



## РАЗВИТИЕ ПЛЯЖНОГО ФУТБОЛА И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЧЕЛОВЕКА.

**Аллаев. Ш.А**

*ассистент кафедры «Общественных наук»  
Филиал Казанский (Приволжский) Федеральный Университет  
в городе Джизаке Республики Узбекистан.*

**Сафин. Д.А**

*ассистент кафедры «Общественных наук»  
Филиал Казанский (Приволжский) Федеральный Университет  
в городе Джизаке Республики Узбекистан.*

**Мамедов. М.Р**

*ассистент кафедры «Общественных наук»  
Филиал Казанский (Приволжский) Федеральный Университет  
в городе Джизаке Республики Узбекистан*

**Аннотация-** *В статье описывается развитие пляжного футбола в мире его значение для физического развития человека, история развития пляжного футбола его основные направления и виды , так же описываются основные правила пляжного футбола и методика тренировки в пляжном футболе, место пляжного футбола в системе физической культуры и спорта.*

**Ключевые Слова\_** *физическое воспитание и спорт, история развития, система, методика тренировки.*

**Annotatsiya** - - *Maqolada dunyoda plyaj futbolining rivojlanishi, uning insonning jismoniy rivojlanishidagi ahamiyati, plyaj futbolining rivojlanish tarixi, uning asosiy yo'nalishlari va turlari, shuningdek, plyaj futboli va mashg'ulotlarning asosiy qoidalari bayon etilgan. plyaj futboldagi usullar, plyaj futbolining jismoniy tarbiya va sport tizimidagi o'rni.*

**Kalit so'zlar:** - *jismoniy tarbiya va sport, rivojlanish tarixi, tizimi, o'qitish metodikasi.*

**Abstract** - *The article describes the development of beach soccer in the world, its importance for the physical development of a person, the history of the development of beach soccer, its main directions and types, it also describes the basic rules of beach soccer and training methods in beach soccer, the place of beach soccer in the system of physical culture and sports.*

**Key Words** - *physical education and sports, history of development, system, training methodology.*

### **Введение**

**Пляжный футбол** — сравнительно новый вид спорта, который полюбился игрокам и болельщикам во всем мире. Правила пляжного футбола основаны на



правилах игры в традиционный футбол. Соревнования проводятся на песчаных пляжах, при этом особое значение имеет техника владения мячом, скорость передвижения по вязкой поверхности. Первые попытки унифицировать правила были предприняты в 1992 году основателями Всемирной Организации Пляжного Футбола. ВОПФ стала проводить турниры по пляжному футболу под своей эгидой.

Мягкий и вязкий песок вынуждает игроков много импровизировать, использовать красивые технические приёмы (например, удары в падении через себя — «ножницами» или «бисиклетами»). Компактные размеры игрового поля (28 на 37 метров) позволяют игрокам забивать практически из любого положения, даже прямым ударом от своих ворот. Соответственно, за игру можно увидеть порядка 60-ти ударов по воротам соперника (для сравнения, в большом футболе 20 ударов по воротам на обоих соперников считается приличным показателем). Голы в среднем забиваются каждые 3-4 минуты, а средняя результативность матча составляет около 11 забитых мячей за игру (в традиционном футболе в последние годы норма 2,5 гола).

В данной статье речь пойдет о развитии пляжного футбола в мире, о его историческом развитии, о правилах игры и о значении занятий пляжным футболом для организма человека. В настоящее время пляжному футболу как и всему футболу в целом уделяется особое внимание, пляжный футбол такой же зрелищный вид спорта как и большой футбол но сравнительно ещё молодой вид спорта который нужно развивать.

## **2 История развития пляжного футбола.**

Пляжный футбол вид спорта основанный на правилах игры футбол но разыгрываемый на песчаных пляжах. В 1994 году была создана Всемирная организация пляжного футбола, которая занимается управлением и популяризацией игры. Первый чемпионат мира по пляжному футболу был проведён в 1995 году в Бразилии.. Впервые пляжный футбол появился в 1920 году на песчаных пляжах Рио де-Жанейро.

Пляжный футбол (анг. beach soccer) – командный вид спорта, базирующийся на основе традиционного футбола и проводимый на покрытых песком площадках. Существует мужской и женский пляжный футбол.

### **Правила пляжного футбола.**

В традиционный пляжный футбол соревнуются две команды по пять игроков в каждой, команда может проводить неограниченное число замен, поэтому на скамейке запасных всегда много игроков. Площадки для игры



небольших размеров (37 метров на 28 м), ограничиваются лентами и воротами. В игре три тайма, каждый по 12 минут. В игре нет ничьи, когда основное время подошло к концу, назначается дополнительный тайм, если и он не выявил победителя, назначается серия послематчевых пенальти. Хотя спортсмены играют с голыми ступнями, им разрешено использовать защиту коленей и голеней. В футболе часты случаи, когда игрок забивает гол из необычной позиции, например, через себя, в такие моменты, любому другому футболисту запрещается пытаться мешать забить ему гол. Когда происходит нарушение, судья назначает штрафной удар, наносить его должен футболист, против которого нарушили правила, но если он не может этого сделать (по причине травмы), то удар вместо него может совершить любой другой игрок.

