

# ФУТБОЛ – МОЙ ДРУГ



Региональный метапредметный  
интернет-проект  
« Марафон здоровья»

Номинация  
« Мой любимый вид спорта»

Выполнил:

Клеменов Дмитрий,  
ученик **1** а класса МБОУ  
« СОШ № **8** г. Петровска»

Руководитель:

Солдатова  
Светлана Николаевна

# ФУТБОЛ И Я

Люблю футбол я с  
самых юных лет,  
И для меня игры  
прекрасней нет.  
А стал большим  
поклонником  
футбола,  
Еще когда ходил  
я в детский сад



### Цели:

- Узнать историю возникновения футбола, познакомиться с известными футболистами.
- Доказать возможность сохранения и укрепления здоровья, занимаясь футболом
- Провести наблюдения, обобщить результаты исследования. .
- Популяризация футбола как вида спорта

### Задача:

рассказать про футбол и показать в этой работе, какой он интересный, разнообразный и привлекательный.

### Гипотеза:



# **ПОЧЕМУ футбол?**

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



# ФУТБОЛЬНАЯ ЭКИПИРОВКА



ФУТБОЛКА ШОРТЫ  
ГЕТРЫ



БУТСЫ

П  
Е  
Р  
Ч  
А  
Т  
К  
И



# ИСТОРИИ

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 шалыгой.



# Футбольное поле

Футбольное поле,  
рекомендуемое FIFA :

длина —  
105 метров  
ширина —  
68 метров.  
Площадь —  
7140 м<sup>2</sup>

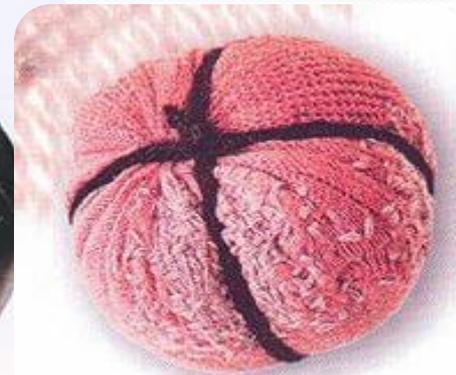


# ЭТО ИНТЕРЕСНО

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



# Футбольный мяч



П  
Е  
Л  
Е



# ПУТЬ К ПОБЕДЕ

**ЯШИН Лев Иванович** - российский спортсмен (футбол). Заслуженный мастер спорта (1957). Вратарь команды «Динамо» (Москва, 1949-70) и сборной СССР (1956-1967). Чемпион Олимпийских игр (1956), Европы (1960), СССР (5 раз в 1954-1963). Один из лучших вратарей в истории мирового футбола. Первый советский футболист, признанный лучшим футболистом Европы и награжденный призом «Золотой мяч» (1963).



# Футбольные звезды



*Лионель Месси*



Криштиану Роналду



Артем Дзюба



Игорь Акинфеев

# Да здравствует футбол!





# РАСПОРЯДОК

М  
О  
Й



Д  
Н  
Я



*Нас ждет любимая игра.....*

*В ней главное, конечно, гол. Зовется та игра - футбол!*



## Подведем итог

«Во –первых, футбол-это трудная игра, ведь в нее играют ногами, а думать надо головой.

Во-вторых, футбол -это искусство.

В третьих, футбол дарит нам радость движения, общение с друзьями, острое соперничество.

