

# Футбол



Подготовила учитель начальных классов Родзянова Марина Владимировна

# ПОЧЕМУ футбол?

Футбол – очень интересный и увлекательный командный вид спорта, который требует большого напряжения сил, волевых и нравственных качеств человека.

Футбол развивает  
двигательные  
качества: скорость,  
ловкость,  
координацию.  
Способствует  
укреплению  
иммунитета



**Футболист хорошо подготовлен физически.**

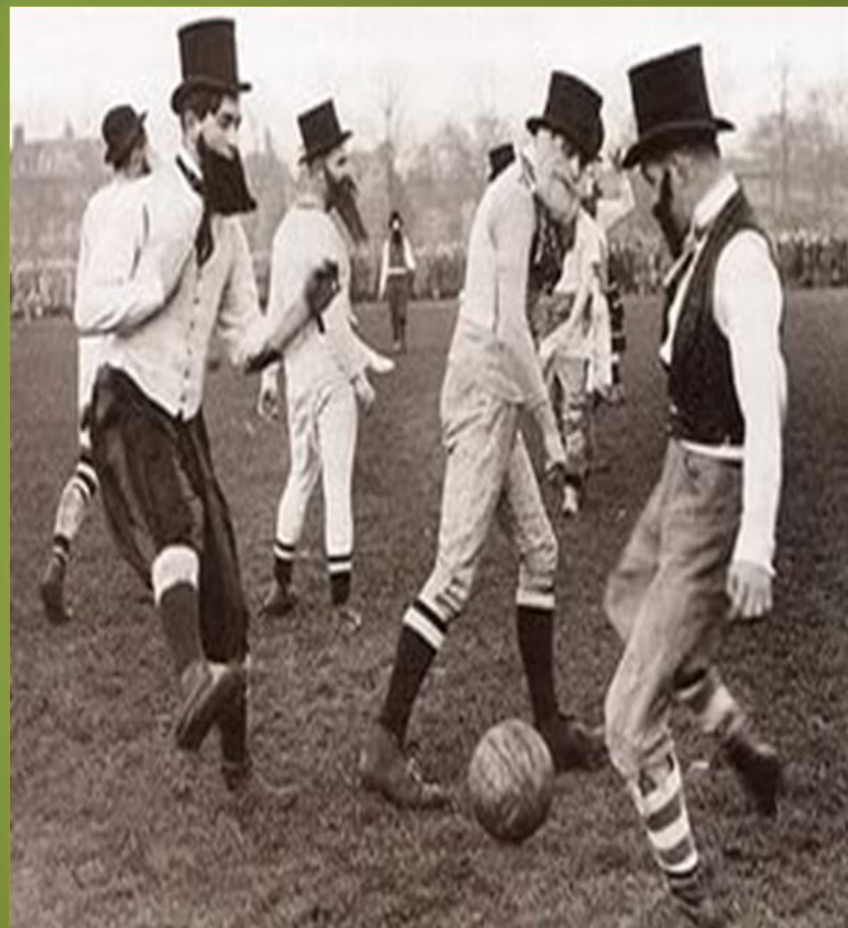
# Польза футбола

- Футбол улучшает общее состояние здоровья человека.
- Способствует укреплению иммунитета.
- Уменьшает вероятность возникновения сердечнососудистых заболеваний, выводит плохой холестерин, снижает кровяное давление.
- Улучшает циркуляцию крови и соответственно снабжение кислородом всех органов.
- Футбол полезен для улучшения обмена веществ в организме.
- Специалисты утверждают, что регулярная игра в футбол помогает укрепить костную ткань и благоприятно влияет на опорно-двигательный аппарат.
- При игре в футбол движения очень разнообразны, что позволяет укрепить практически все мышцы организма.
- Эта игра развивает ловкость и улучшает координацию движений.
- Футбол – отличный помощник в борьбе с лишним весом.
- Эта игра, как и другие виды физической активности, помогает бороться со стрессами и депрессиями, повышает настроение и улучшает сон.



