавать препятствия для игроков с мячом.

Данная ситуация требует проработки до тех пор, пока не удастся хорошо строить игру, обходя все препятствия, возникающие на пути. **Рис. 171.**

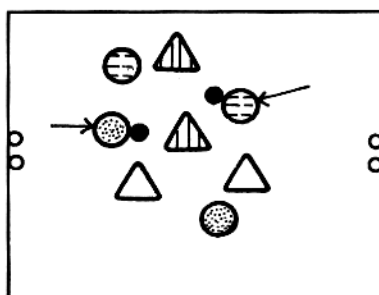


Abb. 171

#### 5.4.2.4. – Тренировочные формы вида 2:1.

При введении схемы 2:1 во всех её вариантах, опираются, как правило, на основополагающую тактическую концепцию: связь дриблинга и передач, как описано в главе 4.

1. 2:1 с целью сохранить мяч.

Здесь речь идет об упражнении, которое, из-за высокой физической нагрузки, следует вводить обдуманно.

2. 2:1 на 1 ворота (рис. 172).

Нападающие игроки могут забивать голы с обеих сторон ворот.

**Рис. 172.**

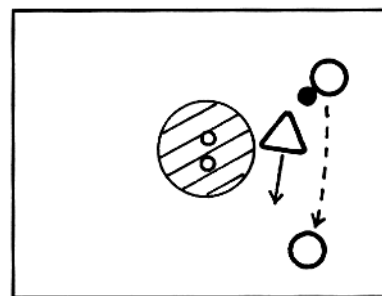


Abb. 172

3. 2:1 с 3 парами игроков (рис. 173).

На прямоугольной площадке устанавливаются 2 ворот. Игроки первой пары А и В – нападающие, один игрок второй пары вратарь С, а другой защитник D. Игроки Е и F – защитник и вратарь у вторых ворот. Цель нападающих атаковать ворота, проводя по одному удару по одним воротам.

Через некоторое время группы игроков меняются местами. Целью этой тренировочной формы является дать возможность нападающим проводить атаки ворот, обыгрывая защиту.

4. 2:1 + вратарь.

Вратарь Р защищает ворота стандартного размера. В штрафной площадке отмечена квадратная зона (как показано на рисунке 174). Оба нападающих (Аи В) должны войти в эту зону, прежде чем они обыграют защитника Z и нанесут удар по воротам. Выполнение этого упражнения требует решительности и хорошего чувства времени – двух качеств, которые просто необходимы в построении игры, особенно у ворот противника. Кроме того, речь идет о тренировочной форме, которая

годится для немедленной критики со стороны тренера, т.е. предоставляется возможность для обратной связи.

Рис. 173.

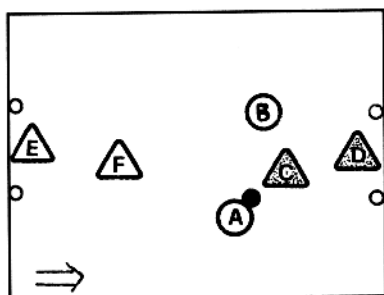


Abb. 173

Рис. 174.

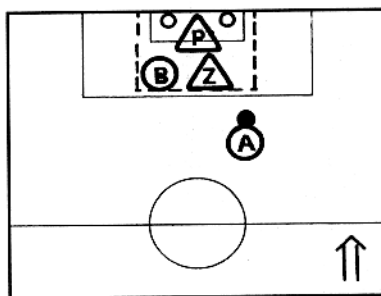


Abb. 174

#### 5.4.2.5. – Игры командами, состоящими, как минимум, из 4 игроков.

Тренировочные формы 4:4, 5:5, 6:7 и т.д. существенно отличаются от предыдущих. Они относятся к другой категории упражнений. Игра 3:3 является универсальной тренировочной формой, позволяющей проводить игру во всех направлениях и понять границы менталитета современного футбола, а также активизировать области задач.

А вот уже в игре 4:4 возникает необходимость в разделении игроков на звенья с различными областями задач, в зависимости от игровых позиций игроков и выполняемых ими функций. В этом и есть существенное отличие игры 3:3 от игры 4:4 и т.д. Рассмотренные выше упражнения требуют тактического понимания, они очень интенсивные, но очень обобщенные.

В этих же (4:4, ... 11:11) в ход уже идет тактика: речь идет об упражнениях с высокими тактическими требованиями. Поэтому хотим отметить, что упражнение 3:3 представляет собой интенсивную, необработанную, долго продолжающуюся тренировку ЦНС; по этой причине необходимо это средство систематически вводить в тренировочный процесс.

Чем ближе какие-то соревнования, тем больше нужно вводить упражнений, требующих прогрессивных мыслительных процессов от ЦНС.

Различного рода варианты упражнений вида 4:4, 5:5, 5:6, ... 11:11, 11:12 и т.д. могут вводиться после применения вышеописанных упражнений. Было бы бессмысленно приводить еще упражнения, которые являются подобным «инструментом» для достижения той же цели.

Кроме того, очень важно определиться с концепцией, по которой будет проводиться увеличение количества игроков в командах во время тренировочных упражнений (начиная с 3) и планированием их функций. Это означает, что также повышается уровень стратегических требований<sup>23</sup>.

#### 5.4.2.6. – Сосредоточение важнейших средств при адаптации или создании новых тренировочных форм.

##### а) Играть в меньшинстве или большинстве?

Это зависит от потребностей (в планировании или в сопутствующих материалах) введения комплексных или простых игровых ситуаций на основе анализа последней из зачетных игр.

##### в) Ворота.

Возможно вводить игры с использованием стандартных ворот, с вратарями или без, маленьких ворот (3м) или мини ворот (80см – 1м). Можно также вводить правила, позволяющие забивать голы в ворота с двух сторон, или даже с трех, если сделать ворота треугольными, так получится больше направлений для построения игры (рис. 175).

Не всегда обязательно играть с 2 воротами, можно играть в одни ворота, а также с использованием 3, 4 и т.д. ворот.

<sup>23</sup> Стратегия не имеет ничего общего с тактической импровизацией или стереотипными формами поведения. В общем, она есть применение тактических принципов, и способствует их правильной интерпретации в игровых ситуациях.

В качестве примеров приводим следующие упражнения.

- 5:5 на одних воротах (рис. 176).

Защищающаяся команда, если она завладела мячом, или выходит из штрафной площадки, или делается передача одному из игроков за пределы этой зоны, чтобы получить «разрешение» на атаку ворот.

**Рис. 175.**

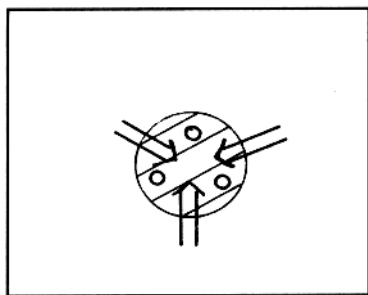


Abb. 175

**Рис. 176.**

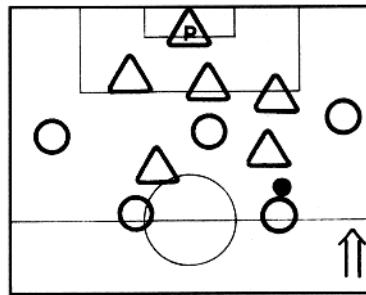


Abb. 176

- 4:4 в одни треугольные ворота (рис. 177).

Одна команда атакует, а другая защищается.

**Рис. 177.**

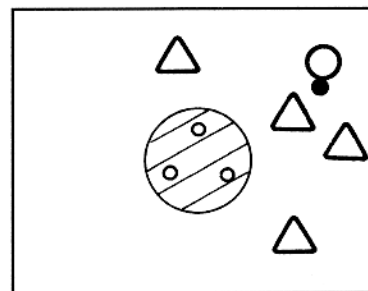


Abb. 177

- 5:5 с 2 треугольными воротами (рис. 178).

Каждая команда защищает одни ворота и атакует другие. Ворота находятся в центральной части поля. В крайних помеченных зонах действуют правила положений вне игры.

- 8:6 с 3 воротами (рис. 179).

Команда, находящаяся в большинстве, защищает 2 маленьких ворот, стоящих на линии. Их противник (6 игроков плюс вратарь P) защищают стандартные ворота. Это упражнение делает удобным изучение проведения контратаки (касается команды из 6 игроков) на половине поля, а для команды, играющей в большинстве, облегчается выбор правильного момента и правильного позиционирования для проведения агрессивного прессинга.

**Рис. 178.**

**Рис. 179.**

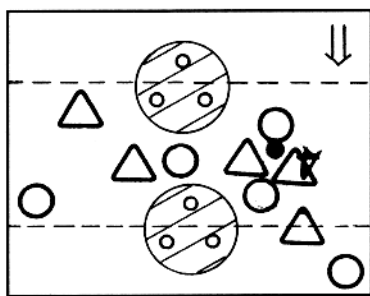


Abb. 178

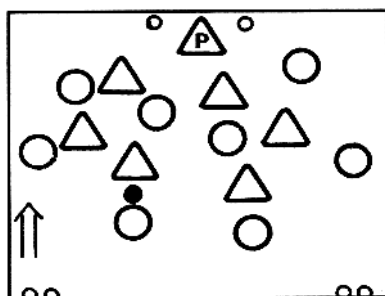


Abb. 179

с) *Ограничение касаний по мячу.*

Речь идет о простом практичном средстве, требующем совместных действий в игре. Оно выражается тремя формами: игра сходу, игра в два или в три касания. Опыт показывает, что наиболее удобным является играть в два касания, потому что есть возможность обработать мяч и оценить обстановку, а потом сделать результативную передачу. Естественно, что игра в три касания может быть еще легче, но тогда может быть уже поздно делать передачу туда, куда задумывал.

