

Учреждение образования  
«Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ  
И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

Сборник научных статей

Брест  
БрГУ имени А. С. Пушкина  
2020

УДК 796.01  
ББК 75.1  
А 43

*Редакционная коллегия:*

кандидат педагогических наук, доцент **К. И. Белый**  
кандидат педагогических наук, доцент **И. Ю. Михута**  
старший преподаватель **С. К. Якубович**

*Рецензенты:*

доцент кафедры физического воспитания и спорта  
УО «Брестский государственный технический университет»,  
кандидат педагогических наук, доцент **Н. В. Орлова**

заведующий кафедрой легкой атлетики, плавания и лыжного спорта  
УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»,  
кандидат педагогических наук, доцент **А. В. Шаров**

А 43     **Актуальные** проблемы теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки : сб. науч. ст. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина ; редкол.: К. И. Белый, И. Ю. Михута, С. К. Якубович. – Брест : БрГУ, 2020. – 165 с.  
ISBN 978-985-22-0142-1.

Статьи сборника посвящены теоретико-методическим и практическим проблемам современной системы физического воспитания и спорта, современных информационных технологий в физическом воспитании и спорте, инновационных здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании школьников и учащейся молодежи, олимпийского образования школьников и учащейся молодежи, медико-биологическим проблемам физической культуры и спорта.

Издание предназначено для специалистов в области физической культуры и спорта, научных работников, аспирантов, магистрантов и студентов.

УДК 796.01  
ББК 75.1

ISBN 978-985-22-0142-1

© УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», 2020

2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания, теоретические аспекты спорта и профессионально-прикладные формы физической культуры) : учеб. для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2010. – 480 с.

**В. В. Павлючик, С. В. Родин**

УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», г. Брест

### **ПРЕССИНГ В СОВРЕМЕННОМ ФУТБОЛЕ**

**Summary.** The article discusses the main options for the arrangement of players on the field. The main attention is paid to pressure as the most promising of modern methods of protection.

**Резюме.** В статье рассматриваются основные варианты расстановки игроков на поле. Основное внимание уделяется прессингу как наиболее перспективному из современных способов защиты.

**Актуальность.** В футболе, как и в большинстве контактных игровых видов спорта, очень важное значение имеет физическая подготовка и техническое мастерство игроков. Однако первостепенным фактором, влияющим на результат в современном футболе, является правильно выбранная тактика на отдельный матч и подобранная схема перемещений футболистов на поле. Игроки могут быть великолепно подготовлены физически и технически, но если у них отсутствует понимание, в какую зону поля бежать, куда отдавать пас или в какой зоне обороняться, шансов на успех у такой команды останется мало.

Футбол – командный вид спорта, поэтому тактическая схема может стать успешной только при условии безоговорочного выполнения ее составляющих всеми участниками команды. Безупречно разработанная тактика позволяет четко обозначить установку на матч и наделить каждого футболиста игровыми задачами. Она направлена на создание условий для реализации потенциала игроков в зонах их ответственности с целью достижения командного победного результата. Таким образом, футбольная тактика – это схема расположения игроков на поле, алгоритм их передвижений и действий в тех или иных игровых ситуациях.

Стратегия и тактика футбола выбираются тренером на краткосрочный или долгосрочный период и могут быть обусловлены амплуа игроков в команде, а также разрабатываться под конкретного соперника. Если в команде несколько изобретательных центрфорвардов, тогда в приоритете будет тактика футбольной игры, построенная на схеме с двумя нападающими. В команде со стремительными крайними нападающими разумно использовать тактическую схему с активно атакующими флангами.

**Цель работы** – изучение использования прессинга в современном футболе. Достижению цели способствовало решение следующих задач:

1. Выявить наиболее применяемые позиционные схемы игры.
2. Определить место и значение стремительного нападения и его разновидностей в современном футболе.

**Результаты и их обсуждение.** Тактика «4-4-2» получила свое развитие, основываясь на схеме «4-2-4» начала 1960-х гг. Она была успешно использована сборной Англии на чемпионате мира 1966 г. Англичане играли «4-4-2» на протяжении всего турнира, победив Аргентину, Португалию, Германию и завоевав в итоге свой первый Кубок

мира. Тактика «4-3-3» является потомком «2-5-3», разработанной в 1930-х гг. С ее помощью Италия завоевала Кубки мира в 1934 и 1938 гг. Схема «4-3-3» достигла пика своего развития, когда возникла необходимость перемещения обоих боковых полузащитников в защиту для большей стабильности и охраны ворот [1].

В футболе все завязано на свободном территориальном пространстве: кто получает больше свободы в атаке, у того больше шансов забить. Игроки действуют по-разному, когда их команда играет с мячом или же без него. Это означает, что после потери каждый должен перестроиться с атакующей модели на оборонительную. В этом кроется один из плюсов контратакующей модели игры: когда команда, находящаяся в позиционной атаке, теряет мяч, она теряет компактность. Из-за этого у игроков контратакующей команды появляется больше свободного пространства и, как следствие, времени на принятие правильного решения.

