

# Футбол шагает по планете

С давних пор люди в разных странах любили игры, напоминающие футбол или регби. Это доказывает множество археологических находок. Так, ученые выяснили, что некоторое подобие футбола было популярно еще у древних египтян. При раскопках археологи нашли много мячей, набитых папирусом и древесиной пальм. А среди древних египетских фресок встречаются изображения людей, которые бьют по мячу ногами. Похожие свидетельства есть в истории и других народов. Игры с мячом напоминали сражения двух армий, стремящихся проникнуть в лагерь противника. Они были не только развлечением, но и отличной проверкой физической подготовки. Порой в них участвовало сразу несколько сотен человек.

## ПРЕДШЕСТВЕННИКИ ФУТБОЛА

Маловероятно, что игры с мячом у разных народов имеют какого-то общего «предка». Скорее всего, каждая цивилизация изобрела свой вид спортивного развлечения. Но ни одна из этих игр не похожа на футбол в том виде, в каком мы знаем его сейчас.



## ПЕРВЫЕ ИГРЫ С МЯЧОМ

Первое в истории упоминание об игре, похожей на футбол, датируется примерно 200 г. до н. э. Она называлась «чжу кэ» и входила в программу боевой подготовки воинов в Древнем Китае. На игровой площадке сооружались ворота, сделанные из бамбуковых шестов и сетки. Участники старались закинуть мяч в отверстие, вырезанное в сетке. Допускалось касаться мяча ногами, головой, грудью, плечами или спиной, руками, но только не ладонями.





## ФУТБОЛ В СРЕДНЕВЕКОВЬЕ

В Средние века футбол был жесткой игрой, нередко опасной для окружающих и самих игроков. Две команды с неограниченным числом участников пытались забросить мяч в ворота соперников или какое-нибудь заранее оговоренное место. Можно было играть не только ногами, но и руками, а также хватать, пинать и сбивать с ног соперников. Стоило какому-нибудь игроку завладеть мячом — и за ним устремлялась вся команда соперников, в которую могли входить сразу несколько десятков человек. В пылу погони они толкали друг друга, разносили все на своем пути и сбивали с ног случайных прохожих.

## ВОЗНИКНОВЕНИЕ СОВРЕМЕННОГО ФУТБОЛА

История современного футбола началась на Британских островах приблизительно в XII в. Здесь в футбол играли повсеместно: на деревенских полях, рыночных площадях и даже на узких кривых улицах. Массовая игра почти не имела правил и начиналась как развлечение во время народных гуляний. Однако приоритет англичан оспаривает ряд стран, в первую очередь Италия, Франция, Мексика.

## ФУТБОЛ ПОД ЗАПРЕТОМ

Известно, что в Британии власти не раз пытались запретить футбол, поскольку эта игра часто перерастала в массовые драки. Так, в XIV в. король Эдуард II издал указ, запрещающий футбол как забаву, потому что игроки создавали на городских улицах сильный шум и беспокойство. Этот приказ стал одной из многих попыток запретить популярную в народе спортивную игру с мячом. Но футбол оказался сильнее запретов, он продолжил развиваться и постепенно приобрел современную форму.





## ПРАВИЛА ИГРЫ

В начале XIX в. футбол стал популярен в элитных учебных заведениях Британии. Постепенно это привело к тому, что игра приобрела более цивилизованный вид. В каждой школе были свои правила, которые заметно отличались друг от друга. Принципиальный вопрос, который вызывал много споров: разрешать или нет игру руками?

В 1863 г. представители нескольких школ и клубов стали собираться, чтобы выработать единые правила. Участники этих встреч решили учредить Футбольную ассоциацию (ФА) Англии — первое футбольное объединение в мире. В то же время были приняты первые единые правила футбола, в числе которых утверждалось, что игрокам запрещено касаться мяча руками. Сторонники игры руками и ногами не смогли смириться с этим. Они отделились и основали собственное объединение — регбийное.



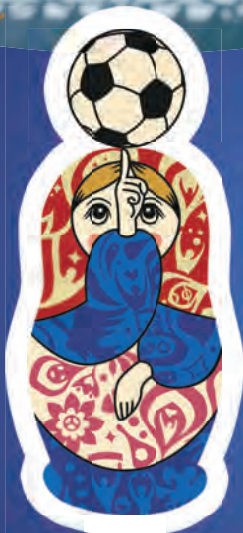
## ПЕРВЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

Во второй половине XIX в. в Футбольную ассоциацию начали вступать клубы с разных уголков Британии. В начале 1870-х гг. в нее входило 50 команд. В 1871—1872 гг. прошли первые в истории официальные соревнования по футболу. Это дало старт старейшему в мире общенациональному футбольному турниру — Кубку ФА. В первых соревнованиях участвовали 15 команд. Обладателем первого Кубка Англии 1872 г. стал клуб «Уондерерс».





