



ИСТОРИЯ ФУТБОЛА



- Цель:

- Освоить знания об истории и современном развитии футбола.

Задачи:

- развивать физические качества и способности;
- регулировать физические нагрузки для самостоятельных занятий.
- воспитывать положительные качества в соревновательной деятельности.
- привлечь к занятиям своих сверстников, товарищей.

Как начинался футбол...

- Самой популярной игрой в мире является футбол (от англ. foot- "нога" и ball - "мяч", т.е. ножной мяч).
- Не зря с почтением говорят: "Его Величество Футбол".



Рождение футбола



- Рождение футбола проходило медленно и очень долго. Многие до сих пор считают родиной футбола Англию, но это не совсем верно. Упоминание об игре, напоминающей собой футбол, встречается у нескольких народов.
- Самый древний источник – это летописи династии Хань в Китае. Им более 2000 лет.



Этот старинный рисунок свидетельствует что уже в XVI в существовала игра похожая на современный футбол в которую играли на ограниченном пространстве

- Не отстает и Япония – похожую игру в мяч здесь играли около 1400 лет назад. «Игроки разделяются на две команды. Мяч помещают на линию в центре площадки. На обоих краях площадки за спиной у игроков, каждый из которых стоит на отведенном ему месте, проводят еще по линии. За эти линии полагается занести мяч, ...».
- По свидетельству современника Древнего Рима, это описание гаспартума – игры отдаленно напоминающей футбол.



Надувание мяча



Запрет об игре в футбол

- Когда в 17 в. сторонники английского короля Карла I бежали в Италию, они познакомились там с этой игрой, а после восшествия на престол в 1660 Карла II завезли ее в Англию, где она стала игрой придворных.
- Средневековый футбол в Англии носил чрезвычайно азартный и грубый характер, и сама игра представляла собой, в сущности, дикую свалку на улицах.
- Англичане и шотландцы играли не на жизнь, а на смерть. Неудивительно, что власти вели упорную войну с футболом; выпущены были даже королевские приказы о запрещении игры.
- 13 апреля 1314 жителям Лондона был зачитан королевский указ Эдуарда II, под страхом тюремного заключения запрещающий игру в городе..
- В 1365 настал черед Эдуарда III запретить футбол, ввиду того, что войска предпочитали эту игру совершенствованию в стрельбе из лука.
- Ричард II в своем запрете упомянул в 1389 и футбол, и кости, и теннис.



Легенды футбола



- Каждая страна рождала великих игроков. Они восхищали болельщиков не только своими победами и достижениями, но и просто своей игрой. Матчи с участием этих футболистов смотрели не только поклонники их клубов, но и люди, привлеченные на стадионы их мастерством.

Звезды советского и российского футбола:

Лев Яшин

Олег Блохин

Дмитрий Сычев

Игорь Акинфеев

Андрей Аршавин

Александр Кержаков

Юрий Жирков

Утренняя гимнастика для



Описание	Рисунок	Первые 8-10 дней	Увеличение до
<p>Исходное положение: ноги врозь, руки скрещены впереди.</p> <p>Разведение рук в стороны, с подниманием на носки.</p>		6-8 раз	12-15 раз
<p>Исходное положение: ноги врозь, руки над головой.</p> <p>Сгибание туловища вниз, далеко пронося руки назад.</p>		6-8 раз	10-12 раз
<p>Исходное положение: ноги немного расставлены.</p> <p>Глубокое приседание с двумя-тремя дополнительными усилиями, приседая ещё ниже.</p>		10-12 раз	18-20 раз
<p>Исходное положение: ноги врозь, руки над головой.</p> <p>Вращение туловища со сгибанием влево и выбрасыванием левой руки назад. Правой рукой касаться пола впереди левой ноги.</p> <p>Делать попеременно влево и</p>		6 раз в каждую сторону	10-12 раз

Описание	Рисунок	Первые 8-10 дней	Увеличение до
<p>Исходное положение: Руки на затылке (или поясе), ноги врозь. Глубокое приседание на левой ноге. Поочередно менять положение приседа не поднимаясь.</p>		3 раза в каждую сторону	6-8 раз
<p>Исходное положение: Упор лёжа лицом вниз. Плавное сгибание и разгибание рук (то же, с подниманием ноги).</p>		3-4 раза	6-8 раз
<p>Исходное положение: Руки на поясе (или опущены вниз). Подпрыгивание на обеих ногах. В воздухе разводить ноги в разные направления.</p>		20 прыжков	До 50 прыжков
<p>Исходное положение: Ходьба с попеременным высоким подниманием коленей и постепенным снижением темпа ходьбы и высоты поднимания коленей. (В комнате ходьба проводится на месте)</p>		30-40 шагов	60-70 шагов без напряжения

Вывод:

- Этот вид спорта воспитывает смелость, мужество, коллективизм, взаимовыручку. Когда смотришь игру своей команды, хочется быть таким, как эти одиннадцать парней, играющих на зеленом прямоугольном поле. «Стану ли я знаменитым, не знаю, но что сохраню в своем сердце искреннюю любовь и верность футбольному мячу – это точно!!», – так говорит мой воспитанник, занимающийся футболом с 6 лет.
- Спасибо за внимание!! Занимайтесь спортом!!!

Список литературы:

1. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. М.; «Физкультура и спорт», 1878
2. Георгий Юрмин. Какая ты, спортландия. Москва. «Физкультура и спорт», 1969
3. Дасаев Р. Команда начинается с вратаря. М., «Советская Россия», 1989
4. Якушин М.И. вечная тайна футбола. М., «Советская Россия», 1986
5. http://www.erudition.ru/referat/ref/id.15408_1.html
6. http://ru.wikipedia.org/wiki/%C8%F1%F2%EE%F0%E8%FF_%F4%F3%F2%E1%EE%EB%E0
7. <http://www.footstory.ru/>
8. <http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F%20%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B0&stype=image&noreask=1&lr=47>