Игра сходу в одно касание является самой сложной, потому что тяжело будет обыграть противника и сделать точную передачу. Как уже говорилось выше, это может привести к хаотичным и необдуманным действиям. Эта игровая форма должна быть ограничена во времени и вводиться тогда, когда игроки к этому готовы.

д) *Оборудование, необходимое для игры.*



С тактической и физической точек зрения целесообразно применять во время тренировок разные мячи. Во время тренировочных игр можно играть одновременно двумя или несколькими мячами, что соответствует умножению вариантов игры. Благодаря определенным запросам, требуется способность к оценке игровых ситуаций и их обработке за как можно кратчайший промежуток времени. Вспомним об описанном выше канале мощности и наблюдениях, касающихся оптимальной нагрузки.

Игра двумя или более мячами может сделать игру разнообразной и вариативной. Оказывается, что в определенной социальной, тактической и эмоциональной среде – это эффективное тренировочное средство, которое может также и послужить поводом, или даже основанием, для создания пучины на поле. Мяч, как игровое средство, может быть заменен на<sup>24</sup>:

- *Теннисный мяч.* Здесь речь идет о таком методе игры, который, который делает игру более «жидкой», потому что такой мяч очень тяжело держать под контролем, а, значит, и труднее вступать в схватку один на один. Таким образом, прессинг будет еще эффективнее.

- *Мяч для регби.* Очевидно, что игра в этом случае будет еще более непредсказуемая, что повышает ценность тренировки с психической и тактической точек зрения. Командам приходится действовать по определенной концепции, которая предусматривает создание конфузов.

е) *Изменение формы и размеров игрового поля.*

При помощи фишек, флажков и т.д. можно изменять параметры игрового поля, чтобы оно соответствовало специфическим формам.

Если мы специально хотим улучшить построение игры в некоторых зонах поля, то нам нужно изменить параметры поля. На рисунках 180 и 181 показаны варианты форм игрового поля, при применении которых улучшается построение атаки на флангах и в центре поля.

**Рис. 180.**

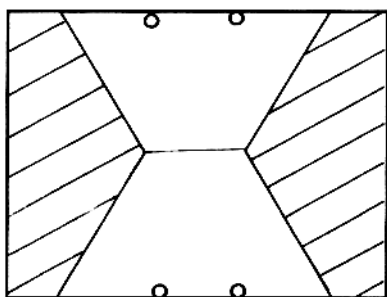


Abb. 180

**Рис. 181.**

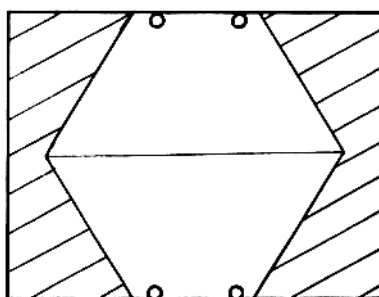


Abb. 181

Кроме того, можно разграничить игровое поле, по принципу следующих возможностей применения.

-  $3:3+1:1+1:1$  (рис. 182). В центральной игровой зоне перемещаются 3 игрока (не 2 и не 4, потому что это может спровоцировать свободный удар). Во фланговых зонах, наоборот, разрешено атаковать одному.

<sup>24</sup> Такое применение дает, с технической точки зрения, много возможностей. Аргумент исходит из постановки целей предполагаемых действий.

**Рис. 182.**

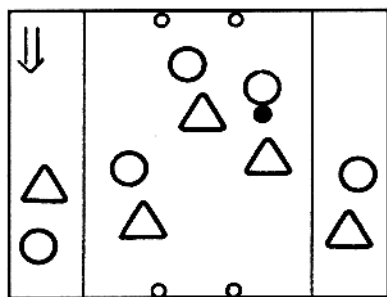


Abb. 182

**Рис. 183.**

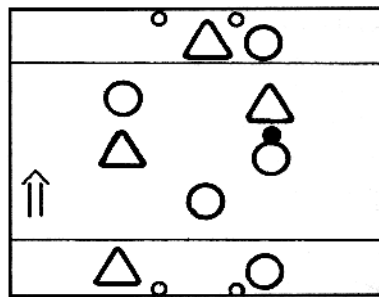


Abb. 183

-  $3:2+1:1+1:1$  (рис. 183). Единственное отличие от предыдущего упражнения заключается в том, что теперь поле разделено горизонтально.

-  $3:3+3:3$  (рис. 184). Область действия проходит поперек поля.

- 3:3+2:2 (рис. 185). С квадратом в центре.

Применение этих последних игровых форм с выделенными зонами имеет особое значение для тренировочного процесса. Они ограничивают тактико-пространственную свободу действий, поэтому нужно осознавать важность их в отношении игры в целом. Кроме того, они помогают психологически (если их применять в нужный момент и не очень долго) оценить и изучить «свободу движений» на обычном поле во время обычной игры.

Рис. 184.

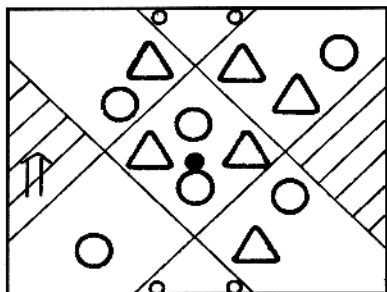


Abb. 184

Рис. 185.

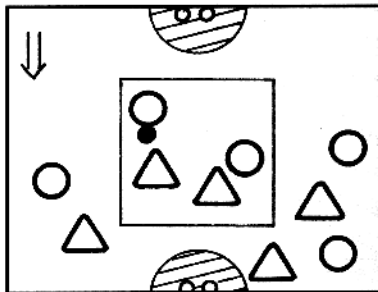


Abb. 185

ф) *Применение различных цветов.*

Разделение команды при помощи манишек разных цветов на три или даже четыре части помогает во время тренировок создавать новые функции и полномочия для игроков. Это представляет собой систему, в которой игроки должны разрабатывать для себя новые параметры тактических и психических действий. К приведенным ранее примерам добавим еще один пример тренировочной формы для этого контекста.

- 6:6 в 4 цветах (рис. 186).

Команда А: 3 красных и 3 синих.

Команда В: 3 желтых и 3 зеленых.

Число касаний мяча ограничено тремя. Играют таким образом, что игрок имеет право сделать передачу только игроку другого цвета из своей команды, но не игроку в манишке такого же цвета.

г) *Называние имен.*

Мы придерживаемся мнения, что это очень эффективный способ, хотя и банальный. На практике упражнения с называнием имен и последующим выполнением передачи проводятся, как правило, когда игроки стоят в кругу.

Ясно, что такое упражнение нужно проводить с ограничением числа касаний по мячу. Если игрок с мячом назовет имя партнера позже, чем сделает ему передачу или отдаст мяч другому игроку, то игра начинается снова. Таким образом, игроки вынуждены обдуманно проводить как психические, так и тактические действия; кроме того, они должны дополнительно проводить обработку информации (знать и называть имена), что активизирует и развивает стратегический ход мысли.

н) *Ограничение времени.*

Здесь речь идет о системе создания эмоциональных ситуаций, похожих на типичные соревновательные (если стоит задача выиграть или проиграть, а до конца игры осталось меньше 10 минут). Тренировка в таком случае будет рассматриваться как настоящая игра.

- 6:6 с ограничением времени (рис. 187).

Игра проводится на коротком, но широком поле; одна команда защищает стандартные ворота, а вторая 2 маленьких ворот, поставленных по углам на линии поля.

Рис. 186.

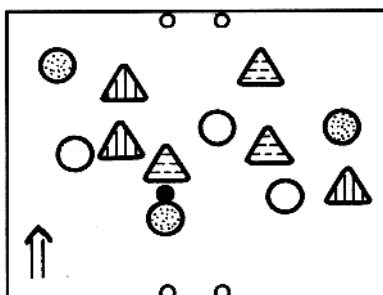


Abb. 186

Рис. 187.

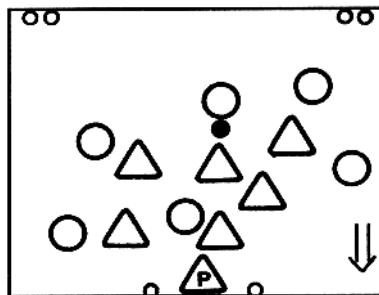


Abb. 187

Сначала играют два тайма по 12 минут (со сменой ворот), затем по 3 минуты, и, наконец, два тайма по 1,5 минуты.

і) *Какие еще критерии принимаются во внимание при создании новых тренировочных форм?*

Главная проблема заключается в том, чтобы создать такие игровые комбинации, чтобы в них были сбалансированы нагрузки по обработке данных по отношению к общему планированию.

Поэтому предлагаем следующие интересные тренировочные формы:

- *Футбол-регби*. Разрешено «останавливать» игроков корпусом, как часть игры, не акцептируя историю.

- *3:3 на поле, обнесенном забором*. Игроки играют 3:3 на площадке, которая со всех сторон огорожена забором или стенами (спортзал) (рис. 188). Игра представляет собой разновидность тренировки способностей выносливости и концентрации; также она дает высокую физическую нагрузку и должна приниматься во внимание в период подготовки.

- *С тактической сутью*. Игроки преимущественно 6:6, а для построения атаки применять только забегания (перекрещивания, вертикальные позиции помощи и т.д.)

