



РЪКОВОДСТВО

Да се забавляваме с
футбол на маса



Co-funded by
the European Union

Disclaimer: Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Съдържание



ВЪВЕДЕНИЕ

- Проектът 2
- Малко история. 3

ТЕХНИЧЕСКИ РАЗДЕЛ

- Основни термини. 4
- Футбол на маса по света 5
- Правила. 6
- Начало на играта. 7

ДА ИГРАЕМ

- Да се забавляваме. 8
- За напреднали. 14

ПОГЛЕД НАПРЕД

- Паспорт „Първи стъпки“ 16

Въведение



Проектът

Проектът „Футбол на маса в училище“ е иновативна европейска инициатива, която използва футбола на маса като инструмент за социално приобщаване в началните училища. Координиран от Международната федерация по футбол на маса (ITSF) и реализиран в партньорство с Athletes Inspire Children (Германия), Universidad Camilo José Cela (Испания) и Българската търговско-промишлена палата (България), този проект, съфинансиран от Европейския съюз, е насочен към две основни предизвикателства: нарастващия заседнал начин на живот сред децата и необходимостта от ефективни инструменти за насърчаване на социалното приобщаване. Футболът на маса има уникалното предимство да преодолява бариерите, свързани с пола, социалния произход, културата или уврежданията. Проектът е насочен специално към деца от семейства в неравностойно положение, за които училището често представлява единственото място за равен достъп до физически и социални дейности.

Целта на тази брошура

Това практическо ръководство ви помага да внедрите приобщаващи и образователни дейности по футбол на маса. То съдържа мини-игри, адаптирани за различни нива, стратегии за анимация, които насърчават многообразието, и инструменти за напредък, които да съпътстват развитието на всяко дете.

Ползите от образователния футбол на маса

Освен физическата активност, футболът на маса развива координацията, рефлексите и концентрацията. Истинската му сила се крие в способността му да създава социални връзки: комуникация, уважение към правилата, управление на емоциите и приемане на различията. Тази практика също така насърчава самостоятелността и самочувствието.

Как да използвате това ръководство

Дейностите се адаптират към вашата реалност: налично време, брой деца, достъпно оборудване. Всяка дейност определя своите образователни цели, за да ви помогне да изградите персонализирани учебни насоки.

Нека заедно превърнем футбола на маса в мост към приобщаването!

Въведение



Малко история

Историята на футбола на маса е богата и изпълнена със събития. Първата концепция за игра на футбол на маса датира от края на 19 век, но едва през 30-те години на 20 век масовото производство на съоръжения за играта ѝ помага да се утвърди. След Втората световна война футболът на маса става много популярен в Европа и Съединените щати, достигайки първия си пик през 70-те години на миналия век.

С появата на видео и електронните игри през 80-те години, играта постепенно изчезва от обществени места като барове и аркадни зали. В днешно време, тя се среща много по-често в домове, училища и колежи, както и на работното място, като отново се превърна в изключително популярно занимание.

