





Футбол, который начинается в голове и заканчивается в ногах.



Настоящая книга разрабатывалась с большим вниманием. Тем не менее вся информация предоставляется без каких-либо гарантий. Ни автор, ни издатель не могут нести ответственность за любой ущерб или увечья, которые могут возникнуть в результате информации, представленной в книге.

Для удобства чтения мы решили использовать только мужской род при описании игроков (нейтральную форму). Все описанное в книге, разумеется, может также применяться и по отношению к женскому футболу.

ХОРСТ ВАЙН

**Развитие
игрового
интеллекта**

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ
К ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ ИГРОВОМУ
МЫШЛЕНИЮ В ФУТБОЛЕ

УДК 796.332
ББК 75.578
В14

Spielintelligenz im Fußball: kindgemäß trainieren
Horst Wein

В14 **Вайн, Хорст.**
Развитие игрового интеллекта. Современные подходы к обучению детей игровому мышлению в футболе / Хорст Вайн ; [перевод с немецкого Е. В. Грибовой]. — Москва : Эксмо, 2026. — 424 с. : ил. — (Академия футбольного мастерства. От теории к практике).

ISBN 978-5-04-224071-3

Эта книга показывает, как развивать умение думать на поле с учетом возраста и возможностей детей.

Книга объединяет теорию и практику, содержит упражнения, иллюстрации и готовые методики для тренировок.

Это современное руководство поможет воспитать умного и самостоятельного футболиста, готового к любым игровым ситуациям.

УДК 796.332
ББК 75.578

ISBN 978-5-04-224071-3

© 2009 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen
© Грибова Е. В., перевод на русский язык, 2025
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	9
Предисловие от автора	10
A ВВЕДЕНИЕ	12
1 Модель развития футболистов: 5 ступеней	13
2 Для чего нужна модель развития?	19
3 Новая периодизация структуры соревнований в детском и юношеском футболе — важный элемент повышения результативности	21
4 Необходимость адаптации соревнований к навыкам и способностям детей и подростков	24
5 Тренировки и соревнования составляют единое целое	27
6 Дети тренируются, играя	29
7 Развитие игрового интеллекта у детей и подростков	30
8 Что такое игровой интеллект?	33
9 Как игровой интеллект проявляется в игре?	35
10 Что должен знать тренер молодежной команды, прежде чем развивать игровой интеллект своих учеников	38
11 Новые тенденции в преподавании игры в футбол	41
12 Процесс преподавания и обучения для развития игрового интеллекта: 4 фазы ...	45
13 Повышение уровня игры за счет грамотного обучения игровому интеллекту	54
B ПЕРВЫЙ ЭТАП В РАЗВИТИИ ФУТБОЛИСТА: ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ОСНОВНЫХ НАВЫКОВ И СПОСОБНОСТЕЙ	65
I Организационные и психолого-педагогические аспекты, на которые следует обратить внимание перед внедрением игр на базовые навыки и умения	66
1 Спортивный детский сад	66
2 Футбольная школа	69
3 Жизненно важные потребности юных футболистов	73
4 Характерные особенности детей в возрасте от 7 до 10 лет. Руководство для тренера молодежной команды	76
5 Двадцать качеств тренера молодежной команды, которого признают игроки	78
6 Философия соревнований в детском и юношеском футболе	80
7 Что важнее для юных футболистов — научиться побеждать или заложить фундамент для будущей карьеры?	81
8 Игровое «меню» для детей и подростков	86
9 Почему игры 11:11 в формате лиги должны проводиться только с 14 лет	88
10 Выбор размеров игрового поля	90
11 Об использовании «широких» ворот	91
12 Вес и размер мяча	92
13 Игра не ведущей ногой	94
14 Подготовка к тренировке с начинающими игроками	95

II ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ОСНОВНЫХ НАВЫКОВ И СПОСОБНОСТЕЙ	97
1 Игры на ведение мяча с соперником и без	98
2 Игры на прием и передачу мяча, а также удары по воротам	117
3 Игры в защите	132
4 Игры в лабиринте	140
5 Десятиборье	143
5.1 Для чего нужно футбольное десятиборье?	146
5.2 Различные способы проведения упражнений по десятиборью	146
5.3 Рекомендации по внедрению теста по десятиборью в тренировки для детей	147
6 Троеборье 2:2	148
7 Значение многоцелевых игр	150
C ВТОРОЙ ЭТАП РАЗВИТИЯ ФУТБОЛИСТА: ИГРА В «ФУНИНЬО»	152
I Обучение детей игре в «Фуниньо»	153
1 Упрощенные игры — важнейший элемент детского и юношеского футбола	153
2 В чем заключаются упрощенные игры?	154
3 Подготовка к игре	154
4. Десять причин использовать упрощенные игры в процессе обучения игре в футбол	155
5 Заключение.	157
6 Корректирующие игры или упражнения — неотъемлемая часть упрощенных игр	158
7 Зачем и для чего нужны корректирующие упражнения и игры?	158
II Программа из десяти упрощенных игр для команд из двух человек	160
1 Необходимые условия для преподавания и обучения с помощью упрощенных игр	190
2 Модель обучения для соревнований по упрощенным играм	191
3 Привнесение шарма игры в тренировки	192
4 Футбольное троеборье 3:3	194
5 Футбольное пятиборье 3:3	196
6 Десять принципов обучения детей игре в футбол	197
7 Что эффективнее: метод разделения или метод целостных тренировок?	198
8 Правила игры в «Фуниньо»	200
III Подготовительные игры в «Фуниньо» для обучения техническим и интеллектуальным навыкам и их отработки	206
1 О необходимости задавать вопросы	217
2 Тест игровых способностей при игре в «Фуниньо»	219
3 Пятиборье «Фуниньо»	221
IV Развитие игрового интеллекта с помощью вариантов игры в «Фуниньо»	225
1 Предложение по планированию сезона с соревнованиями по «Фуниньо»	238

V	От «Фуниньо» к футболу 7:7	242
1	Зачем играть в «Фуниньо» 3:3 по четырем воротам вместо игры 4:4 по двум воротам?	246
2	Права детей при игре в футбол	248
D	ТРЕТИЙ ЭТАП РАЗВИТИЯ ФУТБОЛИСТА: ФУТБОЛ 5:5 И 7:7	249
I	Как научить детей играть в футбол 5:5 и 7:7 и понимать свои действия	250
1	Правила футбола 5:5 (футзал)	250
2	Правила футбола 7:7	252
3	Почему футбол 7:7, а не 11:11?	253
II	Упрощенные игры для команд из трех человек	257
III	Обучение юных вратарей	287
1	Качества вратаря	289
1.1	Быстрота	289
1.2	Восприятие и принятие решений	290
1.3	Смелость	291
1.4	Психофизические качества успешного вратаря	292
2	Несколько важных советов для вратарей	293
3	Модель развития вратаря	294
3.1	Исходное положение	295
3.2	Позиционная игра	295
3.3	Упражнения для принятия оптимального исходного положения позиционной игры	296
3.4	Упражнения для повышения скорости реакции	299
4	Ловля или отбивание низких, средних и высоких ударов, а также перевод мяча	302
4.1	Упражнения для улучшения защиты ворот за счет ловли низких, средних и высоких мячей, а также перевода мяча	303
5	Игра вратаря вне ворот	305
5.1	Игра на выходе	305
5.2	Упражнения для улучшения оптико-моторного расчета траектории полета мяча	307
5.3	Упражнения для обучения игре на выходе из ворот	310
5.4	О поединках вратаря с соперниками вне ворот	311
5.4.1	Упражнения на отработку ситуации 1:1	312
5.5	Распространенные ошибки в игре вратаря	315
6	Атакующая игра вратаря	316
6.1	Упражнения для улучшения атакующей игры вратаря	318
7	Десятиборье для вратарей	321

IV Футбольный триатлон 4:4	329
V Семиборье	330
VI «Форминьо» 5:5	
Программа из 14 игр по четырем воротам для 10-летних игроков	335
1. «Форминьо» с официальными правилами	335
2. «Форминьо» взятие линии ворот соперника	337
3. «Форминьо» с парой широких ворот	338
4. «Форминьо» с гандикапом	339
5. «Форминьо» в ворота, расположенные по диагонали	339
6. «Форминьо» по развернутым воротам на 6-метровой линии	341
7. «Форминьо» на продольно разделенном поле	342
8. «Форминьо» с удержанием мяча в ситуации 5:3	343
9. «Форминьо» с удержанием мяча в ситуации 5:4	344
10. «Форминьо» с ударом по одним из шести ворот	345
11. «Форминьо» с двумя мячами одновременно	346
12. «Форминьо» с контратаками после каждого пропущенного мяча	347
13. «Форминьо» с быстрой сменой игроков	348
14. «Форминьо» с просчетом рисков	349
E ЧЕТВЕРТЫЙ ЭТАП РАЗВИТИЯ ФУТБОЛИСТА: УПРОЩЕННЫЕ ИГРЫ	
В ФУТБОЛ 8:8	350
I Обучение игре в футбол 8:8 для детей	350
1 Правила футбола 8:8	351
2 Почему футбол 8:8, а не 11:11?	353
II Программа из 10 упрощенных игр для команд из четырех игроков	355
III Тест на игровые способности для игроков 12 и 13 лет	384
IV Необходимые условия для развития творческого подхода у футболистов	386
V Различия между современным и традиционным подходом к обучению игре в футбол	392
1 Как следует поддерживать и стимулировать талант игрока до 13 лет?	397
2 Десять правил постоянного развития	401
3 Сто причин работать с моделью развития футболистов, которая соответствует их возрасту	402
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	416
1 Список использованной литературы	416
2 Автор книги: Хорст Вайн	418
3 Фото	420
Памяти Хорста Вайна	421

