

Футбол

Требования к внешнему виду.

1. Внешний вид участников должен быть опрятным. Участники должны быть одеты в спортивную форму и обувь, соответствующую виду деятельности, не создающую затруднений при выполнении задания и соответствующую требованиям техники безопасности для каждого вида конкурсных испытаний.

2. Девочки/девушки (согласно виду спорта), но могут быть одеты в гимнастические купальники или футболки с короткими рукавами и короткими брюками («лосинами»); мальчики/юноши (согласно виду спорта), но могут быть одеты в майки, футболки, короткие трико («велосипедки»), спортивные трусы, шорты.

Конкурсное задание заключается в выполнении основных игровых элементов из раздела «Футбол» примерной программы для учащихся основной и средней (полной) школы.

3. Руководство испытаниями.

Руководство для проведения испытания состоит из:

- главного судьи по футболу;
- судьи на площадке;
- секретаря.

Программа испытания

Мальчики 5-6 классы.

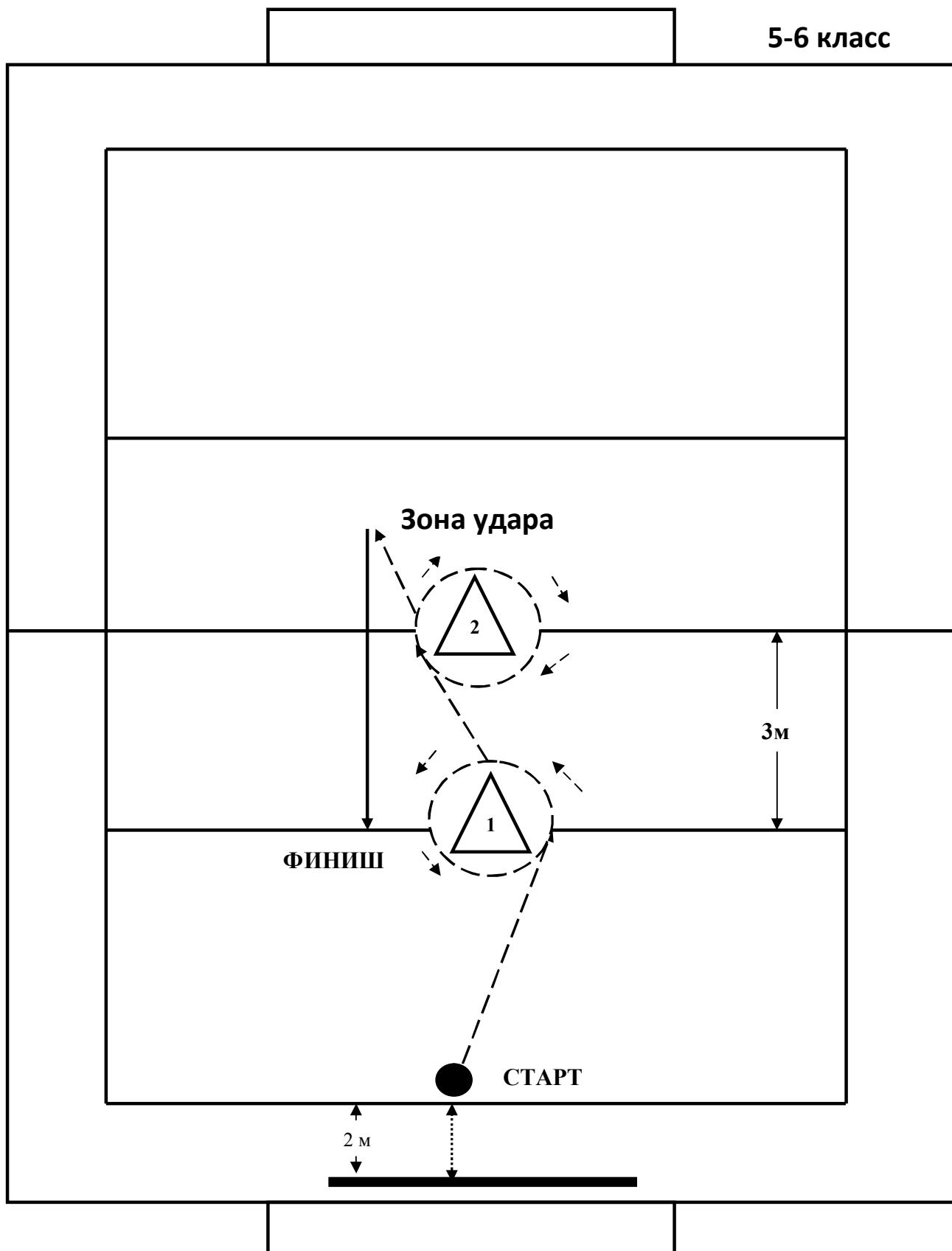
Участник находится внутри волейбольной площадки, стоя лицом к лицевой линии волейбольной площадки. На расстоянии 2м от лицевой линии, на боку лежит гимнастическая скамейка. По сигналу участник выполняет передачу мяча низом правой (левой) ногой, внутренней стороной стопы (не заступая за линию). После отскока мяча от гимнастической скамейки обратно участнику, участник выполняет остановку мяча подошвой. Выполнив остановку, участник выполняет разворот на 180 градусов и двигается к фишке №1 выполняя ведение мяча правой (левой) ногой и выполняет ведение мяча вокруг фишки против часовой стрелки (дальней ногой от фишки). Выполнив обводку фишки №1, участник двигается к фишки №2, выполняя ведение левой (правой) ногой и выполняет ведение мяча вокруг фишки по часовой стрелки (дальней ногой от фишки). Выполнив обводку фишки №2, участник движется в зону удара, которая находится между центральной линией площадки и 3х метровой линией волейбольной площадки. Находясь в зоне удара, участник выполняет удар по воротам низом левой (правой) ногой. Участник финиширует возле фишки №1.