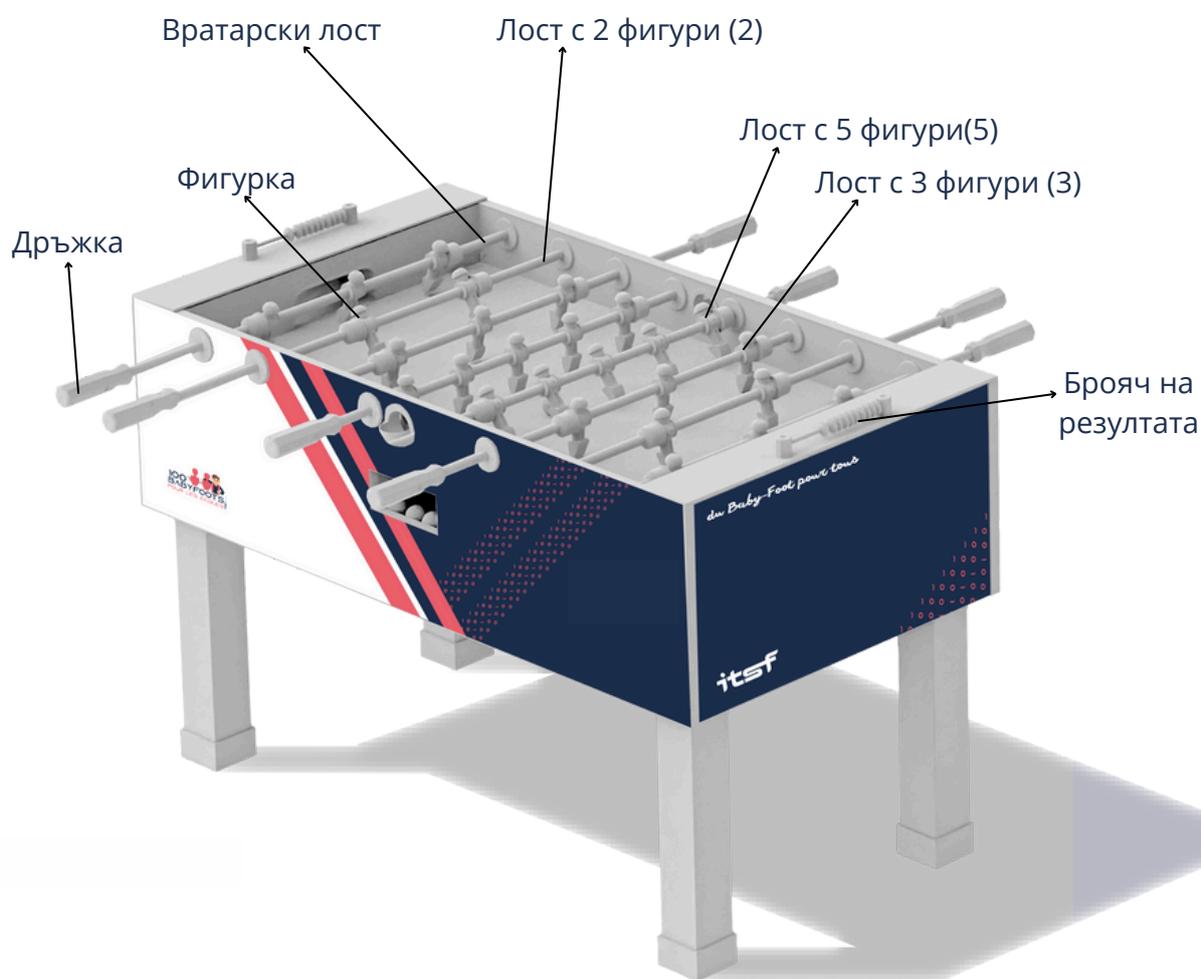
Първите първенства по футбол на маса са проведени през 50-те години. Националните федерации по футбол на маса започват да се създават през 70-те години, а спортът прави значителна крачка напред със създаването на Международната федерация по футбол на маса (ITSF) през 2002 г. Оттогава Световната купа и Световното турне на ITSF са събрали десетки хиляди играчи от всички възрасти и нива на опит, за да се насладят на забавление и съревнование на футболната маса.

Спортът е оцелял през годините - продължава да привлича много нови фенове - благодарение на своята простота и дружелюбност. Проектът „100 маси“ стартира през 2021 г. с цел маси за футбол на маса да се поставят в повече училища и колежи, спортни и социални клубове, както и в здравни и социални заведения.

Технически раздел



Основни термини



Футбол на маса по света



Bonzini



Място на практикуване: Франция, САЩ, Германия, Дания



Infinity



Място на практикуване: Испания, Мексико



Garlando



Място на практикуване: Италия, Швейцария, Австрия, Източна Европа, Африка, Канада, Великобритания



Leonhart



Място на практикуване: Германия, Белгия, Люксембург



Roberto Sport



Място на практикуване: Италия, Северна Африка, Източна Европа



Tornado



Място на практикуване: Северна Америка, Азия

Технически раздел

Правила

1: Начало

Играта започва с подхвърляне на монета. Играчът, който спечели на монета започва играта от средата на масата - лоста с 5 фигури и поставя топката там.

2: Да дадеш време

При всяко начало или възстановяване на играта играчът пита „готов?“ и изчаква опонентът да отговори „готов!“. Тогава могат да продължат.

3: Въртене

Въртене на лоста е позволено само по веднъж преди и най-много веднъж след удара.

4 : Цел

Целта на играта е да се отбележат най-много голове от един играч или отбор от играчи.

5 : Рикошетен гол

Рикошетният гол (топката влиза и излиза от вратата) е само една точка.