Контролируют исполнение правил двое судей на поле. Рядом с полем должен находиться третий судья и судья-хронометрист. Если игрок получает красную карточку или две жёлтых, он вынужден покинуть поле, но по прошествии двух минут на его место может войти игрок запаса<sup>1</sup>.

Штрафной удар обязан выполнить игрок, на котором было совершено нарушение (не считая случаев, когда игрок получил травму). После свистка судьи у игрока есть четыре секунды на ввод мяча в игру.

В момент исполнения штрафного удара все игроки должны оставаться за линией мяча до выполнения удара. В случае нарушения на половине поля противника, игроки должны находиться на расстоянии не менее пяти метров от мяча и не могут стоять на линии удара до момента выполнения удара. Как и в мини-футболе забивать гол со штрафного прямым ударом запрещено.

После аута мяч в игру можно вводить как руками так и ногами.

Выйдя за пределы зоны с мячом голкипер не может в неё возвращаться и забирать мяч в руки.

Запрещено мешать игроку, выполняющему удар «ножницы» или удар через себя.

### **Ворота**

Размещаются по центру лицевых линий и представляют собой две вертикальные стойки с перекладиной между ними. Стойки и перекладины окрашивают флуоресцентной желтой краской. Ширина ворот — 5,5 м., а высота — 2,2 м.

Сетка ворот плетется из пеньки, джута или нейлона. Ее крепят к стойкам и перекладине за воротами.

Допускаются переносные ворота, однако закреплять их перед турниром требуется особенно надежно.

### **Мяч**

Снаряд для игры выбирается правильной сферической формы, из натуральной или синтетической кожи, с длиной окружности 68-70 см. и весом



400-440 г. Главные характеристики снаряда- износостойчивость, водостойкость и способность восстанавливать форму.

Замену мяча разрешается проводить в случае, если обнаруживается какой-либо дефект.

На международных турнирах всегда имеется 12 мячей: 1 главный и 11 про запас.



### **Судейская бригада**

Контроль за игрой в пляжный футбол ведут два судьи, один из которых — главный. Они обеспечивают соблюдение правил, соответствие мяча установленным параметрам, решают вопрос о приостановлении и продолжении матча, выносят предупреждения и применяют санкции, протоколируют и т.п. В случае разногласий внутри коллегии решение главного имеет приоритет.

На матчах мирового уровня необходимо наличие еще двух назначаемых судей — хронометриста и третьего судьи. Первый отслеживает время игры, приостанавливает его при необходимости и возобновляет отсчет, контролирует истечение времени двухминутного удаления игрока и пр., а второй помогает ему. Никто из них не вправе вмешиваться в игру.

### **Экипировка и инвентарь пляжного футболиста**

Форма игроков включает в себя футболку с номером на спине и шорты. Не запрещаются также пластиковые очки для защиты глаз от песка и носки.

Форма вратаря отличается от других членов команды расцветкой. А еще вместо шорт он вправе носить штаны.

### **Заключение**

Пляжный футбол стремительно ворвался в нашу жизнь: появление регулярных российских соревнований под флагом РФС, телевизионные



трансляции европейского и мирового чемпионатов, первые серьезные успехи нашей сборной. Сегодня «бич-соккер» – это модное увлечение, элемент новой молодежной субкультуры, которая привязана к любого рода пляжной активности, и не только спортивной. Небывалый зрительский ажиотаж, который сопровождал первый московский этап Европейской Лиги Пляжного Футбола, поставил точку в споре о перспективах развития нового вида спорта. Исходя из выше описанного следует отметить что пляжный футбол имеет большие перспективы на массовое развитие так как оказывает большое влияние на организм человека, развивает физические качества необходимые человеку в процессе его жизнедеятельности. В статье особое внимание уделено правилам игры и истории развития игры, пляжный футбол является видом обычного футбола и становится всё более массовым видом спорта.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Андреев, С. Н. «Играй в футбол» / С.Н. Андреев – М.: Паматур, 1999. – 450 с.
2. Волков, Л. В. «Теория и методика детского и юношеского спорта» / Л.В. Волков – Киев: Олимпийская литература, 2003. – 280 с.
3. Голомазов, С.В. «Тренировка точности юных футболистов» / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: 1994. – 160 с.
4. Голомазов, С. В. «Теоретические основы тренировки ловли и отражения мячей вратарями» / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2001. – 280 с.
5. Голомазов, С. В., «Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом» / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: Спортакадем –пресс, 2001. – 250 с.
6. Войтова О. В., Кропивницкая Т. А. Особенности возникновения и становления пляжных игровых видов спорта в мире / Войтова О.В., Кропивницкая Т.А. // Молодая спортивная наука Беларуси : материалы Международной научно-практической конференции, Минск, 8–10 апреля 2014 г. : в 3 ч. / [редколлегия: Т. Д. Полякова (главный редактор) и др.]. – Минск, 2014. – Ч. 1. – С. 31–33.