

НАУЧНЫЙ
ЖУРНАЛ

18 2019



NOVAUM.RU

Научный журнал NovaUm.Ru © 2019

«Научный журнал NovaUm.Ru»

Выпуск №18

2019 год

(март - апрель)

<http://novaum.ru/archive/number-18>

ISSN 2500-1167

Педагогические науки

УДК 796.332.4

ФУТБОЛ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Шаймарданова Люция Шарифзяновна

Елабужский институт Казанского (Приволжского) федерального университета

Ключевые слова: здоровый образ жизни; спортивные игры; футбол; физическая активность; физическое развитие; воспитание физической культуры.

Аннотация: В статье описывается влияние спортивной игры – футбола – на формирование физических способностей школьников, на всестороннее развитие их личности. Футбол рассматривается как одна из составляющих физического здоровья школьников.

Футбол – одна из самых популярных и распространенных игр во всех странах мира. В России футболом занимается около 3 миллионов человек. Коллективный характер данной игры предопределяет проявление у игроков лучших морально-волевых качеств: ответственности, дисциплинированности, уважения к партнерам по команде и соперникам, настойчивости, смелости и решительности. Футбол не только общеизвестный вид спорта, но и элемент физического воспитания школьников. Как учебный предмет данный вид спорта включен лишь в программу высших учебных заведений, но только в виде факультативных занятий. В школах же в учебную программу футбол не включен, однако часто используется в виде дополнительных занятий.

Футбол широко используется как основное средство физкультурно-оздоровительной работы в различных местах отдыха, парках, походах, на пляжах, в домах отдыха и санаториях, детских оздоровительных лагерях.

Все спортивные игры сопряжены с различной по характеру и интенсивности физической нагрузкой, но в большинстве из них преобладает работа скоростно-силового характера. Это полностью относится и к футболу. Но в связи с необходимостью многократно повторять во время игры такую работу с небольшими интервалами и много раз пробегать относительно длинные отрезки в течение длительного времени игры футбол в большей степени, чем другие, спортивные игры, способствует выработке общей и специальной выносливости.

Школьники большую часть своего времени проводят в учебных заведениях, их физическая активность снижается, а вот умственная наоборот повышается. Поэтому современным школьникам просто необходима разрядка, чтобы восстановить баланс физических и умственных сил, восполнить дефицит физической активности. А футбол, как самая распространенная и любимая всеми игра, призвана помочь школьникам

в этом вопросе.

Однако при использовании любого вида активности как средства физического воспитания нужно учитывать возрастные особенности детей, их индивидуальные, а также анатомические особенности. Чтобы физическое развитие школьников было гармоничным, следует правильно распределять нагрузки на детский организм.

На сегодняшний день в России футбол распространен практически повсеместно, и неудивительно ведь этому способствует строительство различных спортивных сооружений, открытие спортивных секций и т.д.

Также сейчас государство уделяет большое внимание физическому воспитанию своих граждан как в плане пропаганды здорового образа жизни, так и в плане выделения огромных бюджетных средств в этой сфере.

Любая физическая активность школьников способствует их гармоничному физическому развитию, укреплению здоровья и иммунитета, а в целом все это способствует развитию не только здорового поколения, но и здоровой нации в будущем.

Список литературы

1. Выдрин В.М. Спорт в современном обществе: учебник / В.М.Выдрин – М.: Физкультура и спорт, 2007. – С. 292.
2. Малов, В.Я. Познаю мир. Футбол / В.Я. Малов. – Изд-во АСТ, Серия: Я познаю мир, 2009. – 400 с.
3. Москаленко, Р. Футбол / Р. Москаленко. – Издательство: Эксмо Серия: Спортивная энциклопедия, 2011. –64 с.
4. Попов В. Физкультура и спорт: учебник / В.Попов, Ф.Суслов – М., 1984 г. – С. 224.

© Шаймарданова Л.Ш., 2019.

Содержание

Педагогические науки

Паникарова Д.В. ИЗУЧЕНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ОБРАЗНОЙ РЕЧИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Шаймарданова Л.Ш. ФУТБОЛ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Шарипова К.И. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА УЧИТЕЛЕЙ В США