

**УДК 796 332**  
**Г 61**

**ГОЛОМАЗОВ С., ЧИРВА Б.**

**Г 61** Футбол. Техника игры «в шаге»: методическое пособие. – М., ТВТ Дивизион, 2013. – 54 с.

**УДК 796 332**

**ISBN 978-5-98724-142-6**

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

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение.....</b>	<b>5</b>
<b>Условные обозначения.....</b>	<b>6</b>
<b>1. Немного о предистории.....</b>	<b>7</b>
<b>2. Механизм нанесения ударов по мячу резким движением бьющего звена.....</b>	<b>8</b>
<b>3. Отличительные черты “нетрадиционной” техники.....</b>	<b>9</b>
Положение центра масс футболиста при выполнении приемов.....	9
Положение бедра и голени бьющей ноги в момент касания мяча.....	10
Движение таза.....	12
Диапазон возможных направлений посылы мяча.....	14
Изменение скорости перемещения футболиста.....	15
Направление поля зрения.....	16
<b>4. Приемы, выполняемые “в шаге”.....</b>	<b>17</b>
Удары, которые трудно предвосхитить.....	17
Самые “открытые, скрытые” передачи.....	20
Ведение, зовущее вперед.....	21
Обыгрыш “в шаге”.....	24
В положении лицом к сопернику.....	24
В положении спиной к сопернику.....	25
В положении боком к сопернику при перемещении с ним в одном направлении.....	25
<b>5. Методика постановки игры “в шаге”.....</b>	<b>26</b>
Особенности методики.....	26
Постановка ведения.....	28
Постановка техники передач.....	33
Постановка ударов по воротам.....	40
Постановка техники обыгрыша соперника.....	48
<b>Литература.....</b>	<b>55</b>