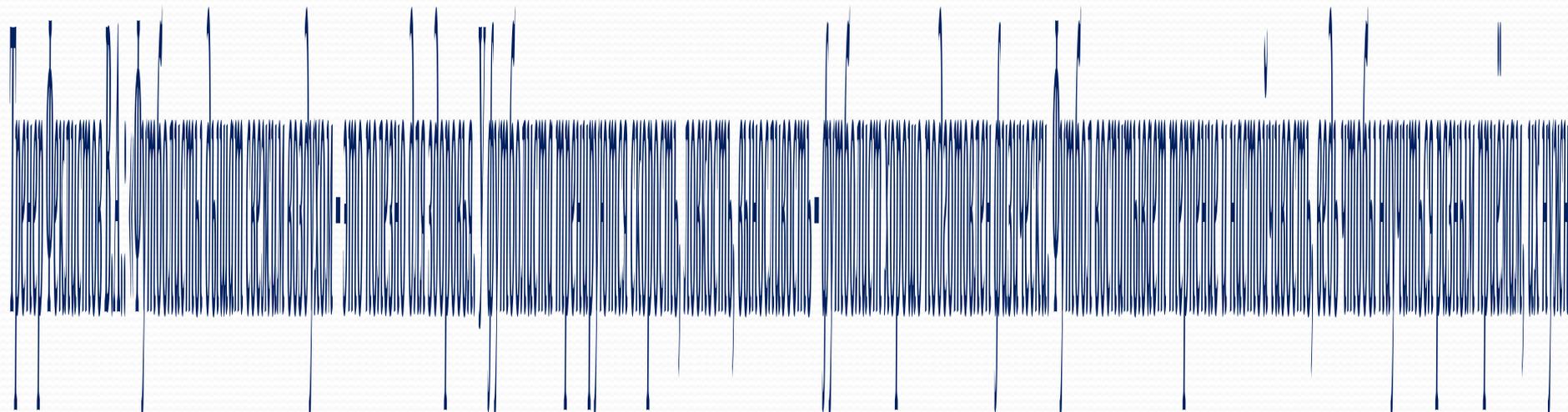
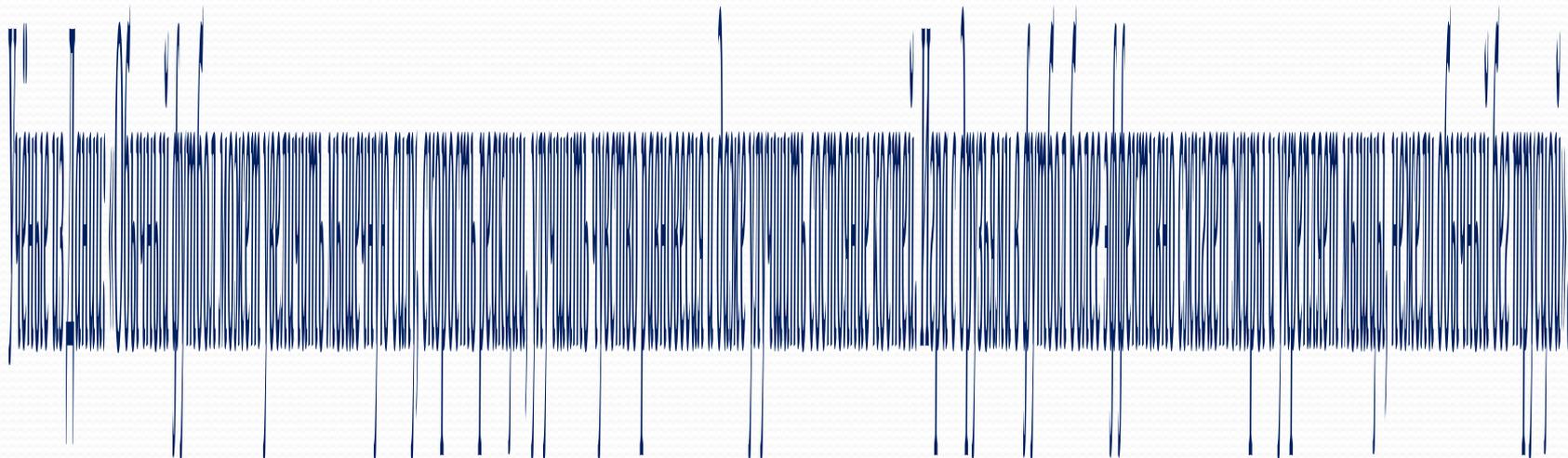


**Футбол** развивает двигательные  
качества: скорость, ловкость,  
координацию.

Способствует укреплению  
иммунитета.

Футболист хорошо подготовлен физически.

# Выводы СПЕЦИАЛИСТОВ: чем полезен футбол?



# Исследование

Вопрос	Кол-во опрошенных	да	нет	Не уверен (а)
Нравится ли вам футбол?	25	15	8	2

Вопрос	Кол-во опрошенных	Да	Нет	Изредка
Играете ли вы в футбол?	25	14	8	3

# ВОПРОС - ОТВЕТ

ВОПРОС - Чем тебе нравится футбол?».

**Ответы:**

- бегом

- победами

- игрой с мячом

- увлекательностью

- забиванием голов

ВОПРОС - Какие черты характера и качества должны быть у футболиста?»

**Ответы:**

- сила

- доброта

- быстрота

- выносливость

- ловкость

- терпеливость



# 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.
- Очень важен футбол для развития личностных качеств, таких как умение работать в команде, воля к победе, целеустремленность, ответственность, коммуникабельность и другие.

# Заключение

**Вывод:** люди играют в футбол уже несколько столетий, потому что это интересная, азартная игра, которая учит договариваться друг с другом, развивает спортивные качества, укрепляет здоровье и поднимает настроение.

**Итоги:**

я узнал много интересного о футболе. Теперь я точно знаю, что футбол – не только интересная, но и полезная игра. Я стараюсь не пропускать тренировки, чтобы иметь хорошую тактическую, техническую и физическую готовность.



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**

