

**Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Спортивная школа № 1»**

Методические рекомендации

Тема: «Футбольная экипировка»

Адресат: педагогические работники, отделения футбол.

Автор-составитель:

Заместитель директора по СП
Алехина Елена Владимировна

Зачитан на тренерском совете:

29 августа 2023г

с оценкой «отлично»

г.Прокопьевск

2023

Все, что вы должны знать о футбольной форме

Как и в любой спортивной игре, футбол предполагает наличие у игроков футбольной формы. Кроме того, что участники состязаний должны иметь определенный комплект одежды, имеются ограничения относительно колец, цепей и браслетов. Как же должны выглядеть футболисты?

Основные тенденции в изготовлении футбольной формы

Профессионально футболом начали заниматься приблизительно в начале 1880-х годов, а уже в 1885 году этот вид спорта был официально легализован. Естественно, были утверждены не только правила игры, но и каноны, по которым изготавливалась форма для игроков.

Футбольная экипировка того времени отличалась от современной формы, уступая по комфорту и удобству. Сложно представить, каково было игрокам соревноваться в тяжелых хлопковых рубашках, неудобных бриджах и неуклюжих кожаных кроссовках (бутсах), которые были очень твердыми. С течением времени форма модернизировалась, и стала более комфортной и легкой.

Для дифференциации каждый клуб имеет свою отличительную окраску экипировки. Традиционно **футбольная форма** имеет три вариации, которую обычно меняют к началу нового сезона:

- основную;
- гостевую;
- запасную.

Самым главным элементом формы является футболка (T-shirt), на задней части которой нанесен номер. У каждого футболиста он свой, и благодаря им можно идентифицировать каждого игрока во время игры. В самом начале становления футбола как профессии игрокам давали номера, начиная с 1 и заканчивая 11. Сейчас же футболист вправе выбрать номер от 1 до 99 в соответствии со своими личными предпочтениями, и должен играть под выбранным номером хотя бы один футбольный сезон.

Футбольная форма с логотипами спонсоров появилась в середине 20 века. Также началось массовое производство фирменной формы ради получения дополнительного финансового дохода футбольных клубов.

Из каких элементов должна состоять форма игроков

Футбольная экипировка и ее элементы определяются Правилом № 4, согласно которому каждый футболист должен иметь:

- Футболку (T-shirt), рубашку или футболку с длинными рукавами. В случае использования футболистом нижней майки цвет должен быть идентичным цвету рукавов или самой футболки
- Трусы или шорты. Если футболист использует подтрусники, по цвету они должны быть идентичными основному цвету шорт.
- Щитки, которые обязательно должны закрываться гетрами. Кроме того, щитки должны быть изготовлены из резины или пластмассы, тем самым обеспечивая надежную защиту футболисту.
- Гетры.
- Бутсы.

Также существуют вещи, которым не место на футбольном поле. Футбол может быть достаточно травматическим видом спорта, поэтому игрокам запрещено надевать любые вещи, которые могут нести хоть какую-то опасность для них и других футболистов.

Вот примерный перечень запрещенной экипировки:

- Часы.
- Кольца, сережки, пирсинг, штанги (все ювелирные изделия).
- Кожаные ремни.
- Резиновые ленты.

Кроме того, запрещается показывать любые лозунги или пропаганду, которые имеют социальный, личностный, политический либо же религиозный характер. Если на форме футболиста есть кровь, экипировку нужно менять. Если присутствуют нарушения, виновник наказывается согласно регламенту.



Футбольная экипировка вратаря, судьи и игроков должна отличаться друг от друга. Судей часто называют «людьми в черном» ввиду привычной формы черного цвета, которую носили арбитры. Правда с развитием футбола как профессиональной игры их форма стала более яркой и нетривиальной.

Развитие футбольной формы

Много чего поменялось с момента выпуска первой футбольной экипировки. Тяжелый хлопок заменился синтетическими тканями, а бутсы стали удобнее и легче. Такие бренды, как Reebok, Adidas Joma, Nike, Puma постоянно модернизируют форму, используя новые технологии и материалы.

Современная ткань для одежды футболистов состоит из:

- Хлопка.
- Нейлона.
- Соединения синтетики и хлопка.
- Полиэстера.

Также стоит упомянуть о современных технологиях, которые внедряют известные производители:

- Coolmax
- Micro-Mesh.
- Gill system.
- ClimaCool.
- Dri-Fit.

Благодаря этим технологиям форма игроков хорошо пропускает воздух, поглощает пот, обеспечивает оптимальный микроклимат тела и комфорт во время матча. А подходящая форма и уверенность в своих сила – залог удачной игры!