Спортивные игры с мячом были известны и на Руси. Наш прообраз футбола назывался шальгой. Забава заключалась в том, чтобы загнать мяч на условленную территорию противника.



## В РОССИИ

Современный футбол в России появился примерно в конце XIX в. Об игре узнали от моряков-англичан и иностранных специалистов, которые приезжали в Российскую империю для работы на заводах и фабриках. В Санкт-Петербурге первая футбольная лига была создана в 1901 г., а в Москве — в 1909 г. Со временем лиги футболистов стали появляться и в других городах страны.

**«ФУТБОЛ  
ВЫТЭСНЯЕТ  
ВСЕ ИЗ МОЕЙ  
ГОЛОВЫ, НАЧИНАЕТ  
ЗАНИМАТЬ СЕРДЦЕ,  
ЗНАЧИТ, ФУТБОЛ УЖЕ  
БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЖИЗНЬ».**

**Дэвид  
Бекхэм**

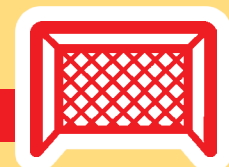
## ПЕРВЫЕ МЕЖДУНАРОДНЫЕ МАТЧИ

История международного футбола началась в 1872 г. со встречи сборных Англии и Шотландии. Во время матча команды не забили ни одного гола. Поэтому он также вошел в историю футбола как первая нулевая ничья. Очень скоро стараниями английских моряков, путешественников и торговцев футбол распространился по всему миру, в первую очередь в Европе и Южной Америке. В XIX в. были основаны футбольные объединения в Дании, Голландии, Чили, Аргентине и других государствах.



## МЕЖДУНАРОДНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ФУТБОЛА

В начале XX в. международные футбольные соревнования получили такую популярность, что стала очевидна необходимость создать единую организацию для контроля и управления всем мировым футболом — Международную федерацию футбола (ФИФА). В Великобритании идею не поддержали, поэтому этот управляющий орган основали представители других стран: Франции, Дании, Нидерландов, Бельгии, Испании, Швейцарии и Швеции. ФИФА была основана 21 мая 1904 г. в Париже. Сегодня это главная футбольная организация, которая является крупнейшим международным руководящим органом в футболе. Футбольные ассоциации Великобритании присоединились к ней в 1946 г. Со временем количество участников стало расти, и в настоящее время ФИФА включает 211 стран.



# Как выбрать мяч

В футбол можно играть в разной одежде и обуви (и даже босиком), но без мяча не обойтись. С хорошим мячом игры и тренировки проходят успешнее. В спортивных магазинах огромное количество футбольного инвентаря. Внешне мячи отличаются только раскраской и размерами, но на самом деле они могут быть сделаны из разных материалов, которые влияют на удобство в игре. Выбирая мяч, не торопитесь, проверьте несколько вариантов, чтобы сравнить между собой и сделать правильный выбор.

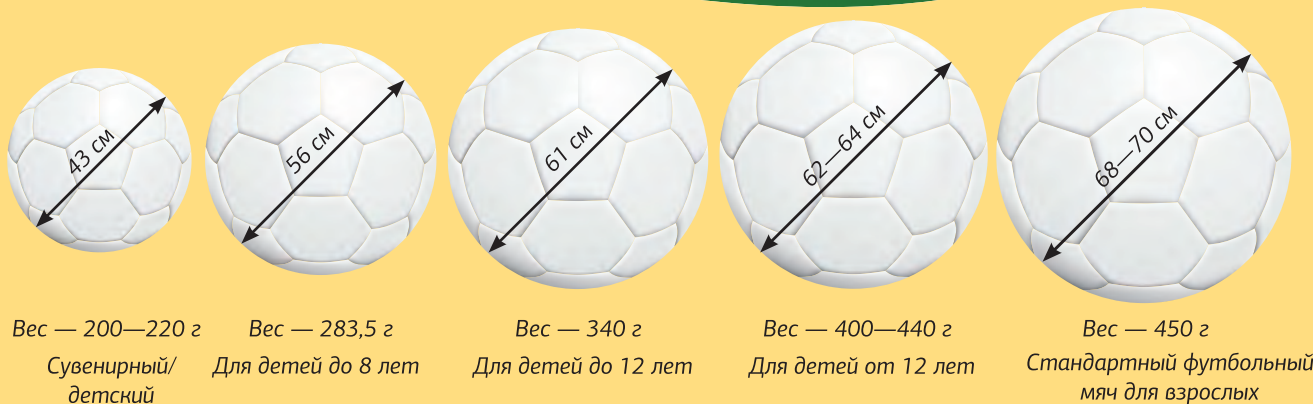


Сейчас около 80% мячей делают в Индии и Пакистане. Третье место по объему производства занимают Таиланд и Китай.