- *С покиданием игрового поля*. Ограничено число касаний мяча. Каждый раз, когда игрок с мячом сделал передачу, он должен выйти за пределы поля. Таким образом, построение игры происходит неотточено и вертикально. Этот вид тренировки может быть построен выгодно, если команда уже владеет коллективной игрой, но еще испытывает трудности с забиванием голов, потому что слишком тяжело играть. **Рис. 188.**

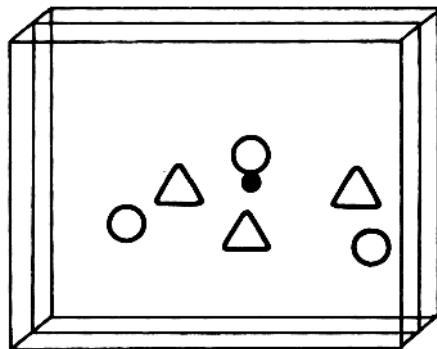


Abb. 188

- *Однократное владение мячом*. В этом случае тоже надо ограничить число касаний мяча. Запрещено давать мяч игроку, у которого он уже был. Но эти игроки имеют право обороняться и опять выдвигаться вперед, если они отобрали мяч у противника. Это позволяет развивать у футболистов проведение заранее обдуманных действий.

#### 5.4.2.7. – Упражнения модельного характера.

Эти упражнения отличаются от других, потому что как цели, так и средства для их достижения в них известны с самого начала.

До тех пор, пока их не станешь выполнять на отлично, они имеют какой-то тренировочный эффект. Их постоянное повторение выше определенных рамок имеет конпродуктивный эффект.

Эти тренировочные формы, к тому же, не столь продуктивны, сколько игровые формы тренировки. Поэтому на их применение должна быть определенная «дозировка».

По этой причине мы представляем только те упражнения модельного характера, которые репродуцируют основные механизмы командной игры.

*Тренировочные формы для действий в парах (первичная цель).*

1. *Диагональные передачи при движении по прямой с одним или двумя касаниями мяча* (рис. 189). (Упражнение выполняется с двумя касаниями по мячу, если преследуется цель научить игрока чувству времени, т.е. чтобы он отдавал передачу партнеру только тогда, когда оценит обстановку и выберет нужный момент).

Целью передачи должны быть не ноги партнера, а давать нужно вперед по ходу движения.

- *Первый вариант: Занятие позиции помощи благодаря перемещению на фланг* (рис. 190). Игрок без мяча сначала приближается к игроку с мячом, но потом резко меняет скорость и направление движения, двигаясь от него.

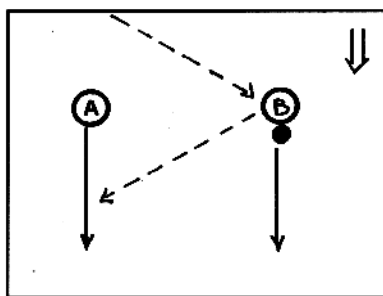


Abb. 189

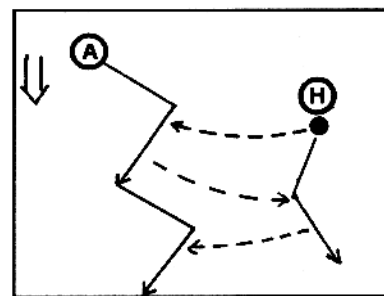


Abb. 190

Игрок с мячом должен сразу же сделать ему передачу, как только он поменял направление движения. Такой маневр необходимо совершать, чтобы быть открытым для получения передачи.

- *Второй вариант: Занятие позиции помощи благодаря движению напротив* (рис. 191). Занятие позиции помощи будет производиться практически так же, как и в предыдущем примере, при помощи изменения направления и скорости движения. Как мы видим на рисунке, игрок А сначала движется навстречу игроку с мячом, чтобы открыться, а потом уже движется в противоположном направлении, чтобы получить передачу.

2. Игра в стенку с последующим ударом по воротам (рис. 192).

Рис. 191.

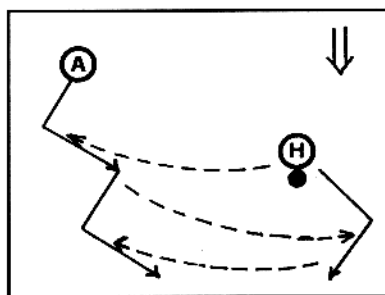


Abb. 191

Рис. 192.

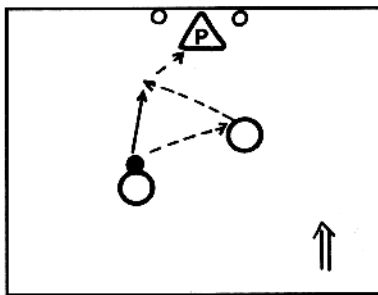


Abb. 192

3. Игра с перекрещиваниями (рис. 193). Важно, чтобы получателя передачи прикрывал его партнер, который эту передачу и делал.

- *Первый вариант. Выполнение передач с перекрещиванием и двумя игроками противника, которые играют на закрывание противника* (рис. 194). Запланированное блокирование.

Рис. 193.

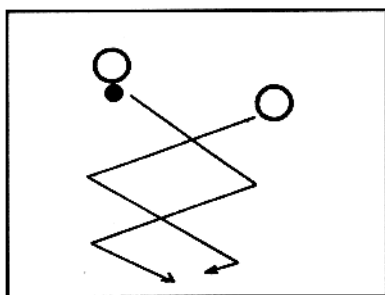


Abb. 193

Рис. 194.

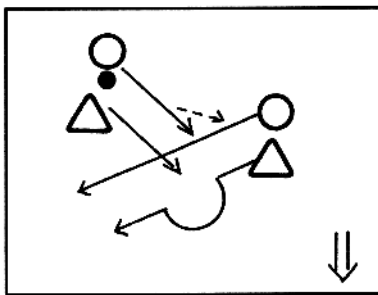


Abb. 194

- *Второй вариант. Перекрещивание в глубине зоны со сменой направления движения* (рис. 195).

- *Третий вариант. Проведение упражнения практически то же самое, что и в предыдущем упражнении, только 2 защитника выполняют контролируемую оборону, позволяющую применение блоков.*

4. *Передачи в глубину пространства в форме «дождевого червя»* (рис. 196).

Игрок В движется прямо, получает мяч, после этого останавливается и делает передачу игроку А, который движется по своей линии. Далее все повторяется в том же духе.

**Рис. 195.**

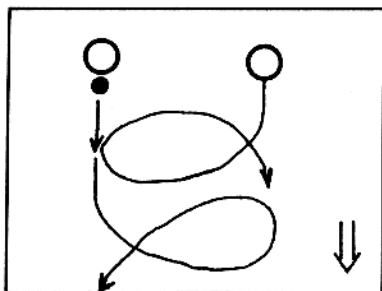


Abb. 195

**Рис. 196.**

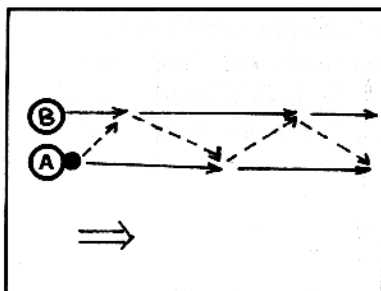


Abb. 196

5. Сделать передачу и занять позицию помощи (рис. 197). Игрок А всегда играет по прямой, а игрок В по диагонали. Как игрок А, так и игрок В перемещаются по своим линиям.

6. Передача и забегание (рис. 198). Главное значение имеет изменение направления движения и изменение скорости.

**Рис. 197.**

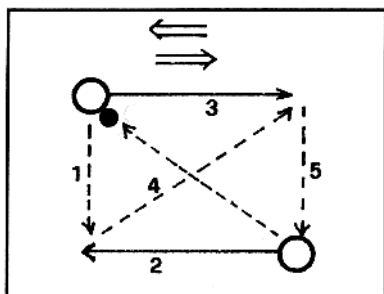


Abb. 197

**Рис. 198.**

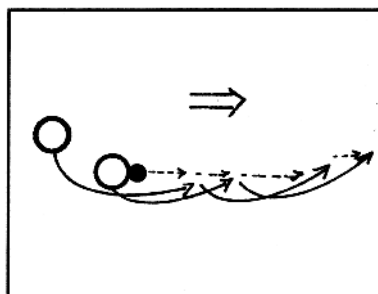


Abb. 198

7. (Рис. 199). Игроки парами становятся один за другим, но в две линии. Когда они делают передачи друг другу, то они должны меняться позициями. Для того чтобы это упражнение получилось, необходимо, чтобы не прерывалось движение мяча при проведении передач и смене позиций.

**Рис. 199.**

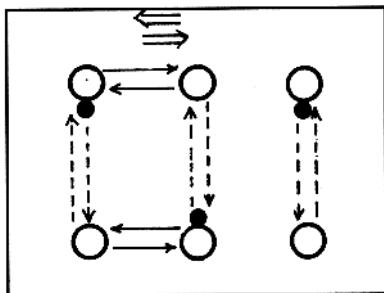


Abb. 199

Тренировочные формы для троих, где два игрока атакуют, а третий обороняется.

1. Горизонтальный блок (рис. 200).

2. Вертикальный блок (рис. 201).

**Рис. 200.**

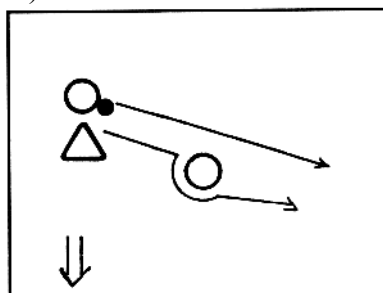


Abb. 200

**Рис. 201.**

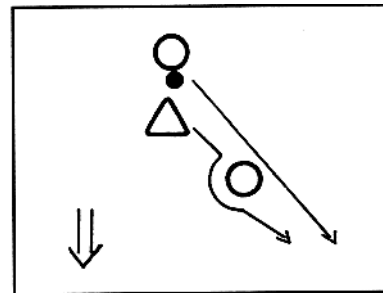


Abb. 201

3. Занятие позиции помощи на слепом, невидимом для защитника, фланге (рис. 202).

4. Занятие позиции помощи по диагонали (рис. 203).

Рис. 202.

Рис. 203.

