

**Победы в большом футболе начинаются во дворе**

Профессиональным футболистом не рождаются и даже не становятся – этого звания добиваются.

**Тренировки с умом**

Великие мастера футбола уверяют, что одного желания для воплощения мечты маловато (хотя оно очень важно). В самом начале полезно гонять мяч с друзьями во дворе, так как авантюрный и порой рискованный характер уличной игры необходим и в большом спорте. Однако «умные» тренировки и самодисциплина имеют все же первостепенное значение в становлении настоящих профи.

**Все начинается с работы над … самим собой.**

На ежедневных занятиях необходимо упорно отрабатывать бесчисленное количество раз всевозможные приемы, удары, ведения, броски.

**Спортивный рост**

Начинающему футболисту необходимо уделять большое внимание своему здоровью и постоянно поддерживать свою спортивную форму. Недостаток природных данных – не помеха для будущего чемпиона. Ведь всегда можно улучшить свои показатели с помощью упорных упражнений на растяжку.

**Беги, футболист, беги!**

Помимо жизненных сил, новичкам потребуется выносливость. Ее можно развить с помощью обыкновенного бега. Особое внимание юным футболистам стоит уделить пробежкам трусцой и бегу на коротких дистанциях.

**На поводу у мяча**

При атаке соперника нужна хорошая координация. Секрет блестящих ударов заключается в умении развивать собственный стиль ведения мячом. Этому не сможет научить даже тренер. Владение мячом – важное условие спортивного восхождения.   
Зачастую необходимо продвинуться с мячом на более выгодную позицию, приблизившись к воротам соперников. Однако иногда просто нет возможности передать мяч партнеру! И даже в этом случае нельзя допустить, чтобы его не перехватил соперник.   
Овладеть приемами игры поможет бег с мячом. Футболист перемещается по полю, выполняя точные удары по мячу. Если соперник поблизости, следует менять скорость продвижения и расстояние, на которое мяч посылается вперед.

**Опасный поворот…!**

Важную роль в футболе играет отличная реакция, которая позволяет молниеносно реагировать в любой опасной ситуации. Особенно важно развивать это качество будущим вратарям, ведь их роль – «вытаскивать» самые опасные мячи.

**Упорное тренировки и желание стать первым обязательно помогут новичкам стать «сногНЕсшибательными» футболистами.**