## ВИДЫ МЯЧЕЙ

Футбольные мячи бывают четырех основных видов в зависимости от целей использования и подготовки футболистов:

- профессиональные — очень качественные мячи для игры высочайшего уровня на любом покрытии и при любой погоде, имеют специальные маркировки ФИФА;
- тренировочные — предназначены для регулярных тренировок в любую погоду, хорошо отталкивают грязь и воду, выдерживают большое количество ударов, подходят для игроков любого уровня;
- любительские — хорошо подходят для спортсменов-любителей, такие мячи делают из более дешевых материалов, чем тренировочные и профессиональные, поэтому срок их службы меньше;
- для мини-футбола — мячи с меньшими радиусом и отскоком, чем обычные.



Вес и размер имеют значение.

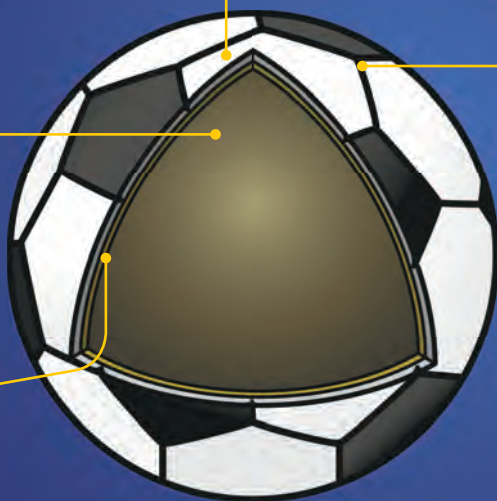




**Камера.** Придает мячу форму и удерживает внутри него воздух. Изготавливается из латекса или бутила. Мячи с латексными камерами более чувствительные и мягкие, у них стабильнее траектория полета, но со временем они выпускают воздух, поэтому их нужно периодически подкачивать. Бутиловые камеры дольше удерживают воздух, но более жесткие и менее чувствительные

**Покрышка.** Внешнее покрытие для футбольных мячей делают в основном из полиуретана и поливинилхлорида (ПВХ). Мячи из ПВХ дешевле полиуретановых. Обычно они используются для тренировок и уличного футбола. Покрышки из полиуретана делают для дорогих и профессиональных мячей. Они более мягкие и лучше реагируют на удары

**Подкладка.** Находится между камерой и внешним покрытием. Подкладка влияет на упругость, форму, вес и другие характеристики мяча. Качественные подкладочные слои (которых в современных мячах четыре и более) делают из нетканых материалов, например полиэстера



**Шов.** Большинство футбольных мячей состоит из 32 панелей, 12 из них имеют пятиугольную форму, 20 — шестиугольную. Панели мяча сшивают нитками ручным или машинным способом либо склеивают. Склеенные панели появились относительно недавно, такие мячи не пропускают влагу и имеют идеальную сферичность. Мячи с ручной сшивкой долго служат и хорошо переносят высокие нагрузки, но могут набирать воду при игре во влажную погоду

Конструкция футбольного мяча.

## МЕЖДУНАРОДНАЯ ФУТБОЛЬНАЯ АССОЦИАЦИЯ РЕКОМЕНДУЕТ

Есть три международных стандарта качества мячей, разработанных ФИФА. Если вы видите одну из следующих надписей, это значит:

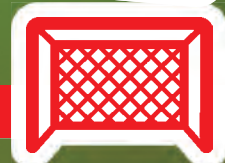
- FIFA Inspected («проверено ФИФА») — мяч успешно прошел шесть стандартных тестов; его испытывают на вес, диаметр окружности, сферичность, потерю давления, поглощение влаги и отскок;
- IMS — («международный стандарт мяча») — мяч не испытывали в лабораториях ФИФА, но по характеристикам он соответствует FIFA Inspected, правда, не может применяться в официальных матчах;
- FIFA Approved («одобрено ФИФА») — мяч успешно прошел дополнительный тест ФИФА на сохранение формы и размера после 2000 ударов о стальную плиту; это самый высокий стандарт для футбольных мячей.