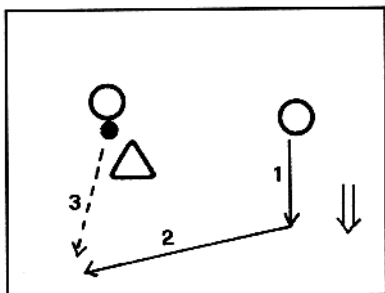


Abb. 202

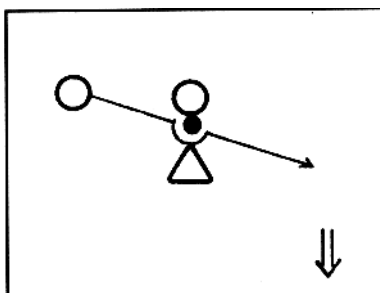


Abb. 203

5. Пересечение с поворотом и занятие позиции помощи (рис. 204).

Тренировочные формы для 3 игроков команды.

1. Сделать передачу и последовать за мячом, в одну линию (рис. 205).

Рис. 204.

Рис. 205.

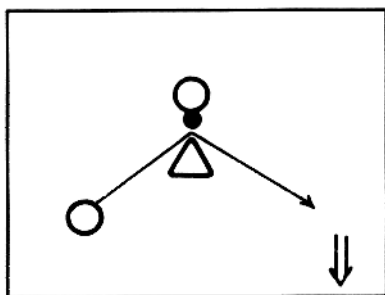


Abb. 204

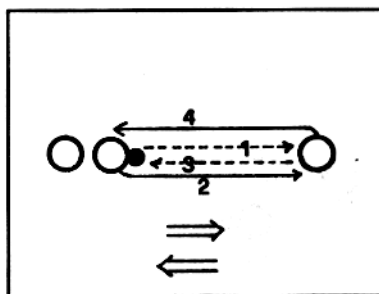


Abb. 205

2. «Переплетение» троих с забеганиями (рис. 206).

3. «Переплетение» троих с перекрещиваниями (рис. 207).

Рис. 206.

Рис. 207.

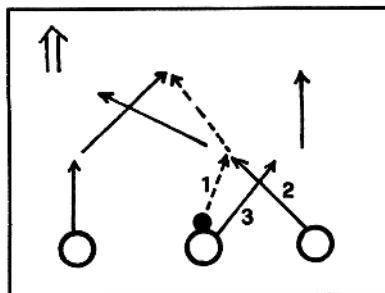


Abb. 206

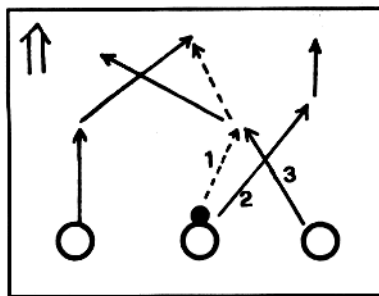


Abb. 207

4. Занятие позиции помощи при помощи двойного забегания (рис. 208). Мяч получает игрок, совершающий второе забегание. Рис. 208.

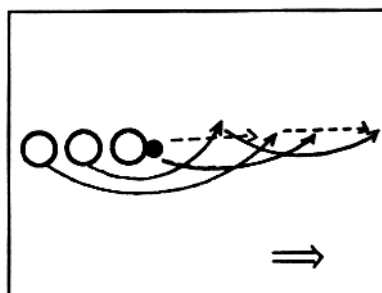


Abb. 208

5. Постоянные позиции помощи с перемещениями на фланг (рис. 209).

6. Постоянные позиции помощи с перемещениями в центр (рис. 210).

Рис. 209.

Рис. 210.

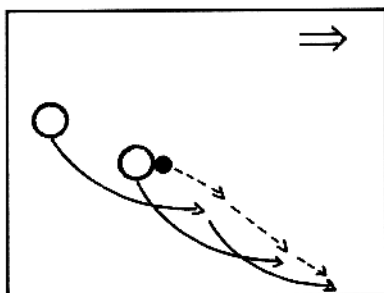


Abb. 209

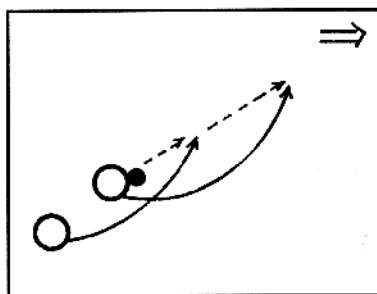


Abb. 210

Тренировочные формы для схемы 3 против 1 защитника.  
(Создание свободного пространства как вторичная цель).

1. Игрок А движется с фланга в центр, «тянет» за собой защитника противника, который его закрывает (действие 1), а игрок В выдвигается в освободившуюся зону (второе действие) и получает мяч от партнера (рис. 211).

2. (Рис. 212) В противоположность предыдущему примеру, игрок А выдвигается из центра на фланг и манит за собой игрока противника (действие 1), а игрок В выдвигается в освободившуюся зону в центре и получает там мяч (действие 2). Рис. 211.

Рис. 212.

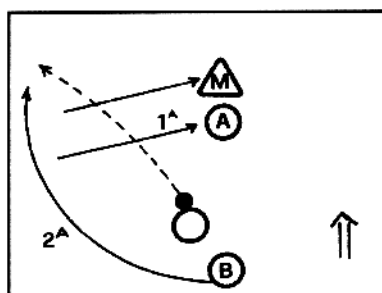


Abb. 211

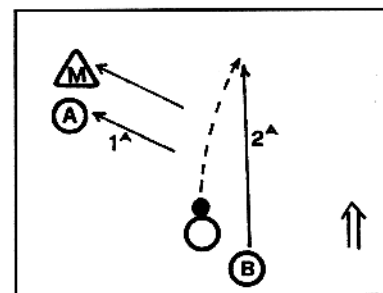


Abb. 212

3. Создание свободного пространства по вертикали (рис.213). Игрок В движется в направлении своих ворот, маня за собой защитника противника М (действие 1), а игрок А в это же время выдвигается вперед в освободившуюся зону (действие 2).

Передачу игроку А нужно сделать до тех пор, пока он не попал в положение вне игры.

Рис. 213.

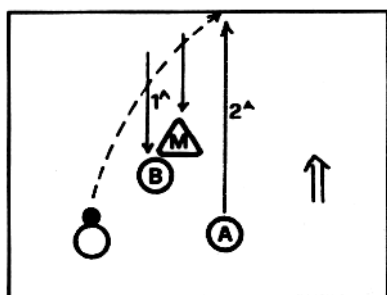


Abb. 213

Упражнения для 4 игроков.

1. Сделать передачу, а потом забегание (рис. 214). Игроки А, С и D движутся по кругу, по очереди делая передачи игроку В, который стоит на месте, и делая забегания за него.

2. (Рис. 215) Игроки А, В, С и D выстраиваются квадратом и перемещаются вперед, сохраняя эту форму построения. Находящиеся позади игроки А и В делают передачи вперед игрокам С и D, а те оттают им передачи назад, но уже поперек поля. Это упражнение учит игроков следить за своим перемещением и за действиями партнеров, а также контролировать сразу два мяча.

Рис. 214.

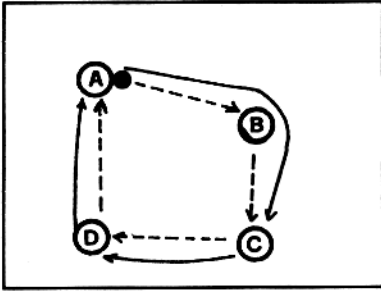


Abb. 214

Рис. 215.

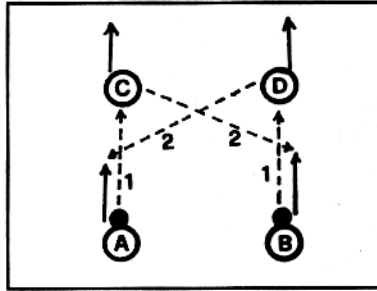


Abb. 215

Представленные нами модели представляют собой простой методический эскиз. Благодаря комбинированию их вариантов можно разработать все тренировочные примеры<sup>25</sup> (используя усложнения в построении игры, а также ограничения для игроков во времени и в пространстве), необходимые для ведения тренировочного процесса.

<sup>25</sup> Слово «примеры» в данном контексте направлено на совместную работу, а не на действия, направленные на одну игровую ситуацию.

В заключение разговора по этому поводу хочется лишь отметить, что, применяя эти тренировочные формы, можно вводить варианты и с обязательным нанесением удара по воротам в конце разыгранной комбинации. Во время игры редко бывает, что у одного и того же игрока бывает несколько похожих возможностей для взятия ворот противника. По этой причине, нужно так планировать тренировки, чтобы прорабатывать с командой как можно больше вариантов ситуаций по взятию ворот, чтобы игроки могли использовать эти варианты в игре. Это значит, что нужно создавать предпосылки для того, чтобы игроки были в состоянии одинаково атаковать ворота противника, как в самом начале игры, так и в конце, когда они уже устали. Но если мы во время тренировки заставим игроков целый час бить по воротам, то можно быть уверенным в том, что во время игры им будет трудно это сделать. Это говорит о том, что тренировочные формы нужно вводить систематически, но так, чтобы они не сбивали тренировочный ритм.

### 5.4.3. – Тренировка игры в обороне: упражнения.

Это очевидно, что описанные выше методические формы, касающиеся построения игры, имеют такую же ценность, что и упражнения для обороны. Кроме того, следует заметить, что часть тех упражнений можно использовать и для обороны.

Но главный акцент нужно делать на то, что атака должна всегда быть творческой, а оборона адаптивной. Это значит, что любые оборонительные действия должны подстраиваться под изменяющиеся ситуации обороны. По этой причине невозможно представить упражнения чисто оборонительного характера. Тренировка оборонительных действий может проходить только при помощи применения ситуаций по построению атаки. Так мы уже говорили выше о том, как вести себя игрокам в момент нападения противника.

