

Дата: 30.05.2023р.

Урок: №103

Клас: 8-Б

Модуль: гімнастика

**Мета: Формування ціннісних орієнтацій щодо використання
фізичних
вправ як одного з головних чинників здорового способу
життя.**

Завдання уроку:

Футбол: правила гри.

Домашнє завдання: закріпити матеріал!!!

Футбол

- Футбол — це командний вид спорту, який грається між двома командами по одинадцять гравців зі сферичним м'ячем. Футбол є олімпійським видом спорту.



Футбол

У футбол грають на прямокутному полі з воротами на кожному кінці. Мета гри полягає в тому, щоб забити м'яч у ворота протилежної команди.



Футбол

Гравцям не дозволяється торкатися м'яча руками, поки він знаходиться в грі, якщо вони не є воротарями, або при вкиданні м'яча. Інші гравці в основному використовують свої ноги, щоб завдати удару або передати м'яч, але можуть також використовувати голову і тулуб.

Команда, яка забиває більше голів до кінця матчу — виграє його. Якщо жодна команда не забила м'яч, або рахунок однаковий, то оголошується нічия, або гра переходить у додатковий час, або пенальті, в залежності від формату змагань.

Правила гри

- Грають на футбольному полі завдовжки 90—120 метрів і завширшки 45—90 метрів. На двох протилежних кінцях стоять ворота (завширшки 7,32 м і заввишки 2,44 м), куди потрібно завести м'яча.
- М'яч, обвід якого повинен бути 68-71 см, а маса — від 396 до 453 грамів. У момент початку гри тиск усередині кулі має бути від 0,6 до 1,1 атмосфери (600—1100 г/см²).



Правила гри

- Кількість запасних гравців визначається регламен-том змагання і знаходиться у межах від 3 до 7.
- Рішення судді є остаточними і під час гри не перегля-даються. Він сам може змінити рішення, якщо ще не відновив гру.
- Футбольний матч складається з двох рівних таймів по 45 хвилин із 15-хвилинною перервою між ними. Після перерви команди міняються воротами.



Правила гри



- За 9 футбольними правилами, м'яч вважається таким, що «вийшов з гри», якщо він цілком виходить за межі поля, або гра зупинена суддею.

- Голом називається ситуація, коли м'яч цілком перетнув лінію воріт, розташовану між стійками і під перекладиною, й при цьому команда, що забила гол, не порушила правил.



- Порушення караються штрафним або вільним ударом, попередженням або видаленням гравця.

Правила гри

• **Пенальті** — вид штрафного удару у футболі, що пробивається з відстані 12 ярдів (приблизно 11 метрів від воріт). Тільки воротар команди, що захищається, може знаходитись між м'ячем і воротами під час пробиття цього удару. Пенальті пробивається під час звичайної гри.



Правила гри

- Вкидання м'яча є одним із способів відновлення гри. Гол, забитий безпосередньо після вкидання, не зараховується. Вкидання призначається у випадку, коли м'яч повністю перетне бокову лінію поля, з місця, де м'яч перетнув лінію на користь команди-суперниці гравця, що останнім торкнувся м'яча.
- Удар від воріт призначається, коли м'яч, останнього разу торкнувшись гравця нападаючої команди, повністю перетнув лінію воріт, і гол не був забитий. Якщо ж м'яч пішов за лінію воріт від гравця команди, що оборонялася, призначається кутовий.

Правила гри

• **Кутовий удар** є одним з найнебезпечніших стандартних положень. Команди часто відпрацьовують тактику у захисті й нападі при пробитті кутових ударів. Найчастіше м'яч з кутового навішують у штрафний майданчик, де високі футболісти або прагнуть одразу пробити по воротах, або скинути м'яч під удар партнерові.



Тактика

Оскільки футбол гра командна, на перше місце висувається взаєморозуміння гравців, уміння вести грамотні спільні дії. Важливе значення при цьому має тактичну побудову гравців.

Тактика ділиться на три основні категорії:

- розстановка гравців;
- дії команди при атаці або при обороні, в відношенні або всієї команди, або її частини;
- стандартні положення.



Жіночий футбол

Жіночий футбол існував досить давно, але до 1970-х років, коли він почав приймати організовані форми, цей вид спорту асоціювався з благодійними іграми та фізичними вправами. У деяких країнах жіночий футбол — одна з найреспектабельніших командних ігор для жінок. Також це один з небагатьох видів жіночого спорту, в якому існують професійні ліги і клуби.



Відеоматеріал за посиланням:
правила гри у футбол

**Домашнє завдання:
написати коротко конспект з даної
теми і відправити на ел.пошту
asgriva95@gmail.com**



**ДЯКУЮ
ЗА УВАГУ!**