# История футбола

Родиной современного футбола является Англия. Он начал свой путь еще в 7 веке. Тогда в футбол играли на рыночных площадях, с утра до вечера. Правил тогда не существовало, и люди играли как попало.



# ФУТБОЛ В ДРЕВНЕЙ РУСИ

В древней Руси тоже существовала игра с мячом, такая игра называлась шальгой.

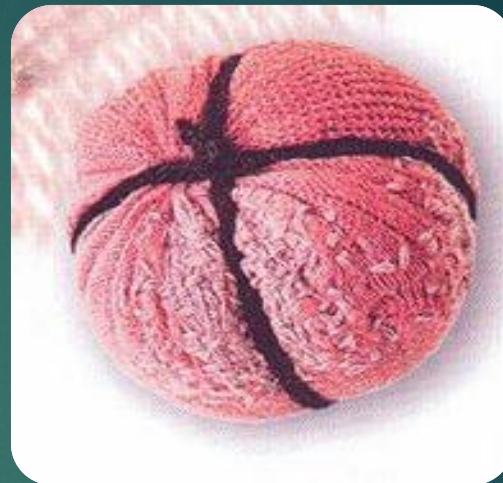




# ФУТБОЛЬНЫЙ МЯЧ



Древние традиции изготовления мячиков на Руси



Стандарт современного футбольного мяча –  
окружность 68-71 см., вес – 410-425 грамм.



# Футбольная экипировка

Спереди на футболке - эмблема спортивного клуба



Сзади на футболке написаны фамилия и номера игроков, чтобы легче узнать их на поле



Бутсы обеспечивают ногам хорошую опору, чтобы игрок не поскользнулся

**Выходя на футбольное поле, нельзя забывать о безопасности. Футболист должен использовать только ту экипировку, которая обеспечивает ему и остальным игрокам полную безопасность. А это, прежде всего, футболка, шорты, гетры, щитки и удобная обувь.**





Футбольное поле , рекомендуемое FIFA:  
длина -105 метров, ширина-68 метров, площадь – 7140 кв. метров.





# ЭТО ИНТЕРЕСНО

**Официально  
футбольные  
ворота в  
высоту  
составляют  
2 метра 44  
сантиметра,  
а в ширину -  
7 метров 32  
сантиметра**



# Разновидности футбола

ПЛЯЖНЫЙ ФУТБОЛ  
Играется на песке



ДВОРОВЫЙ ФУТБОЛ  
играется на любом покрытии на полях любого  
размера любым количеством людей