Поэтому дидактика обороны должна всегда прорабатываться, основываясь на игровых ситуациях. К тому же, тренировка оборонительных действий отличается от тренировки построения игры целенаправленностью, где цели определены с самого начала, а в нападении они определяются в зависимости от ситуации.

Мы опираемся на оборону с закрыванием пространства, потому что она основывается на совместной работе и, одновременно с этим, связана с построением нападения.

В этом контексте также наиболее удобным для выполнения упражнения числом игроков является 3. По этой причине первым упражнением, которое мы предлагаем, будет упражнение для команд, состоящих из трех человек.

- 3:3 Упражнение на «остановку мяча» в квадратном поле. Трио обороняющихся игроков своими совместными действиями должно пытаться действовать так, чтобы нападающей команде не оставалось места для построения атаки. Защитники должны:



а) В зависимости от ситуации решать, кто будет атаковать игрока с мячом.

в) Закрывать игроков противника, находящихся в позициях помощи для игрока с мячом. Если ограничить число касаний мяча, то защитникам будет немного легче выполнять свою работу. Вводить упражнения 3:3, когда близится начало чемпионата, нужно с определенной целью. Эта цель должна быть направлена на оборону и последующее построение атаки.

- *Первый вариант. 3:3 с выдвинутым вперед центральным защитником А, который первым атакует противника с мячом (рис. 216).*

Оба оставшихся на флангах защитника пытаются в определенный момент удвоить закрывание противника с мячом.

- *Второй вариант. 3:3 с выдвинутыми вперед защитниками, находящимися на флангах (рис. 217).* Центральный защитник проводит удвоение закрывания противника.

**Рис. 216.**

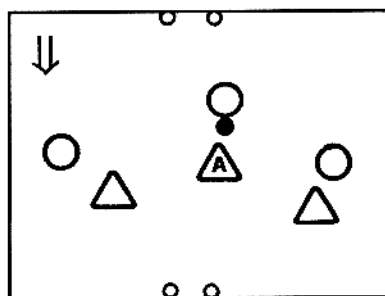


Abb. 216

**Рис. 217.**

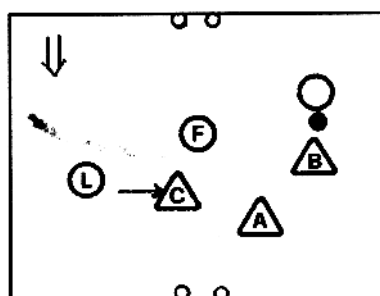


Abb. 217

Конечно, третий защитник, который не участвует в закрывании противника с мячом, должен страховать своих партнеров. Нужно обратить внимание на то, что в то время, когда закрыт игрок F, игрок L остается открытым (оборонительная антиципация), хотя он и находится в красной зоне. Интуиция может подсказать, что такие тренировочные формы подходят как для изучения обороны, так и для прессинга.

- *Третий вариант. 3:3 с 4 маленькими воротами по углам площадки*

(рис. 218). Таким образом, проводится построение игры на флангах, а защитники, вследствие этого, предпринимают проведение прессинга и сужения пространства для противника.

- *Четвертый вариант. 3:3 в манишках двух цветов: один игрок в красной и два в синих манишках, на основе выполняемых ими функций* (рис. 219). Нужно обратить внимание на то, что методика выполнения данных упражнений отличается от методики предыдущих упражнений.

Несмотря на это, индуктивно<sup>26</sup> преследуются те же самые цели. Практика показывает, что игрокам во время игры не «привязывается» определенная диспозиция для выполнения определенных функций.

**Рис. 218.**

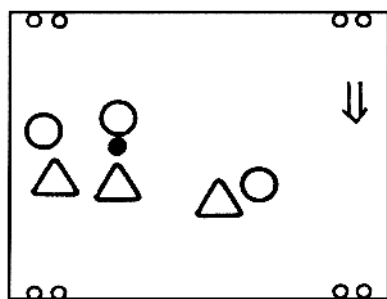


Abb. 218

**Рис. 219.**

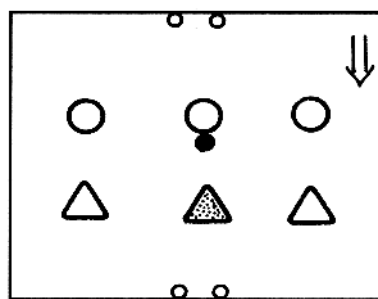


Abb. 219

- *Пятый вариант. Один игрок закрывает игрока с мячом, а остальные действуют по ситуации.* Для этого варианта упражнения выбрано такое же положение игроков, как и в первом варианте тренировочной формы 3:3 на рисунке 216.

- Шестой вариант. Оба игрока в синих манишках по очереди закрывают игрока с мячом, а третий игрок в красной манишке проводит удвоение закрывания. Если так распределить задачи игроков, то автоматически получится схема, показанная на рисунке 217.

С точки зрения правильности введения тренировочных форм 3:3, то их нужно вводить в связи с критериями функций перед выполнением схематических упражнений, требующих определенного расположения на поле <sup>27</sup>.

<sup>26</sup> В англосаксонской терминологии этот метод обозначает «решение проблемы».

Последние нужно применять для облегчения достижения определенных целей. Не нужно их смешивать.

#### 5.4.3.1. – Ограничение пространства.

Защитники должны быть приучены действовать как на большом поле, так и в ограниченном пространстве. В первом случае намного легче выполнять свои задачи. При ограничении пространства совместная работа становится потенциально эффективнее, а также легче преодолевается чувство неуверенности у игроков, которые играют в закрывании пространства.

Необходимо практиковать проведение одних и тех же упражнений на площадках разных размеров, сначала на большой, а затем на маленькой.

Кроме того, нужно обращать внимание, в связи с планированием размеров площадки, на то, чтобы защитники использовали пространство, как в ширину, так и в глубину (рис. 220).

Поэтому мы должны пытаться учить этому футболистов, проводя тренировки как на коротких и широких площадках (рис. 221), так и на длинных и узких (рис. 222).

Рис. 220.

Рис. 221.

Рис. 222.

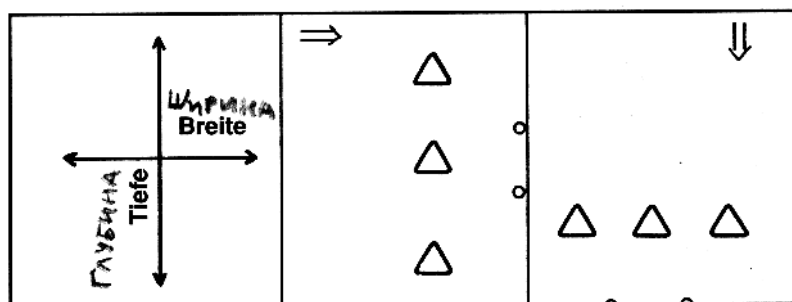


Abb. 220

Abb. 221

Abb. 222

#### 5.4.3.2. – Удвоение закрывания.

Если, с дидактической точки зрения, соблюсти правильную последовательность <sup>28</sup>, то за упражнениями 3:3 следуют упражнения удвоения закрывания, которое является одной из основополагающих целей в, практикующем прессинг, закрывании пространства.

<sup>27</sup> С дидактической точки зрения эта функция является предшествующей, так что её целью является механическая автоматизация определенных действий.

<sup>28</sup> Наша идеальная модель расположения упражнений выглядит таким образом:

- Начинаем мы с глобальных методов.
- Исследуем проблему с аналитической точки зрения.
- Объединяем детали посредством все тех же глобальных тренировочных форм.

Сначала необходимо достичь понимания и изучения тактических основ благодаря проведению обороны в большинстве. Предлагаем для этого следующие упражнения:

1. 2:1 два защитника против одного нападающего. Для этого применяют маленькие ворота, чтобы задать направления для игры (рис. 223). Итак, защитники должны по команде тренера проводить двойное закрывание игрока с мячом, согласно концепции, описанной в главе 4, касающейся сильной и слабой стороны.

2. 3:2 (рис. 224). Это упражнение представляет собой следующий шаг. В этом упражнении тактика удвоения закрывания играет очень важную роль. Возникает необходимость определения, когда

необходимо совершать этот маневр. Вследствие чего чисто тактическое решение проблемы становится вопросом стратегическим. Уже к этому моменту можно вводить методы проведения прессинга, причем, как мы знаем, фаза позиционирования отличается от агрессивной фазы.

**Рис. 223.**

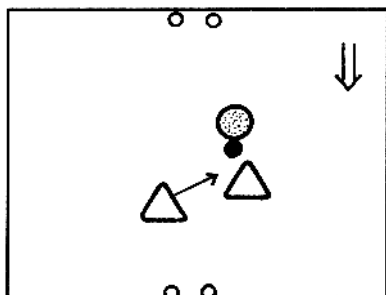


Abb. 223

**Рис. 224.**

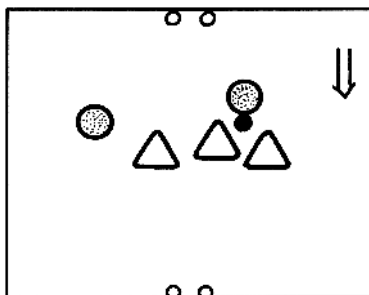


Abb. 224

3. Схема 2:2, в противоположность общепринятой точке зрения, является следующей в ряду сложности после схемы 3:2. Естественно, тогда становится намного сложнее проводить агрессивную фазу прессинга (повышается уровень сложности стратегического характера), потому что совершенные ошибки по выбору нужного временного момента сказываются сильнее, чем в игре по схеме 3:2. Каждому нужно будет удерживать по игроку противника, и это дидактически очень важно.