Упражнение считается законченным, если участник обвел все фишки, нанес удар по воротам из зоны удара и пересек финишную линию. Время определяется с точностью до 0,01 сек. При выполнении испытания используется мяч для мини-футбола № 4.

Оценка исполнения

1. Нанесение удара по мячу вне зоны удара - + 3 сек;
2. Непопадание по воротам - + 10сек;
3. Касание фишки (мячом, ногой) - + 1сек;
4. Обводка фишки не той ногой - +5сек;
5. Заступ за лицевую линию во время передачи - +2сек;
6. Остановка мяча не указанным способом - + 2 сек.

5-6 класс



Программа испытания

Юноши 7-8 классы

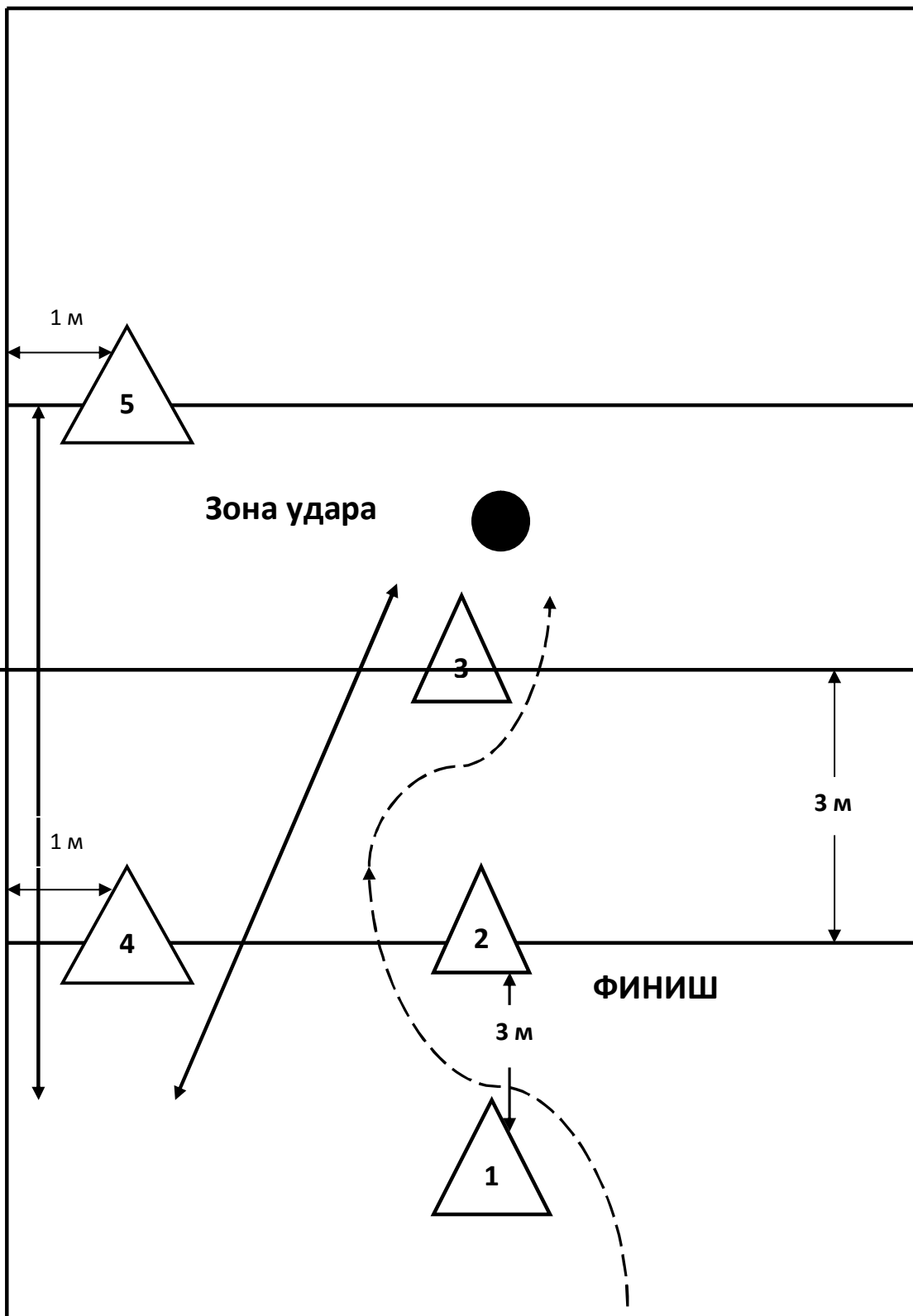
Старт от лицевой линии волейбольной площадки. По сигналу участник стартует, выполняя ведение мяча, обводит правой (левой) ногой фишку №1, левой (правой) ногой обводит фишку №2, правой (левой) ногой обводит фишку №3, выполняет остановку мяча в зоне удара (зона удара - от средней линии площадки до 3х метровой линии волейбольной площадки). Участник выполняет бег спиной вперед до фишки №4, огибает ее и выполняет рывок лицом вперед к фишке №5, которая находится на 3х метровой линии волейбольной площадки (ногой надо заступить за 3х метровую линию волейбольной площадки). От фишки №5 сделать рывок до фишки №4, огибая фишку №4 с правой стороны двигается в зону удара и выполняет удар по воротам низом, по не подвижному мячу внутренней стороной стопы правой (левой) ногой (если мяч выкатился из зоны удара, надо его вернуть в зону удара, ведением). После удара участник финиширует возле фишки №2.

