

**«Футбол - игра во все
времена».**



Футбол – спортивная командная игра на специальной площадке (поле). В команде по 11 человек, цель игры – забить мяч ногами или любой другой частью тела (кроме рук) в ворота соперников. Футбол – это страстное противоборство двух команд, в котором проявляются скорость, сила, ловкость, быстрота реакции. Как сказал лучший футболист современности бразилец Пеле, «футбол – это трудная игра, ведь в нее играют ногами, а думать надо головой»



■ Цели:

- Узнать историю возникновения футбола;
- Доказать, что занимаясь футболом можно укрепить здоровье.

■ Задачи:

- Выяснить, популярен ли футбол среди учащихся нашей школы.
- Пропагандировать футбол среди знакомых



Футбол – популярная спортивная игра, которая требует больших нравственных и волевых качеств. Сегодня футбол – по-настоящему массовый вид спорта, в который играют все от мало - до велика. В мире насчитываются тысяч команд и миллионы футболистов.



Точная **дата возникновения игры в футбол** не известно, но можно сказать, что история футбола насчитывает не одно поколение и затрагивает немало стран. Игры с мячом были и остаются популярными на всех континентах, об этом говорят находки археологов.



Считается, что популярная игра современности - футбол – появился в **Англии**. Англичанин первый ударил по мячу ногой.



Болотный футбол

- Правила игры похожи на правила традиционного футбола. Игра проводится на болоте, запрещается смена сапог во время игры. Размер поля 60 на 35 метров, команда из 5 игроков и вратаря, матч- 2 тайма по 13 минут, замена игроков производится без остановки игры. Чемпионаты мира по болотному футболу проводятся с 1998 года. Этот вид игры популярен в Скандинавии.



Пляжный футбол

- Данный вид спорта основан на правилах классического футбола. Игра проводится на песчаных пляжах босиком. Команда состоит из 5 человек, игра проводится в 3 тайма по 12 минут. Размеры игрового поля - 28м. на 37м., что позволяет игрокам забить практически из любого положения, даже прямым ударом из своих ворот. За игру можно увидеть до 60-ти ударов по воротам противника.



Мини-футбол

- Командный вид спорта проводится на площадке шириной 25 м. и длиной 42 м.. Игра проводится в 2 тайма по 20 минут. Команда состоит из 4 игроков и вратаря. Используется мяч меньших размеров, разрешается играть любой частью тела, кроме рук. Замены игроков проводится по ходу игры, неограниченно.



Рашбол

- Рашбол был изобретен в России в начале 21 в. в городе Владивосток профессором В. Макаровым. Другое название «Русский футбол», которое получило распространение в русскоязычных странах и России. Похожа это игра на традиционный футбол размером поля, количеством игроков, играть можно любыми частями тела, кроме рук.



Бамбербол(игра в шарах)

- Бамбербол придумали норвежцы Хэндрик Элвестат и Йохан Голден, которые решили изменить традиционный футбол, одев игроков в прозрачные надувные сферы. Первый матч по бомберболу показали в 2011 г. в телешоу «Золотой гол». В игре участвуют две команды, которые состоят из равного количества участников по 3-5 человек. Бомбербол проводится в два тайма от 5 до 10 минут. Игроки играют в бамберболах весом 7-12килограмм, в зависимости от толщины материала и размера. Побеждает команда, которая забивает большое количество голов.



- **Футбол** является самым популярным видом спорта не только в России, но и во многих других странах. Это командный вид спорта где участвуют 11 игроков с каждой стороны, которые играют используя ноги, голову и туловище, чтобы забить гол и передавать мяч. Играя в футбол нужно часто менять темп бега. Игроки постоянно используют ходьбу, спринт, легкий бег, что отлично подходит для укрепления сердечно-сосудистой системы. Люди разных возрастов и подготовки могут играть в футбол, постепенно достигая результатов. Футбол так же учит партнерским взаимоотношениям в команде. Именно поэтому футбол является прекрасным видом спорта для детей, чтобы они, начиная с детства учились играть в команде.



Что касается пользы футбола для здоровья:

- 1. Футбол повышает выносливость и укрепляет сердечно-сосудистую систему.
- 2. Улучшает мышечный тонус и снижает накопление жира.
- 3. Тренирует организм человека за счет смены темпа бега.
- 4. Усиливает мышечную и костную прочность.
- 5. Способствует развитию подвижности и гибкости, повышает прочность суставов



Есть и другие преимущества футбола

- 1. Способствует взаимоотношениям в коллективе.
- 2. Развивает быстроту и умению быстро думать.
- 3. Закаляет характер
- 4. Повышает уверенность в себе.
- 5. Отличный способ хорошо провести время с друзьями.
- 6. Хороший способ познакомиться с интересными людьми.
- 7. Можно играть во дворе или в парке, требует мало оборудования.



Все же футбол является травма опасным. Чтобы защитить себя от травм нужно убедиться в следующем:

- 1. Будьте осторожны и внимательны.
- 2. Регулярно тренируйтесь.
- 3. Во время игры не отвлекайтесь на посторонние вещи и мысли.



- **Футбол** является очень популярной игрой у детей и у взрослых, но при этом правила игры постоянно изменяется со временем. На их изменения влияет частые споры команд. Также с течением времени менялись футбольные мячи, футбольная форма и обувь. Они менялись не только из-за популярности футбола, но и под влиянием прогресса промышленности и науки.



Футбол воспитывает в человеке мужество, смелость, чувство коллективизма. Когда играешь в эту игру, становишься частью команды, победа команды становится твоей победой.



Спасибо за внимание!