4. 2:3. Эта игра представляет собой упражнение действий в сложной ситуации (рис. 225), потому что еще больше повышается уровень сложности в проведении прессинга противника, по сравнению с предыдущими играми. **Рис. 225.**

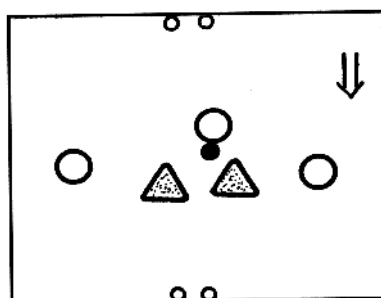


Abb. 225

#### 5.4.3.3. – Игровые формы для команд, состоящих из 4 и более игроков.

Как и в тренировочных формах, для команд с численностью более 3 игроков, по созданию свободного пространства, необходимо применять командную концепцию оборонительных задач. Необходимо устанавливать области задач и функции отдельных игроков.

1. Схема 4:4 может использоваться в двух различных целях. С одной стороны она служит в качестве специфической тренировки звена защиты, состоящего из 4 игроков. С другой стороны она может применяться для определения взаимодействия игроков из соседних звеньев команды (защита – полузащита, полузащита - нападение).

2. 4:2 (рис. 226). На квадратном поле устанавливают 2 маленьких ворот. Речь идет об облегченной форме упражнения, когда защитники могут уверенно перемещаться и создавать удвоение закрывания противника. Это дает возможность направить все внимание на аспекты совместной работы, а также делает возможной разработку новых игровых моделей. Так осуществляется быстрое и правильное обучение, потому что игроки не отвлекаются и не должны думать о других тактических требованиях. **Рис. 226.**

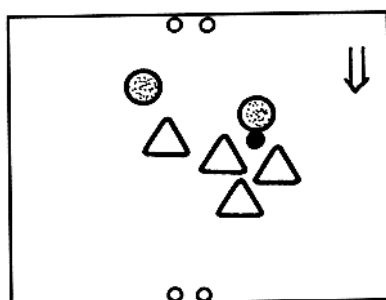


Abb. 226

3. 3 команды по 2 игрока на 1 ворота (рис. 227). Эта ситуация схожа с уже описанным выше упражнением построения игры, разница лишь в том, что там было не три, а две команды. Из трех команд одна, которая владеет мячом, должна противостоять двум защищающимся командам. Ход игры предполагает постоянную смену команд местами; эта совместная работа направлена на улучшение действий в обороне.

4. 4 + вратарь против 3. Это упражнение проводится на прямоугольном поле (рис. 228), где 4 защитника + вратарь защищают стандартные ворота. Игроки противника (3 нападающих) пытаются проводить прессинг. Они должны защищать 2 маленьких ворот, находящихся на линии игровой площадки по углам. Задача 4 защитников противостоять прессингу противника и стараться построить контрнаступление по флангам. **Рис. 228.**

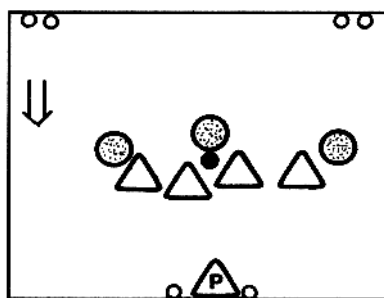


Abb. 228

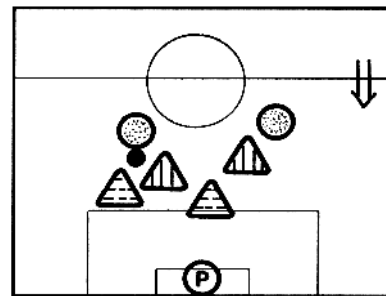


Abb. 227

5. 4 + вратарь против 5 и 4 + вратарь против 6 (рис. 229а и в). Эти тренировочные формы служат в этом контексте в основном требованиям звена защиты и вратаря, которые действуют в меньшинстве. Речь идет о комплексном упражнении, которое применяется, как правило, когда команда обороняется. 6 игроков противника должны защищать 3 маленьких ворот, находящихся на противоположной линии поля, а также должны стараться закрывать пространство для 4 защитников, чтобы не дать им начать строить игру. Это делает необходимым внимательное и стратегически правильное ведение прессинга. **Рис. 229а.**

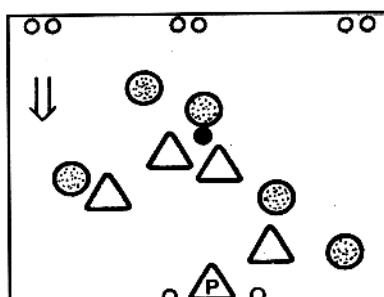


Abb. 229a

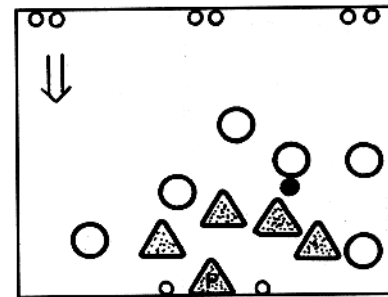


Abb. 229b

6. 5:2 + вратарь. Это упражнение проводят для нападающих и полузащитников (рис. 230). Речь идет о крайне облегченном упражнении, которое позволяет особое внимание уделить интеграции двух полузащитников в переднюю линию прессинга. На рисунке 231 показано то же самое упражнение, только с другим тактическим разрешением: передняя линия прессинга состоит из 2 нападающих и 3 полузащитников. Так можно на поле показать и заучить основные механизмы ступенчатого перемещения и смены позиций, связанных с взаимодействием звеньев команды.

**Рис. 230.**

**Рис. 231.**

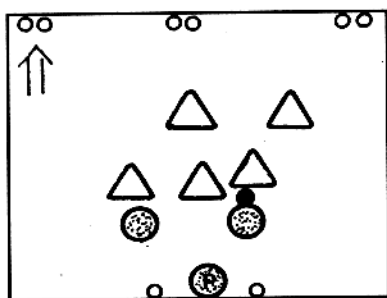


Abb. 230

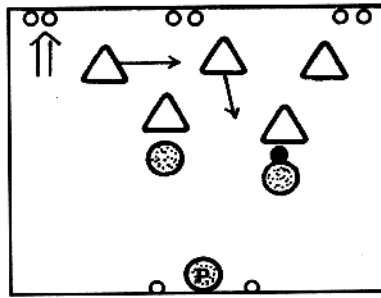


Abb. 231

7. 5:3+вратарь, 5:4+вратарь, 5:5+вратарь, 5:6+вратарь. Это дидактическое представление следующих упражнений, которые затрагивают превентивную защиту и оборону в прямом смысле. Также эти упражнения годятся и для анализа и активизации интеграции между звеньями команды. Упражнение 5:6+вратарь представляет собой сложную ситуацию; речь идет о таком виде тренировки, в котором игроки должны обладать большой силой воли и владеть тактической концепцией.

#### 5.4.3.4. – Тренировочные формы для команд, состоящих из 7 – 13 человек.

В этих упражнениях можно улучшить совместные действия в обороне<sup>29</sup> всех звеньев команды (защита, полузащита и нападение) и применить это на практике. Поэтому для овладения и закрепления тактических основ мы предлагаем тренировочные схемы 7:6, 7:7, 7:8 и 7:9.

Число 7 – это минимум для того, чтобы можно было представить все звенья команды (рис. 232).

Вышеназванные тренировочные схемы служат для изучения основных тактических моментов обороны всей команды. **Рис. 232.**

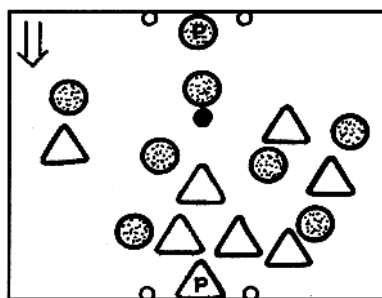


Abb. 232

Важно программировать заранее размеры поля, необходимого для того или иного упражнения, потому что это влияет на правильность тактических действий игроков. Если поле длинное и узкое (рис. 233а), то команда может занять позиции, руководствуясь обычным исходным положением. А если же поле будет коротким и широким, то, чтобы закрыть поле по ширине, команде нужно будет перестроиться в две линии (рис. 233в), т.е. игрокам придется занять новые позиции в построении команды.

С повышением числа игроков в командах (8, 9, 10, 11) упражнение будет все больше приобретать вид настоящей соревновательной игры.

<sup>29</sup> Необходимо вспомнить, что подобные «признаки» для понимания действий в футбольной обороне (закрывание пространства - прессинг) находятся в противоположности к традиционным концепциям. Оборона обладает характеристикой представления реакции на нападение противника, которая уже не является пассивной, а уже стала предприимчивой, в какой-то степени похожей на наступательные действия.

**Рис. 233а.**

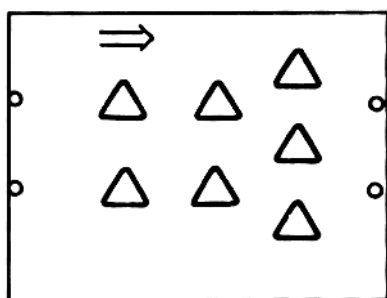


Abb. 233a

**Рис. 233в.**

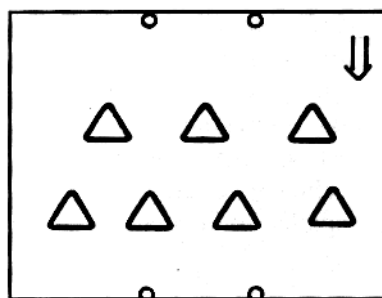


Abb. 233b

Не следует упускать из виду то, что если хочешь создать тактическую ситуацию с высокими требованиями и высоким ритмом выполнения, то нужно просто играть в меньшинстве (11:12, 11:13). Таким образом, параметры совместной работы являются как во время игры чемпионата, а требования к обработке информации повышаются.