Упражнение считается законченным, если участник обвел все фишки, нанес удар по воротам в зоне удара и пересек финишную линию. Время определяется с точностью до 0,01 сек.

При выполнении испытания используется мяч для мини-футбола №4.

Оценка исполнения

1. Непопадание по воротам - +10 сек;
2. Касание фишки (мячом, ногой) - +1 сек;
3. Удар по воротам верхом - + 5сек;
4. Не заступил за 3х метровую линию возле фишки №5 - + 2сек.



СТАРТ

ФИНИШ

Зона удара

Программа испытаний

Юноши 9-11 классы

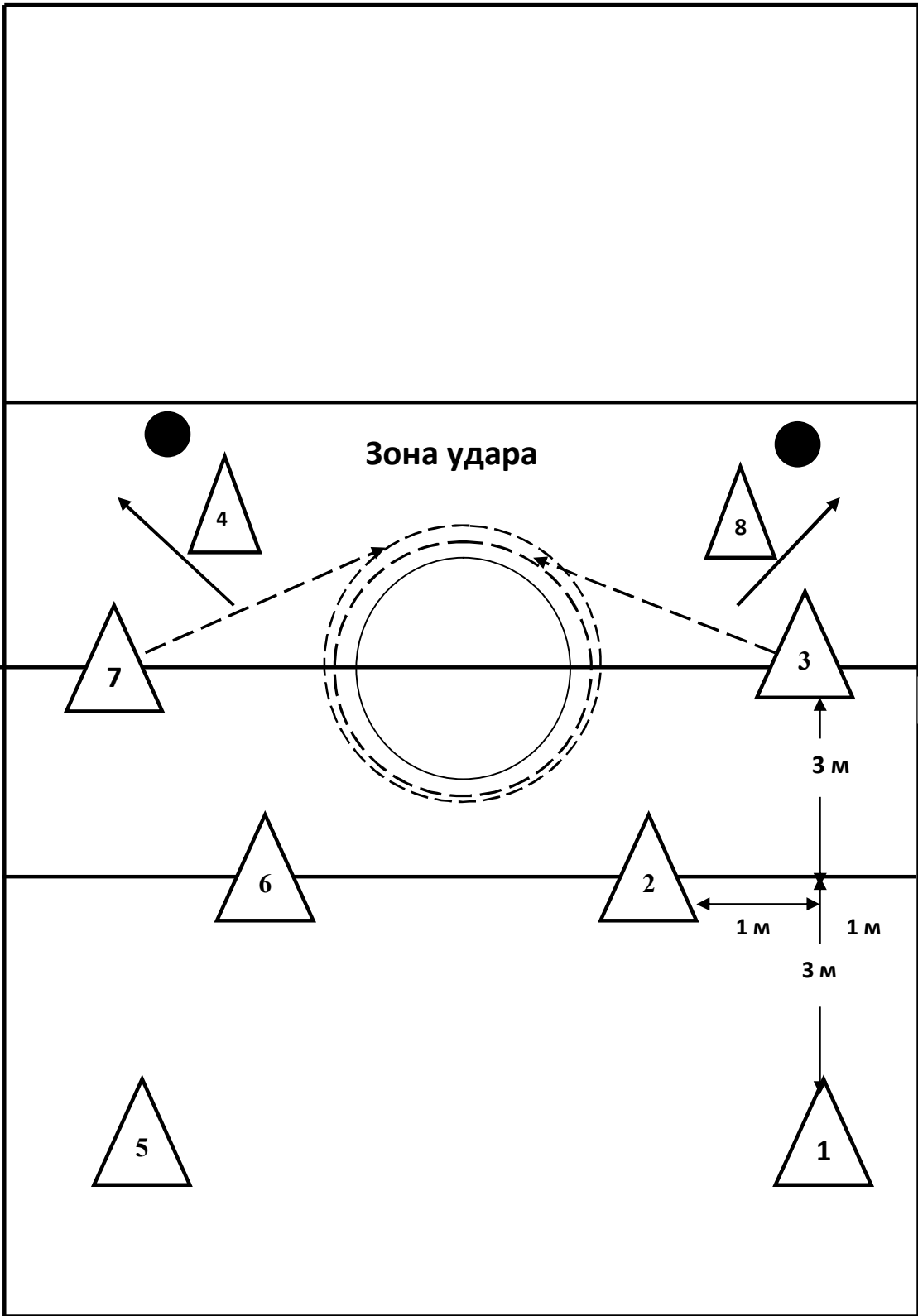
По сигналу участник стартует от лицевой линии волейбольной площадки, выполняя ведение мяча №1. Участник обводит фишку №1 справа, фишку №2 слева и фишку №3 справа, двигается к внутреннему центральному кругу и выполняет ведение мяча вокруг круга против часовой стрелки, продвигаясь в зону удара №1 для атаки ворот. Приближаясь к зоне удара, участник выполняет передачу мяча правой ногой себе на ход с правой стороны от фишки №4 и выполняет рывок с левой стороны фишки №4 в зону удара. Без обработки и остановки мяча выполняет удар по воротам левой ногой низом.