ПРЕДИСЛОВИЕ

«Нам нужны грамотные и творческие игроки!»

Такое требование часто можно услышать от футбольных тренеров. Оно не безосновательно, ведь творческий подход и находчивость — это важнейшие характеристики успешного игрока. Но как же нам воспитать таких игроков? Игроков, которые могут в моменте сделать именно то, что нужно. Игроков, которые ради достижения наилучшего результата считают каждую игровую ситуацию и принимают верное решение, находят правильный подход. Для этого потребовалось бы систематическое развитие всех способностей, от уровня интеллекта до футбольных навыков, начиная с основ и заканчивая профессиональным футболом. Именно систематизацией, к сожалению, все еще пренебрегают при планировании тренировок.



Автор книги, немецкий хоккеист, тренер, хоккейный и футбольный методист Хорст Вайн, много лет активно занимался проблемой систематизации. В своей книге он максимально доходчиво и увлеченно описывает модели преподавания и обучения для оптимального развития игрового интеллекта у юных футболистов. Книга предлагает варианты игр и упражнений, которые шаг за шагом и с подробными методическими пояснениями помогают пробудить в детях и подростках их игровой потенциал. Переключение между дедуктивными и индуктивными методами включает в себя как свободную игру без указаний тренера, в которой дети, практически как в уличном футболе, получают самостоятельный опыт, так и варианты упражнений, в которых точно задан порядок действий. Хорст Вайн благодаря удивительно точной постановке вопросов мастерски мотивирует детей мыслить и действовать самостоятельно в ходе обучения игре в футбол.

Подход автора к обучению детей вдохновил меня настолько, что мы включили описанные им игры и упражнения в концепцию обучения нашей команды ФК «Гамбург». Это неоценимо важный шаг для развития полноценной системы обучения юных футболистов. Например, теперь детские команды в Гамбурге вместо привычных игр 7:7 играют в основном в «Фуни-ньо» 3:3 по четырем воротам по модели Хорста Вайна, реализованной и организованной Франком Фрелингом, нашим координатором.

Невозможно не согласиться с Хорстом Вайном: *«Футбол начинается в голове, а не в ногах!»*

Мой совет всем тренерам детских и юношеских команд — вам действительно стоит познать своих подопечных с блестящими идеями Хорста Вайна!

Бернхард Петерс
спортивный директор
футбольного клуба «Гамбург»

ПРЕДИСЛОВИЕ от автора

Вы когда-нибудь слышали историю о всемирно известном кондитере? Нет? Тогда я вам ее расскажу, потому что мне кажется, что после этого вы сможете проводить гораздо более интересные тренировки со своими юными футболистами.

Жил-был когда-то один кондитер, который не только в своем родном городе, но и далеко за его пределами славился тем, что делает самые вкусные шоколадные торты. С годами он стал известен не только среди своих клиентов, но и по всему миру. Со временем он стал очень богатым, ведь все больше и больше людей хотели попробовать его торты.

Как вы думаете, сможете ли вы испечь такой же вкусный торт, как наш великий кондитер? Да или нет? Ну конечно сможете! Однако для этого кондитер должен будет раскрыть вам свой чудо-рецепт, на создание которого у него ушли долгие годы, полные усердных попыток и экспериментов, с кучей ошибок и лишь немногими достижениями.

И вы бы столкнулись с такой же ситуацией, если вместо вкусного торта вы бы захотели добиться оптимальных результатов для своих юных футболистов, а у вас при этом не оказалось бы под рукой стоящего рецепта. Поэтому прежде чем вы приступите к такой ответственной и важной работе с детьми, было бы целесообразно составить особый план тренировок,



который займет несколько лет и даст вам информацию о том, как вы должны действовать на каждом этапе развития юного футболиста, чтобы достичь желаемого результата.