Так как речь идет об игре в обороне, то здесь существует намного меньше вариантов, чем для игры в нападении. В основном принято варьировать следующие величины:

1. Число человек в команде (большинство или меньшинство).
2. Размеры игрового поля.
3. Число и размеры ворот.
4. Число и размеры мячей.
5. Определение индивидуального или связанного с командой гандикапа, если это будет полезно для совместных действий в обороне.

- Что касается ворот, то можно вводить игры, в которых на каждой стороне поля будут находиться ворота (рис. 234). Таким образом, увеличиваются в несколько раз возможности обработки информации, касающейся «неспецифичных»<sup>30</sup> игровых ситуаций. **Рис. 234.**

<sup>30</sup> Под выражением «неспецифичные» мы понимаем, что с повышением нагрузки в обработке данных варьируется и стратегическая модель. Чтобы избежать появления у игроков неуверенности при больших нагрузках, необходимо вводить эти тренировочные формы лишь в подходящие для этого моменты.

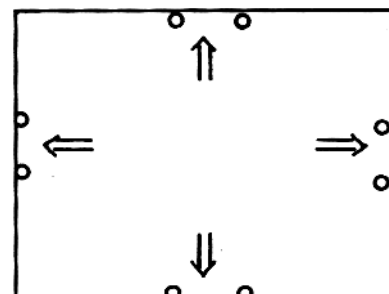


Abb. 234

- 9:12 с 1 треугольными воротами в центре поля и 4 маленькими воротами по сторонам поля (рис. 235). Нужно защищать от противника все стороны треугольных ворот. Поле имеет форму квадрата, а время игры ограничено. Если мяч выходит за пределы поля от игрока защищающейся команды, то нападающая команда начинает игру. Защищающаяся команда может забивать голы во все 4 маленьких ворот. **Рис. 235.**

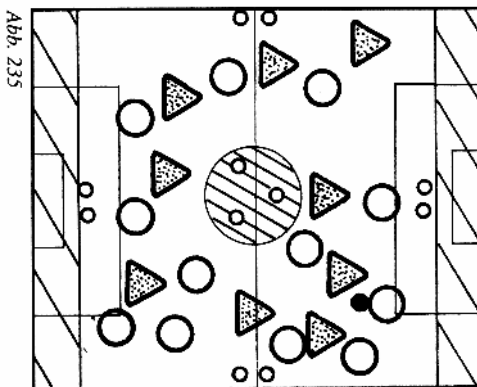


Abb. 235

- 11:11 с двумя мячами одновременно. Естественно, для этого защитникам необходимо вести двойную обработку информации двух одновременных игровых ситуаций. Кроме того, можно сделать так, чтобы играть одним футбольным мячом, а второй заменить теннисным, например, или мячом для регби, тогда будет еще сложнее играть.

#### 5.4.3.5. – Тренировочные формы для предугадывания в обороне.

В игре с закрыванием пространства, где система и организация направлена на перехват передач противника, очень важна тренировка предугадывания. Этому есть две причины. С одной стороны оно представляет собой тактическое решение, а с другой - это способность последовательной обработки информации в игре: мыслительная и моторная антиципационная способность.

Остановимся лишь на двух тренировочных формах для предугадывания, не придавая им такого дидактического прогресса, как в выше описанных упражнениях. Они представляют собой лишь ссылку на то, как нужно репродуцировать на тренировке достижение таких целей.

- 3:3, причем перехватывать передачи противника можно только в том случае, если защитник находится на расстоянии от игрока противника, которому адресована передача, не менее 2м. (рис. 236).

- 1:1 с попытками предугадать действия противника с самого начала игры (рис. 237). Два игрока С и В стоят друг напротив друга и защищают или атакуют 4 маленьких ворот (игровое поле небольшое, 15м в длину). Игра начинается с передачи игрока S. Игроки В и С сидят на земле и смотрят в противоположную сторону. Игрок S бросает мяч, и пока он летит, он подает звуковой сигнал (свистком или кричит), чтобы игроки встали и начали борьбу за мяч. После сигнала игроки В и С, имея в распоряжении по 3 касания мяча, должны попытаться забить друг другу гол. После трех касаний кого-то из игроков игра начинается сначала.

Рис. 236.

Рис. 237.

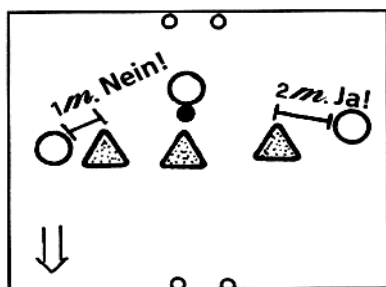


Abb. 236

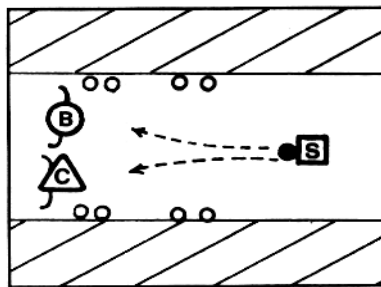


Abb. 237

После того, как игроки поймут и овладеют тактическими действиями в обороне, тактические упражнения модельного характера будут применяться уже редко. В отличие от действий в атаке, где от игроков требуется полное включение творчества и всей своей гениальности, в оборонительной стратегии действия игроков могут и не зависеть от действий противника.

## В качестве заключения.

В заключение своего исследования мы хотели бы пожелать Вам внести свой вклад в прогресс. Это касается не только футбола, но и всех остальных командных видов спорта. На первый взгляд идея исследования развития футбола могла бы внести особый вклад в анализ аффективной, когнитивной, социальной и психомоторной динамики и других видов спорта, таких как баскетбол, гандбол или регби. И это действительно то, чем мы и занимались. Как гласит старинная поговорка: «Рыба не знает, что она находится в воде, потому что она всегда в ней находится».

Что касается действующих лиц, снабжающих футбол использованием новых теорий и методов в совокупности со стереотипами и тактической импровизацией, мы считаем, что они со своими методами, если их направить в нужное русло, могут управлять игроками.

Таким образом, происходит сопротивление зависящего от ситуации менталитета разгулу фантазии, направленной на понимание. Мы не будем скрывать результаты нашего исследования от людей, занимающихся другими видами спорта, а, наоборот, предлагаем свои идеи для рассмотрения. Но их не следует рассматривать как какой-то «рецепт» действий, а лишь как фактор, побуждающий к своим размышлениям и творчеству.

## Библиография.

- F. Alberoni – L'amicizia. Ed. Garzanti, Milano.
- F. Anderlini – F. Balducci – Preparazione per una pallavolo totale. Societa Stampa Sportiva, Roma.
- Anderson – La creativita e le sue prospettive. La Scuola, Brescia.
- P.K. Anochin – N.A. Bernestein – E.N. Sokolov – Neuro-fisiologia e cibernetica. Ubaldini, Roma.
- F. Antonelli – Salvini – Psicologia dello sport oggi. Societa Stampa Sportiva, Roma.
- S. Bellucco – Educare con la pallavolo. (Volume 2) ISEF, Torino.
- J.S. Bruner – A. Jolly – K. Sylva – Il gioco. Ruolo e sviluppo del comportamento ludico negli animali e nell'uomo. Armando Armando, Roma.
- A. Carbonaro – Struttura sociale e socializzazione. La Nuova Italia, Firenze.
- Cartesio – Discorso sul metodo. Ed. Riuniti, Roma.
- Csanad A. – Soccer – Technique – Tactis – Coaching. Corvina Kiado, Budapest.
- H.C. Ellis – The transfer of learning. Macmillan Publishing Co., Inc., New York.
- S. Freud – Totem e tabu. Newton Compton Ed.
- D. Harre e 22 Collaboratori – Teoria dell'allenamento. Societa Stampa Sportiva, Roma.
- Hughes – Tattiche e tecniche del calcio. Gremese Editore.
- Kirst – Diekmeyer – Come stimolare la capacita creativa. Garsanti, Milano.
- G. Gandolfi – NBA Coaches Notabook. E.D.B. Libri, Milano.
- H. Garcia – J. Fouroux – Rugby. Tecnica e tattica di allenamento. Sperling e Kupfer Ed., Milano.
- G. Giugni – Presupposti teoretici della educazione fisica. S.E.I., Torino.
- M. Gori – Educazione fisica e interdisciplinarieta. Ed. Educative, Arezzo.
- M. Gori – L'educazione fisica contemporanea. Societa Stampa Sportiva, Roma.
- M. Gori – La grammatica del gioco del calcio. Societa Stampa Sportiva, Roma.
- M. Gori – La grammatica del gioco della pallamano. Societa Stampa Sportiva, Roma.
- M.C. Guyton – Trattato di fisiologia medica. Piccin Editore, Padova.
- V. Lowenfeld – La natura dell'attivita creatrice. La Nuova Italia, Firenze.
- M. Mc Luhan – Gli strumenti del comunicare. Ed. Garzanti, Milano.
- F. Mahlo – L'acte tactique en jeu. Vigot – Freres, Paris.
- K. Meinel – Teoria del movimento. Societa Stampa Sportiva, Roma.
- J.L. Moreno – Principi di sociometria e di psicometria di gruppo e sociodramma. Etas Kompass, Milano.
- D. Morris – La scimmia nuda. Arnoldo Mondadori, Milano.
- D. Morris – La tribu del calcio. Arnoldo Mondadori, Milano.
- R. Mucchielli – La dinamica del gruppo. Elle di ci.
- D.A. Norman – Memory and attention. John Willey, New York.
- G. Notarnicola – Quattro passi dentro.
- J. Piaget – Problemi di psicologia genetica. Loescher Ed., Torino.
- C. Pittera – D.R. Violetta – Pallavolo dentro il movimento. Tringale Ed., Catania.
- D. Peterson – Basket Essenziale. Ed. Giganti del Basket.
- K. Popper – C. Eccles – L'io e il suo cervello. Armando Armando, Roma.
- R.N. Singer – Motor Learning and human performance. Macmillan Publishing Co., Inc., New York.
- F. Tignoli – Respirazione. Societa Stampa Sportiva, Roma.
- M. Tyler – The story of football. Marshall Cavendish, Londra.



