***Юнгеров В.Е., Маврин А.Б.***

**МЕСТО ФУТБОЛА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ**

Спортивная подготовка футболистов – это многолетний специально организованный педагогический процесс, связанный с использованием всей совокупности необходимых средств, методов, условий и направленный на достижение высокого спортивного мастерства.

Футбол – самая популярная и любимая игра в большинстве стран мира. Сотни тысяч детей, юношей, взрослых играют в футбол, миллионы слушают радиорепортажи, следят за игрой по телевидению. Подготовка футболистов требует от тренеров многогранных знаний и высокого педагогического мастерства. Широко развит в нашей стране детский и юношеский футбол. Десятки тысяч ребят и юношей участвуют в районных, городских, республиканских и других соревнованиях. Занятия с детскими и юношескими командами ведутся в организованных формах. Спортсмен должен обладать теперь быстротой реакции, мысли, передвижения, выполнения технических приемов, быстро решать тактические задачи в самых разнообразных игровых ситуациях и т.д.

Футбол принадлежит к видам спорта, в наибольшей степени способствующих разностороннему физическому развитию человека и вместе с тем предъявляющих его организму исключительно высокие требования. По физиологическому характеру нагрузки футбол, как и другие спортивные игры, представляет собой ациклическую, преимущественно динамическую, работу переменного характера с постоянно меняющейся интенсивностью (от максимальной до умеренной). Во время игры в различной последовательности и соотношении с разными интервалами чередуются упражнения, различные по характеру, интенсивности и продолжительности. Непрерывная борьба за мяч сопряжена с самыми разнообразными движениями и действиями (ходьба, бег разной интенсивности с резкими остановками, рывками, стремительными стартами, ускорениями, поворотами; прыжки; удары по мячу; различные силовые и акробатические приемы).

Характерными чертами нагрузки футболистов являются ацикличность работы (сочетание различных, не повторяющих друг друга по структуре и напряжению движений и действий), часто меняющиеся сочетания движений, работы и отдыха, быстрая смена обстановки. Все это связано с необходимостью быстро оценивать сложившуюся ситуацию и мгновенно отвечать на нее точным и быстрым движением, как в индивидуальном, так и в коллективном действии.

В процессе тренировки у футболистов развиваются сложные и разнообразные двигательные навыки. Характерная для футбола ацикличность упражнений усложняет эти навыки и предъявляет особенно большие требования к органам чувств футболистов. Выполнение приобретенных двигательных навыков связано с быстрым перемещением мяча и игроков на поле.

Футбол способствует развитию и совершенствованию различных физических качеств, формированию и закреплению разнообразных двигательных навыков и их комбинаций. Физические качества и двигательные навыки проявляются в игре в тесной взаимосвязи с тонкой координацией движений, быстрой реакцией, развитым мышлением, большой эмоциональностью. Игра в футбол, связанная с необходимостью поддерживать высокую работоспособность на протяжении длительного времени и выполнять порою работу максимальной интенсивности на фоне значительного общего утомления, требует высокой устойчивости во взаимосвязи функциональных систем. Поэтому технические и тактические умения футболистов проявляются в игре с должной эффективностью лишь на фоне высокого уровня их физической подготовленности. Требуя от футболистов умения ориентироваться в самой различной обстановке, быстро оценивать сложившуюся ситуацию, принимать наиболее правильное в данный момент решение и на основе взаимоотношения с партнерами реализовывать его в быстром и точном движении, футбол вырабатывает у игроков и такие ценные качества характера, как воля, смелость, инициативность, решительность, чувство коллективизма.

Поскольку тренировки и соревнования по футболу проходят почти круглый год, в самых различных климатических и метеорологических условиях, футбол способствует и физической закалке, повышению сопротивляемости организма и расширению адаптационных возможностей.

Степень непосредственного воздействия игры на организм футболистов зависит от плана игры, конкретной, сложившейся на поле ситуации, соотношения сил команд, уровня мастерства футболистов. Чем более интенсивно проводит футболист игру и чем больше в ней элементов бега и силовой борьбы, тем больше выражено ее воздействие на вегетативные функции организма. Чем выше эмоциональное напряжение и ответственность игры, тем большие сдвиги вызывает она в состоянии нервной системы, анализаторов и внутренней среды организма.

Трудно дать полную оценку современному социальному значению футбола. Его уже нельзя рассматривать только как средство физического воспитания или предмет индустрии развлечений - он далеко шагнул за эти рамки.

Футбол, как командная спортивная игра, в большей степени способствует разностороннему физическому развитию юного спортсмена. Постоянно меняющаяся игровая ситуация, непрерывная борьба за мяч связаны с самыми разнообразными движениями и техническо-тактическими действиями. Современный футбол отличается сложностью и разнообразием технических приемов. Систематическое занятие футболом, участие в соревнованиях по этому виду спорта оказывают всестороннее влияние на будущих  футболистов: совершенствуется функциональная деятельность их организма, обеспечивается нормальное физическое развитие. Занятие спортом способствует также воспитанию целого ряда положительных качеств и черт характера: умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощи, уважение к партнерам или соперникам в играх, сознательной дисциплины, активности, чувства ответственности, пунктуальности, спортивной этики.

Поэтому занятие в секции футбола содействуют как физическому, так и нравственному развитию детей и подростков. Занятие футболом дают возможность постоянно развивать и совершенствовать работу мышечного аппарата, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, повышать общую тренированность юного спортсмена.

Таким образом,  футбол является эффективным средством воспитания растущей личности. Уровень мастерства высококвалифицированных футболистов в значительной мере определяется качеством технико-тактической подготовки в детско-юношеском возрасте и личностными особенностями, обеспечивающими высокую эффективность деятельности. Поэтому необходимо именно в детском возрасте способствовать развитию тактических навыков и технического мастерства у юных футболистов.

**Сведения об авторах:**

1. Юнгеров В.Е., тренер-преподаватель МБУДО «ДЮСШ г. Петровска»
2. Маврин А.Б., тренер-преподаватель МБУДО «ДЮСШ г. Петровска»