**Формирование представлений о здоровом образе жизни через обучение игре в футбол.**

**Здоровье гораздо более зависит от наших привычек и питания,**

**чем от врачебного искусства.**

*Д. Леббок*

*«Здоровье – не всё, но без здоровья всё - ничто»*, сказал когда-то Сократ.  Эти слова актуальны и в наше время. Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. На фоне сложных экономических условий нашего времени особенно остро стоит проблема здоровья. Именно поэтому важно научить ребёнка осознавать себя как часть природы и понимать ответственность перед обществом за сохранение своего здоровья.

Здоровые дети – это благополучие общества. Утверждение здорового образа жизни – важная общегосударственная задача. Всеми силами способствовать ее решению – долг всех людей, каждого жителя нашей страны.

Установка на здоровый образ жизни, как известно, не появляется у ребенка сама собой, а формируется в результате определенного педагогического воздействия, сущность которого, по словам И.И. Брехмена, состоит в приобщении к здоровому образу жизни с самого раннего возраста. По мнению ученых В.К. Бальсевиса, Н.И. Шлыка, И.В. Гуштурова, В.С. Зеленина, Т.Д. Кравчука, М.Д. Новиковой, В.И. Осика основы физического и психического здоровья закладываются в дошкольном возрасте. Ведь именно до семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни.  
Перед нашим учреждением встала проблема поиска оптимальных путей совершенствования работы по укреплению здоровья воспитанников, активизации двигательной деятельности и формирование культуры здоровья детей. Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания: природных факторов, гигиенических мероприятий и физических упражнений. Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр. В этом контексте весьма привлекательной является идея создания кружка по футболу.

Почему именно футбол?

Футбол способствует совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма – нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной, улучшению физического развития детей, воспитанию морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия футболом и упражнениями способствуют воспитанию у школьников младшего возраста положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством для закаливания ребенка.

Заниматься спортом в прямом смысле слова (который подразумевает участие детей в спортивных соревнованиях с целью достижения высоких спортивных результатов) не рекомендуется для детей младшего возраста. Но элементарные действия в спортивных играх, отдельные элементы соревнования, не только возможны, но и целесообразны.  
 Разработанная авторская программа дополнительного образования «Обучение детей младшего школьного возраста игре в футбол» рассчитана на воспитанников 6-7 лет, со сроком два года обучения. Программа включает в себя:

- Спортивно-оздоровительный блок (СО) (дети 6 летнего возраста) Основными видами оздоровительной деятельности являются:

сюжетные,

подвижные и малоподвижные игры с мячом;

- Блок начальной (предварительной) подготовки детей (дети 7 летнего возраста).

Основными видами данного блока являются:

отработка передачи мяча друг другу;

удар по мячу, стоя на месте (на расстоянии 3-4 метра);

отбивание мяча правой и левой ногой;

подбрасывание мяча ногой и ловля его руками;

ведение мяча «змейкой» между предметами, забивание его в ворота.  
 В заключении хочется отметить, что реализация программы дополнительного образования «Обучение детей младшего школьного возраста игре в футбол» позволяет формировать у воспитанников представления об элементах здорового образа жизни, эмоционального отношения к данным элементам и стремления реализовать представления в поведении и деятельности доступными и привлекательными для детей способами.

**М.Кусаинов**

**Педагог Детско-юношеского клуба**

**физической подготовки**

**района Шал акына**