**Занятие 6**

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФУТБОЛУ

**Значение соревнований**

Соревнования по футболу имеют большое оздоровительное значение, повышают заинтересованность молодежи в занятиях футболом и в значительной степени содействуют развитию его массовости и дальнейшей популяризации в стране. Они стимулируют систематическую тренировочную работу, служат средством проверки ее качества и направленности, позволяют выявить уровень физической, технико-тактической, морально-волевой подготовленности футболистов и способствуют в целом росту их спортивного мастерства.

Значимость соревнований определяется и тем, что они приучают футболистов к спортивной борьбе, к проявлению волевых усилий в стрессовых ситуациях. В тренировке не всегда удается создать обстановку, приближенную к соревновательной. В соревновании же полнее используются рабочие потенциалы организма футболистов (соревновательные эмоции и их воздействие, груз ответственности и т.п.), поэтому здесь чаще возникают особенно эффективные стимулы адаптации к высоким и максимальным нагрузкам.

Только в соревновании можно полностью развивать способность оптимально побеждать противника, до конца мобилизовать собственные силы и целесообразно использовать их, справляться со своими эмоциями и подниматься как бы выше своих возможностей.

Участие в соревнованиях позволяет сравнивать свои силы с силами и подготовкой других футболистов и команд, находить наиболее перспективных игроков для различных сборных команд.

Соревнования по футболу имеют воспитательное и агитационно-пропагандистское значение. Они способствуют воспитанию у игроков дисциплинированности, организованности чувства ответственности и коллективизма, воли к победе и патриотизма.

Соревнования по футболу - яркое, эмоционально насыщенное зрелище. Они являются прекрасным досугом для многомиллионной армии болельщиков, которых привлекают смелые и решительные действия спортсменов, красота, высокий накал и непредсказуемость спортивной борьбы.

**Планирование соревнований и их виды**

С учетом сложившейся структуры физкультурного движения в стране разработана система соревнований по футболу, охватывающая все контингенты занимающихся - от детских команд до команд высших спортивных разрядов. Главный организационный принцип этой системы - поэтапность, последовательность и чередование соревнований различного ранга с учетом территориального и ведомственного принципа. Имеется в виду диапазон соревнований - от массовых, по месту жительства, до всероссийских и международных.

Это позволяет избежать дублирования соревнований, чрезмерной занятости команд, частых разъездов и создает условия для полноценной учебно-тренировочной работы.

Единый сводный календарный план включает в себя все вопросы, связанные с проведением территориальных и ведомственных соревнований. Целесообразно сводный календарный план региональных и городских соревнований составлять на пятилетие с учетом соревнований, планируемых вышестоящими организациями. После внесения необходимых изменений единый сводный план соревнований по футболу включается в план спортивно-массовых мероприятий соответствующих госкомитетов по физической культуре и спорту и становится для всех спортивных организаций обязательным.

Как уже отмечалось, соревнования являются логическим продолжением учебно-тренировочной и воспитательной работы. Их планируют, исходя из последовательности, преемственности и оптимального количества календарных игр для каждой возрастной группы.

При этом учитывают и необходимость постепенного увеличения соревновательной нагрузки.

В зависимости от задач, решаемых соревнованиями по футболу, их можно подразделить на основные и вспомогательные.

К основным относятся виды соревнований, которые организуют в соответствии с требованиями Единой спортивной классификации и по результатам которых определяют спортивную квалификацию и присваивают звания победителей или чемпионов.

Основные виды соревнований - это календарные, которые предусматриваются единым календарным планом спортивных мероприятий и проводятся согласно утвержденному положению.

К основным видам соревнований относятся:

первенства или чемпионаты,

соревнования на кубок,

официальные отборочные соревнования.

Первенства или чемпионаты - наиболее ответственные соревнования, по результатам которых команде-победительнице присваивается звание чемпиона. Этот вид организации соревнований позволяет наиболее объективно сопоставить силы команд, оценить качество проводимой учебно-тренировочной работы.

Соревнования на кубок проводят с целью привлечения к соревнованиям Максимального количества команд и выявления победителя в сравнительно короткие сроки по принципу последовательного отбора лучших.

Официальные отборочные соревнования проводят с целью выявления сильнейших команд для участия в следующем этапе соревнований.

К вспомогательным видам соревнований относятся:

контрольные игры,

товарищеские игры,

показательные игры,

блиц-турниры.

Контрольные игры проводят с целью подготовки и проверки готовности команд к предстоящим соревнованиям.

Товарищеские игры проводят в учебно-тренировочных целях или в плане традиционных соревнований.

Показательные игры служат целям популяризации футбола и демонстрации спортивного мастерства.

Блиц-турниры проводят в течение нескольких часов. Их планируют обычно на праздничные дни и на дни открытия или закрытия спортивного сезона. для ускорения проведения таких соревнований время игр сокращается.

### Недельный цикл профессиональной футбольной команды

Предлагаю Вашему вниманию недельный микроцикл футбольной команды. Одна игра в неделю. В данном цикле идет подготовка к домашнему матчу.

**Суббота**

* Игра. После матча тренерский штаб готовит короткую (не более 5 минут) видео-нарезку для завтрашнего теоретического собрания. В видео-нарезку входят только действия (атака, оборона, переходы).

**Воскресенье**

* Восстановительная тренировка для игравших накануне (тайм и более). Интенсивная тренировка (развивающая) для не игравших или игравших меньше тайма.
* Теоретическое занятие. Просмотр позитивных действий вчерашней игры. Главный посыл, почему идет просмотр и обсуждение только УДАЧНЫХ действий: чтобы на выходной команда уходила в хорошем расположении духа

**Понедельник**

Выходной.

**Вторник**

* Теоретическое занятие. На котором идет разбор ключевых ошибок предыдущего матча. Тех ошибочных действий, которые идут вразрез с философией футбола команды.
* Индивидуальные беседы с игроками, если необходимо
* Тактическая тренировка, направленная на развитие сильных качеств команды. Шлифовка взаимодействий.

**Среда**

* Развивающая тренировка. Самая большая тренировочная нагрузка в недельном цикле.
* Теоретическое занятие. Начало подготовки к следующему матчу. Видео-нарезка: общее представление об игре соперника (не более 15 минут).
* Восстановительные процедуры

**Четверг**

* Теоретическое занятие. Беседа о нюансах игры в обороне, исходя из соперника. Важно понять, что система игры не меняется. Меняются некоторые нюансы. Просмотр видео атакующих действий соперника и противодействие этому.
* Тактическая тренировка с отработкой оборонительных действий + фазы переходов. Стандартные положения.

**Пятница**

* Теоретическое занятие. Разбор оборонительных действий соперника.
* Предыгровая тренировка. Действия в атаке + фазы переходов.

После тренировки, команда "закрывается" на базе. Откуда на следующий день едет на игру.

**Суббота**

* Установка на игру
* Игра