Выполнив удар, участник двигается к мячу №2. Выполняя ведение мяча, участник обводит фишку №5 слева, фишку №6 справа и фишку №7 слева двигается к внутреннему центральному кругу, выполняет ведение по часовой стрелке вокруг круга и движется в зону удара №2, для атаки ворот. Приближаясь к зоне удара, участник выполняет передачу мяча левой ногой себе на ход с левой стороны от фишки №8 и выполняет рывок с правой стороны фишки №8 в зону удара. Без обработки и остановки мяча выполняет удар по воротам правой ногой низом и двигается к линии финиша, которой служит центральная линия площадки.

Упражнение считается законченным, если участник обвел все фишки, нанес удары по воротам из зоны удара и пересек финишную линию. Время определяется с точностью до 0,01 сек. При выполнении испытания используется мяч для мини-футбола № 4.

Оценка исполнения

1. Не оббегание фишки с мячом - +10сек;
2. Нанесения удара по мячу вне зоны удара - +5сек;
3. Удар по мячу не той ногой - +5сек;
4. Не попадание по воротам – +10сек;
5. Удар по воротам не указанным способом - +5сек;
6. Касание фишки (мячом, ногой) - +1 сек;
7. Не оббегание внутреннего центрального круга - +15 сек;
8. Касание внутреннего центрального круга мячом или любой частью тела - +3сек.



ФИНИШ

№ 2



СТАРТ



№ 1



- мяч



- фишка



- ведение с мячом



- движение без мяча



- передача мяча (для 5-6 классов)



- гимнастическая скамья (для 5-6 классов)