Какую информацию мы обычно получаем из рецепта? В нем, как правило, есть сведения об ингредиентах (мука, яйца, сахар и т. д.), которые понадобятся для приготовления. Но хватит ли этой информации для того, чтобы испечь вкусный торт? Или же в нашем случае провести оптимальную тренировку по футболу, способную пробудить интерес к игре в каждом ребенке? Конечно же нет! Для этого, помимо всего прочего, необходимо знать количество каждого отдельного ингредиента (в футболе это означало бы: какой технико-тактический и условный профиль должен соответствовать молодому футболисту в его возрастной категории?) и знать, в какой последовательности их применять, чтобы добиться успеха.

Что бы произошло, если бы в начале выпечки торта или в начале тренировки новичков в футболе вы выполнили действия, которые кондитер в своем рецепте выполняет лишь в конце? Будет ли ваш шоколадный торт таким же аппетитным, как у знаменитого кондитера, будут ли ваши тренировки вдохновлять ваших детей и стимулировать их обучение? Я в этом сильно сомневаюсь.

Ваша работа что кондитером, что футбольным тренером точно увенчается успехом, если у вас будет хороший рецепт с правильными ингредиентами, соответствующим их количеством и точной последовательностью действий, которые необходимо выполнить и которые в дальнейшем можно будет шаг за шагом применять в жизни.

Теперь я снова спрашиваю вас: смогли бы вы испечь такой вкусный шоколадный торт, какой мог бы испечь только всемирно известный кондитер? Или руководить футбольной тренировкой с детьми, в которой вы — лишь наставник, а не тренер? Хотите ли вы помогать юным игрокам шаг за шагом и без лишней спешки получать новые важные навыки, которые в итоге сохранятся на всю жизнь?

Если вы согласны, тогда я предлагаю вам прочитать следующие пару сотен страниц предложенного мной рецепта торта под названием

«Адаптивная программа обучения игре в футбол для детей»

и попробовать его с вашими юными игроками.

ХОРСТ ВАЙН

Развитие игрового интеллекта

А ВВЕДЕНИЕ



1 Модель развития футболистов: 5 ступеней

В природе все происходит по определенной закономерности. Ночь плавно, неспешно превращается в новый день, полдень лениво переходит в вечер и затем в новую ночь. Времена года сменяются в последовательности, которая не меняется веками. Растения развиваются из семян, и каждый человек, в том числе и футболист, должен пройти через множество стадий развития, прежде чем стать взрослым. Все это происходит само по себе, без какой-либо спешки, ведь матушка-природа не признает резких перемен.

И только мы: тренеры, родители, игроки или судьи — часто торопим события, потому что наши мысли опережают нашу жизнь. Поспешное ускорение или игнорирование естественных процессов в развитии молодых футболистов часто приводит к печальным последствиям и губит профессиональную карьеру тех, кому в юности пророчили большие успехи.

Традиционная подготовка футболистов не адаптирована к законам природы и не учитывает характерные психофизические особенности ребенка. К сожалению, старые методы подготовки все еще широко распространены, особенно в молодежных командах, и продолжают использоваться по причине отсутствия соответствующих знаний. Любые изменения поначалу утомляют и вызывают неудобства, но только до тех пор, пока человек не приспособится к изменениям и новым реалиям. Затем через какое-то время можно будет собирать плоды собственных усилий.

Сегодня тренерам стоит уделять больше внимания обучению игре в футбол, ведь оно, несомненно, играет ключевую роль при подготовке юных футболистов. Новая методика обучения должна быть установлена настолько точно, чтобы каждый тренер молодежной команды мог на нее ориентироваться и делать подготовку более эффективной и интересной.

Импровизированные модели преподавания, которые были предложены различными клубами за последние десятилетия, должны быть заменены из-за их низкой эффективности на методику программированного преподавания и обучения (см. «Адаптивная программа обучения игре в футбол для детей»). В некоторых странах эта программа уже показала положительные результаты в обучении игре в футбол среди младших возрастных групп.

Для того чтобы улучшить обучение во всех детско-юношеских футбольных клубах, необходимо внедрить методологию и дидактику, которыми могли бы руководствоваться все тренеры. Только так можно обеспечить всем детям и подросткам, независимо от страны или клуба, в котором они играют, одинаковые возможности для развития. Благодаря совершенствованию методов обучения мы гарантированно увидим больше талантливых игроков.

«Успешный старт — это неизбежный залог дальнейшего успеха!»

Дэн Миллмэн

Самых лучших футбольных тренеров и сегодня просят обучать детские и юношеские команды. Однако это утопия, ведь тренеры в таких командах обычно зарабатывают очень мало, а все те, у кого достаточно знаний и опыта, с большей вероятностью пойдут в профессиональный футбол, потому что зарплаты там значительно выше.

