

ФУТБОЛ, ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Мета дослідження: поширення футболу, як засобу фізичного розвитку і виховання.

Футбол (англ. football, від foot – нога і ball – м'яч), спортивна гра на полі розміром 90–120 x 45–90 м, в якій дві команди (по 11 чоловік в кожній), використовуючи ведення і передачі м'яча ногами або іншою частиною тіла (за виключенням рук), прагнуть забити його у ворота суперника і не пропустити у свої. Тривалість гри – 90 мін (2 тайми по 45 мін з перервою 15 мін) [1].

Футбол – найпопулярніша командна гра у світі. Серед багаточисленних видів спорту, які культивуються у системі фізичного виховання України, футбол займає одне з провідних місць. Важко назвати інший вид спорту, який міг би змагатися з ним у популярності.

Доступність цієї гри, невибагливість, емоційність ігрових ситуацій, необхідність проявлення волі і мужності при подоланні дій суперників роблять футбол як вид спорту цінним засобом фізичного виховання. Футбол дозволяє без великих матеріальних затрат досягти високого ступеня фізичної підготовленості та розвивати швидкість, силу, витривалість, спритність і багато інших рухових якостей, виховувати сміливість, дисциплінованість.

На сучасному етапі розвитку футболу в Україні гостро постала проблема виховання національних кадрів, не вистачає висококваліфікованих фахівців в галузі спорту, тренерів, викладачів.

Футбол на Україні почав розвиватися ще в ХІХ ст., але особливого розвитку він набув у післявоєнні роки. Український футбол тоді був на висоті. Про його високий рівень свідчить те, що на протязі багатьох років і міжнародних змаганнях основу національних збірних команд складали українці. Такі як Ю. Войнов, В. Мунтян, В. Пузач, І. Біланов, В. Колотов, О. Блохін, Л. Буряк та багато інших [1].

Актуальне питання виховання власних футбольних кадрів стоїть зараз на першому місці. Популярність футболу серед широких мас населення поступово починає спадати. Вболівальники бажають бачити швидкісний, технічний футбол – футбол нової спортивної доби, вболівати за українських футболістів та український футбол. Аналізуючи розвиток світового спорту можна сказати про те, що існує тісний взаємозв'язок між рівнями розвитку футболу і спорту взагалі. Сьогодні в Україні футбол може виступати одним з небагатьох, на жаль, чинників єднання нації. Усі ми повною мірою це відчуваємо, коли грає Національна збірна України або київське «Динамо», «Шахтар». Особливої ваги набуває футбол для виховання та оздоровлення молоді.

Отже, зважаючи на складну економічну ситуацію в країні, необхідно

шукати реальні й водночас ефективні шляхи підтримки достатнього фізичного стану молоді, особливо шкільного віку. І урок футболу в загальноосвітніх школах – найбільш придатна форма, зважаючи на фактори, які усім відомі. Це, по-перше, без перебільшення – всенародна любов до футболу. І по друге, можливість комплексного позитивного впливу на організм, якому піддаються основні системи життєзабезпечення [2].



Список використаної літератури

1. Матеріал із Вікіпедії – вільної енциклопедії.
<http://www.ukrreferat.com/index.php?referat=28483>.