## Содержание.

<i>Вступительное слово Арриго Сакки</i>	2
<i>Предисловие Марио Гори</i>	7
<i>Введение</i>	8
<i>Условные обозначения</i>	9
<b>Первая часть</b>	
<b>Глава 1. Социальные и аффективные факторы</b>	<b>10</b>
<b>1.1 Социальное разделение (трисекция)</b>	<b>23</b>
<i>1.1.1. Окружающая среда</i>	10
<i>1.1.2. Внутренний мир</i>	10
<i>1.1.2.1. Конфликт чувств вводимого в общество индивидуума</i>	11
<i>1.1.3. Общественная реальность</i>	11
<i>1.1.4. Социометрический тест и социограмма</i>	12
<b>1.2 Объединяющие факторы в командных играх</b>	<b>13</b>
<i>1.2.1. Социальная готовность</i>	13
<i>1.2.2. Общая цель</i>	13
<i>1.2.3. Коммуникация</i>	13
<i>1.2.4. Знакомство</i>	14
<i>1.2.5. Взаимность</i>	14
<i>1.2.6. Удовлетворение индивидуальных потребностей</i>	14
<i>1.2.7. Самоуправление</i>	14
<i>1.2.8. Взаимная зависимость</i>	14
<i>1.2.9. Коллективный опыт</i>	14
<i>1.2.10. Коллективное общение</i>	14
<i>1.2.11. Право управления</i>	15
<b>1.3. Эффективные цели в социальной области</b>	<b>16</b>
<b>Глава 2. Развитие игровых позиций в истории футбола</b>	<b>17</b>
<b>2.1. Создание роли или принятие роли?</b>	<b>17</b>
<b>2.2. Развитие областей задач в игровых системах</b>	<b>18</b>
<i>2.2.1. У истоков игры в футбол</i>	18
<i>2.2.2. Игра в пас</i>	19
<i>2.2.3. Система «пирамида»</i>	19
<i>2.2.4. Закрывание игроков</i>	21
<i>2.2.5. Игра с 4 защитниками</i>	22
<i>2.2.6. Развитие линии полузащиты</i>	23
<i>2.2.7. Некоторые тенденции, ведущие к регрессу</i>	23
<i>2.2.8. «Революция» в тотальном футболе</i>	23
<i>2.2.9. Каким должен быть актуальный футбол: нужно изобретать новые области задач или копировать из прошлого?</i>	24
<b>2.3. Области задач и коллективная игра</b>	<b>24</b>
<b>2.4. Игровые позиции и зоны игрового поля</b>	<b>25</b>
<b>Глава 3. Футбольная интеллигентность: разработка стратегий решения.</b>	<b>25</b>
<b>3.1. Смысл тактического содержания техники и стратегии</b>	<b>27</b>
<b>3.2. Кибернетика и нервная система</b>	<b>28</b>

3.2.1. Поле зрения одного глаза и двух глаз	29
3.2.2. Система обработки данных	30
3.2.2.1. Иерархии в ЦНС	31
3.2.2.2. Связь между центрами ЦНС	31
3.2.2.3. Канал мощности	31
3.2.3. Рассмотрение решений выхода из проблемных ситуаций в футболе	32
3.2.4. Кибернетическая модель футболиста	33
3.2.4.1. Время обработки: протекание суперкомпенсации в ЦНС	36
3.2.5. Временной промежуток, необходимый для улучшения способности обработки данных	40

## **Вторая часть**

<b>Глава 1. От совместной работы к тактическому пониманию</b>	<b>42</b>
<b>1.1. Занятие положения помощи</b>	<b>43</b>
1.1.1. Создание игрового пространства	43
<b>1.2. Теоретические предпосылки для игры с закрыванием пространства</b>	<b>45</b>
<b>Глава 2. Передвижения команды и тактика проблем пространственного и временного характера</b>	<b>46</b>
<b>2.1. Место действия и тактические формы поведения команды</b>	<b>47</b>
<b>2.2. Построение игры и выигрывание пространства: основополагающие действия</b>	<b>48</b>
2.2.1. <i>Позиция помощи: относящееся сюда тактическое содержимое</i>	48
2.2.1.1. <i>Углы позиций помощи</i>	50
2.2.1.2. <i>Свободные перемещения: финты и свободное передвижение</i>	51
2.2.1.3. <i>Кто должен занять позицию помощи?</i>	52
2.2.1.4. <i>Подведем первые итоги</i>	52
<b>2.3. Видение игры</b>	<b>53</b>
2.3.1. <i>Поле зрения</i>	53
2.3.1.1. <i>На флангах</i>	53
2.3.1.2. <i>В середине поля</i>	54
<b>2.4. Тактические действия игрока с мячом</b>	<b>55</b>
2.4.1. <i>Защитник противника находится далеко от игрока с мячом</i>	56
2.4.2. <i>Защитник противника рядом с игроком, принимающим мяч</i>	56
2.4.3. <i>Защитник противника движется назад, чтобы выиграть время</i>	56
2.4.4. <i>Кого должен «запеленговать» игрок с мячом?</i>	56
2.4.5. <i>Второй вариант</i>	57
2.4.6. <i>Перевести игру на другой фланг</i>	58
<b>2.5. Оценка траекторий полета мяча и связанные с ней тактические решения</b>	<b>59</b>
2.5.1. <i>Подкручивание</i>	59
2.5.2. <i>Высокая или низкая передача?</i>	60
<b>Глава 3. Построение игры</b>	<b>60</b>
<b>3.1. Создание свободного пространства</b>	<b>61</b>
3.1.1. <i>Создание свободного пространства как первичная цель</i>	61
3.1.2. <i>Создание свободного пространства как вторичная цель</i>	61
<b>3.2. Принципы, значимые для команды</b>	<b>63</b>
<b>3.3. Создание свободного пространства для завершения комбинации ударом по воротам</b>	<b>67</b>
<b>3.4. Контратаки и ситуации с численным преимуществом</b>	<b>67</b>
3.4.1. <i>Ситуации с численным преимуществом</i>	70
<b>3.5. Агрегирование основных концепций, касающихся коллективной игры</b>	<b>71</b>

<b>Глава 4. Коллективная игра и закрывание пространства</b>	<b>72</b>
<b>4.1. Закрывание пространства и закрывание противника</b>	<b>73</b>
<b>4.2. Основная задача защитников в закрывании пространства:</b>	
<b>анализ игровой ситуации</b>	<b>74</b>
4.2.1. Активная и пассивная части	75
4.2.2. Закрывание игрока без мяча	75
4.2.3. Поле зрения: занятие правильной позиции в фазе обороны	78
4.2.4. Закрывание игрока с мячом	79
4.2.4.1. Когда появляется нужный момент для проведения подката?	81
<b>4.3. Основы закрывания пространства: тактика команды</b>	<b>82</b>
4.3.1. Распределение задач между элементами обороны	82
<b>4.4. Игра с закрыванием пространства и зависящие от неё действия:</b>	
<b>прессинг, положения вне игры, защита в линию</b>	<b>85</b>
4.4.1. Прессинг	86
4.4.2. Основные признаки прессинга	86
4.4.3. Тактика прессинга	86
4.4.4. Когда начинать прессинговать?	90
4.4.5. Удвоение закрывания	90
4.4.6. Положение вне игры и оборонительная диагональ	91
<b>4.5. Когда звено защиты смещается назад, а когда выдвигается вперед?</b>	<b>91</b>
4.5.1. Ситуации с численным меньшинством	92
4.5.2. Оборона в позиции «L»	93
<b>Глава 5. Тренировка коллективной игры: упражнения</b>	<b>94</b>
<b>5.1. Время, необходимое для проявления тренировочных эффектов</b>	
<b>(ассимиляция и аккомодация)</b>	<b>95</b>
<b>5.2. Принцип прогрессивной нагрузки ЦНС</b>	<b>97</b>
5.2.1. Фаза отдыха ЦНС	97
<b>5.3. Последовательность и виды обработки информации во время выполнения упражнений</b>	<b>98</b>
5.3.1. Простые и комбинированные упражнения	99
5.3.2. Стратегии для усиления способности к внимательности и концентрации ЦНС	99
<b>5.4. Тренировочные формы</b>	<b>100</b>
5.4.1. Взаимное знакомство	101
5.4.2. Развитие способности построения коллективной игры	104
5.4.2.1. Методы и варианты применения схемы 3:3	105
5.4.2.2. Упражнения с соотношением игроков 3:1 и 3:2	107
5.4.2.3. Тренировочные формы вида 2:2	108
5.4.2.4. Тренировочные формы вида 2:1	109
5.4.2.5. Игры командами, состоящими как минимум из 4 игроков	110
5.4.2.6. Сосредоточение важнейших средств при адаптации или создании новых тренировочных форм	110
5.4.2.7. Упражнения модельного характера	114
5.4.3. Тренировка игры в обороне: упражнения	119
5.4.3.1. Ограничение пространства	121
5.4.3.2. Удвоение закрывания	121
5.4.3.3. Игровые формы для команд, состоящих из 4 и более игроков	122
5.4.3.4. Тренировочные формы для команд, состоящих из 7 – 13 человек	124
5.4.3.5. Тренировочные формы для предугадывания в обороне	125

<b>Заключение</b>	<b>126</b>
<b>Библиография</b>	<b>127</b>
<b>Содержание</b>	<b>128</b>

*Перевод с немецкого А. Попов.*