ФУТБОЛЬНЫЙ ФРИСТАЙЛ  
заключается в исполнении всевозможных  
финтов и трюков



ТРЕХСТОРОННИЙ ФУТБОЛ  
на одном поле одновременно играют три команды





## МИНИ-ФУТБОЛ

играется в зале на специальном покрытии



## ШОУБОЛ

играется в хоккейной коробке с искусственным покрытием



## ФУТДАББОЛ

играется на стандартном поле двумя мячами одновременно



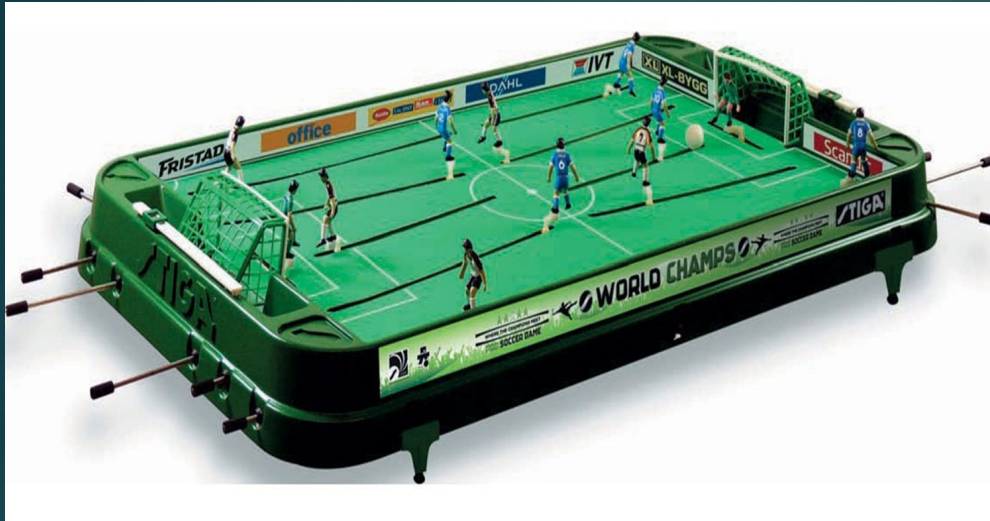
## ФУТБОЛ В ШАРАХ

играется в больших надувных прозрачных сферах

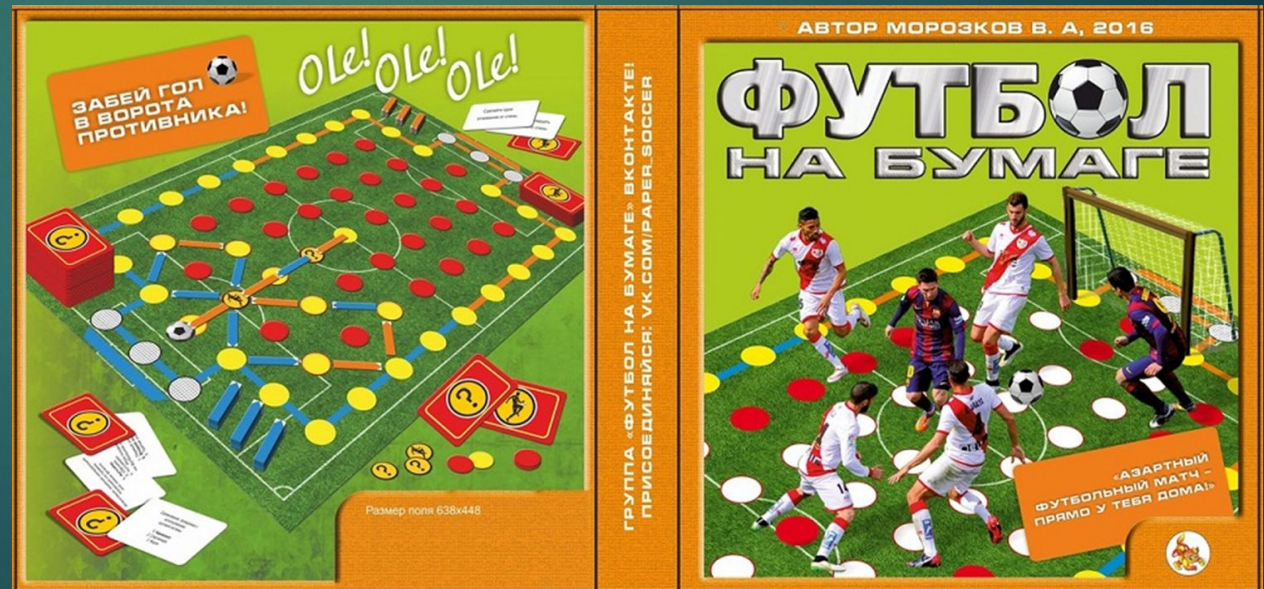




# НАСТОЛЬНЫЙ ФУТБОЛ



## ФУТБОЛ НА БУМАГЕ





# Да здравствует футбол!

Футбол — чудесная игра,  
Он свел с ума мою планету,  
В него играть всегда пора,  
Зимой, весной и жарким летом.  
Футбол на улицу зовет,  
Он ввел везде свои законы,  
То двор случайно соберет,  
То вмиг наполнит стадионы.  
Футбол сближает и роднит,  
В нем есть, когда душе  
согреться.  
Лишь тот на поле победит,  
Кто в каждый финт добавит  
сердца.  
Футбол чудесная игра.

