

Панна + Футбольный фристайл =  
Футбол??



Цель: Выяснить помогут ли занятия панной и футбольным фристайлом занятиям по футболу

Задача: Проанализировать, что такое Панна и что такое футбольный фристайл и понять чем они отличаются от футбола



**Панна** — это разновидность дворового футбола. В неё играют в формате один на один. Главная изюминка – **это** правило «проброшенного мяча» между ног соперника, если пробросить мяч между ног соперника, то **это нокаут**



В нашей стране эта игра появилась в 2007

Все начиналось с увлечения фристайлом, а панна как ни что другое подходило этому виду хобби.

Классическая площадка для игры в панна футбол имеет круглую форму и огорожена металлической сеткой. Друг напротив друга установлены маленькие ворота, в которые просто так не попадешь.



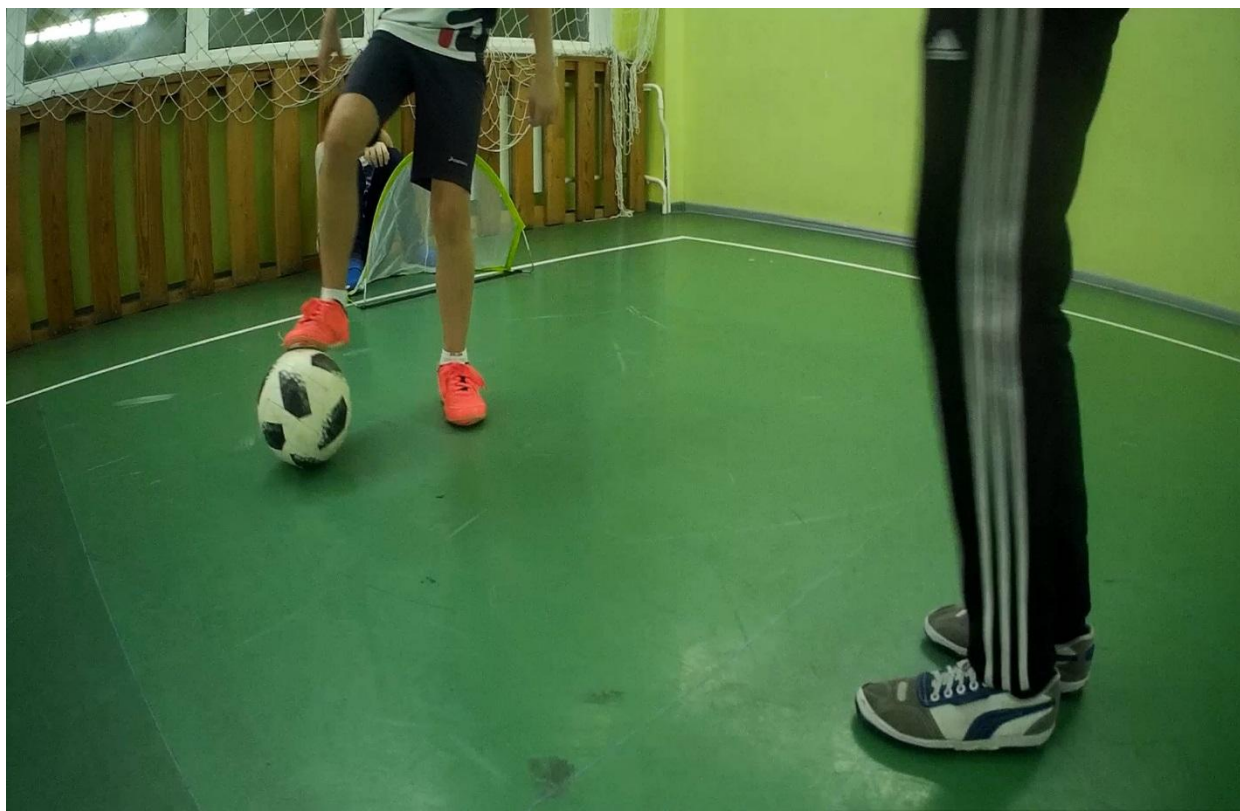
Чаще всего по регламентам турниров за удачные действия начисляются очки: 1 очко за гол, 2 очка за прокинутый между ног мяч.

По таким правилам игра продолжается до 2 очков



Соперники встают друг к другу спиной и зажимают между собой мяч спинами. По сигналу судьи, игроки оборачиваются, игра начинается.

Игра длится 3 минуты.



**Футбольный фристайл** — вид спорта, суть которого показать своё обращение мячом, выполняя при этом различные трюки с футбольным мячом при помощи различных частей тела.



- России является одной из сильнейших в мире по футбольному фристайлу.
- Российские фристайлеры являются обладателями мировых рекордов. Сейчас в России футбольным фристайлом регулярно занимаются более 200 человек.
- Практически во всех крупных городах России действуют школы футбольного фристайла



В футбольном фристайле есть три основные дисциплины. Это Upper – выполнение трюков на голове и верхней части тела, Lower – выполнение трюков ногами стоя и Sitting – выполнение трюков сидя. Есть еще Groundmoves. Это футбольные финты, которые можно использовать при обыгрыше соперника.



ATW (вокруг света). Это так же довольно популярное движение, при выполнении которого от игрока требуется подбросить мяч в воздух и обвести вокруг него ту же ногу, которой мяч был подброшен до того, как тот коснется земли, чтобы снова подбросить его вверх



**Crossover.** Ещё одно базовое движение. Игрок должен подбросить мяч в воздух опорной ногой, в то же время другую ногу пронести над мячом





stail (удержание мяча). Подразумевает под собой поймать и удержать мяч в стационарном положении. Много фристайлеров в состоянии ловить и держать мяч на обеих сторонах головы, на задней части шеи, или фиксировать на пятке и на задней части бедра.



## ВЫВОД:

- Во фристайле есть определенные рамки, в которые футболисты не входят, потому что они футболисты.
- Футбол - это начало для фристайла
- Занятия фристайлом не помогают лучше играть в футбол 😞
- Панна- это дворовый футбол
- Панна – это красивые и виртуозные финты, которые помогают выиграть соперника
- Эти финты можно использовать при игре в футбол
- Занятия панной помогают лучше играть в футбол 😊

Панна – это разновидность футбольного фристайла.

**Пана + Футбольный Фристайл =  
Футбол**