

Резюме встречи с учеником: Ричи

Дата встречи: Январь 2026

1. Подробное резюме встречи

Информация об ученике

- **Имя:** Ричи (Ричард)
- **Год рождения:** 2015 (играет за 2014 год — на год старше)
- **Местоположение:** Германия (Ганновер), сейчас временно в Таиланде
- **Позиция:** Левый вингер / левый нападающий
- **Статус в команде:** Стартовый состав, самый быстрый в команде
- **Тренировки:** 5 раз в неделю (2 раза клуб + турниры + дополнительные)
- **Дополнительно:** Когнитивные тренировки 1 раз в неделю

Текущая ситуация и достижения

- Перешёл во вторую по силе команду округа, играет на год старше
- Взяли сразу в 2014 год, т.к. был слишком силен для 2015
- Играл против лучшей команды Польши (Легия) — 0:0
- Играл против Лейпцига, Гамбурга и других топ-команд
- В феврале будет большой турнир — играет за ПСЖ (в Таиланде)
- Тренеры поощряют обводку и риск

Выявленные сильные стороны

1. **Техника на автомате** — огромный прогресс! Движения стали автоматическими, красивыми
2. **Скорость** — самый быстрый в команде 2014 года
3. **Голеностоп** — значительно улучшился, хорошо крутит
4. **Финты** — ёлочка, зидан, перекат, улитка — всё на высоком уровне
5. **Сканирование пространства** — отличное (когнитивные тренировки помогают)
6. **Приём в движении** — до приёма смотрит назад, первым касанием уходит
7. **Удар правой** — шикарный, сильный, хорошая техника
8. **Дриблинг на скорости** — основное оружие для высокого уровня

Зоны для развития

9. **Левая нога** — главный приоритет! Набивает ~20 раз, нужно больше
10. **Удары издалека** — больше бить с дистанции, не только вблизи
11. **Работа в отборе** — нужно агрессивнее, пока отстаёт от партнёров
12. **Реализация** — голы не залетают (штанги, вратарь), нужно больше бить
13. **Новые финты** — замах в стиле Бускетса, ложный Мэттьюз, переброс

🎯 ВЕКТОР РАЗВИТИЯ (ключевое решение встречи)

Стать лучшим игроком в команде + получить приглашение от еще более сильной Академии

Фокус на развитии левой ноги, ударах издалека и дриблинге на скорости. В Таиланде — отрабатывать финты и сложные элементы. В Германии — использовать дриблинг на скорости как основное оружие.

Важный психологический момент

Статистика голов (не переживать из-за незабитых!):

- Криштиану Роналду — из 100 ударов забивает 17 (лучший бомбардир в истории!)
- Мбаппе — из 100 ударов забивает 20
- Ламин Ямаль — из 100 ударов забивает 11

Вывод: Нужно просто много бить! Чем больше ударов — тем больше голов.

Финты и элементы для изучения

14. **Замах Буккетса** — делать вид что пас, разворачивать корпус, затем уход под себя
15. **Ложный Мэтьюз** — для смещения под правую ногу с левого фланга
16. **Переброс** — рабочий финт для обыгрыша
17. **Крученный удар** — начал осваивать, продолжать

Договорённости и следующие шаги

18. Попросить тренера прислать полную игру (не только нарезки)
19. Самостоятельные тренировки 3 раза в неделю минимум
20. Найти стенку для ударов (есть на улице)
21. Одну тренировку в неделю играть только левой ногой
22. В Таиланде — больше играть с левого фланга, бить издалека
23. Посмотреть матч Манчестер Сити — следить за Родри
24. Чередовать: удар издалека → обыграл → забил вблизи
25. Посмотреть запись групповой встречи

Оценка

«Ты здесь звезда, мне нужно тебе придумать сложную программу. У тебя уровень за рамками России — в любую российскую академию возьмут. В Германии у тебя перспектив в 1000 раз больше. Тебя в Челси возьмут с руками и ногами. Нужно повышать самооценку!»