**«Я КАЖДЫЙ ДЕНЬ ЦЕЛЮЮ МЯЧ И МОЛЮСЬ БОГУ В БЛАГОДАРНОСТЬ, ЧТО ДАЛ МНЕ ФУТБОЛ».**

**Роналдиньо**



Москва, Россия, 29 апреля  
2018 г. Сувенирный мяч  
с эмблемой чемпионата мира  
по футболу 2018 г. в Москве.



# Как ухаживать за футбольным мячом

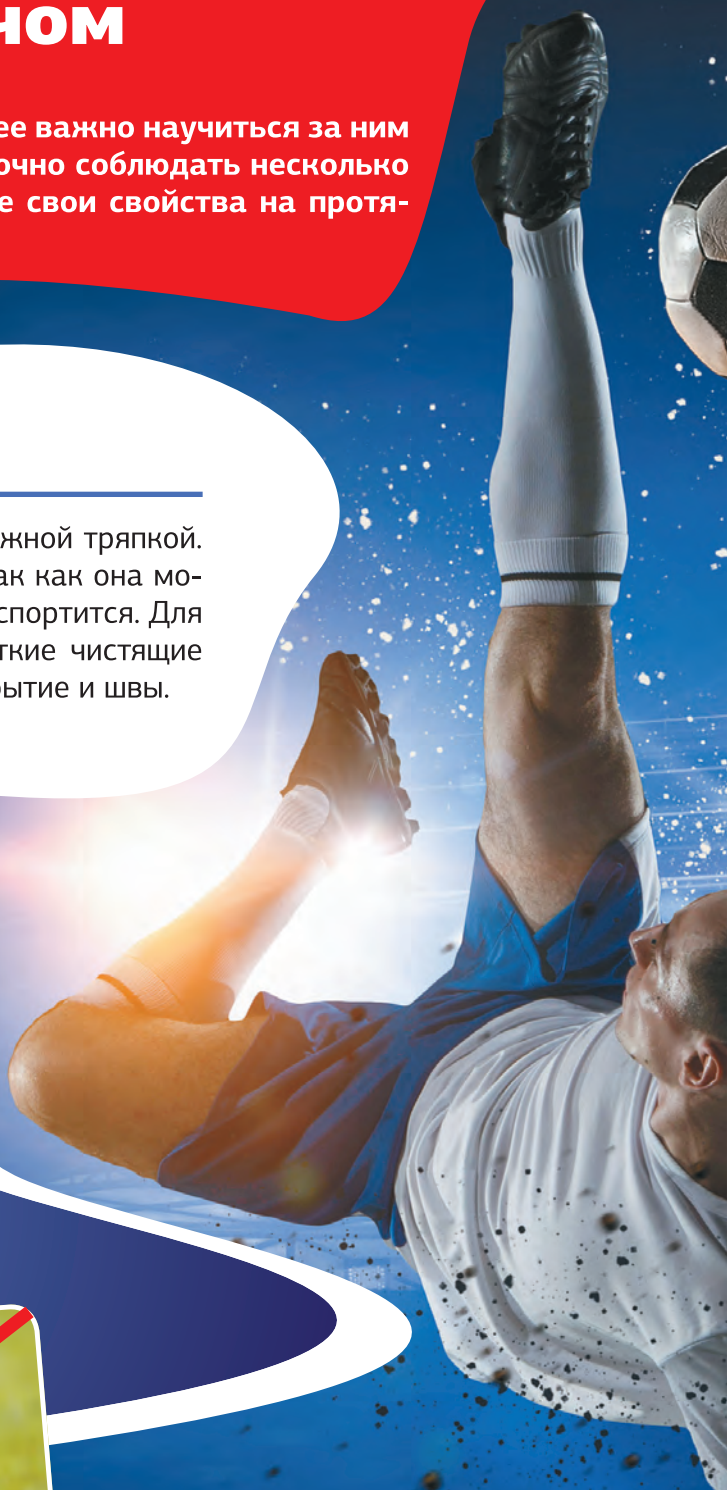
Правильно выбрать мяч — это важно, но не менее важно научиться за ним ухаживать. В этом нет ничего сложного, достаточно соблюдать несколько простых правил. Тогда мяч будет сохранять все свои свойства на протяжении многих лет.

## КАК ЧИСТИТЬ МЯЧ

После каждой игры мяч нужно чистить от грязи влажной тряпкой. А вот подставлять его под струю воды не следует, так как она может проникнуть во внутренние слои, и мяч быстрее испортится. Для чистки ни в коем случае нельзя использовать жесткие чистящие средства, так как они могут повредить внешнее покрытие и швы.

