

УДК 796 332
Г 61

ГОЛОМАЗОВ С., ЧИРВА Б.
Г 61 Футбол. Азбука пенальти: методические разработки для тренеров –
М., ТВТ Дивизион, 2013. – 29 с.

УДК 796 332

ISBN 978-5-98724-149-3

© С. Голомазов, Б.Чирва, составление, 2013
© Оформление ТВТ Дивизион, 2013

Содержание

Введение.....	4
1. Частота назначения пенальти в игровое время и весомость голов, забитых с пенальти.....	6
2. Как “зарабатываются” пенальти.....	8
3. Направление посылы мяча и эффективность реализация пенальти.....	10
4. Сила удара и манера исполнения пенальти.....	16
5. Как выполняется разбег.....	18
Количество шагов при разбеге.....	18
Направление разбега и направление посылы мяча.....	20
6. Латеральное предпочтение.....	22
7. “Психология поединка”.....	24
Обманные действия.....	24
Взгляд при выполнении удара.....	24
Психологическая устойчивость.....	26
Последовательность исполнения послематчевых пенальти игроками разных команд.....	27
Заключение.....	28
Литература.....	29