Прессинг – это стремление игроков оказать давление на соперника вовремя владения им мячом. В современном футболе прессинг активно используется ведущими тренерами и может применяться в любом тактическом построении. Для осуществления организованного прессинга в игре необходимо сочетание личных и командных качеств. Современная тактика строится на теоретической подготовке, практических умениях игроков и их физической готовности.

Теоретическая подготовка игроков указывает, когда футболисты должны атаковать соперника с мячом, учитывая, насколько досконально он владеет приемом и обработкой мяча, в какую сторону чаще разворачивается для атаки, какой ногой совершает наиболее сложные действия при обводке и т. д. Футболисты должны владеть основными приемами выигрыша единоборств, грамотно используя игру ногами, корпусом, головой и т. д. Физическая готовность игрока – это владение высокими скоростно-силовыми качествами (прыжок с места более 260 см, бег 30 м быстрее 4,2 сек. и т. д.), функциональной выносливостью и т. д. Сенсорная способность футболиста – это обладание высокой скоростью реакции на изменение игровой ситуации на поле, интуитивным предвидением наиболее вероятных событий в игре и т. д.

В настоящее время в футболе выделяют следующие варианты прессинга:

1) *низкий*, первостепенной целью которого является не допустить голевых ситуаций у своих ворот и лишить соперника открытого пространства для нанесения удара. При обороне низким вариантом расстояние до ворот соперника увеличивается, но в то же время за спинами защитников команды-соперника остается много свободного пространства, которое можно использовать для развития контратак (рисунок 1);

2) *средний* – не допускает комфортного для соперника сценария развития атаки. Давление в центре поля позволяет использовать достаточно много свободного пространства за спинами защитников, и в то же время расстояние до ворот соперника не является большим (рисунок 2);

3) *высокий* – применяется для отбора мяча в активной зоне защиты и проведения быстрой контратаки (рисунок 3). Высокий прессинг сокращает расстояние до ворот соперника, однако в этом случае у контратакующей команды остается меньше пространства для атаки.

