

# Консультация для родителей

## «Футбол для дошкольников»

Физическое воспитание играет важную роль во всестороннем развитии ребенка. В детском организме заложен большой физический потенциал для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания в **дошкольных учреждениях и дома**. Освоение спортивных игр в **дошкольном** возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом. У старших **дошкольников** одной из любимых игр становится **футбол**. Динамичность, эмоциональность, разнообразие действий в различных ситуациях в **футболе привлекают ребят**, а упражнения с мячом благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Принято считать, что этот вид спорта мужской. Конечно, мировые чемпионаты проводятся среди участников мужского пола, а самые известные в мире **футболисты — именно мужчины**, но ничто не мешает и девочкам заниматься **футболом по желанию**. Вопреки стереотипам, **девочка-футболист** не станет более мужественной, наоборот, она будет в прекрасной физической форме – это большой плюс на будущее и польза для здоровья. Кроме того, детские занятия по **футболу** научат девочку работать в команде – что для женщин не менее важно, чем для мужчин.

Занятия **футболом** оказывают положительное влияние на физическое, интеллектуальное и личностное развитие детей, способствуют их успешной социализации.

**Футбол — вид спорта**, который способствуют всестороннему физическому развитию. Во время тренировок постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким. На тренировках происходит улучшение координации движений, повышаются сила, ловкость, выносливость. Разнообразные спортивные упражнения позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему детей, укреплять их костный аппарат, развивать дыхательную и сердечно - сосудистую системы, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект.

**Футбол — командная игра**, умение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры, поэтому каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Так что **футбол** — это еще и возможность выработать

коммуникативные навыки. Во время игры дети учатся управлять не только своими движениями, но и эмоциями в разнообразных условиях, решать сложные ситуации и находить общий язык с товарищами.

Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений. Таким образом, игра в **футбол** формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и принимать решения.

**Футбол** — спорт, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки, происходит становление личности и взросление. Этот вид спорта помогает ребенку научиться рассчитывать каждый свой шаг, оценивать действия других игроков, планировать. Ребенок научится бороться, будет понимать, что такое цель. **Футбол** — также отличный способ выработать силу воли и трудолюбие, так как настоящий успех в жизни ждет настойчивых и усердных людей.

Многие **родители задают вопрос о том**, каким детям больше подходит **футбол**. **Футбол** обычно нравится активным и общительным детям. Если ваш ребенок ни минуты не сидит на месте и довольно вынослив, то эта игра для него. Эмоциональному, открытому и энергичному малышу будет легче найти свое место на поле и в команде. При этом инициатива должна исходить только от ребенка. Для **футбола** важна физическая и психологическая готовность. Считается, что этот вид спорта больше подходит экстравертам, которые умеют хорошо адаптироваться в группе. Но известно много случаев, когда малообщительные вратари со сложным характером добивались высоких спортивных результатов.