Чтобы решить эту деликатную проблему и не нанести непоправимый ущерб детскому и юношескому футболу, руководители ассоциаций должны согласовать модель обучения, которая дает малоопытным тренерам точные указания относительно содержания тренировок и соревнований для детей и подростков в каждой возрастной группе (например, среди 8-, 10- или 12-летних игроков) и советы по наиболее эффективному развитию игровых способностей детей. Результатом было бы, как и на уроках математики или других школьных предметах, меньшее количество ошибок, оптимальное использование потенциала многих юных игроков и, таким образом, значительное повышение уровня игры по сравнению с начальным уровнем (дети от 7 до 9 лет).

Сложность игры в футбол также говорит в пользу оптимальной модели обучения для детей. Часто мы замечаем, что даже лучшие футболисты совершают ошибки по несколько раз в минуту. Так, в молодежных и любительских матчах в течение одной минуты (так как мяч находится в игре всего 40 секунд) обе команды теряют контроль над мячом примерно 5 раз.

Традиционный способ обучения футболу устарел

Низкий уровень игры, который мы видим на многих матчах, из-за слишком частых ошибок объясняется недостатками традиционного способа обучения игре, который не позволял оптимально развить потенциал каждого игрока. Тем не менее большинство тренеров не знают, как лучше всего проводить обучение. Повторяющееся использование технических навыков в качестве обязательного условия каждой игры по-прежнему доминирует в большинстве клубов и спортивных школ, где обучают игре в футбол. Тренеры часто хотят все контролировать, вместо того чтобы давать ученикам свободу фантазии, воображения и творчества. Вместо этого преподаватели спортивных школ и тренеры дают слишком много указаний и думают за своих игроков. Тренерам стоит обратить внимание на проблемы, связанные с возрастом игроков, которые они могут решить самостоятельно.

Футбол для детей и подростков — это в первую очередь игра. К сожалению, в большинстве стран мира футбол по-прежнему преподается детям так же, как и взрослым, без адаптации игры к их физическим и умственным способностям на разных этапах развития. Именно это как раз и предлагается в приведенной ниже модели. Привлекательный и эффективный метод обучения игре в футбол, который адаптируется под юного игрока, может значительно повысить уровень игры.

Описанная здесь модель развития футболистов разбита на пять этапов (см. «Модель»), которые адаптируются к естественным этапам развития ребенка. Четыре этапа развития предшествуют профессиональному уровню, и уже на пятом мы можем видеть тот самый футбол, который мы смотрим по телевизору.

Переход от одного этапа к другому происходит за счет постепенного повышения сложности игровых ситуаций (с каждым разом игроков становится все больше, а возможностей для маневра все меньше), а также за счет необходимости уметь все лучше и лучше «читать» и понимать действия игроков, а также принимать решения все быстрее и быстрее.

ЭТАПЫ	СОДЕРЖАНИЕ	ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА
1.	Отработка основных способностей и навыков	С 7 лет
2.	Игра в «Фуниньо» (Funiño)	С 8 лет
3.	Игра 5:5 и 7:7	С 10 лет
4.	Игра 8:8	С 13 лет
5.	Игра 11:11	С 14 лет

Каждый из пяти этапов развития включает в себя набор различных согласованных друг с другом техник, которые постепенно развивают интеллект и игровые способности юных игроков. Каждая техника всегда связана с уже известными и освоенными техническими и тактическими навыками и умениями из предыдущего этапа. На каждом этапе игроки обычно учатся на своих ошибках, которые они осознают сами за счет простых игровых заданий. Поскольку игрок может самостоятельно решать игровые задачи, поставленные тренером и адаптированные к его уровню физической и психологической работоспособности, обучение юного игрока ускоряется, а навыки закрепляются и совершенствуются.

Тренеры молодежных команд, которые используют подробно описанную здесь программу обучения, через восемь лет неожиданно для себя достигают цели обучения, то есть позволяют своим воспитанникам овладеть игрой в футбол и понять ее в деталях.

Американский ученый Дэвид Галлахью рассказывает, что прежде чем использовать модель развития футболистов для подготовки своих подопечных, тренеры детских и молодежных команд изучили следующие четыре важных фазы в двигательном развитии человека.

Первая фаза — рефлекторные движения

Начинается еще до рождения и продолжается примерно до восьмого месяца жизни.

Вторая фаза — рудиментарные движения

Примерно с первого и до конца второго года жизни.

«Сегодня все привыкли принимать решения мгновенно, будь то приготовление еды или кофе (быстрого приготовления), фото на цифровую камеру и мгновенная отправка данных по электронной почте. Поэтому теперь многие ожидают мгновенный результат и во время игры в футбол».