**7 занятие**

**Футбольные финты. Как делать и как научиться**

Футбольные площадки – это хорошо, но всё же лучше приходить и играть в футбол, умея работать с мячом. Футбольные финты после Чемпионата мира 2018 обрели большую популярность, учитывая, что мы воочию наблюдали за звёздами футбола.

**5 футбольных финтов**

**1. Эластико**

Один из самых популярных футбольных трюков, родившийся в 1975 году в Бразилии. Тогда в матче местного чемпионата знаменитый Роберто Ривелино удивил своих оппонентов, забив очень красивый мяч. Никто не знал, как остановить футболиста. Второе рождение финту дал легендарный Роналдиньо. В «Барселоне» бразилец зажигал так, что финт получил мировое признание.

«Эластико» не самый простой финт. Лучше всего начать с азов и повторять движения на небольшой скорости. Защитник должен клюнуть на ваш показ в одну сторону и в то же время не успеть вернуться туда, куда вы направляетесь. Для исполнения финта наклоните корпус вправо и легонько толкните мяч в эту же сторону внешней стопой, но затем уже резко уйдите влево и переведите мяч на внутреннюю сторону. Соперник останется в дураках, если всё сделаете правильно. (см.ссылку)

<https://youtu.be/59HL5PzEij8>

**2. Рабона**

Рабона – не совсем финт, скорее обманный пас или удар. Часто такими трюками балуется молодёжь. В РПЛ в прошлом сезоне российских болельщиков шокировал нападающий СКА Хуан Лескано, едва не забивший «Зениту». Рабону можно исполнить с первого раза – вопрос в качестве. Чтобы мяч доходил до адресата, получалась красивая подача или даже гол – нужно тренироваться годами и смотреть футбольные финты в исполнении мастеров часами. (см.ссылку)

<https://youtu.be/uKNXfBk-Bdg>

**3. Финт Зидана**

Знаменитая «марсельская рулетка» или «финт Зидана». Великий французский футболист исполнял этот трюк идеально, хотя ранее он часто использовался даже в чемпионате СССР. Любил этот трюк Анатолий Бышовец. «Финт Зидана» будет эффективным, а не только эффектным, если его исполнять на большой скорости. В противном случае защитник легко прочитает ваши намерения. Во время финта нападающий обкручивает защищающегося игрока на 360 градусов словно юла. (см.ссылку)

<https://youtu.be/20d0SJVYSK4>

**4. Финт Круиффа или «ложный замах»**

Один из самых популярных финтов в современном футболе. Его уже давно могут исполнять даже центральные защитники и игроки, которых не назовёшь мастерами обводки. Финт назван в честь именитого голландского футболиста Йохана Круиффа. Он исполнил такой трюк впервые. Сейчас «ложный замах» можно увидеть в каждом матче несколько раз. Идеальное средство избавиться от защитника. Главное не быть слишком предсказуемым. Говоря проще, защитник должен поверить, что сейчас должен быть удар и подача – в этот момент нападающий убирает мяч под себя и уходит в другую сторону. (см.ссылку)

<https://youtu.be/V9klCWR_nKk>

**5. Хокус-Покус**

Известный футбольный финт, который часто исполняет Неймар. Суть приёма в том, что игрок резко перекладывает мяч с внутренней стороны на внешнюю. Кроме того, трюк исполняется за опорной ногой. Если вы делаете финт правой ногой, то вы должны иметь место для разворота вправо. Обратите внимание, что на скорости опорную ногу нужно держать на приличном расстоянии, в противном случае мяч просто врежется в ногу и вместо финта вы совершите потерю. (см.ссылку)

<https://youtu.be/8HuI-mNLJtc>