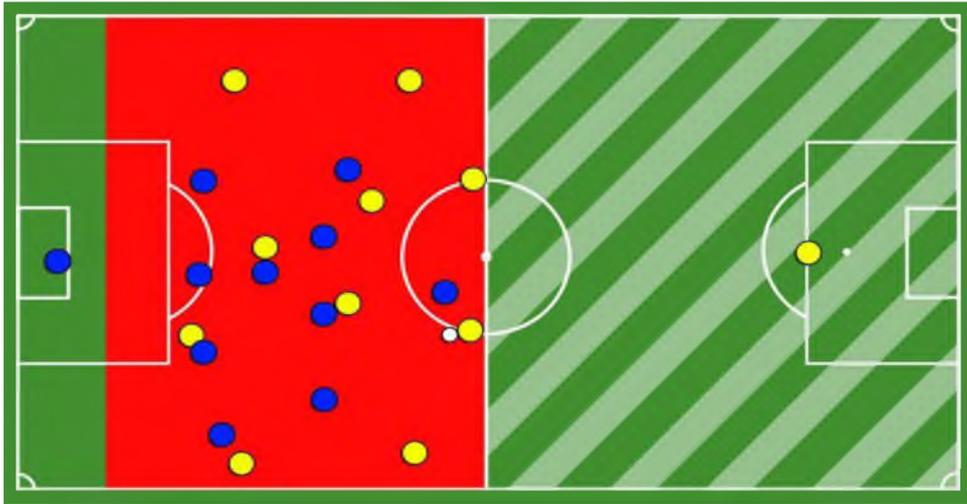


Рисунок 1 – Схема низкого прессинга

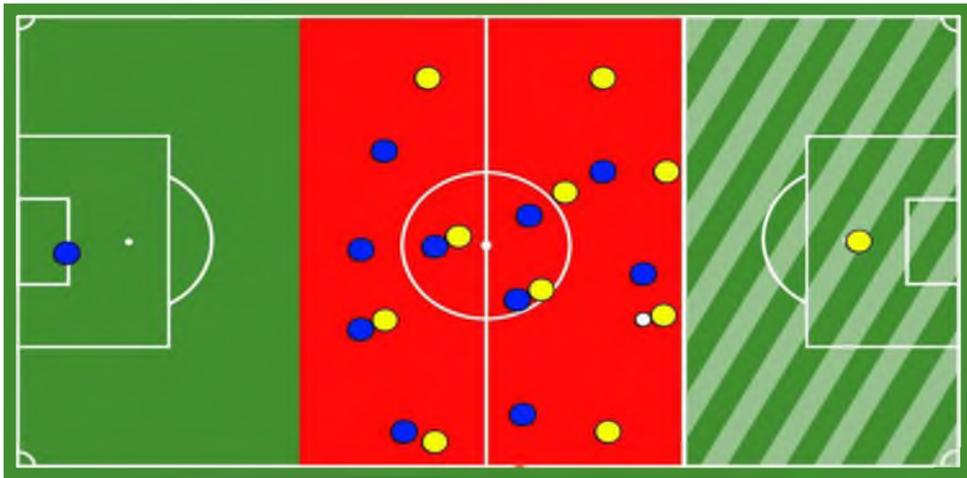


Рисунок 2 – Схема среднего прессинга

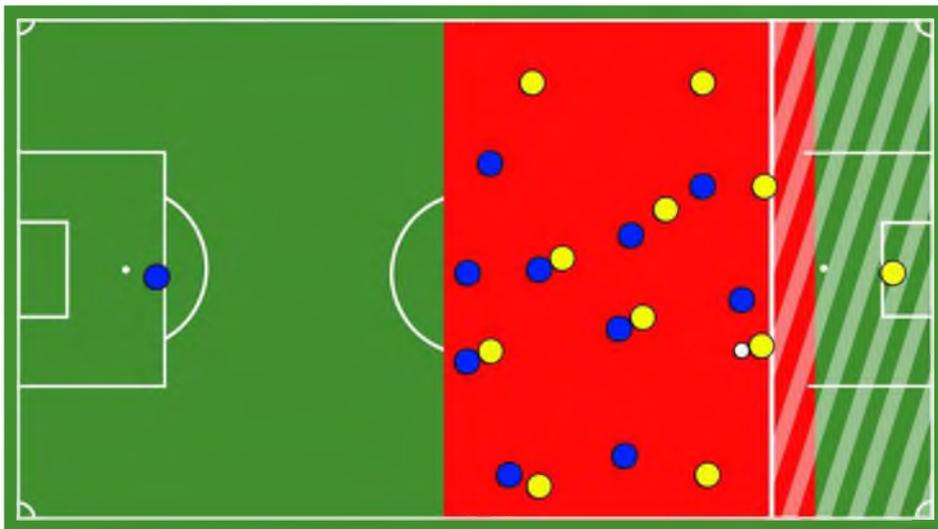


Рисунок 3 – Схема высокого прессинга

Существует несколько видов прессинга по его целевой направленности (согласно плану на игру или исходя из других соображений). Кроме вышеперечисленных вариантов, можно использовать целевой прессинг, основные задачи которого следующие:

- препятствовать развитию атак соперника с помощью коротких передач;
- осуществить давление, позволяя игрокам вернуться на оговоренные тренером позиции для защиты своих ворот;
- препятствовать развитию атак соперника через ярко выраженного лидера;
- провоцировать соперника на выполнение необдуманных и рискованных передач;
- стремиться минимизировать время для принятия решения своим визави;
- регулировать глубину или ширину фронта обороны;
- препятствовать четким отработанным схемам выхода соперника из обороны в атаку, вынуждать его искать новые решения в динамике матча;
- создавать предпосылки для контратаки в случае отбора мяча.

Большинство отборов или перехватов мяча осуществляются после передач с фланга. Поэтому главная задача прессингующих – заставить соперника сыграть на фланг. Чтобы достичь этой цели, надо пройти несколько стадий прессинга. Ключевой момент – начало прессинга. В качестве сигнала можно использовать ошибочное Действие соперника (например, футболист плохо обработал передачу или мяч находится у недостаточно технически оснащенного игрока). Часто игроки начинают прессингующий маневр после движение первого игрока, способного оценить игровую ситуацию. В современном футболе число игроков, участвующих в прессинге, может достигать восьми человек.

Основная цель прессинга – создать предпосылки для контратаки. Один из плюсов контратакующей модели игры – это когда команда, находящаяся в позиционной атаке, теряет мяч. Из-за этого у игроков контратакующей команды появляется больше свободного пространства и, как следствие, времени на принятие правильного решения. По статистике, в контратаке «Ливерпулю» удается добраться до чужих ворот всего за три или четыре передачи.

**Выводы.** Таким образом, прессинг, контрпрессинг и контратаки – это три самые популярные концепции, которые ассоциируются с более содержательными и доминирующими командами в современном футболе. Прессинг и контратаки являются классическими идеями в футбольной тактике, а вот контрпрессинг стал популярным лишь в последние 5–6 лет, хотя существует уже около 10 лет.

Контрпрессинг (*gegenpressing*) – прессинг соперника сразу после потери мяча атакующей стороной. Этот прием важен для любой команды, в том числе и для топов типа «Манчестер Сити» Гвардиолы или «Ливерпуля» Клоппа. Суть в том, что соперник, отобрав мяч, еще не успевает перестроиться таким образом, чтобы успешно владеть мячом. Вернуть мяч обратно намного проще, если соперник дезорганизован. А после этого можно и поймать соперника на контратаке, потому что он потерял организацию, попытавшись перейти из обороны в атаку и потеряв при этом мяч. Важно заметить, что контрпрессинг не является отдельным видом или типом прессинга (несмотря на то что имеет с прессингом много общего), потому что нацелен на возвращение мяча не во время владения соперником, а во время перехода от своего владения к владению соперника.

### Список использованной литературы

1. Теория и методика футбола : учебник / В. П. Губа [и др.] ; под общ. ред. В. П. Губы, А. В. Лексакова. – М. : Совет. спорт, 2013. – 536 с.