## ВАЖНО ПОМНИТЬ!

Никогда не надо становиться или садиться на футбольный мяч. Из-за этого он может потерять свою форму и стабильность траектории полета. По той же причине нежелательно бить футбольным мячом по стене.





## **В ХОЛОДНУЮ ПОГОДУ**

Перед игрой в холодную погоду нужно убедиться, что мяч совершенно сухой. Если в маленьких трещинах осталась вода, она может замерзнуть. При ударах это приведет к тому, что поверхность мяча начнет трескаться.



## **ПОСЛЕ ИГРЫ**

После игры каждый мяч рекомендуется слегка сдуть, чтобы уменьшить напряжение на швы. Тогда они не будут растягиваться и мяч не потеряет форму.



## **ПРАВИЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ В МЯЧЕ**

Мяч со временем теряет давление, поэтому его нужно периодически проверять, чтобы убедиться в соответствии норме. Не стоит играть перекаченным или недокаченным мячом, так как он будет изнашиваться быстрее. Давление измеряют специальным прибором — манометром. Но такое устройство есть не у всех, поэтому можно проверить мяч менее точным, но более простым способом. Для этого нужно поднять мяч на уровень головы и отпустить. Если он отскочил до пояса, значит, его накачали правильно.





# Одежда и обувь футболиста

Форма и обувь футболиста вне зависимости от погодных условий должны обеспечивать комфорт во время игры и не ограничивать движения. Добиться этих целей одним комплектом формы невозможно, поэтому каждый профессиональный футболист имеет в наборе несколько видов экипировки.



**Футболка.** Футболки обычно делают из синтетических материалов. Они по сравнению с натуральными тканями прочнее, долговечнее, не выгорают на солнце и дольше сохраняют привлекательный вид. Чтобы не возникало путаницы, цвета формы футболистов из разных команд на поле должны различаться. В случае совпадения цветов гости должны надеть запасную форму или манишки.

**Трусы.** Игрок выходит на поле в футбольных трусах из легкой и хорошо проветриваемой ткани. В них могут быть вставки из сетки или дышащие подкладки. В холодную погоду допускается надевать подтрусники того же цвета, что и трусы.

**Бутсы.** Основная задача футбольных бутс — обеспечивать хорошее сцепление с покрытием поля и защищать ногу от ударов. Для игры выбирают обувь с укрепленным носком, надежной шнуровкой и жесткими вставками для фиксации стопы. Подошва подбирается в зависимости от покрытия игрового поля. Для травяного покрытия используют бутсы с шипами. Обычно они съемные, поэтому в зависимости от характеристик покрытия подбирают разные по длине и количеству шипы. Для игры в зале с твердым полом используются бутсы без шипов со сложным рисунком на подошве.

**Гетры и щитки.** Гетры должны быть эластичными, плотными и не сползать во время матча. Под них спортсмены надевают щитки, которые защищают от ударов по ногам мячом или бутсами другого игрока.

Капитана футбольной команды отличает повязка на рукаве.





© Vlad1988 / Shutterstock.com

## МАНИШКА

Манишка — это легкая накидка, которая используется, чтобы отличить игрока одной команды от другой, если их форма совпадает по цвету. Обычно манишки яркие и имеют номера. Этот вид экипировки делают из синтетических тканей.

*Киев, Украина, 9 сентября 2013 г.  
Фрэнк Лэмпард на предматчевой тренировке перед отборочным матчем ЧМ-2014, стадион НСК «Олимпийский». На футболисте яркая сетчатая манишка.*

## ДЖЕМПЕР

Для игры в холодную погоду лучше всего использовать не футболку, а джемпер с длинными рукавами. Такую одежду делают из плотных синтетических тканей. Чтобы рукава не заворачивались, в некоторых джемперах есть петли, которые надевают на большие пальцы рук.



## ОДЕЖДА ВРАТАРЯ

Форма вратаря по цвету и материалам отличается от формы других игроков и судей. Голкиперу приходится падать чаще других футболистов, поэтому его экипировка делается из тканей, которые меньше подвержены стиранию и повреждениям. При пошиве формы вратаря используется специальный защитный пеноматериал, который смягчает удары.

В дополнение к стандартной экипировке у голкипера есть вратарские перчатки. У них шероховатая поверхность в области ладоней, чтобы мяч не выскакивал из рук. На манжетах перчаток есть застежки-липучки, которые можно регулировать.



© A.RICARDO / Shutterstock.com

*Рио-де-Жанейро, Бразилия, 23 мая 2019 г.  
Рене Игита, легендарный колумбийский вратарь, на стадионе «Маракана» перед матчем между командами «Флуминенсе» и «Атлетико Насьональ». Игита — вратарь сборной.*

