

**КОРДЕЛЮК Д.С.**, строительный факультет, гр. СТ-39,  
Брест, УО «БрГТУ»  
Научный руководитель - Арушанов В.С., преподаватель  
УО «БрГТУ»

## **ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ФУТБОЛА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ**

*Введение.* Физическое воспитание является одной из важнейших составляющих воспитательно-образовательного процесса личности. Существенное место в комплексе средств физического воспитания занимают спортивные игры, в том числе футбол.

Футбол - поистине один из самых массовых и любимых видов спорта. Его популярность среди студенческой молодежи велика. Футбол привлекает своей зрелищностью, обилием разнообразных технических и тактических приемов борьбы, эмоциональностью, слаженностью действий команды. Кроме того, это эффективное средство укрепления здоровья, совершенствования всех функций организма [1].

*Цель работы* – исследовать влияние футбола на оздоровление студентов, занимающихся этим видом спорта.

*Методы исследования.* Обзор и анализ научно-методической литературы, психолого-педагогического наблюдения.

*Обсуждение результатов.* Футбол, как командная спортивная игра, в большей степени способствует разностороннему физическому развитию занимающихся. Постоянно меняющаяся игровая ситуация, непрерывная борьба за мяч связаны с самыми разнообразными движениями и технико-тактическими действиями [2]. Поэтому занятие футболом содействуют как физическому, так и нравственному развитию занимающихся. Занятие футболом дают возможность постоянно развивать и совершенствовать работу мышечного аппарата, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, повышать общую тренированность спортсмена. Командный характер игры и высокий технико-тактический уровень современного футбола предъявляет повышенные требования ко всем сторонам психики воспитанников. Футбол воспитывает не только силу, быстроту, ловкость, но и мужество, волю к победе, чувство коллективизма.

*Выводы.* Систематическое занятие футболом, участие в соревнованиях по этому виду спорта оказывают всестороннее влияние на занимающихся. В результате занятий совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается нормальное физическое развитие.

### *Литература*

1. Набатникова, М.Я. Теоретические аспекты исследования системы подготовки юных спортсменов / М.Я. Набатникова // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 4. – С. 21–22.

2. Средства и методы тренировок [Электронный источник]. URL: <http://www.superinf.ru>