2. Д/З тренировки и теория (8 недель)

Даты (неделя)	Тренировки	Ссылки на выполнение
ПН 12.01 — ВС 19.01	Задания на каждый день: 1. Набивания левой ногой: 500 раз в сумме 2. Набивания левой со стенкой: в 1, 2 или 3 касания: 10 минут 3 тренировки на неделю: 1. Финт Мэттьюза (>>>смотреть тут<<<). 2. Финт Переброс (>>>смотреть тут<<<). 3. Елочки Бускетса (>>>смотреть тут<<<) - тебе надо пройти тренировку по Ёлочкам, только с замахами. Теоретическое задани Посмотреть за игрой Родриго 1-й тайм. Выписать все эпизоды, где он очень круто сыграл, которые понравились. Выписать минуту и секунду. Прислать фото. Если не будет открываться, сказать мне в тг, я найду другой способ. https://okko.sport/sport/live_event/real-madrid-manchester-city-uefachampionsleague-25-26?playing=live&id=bfbdf855-7f91-384d-a52a-f8f0a9e4e513&type=LIVE_EVENT Задание в командные тренировки: Попробовать в игре на одной из тренировок делать все только левой ногой.	          
ПН 20.01 — ВС 26.01 до	Задания на каждый день: 1. Набивания левой ногой: 500 раз в сумме 2. Набивания левой со стенкой: в 1, 2 или 3 касания: 10 минут 3. Набивания обеими ногами или сильной ногой (на твое усмотрение) со стенкой в 2-3 касания: расстояние до стены 5	

	широких шагов и дальше (но не ближе): 10 минут 3 тренировки на неделю: 1. Финт Замах (>>>смотреть тут<<<). Кем 2. Прием и передача: верховые мячи (>>>смотреть тут<<<). 3. Прием и передача: верховые мячи (сделать ту же тренировку, что и в пункте 2 второй раз, только добавить перед каждым приемом поворот головы и делать на максимальной скорости) (>>>смотреть тут<<<). Задание в командные тренировки: 1. Попробовать в игре на одной из тренировок делать все только левой ногой. 2. Замах Бускетса.	
ПН 27.01 — ВС 02.02	 Тренировка 1  Тренировка 2	
ПН 03.02 — ВС 09.02	 Тренировка 3  Тренировка 4	
ПН 10.02 — ВС 16.02		
ПН 17.02 — ВС 23.02		
ПН 24.02 — ВС 02.03		
ПН 03.03 — ВС 09.03		

3. Таблица целей развития

🎯 Вектор развития: Стать лучшим игроком команды + получить приглашение от Ганновер 96. Развить левую ногу до уровня правой.

Цели на ближайшее время	Как достигать	Как поймём, что цель достигнута	Ссылка на выполнение
Развить левую ногу до уровня правой	Д/З (есть в таблице)	Набивание 50+ раз левой; уверенные пасы и удары левой в игре; одна тренировка в неделю только левой	
Увеличить количество ударов издалека	Договорились, что будешь ставить цели	Минимум 3-4 удара с дистанции за матч; чередование: издалека → обыграл → вблизи	
Освоить замах в стиле Бускетса	Д/З (есть в таблице)	Успешное применение в игре: разворот корпуса → имитация паса → уход под себя	
Освоить облегченный Мэтьюз	Д/З (есть в таблице)	Использование для смещения с левого фланга под правую ногу; успешные уходы в центр	
Добавить переброс в арсенал	Д/З (есть в таблице)	Регулярное использование в играх; успешные обыгрыши через переброс	
Усилить работу в отборе	Как вернешься в Германию, будем разбираться	Агрессивное участие в отборе наравне с партнёрами; больше отобранных мячей за матч	
Увеличить количество голов	Помни всегда о статистике Роналду	Больше ударов → больше голов; не переживать из-за	

		незабитых (статистика Роналду)	
Смотреть в глаза сопернику как Месси			

Примечание: Техника на автомате — это результат хорошо заложенной базы. Теперь нужно усложнять программу и готовиться к возвращению в Германию в конце февраля. Любимые футболисты: Джамал Мусиала, Олисе (Бавария).