6 : Продължаване на играта

Отборът, който изкара топката извън масата губи преимущество. Топката се поставя при защитата - лоста с две фигури на другия отбор.

При неутрална топка, когато нито един от отборите не може да я достигне, тя се поставя отново в средата на игрището от отбора, който е отбелязал последния гол.

Забранени действия

- Да се мести или повдига масата за игра
- Да се накланят фигурите.
- Да се разсейват играчите.
- Агресивно поведение.

Повече информация за правилата на играта вижте на сайта на ITSF
<https://www.tablesoccer.org/page/rules>



Технически раздел



Начало

За да запознаем играчите с играта на футбол на маса и да им помогнем да напреднат в нея, ви предлагаме различни мини игри. Можете да включите различни игри в зависимост от времето на тренировката и броя на играчите.

Тези мини-игри имат общи образователни цели като: реактивност, рефлексии, периферно зрение, комуникация.

Освен това, тренировките по футбол на маса позволяват на играчите да работят върху няколко цели, като следване на инструкции, опазване на екипировката, уважение към другите, изграждане на самочувствие и приемане на загуба.



Да играем



Да се забавляваме



Игра „Гранати“

Образователни цели: рефлексии, реактивност, периферно зрение.

2 - 4 играчи

Екипировка : 5 топки

Продължителност : 10 - 15 минути

При тази игра се слагат 5 топки едновременно в средата на полето. Отборът, който е успял да премести най-много топки /гранати/ в полето на опонента печели! Броят на топките не е толкова важен, но трябва да е винаги нечетен.

Игра „Дузпи“

Образователни цели: концентрация, стратегия, техники на стрелба.

2 - 4 играчи по двойки

Екипировка : 1 - 2 топки

Продължителност : 10 -15 минути

Принципът е да се създадат двойки с нападател и вратар. Нападателят има пет удара за изпълнение, като нападателят и вратарят си разменят позициите след всеки гол. Резултатите се сумират накрая, за да се определи победителят.





Да играем



Да се забавляваме

Игра „Гореща топка“

Образователни цели: реактивност, рефлексии, периферно зрение.

2 - 8 играчи

Екипировка : 1 топка

Продължителност : 10 - 15 минути

Началният удар се изпълнява чрез хвърляне на топката между двата средни лоста и принципът е играта да се играе без топката да се спира. Когато топката спре, подновяването се прави между двата средни лоста. Добавят се наказателни точки или се обявява загуба, когато топката е контролирана (пример: наказание за противниковия отбор). Вариант: играйте същата игра, но с 2 топки.

Игра „Щафета“

Образователни цели: адаптация, взимане на решения.

3 или повече играчи

Екипировка : 1 топка

Продължителност: 10 - 15 минути

Задайте си определен брой голове, които да вкарате, за да спечелите. Принципът е да сменяте позициите си на всеки два гола - всички играчи се редуват обратно на часовниковата стрелка.

Вариации: Когато има много играчи, играйте мачове 4 срещу 4, а останалите изчакват. Възможно е да елиминирате играчи, когато са на вратарска позиция, веднага щом допуснат гол, след което отборите се подменят - 8 нови играчи заемат място за игра.

Да играем



Да се забавляваме



Игра за надмощие

Образователни цели: рефлексии, реактивност, стратегия, отборен дух, комуникация, социализация, адаптация, взимане на решения.

2 - 4 играчи

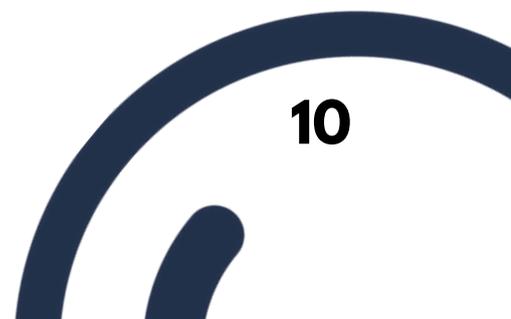
Екипировка : 1 топка

Продължителност : 45 минути

Мачът може да се играе 2 срещу 2 или 1 срещу 1. Препоръчваме да разпечатате приложените карти и да ги използвате. Това ще улесни играчите да ги разберат. Можете да създадете и собствени нови карти.

Решете в колко части ще се играе мачът и колко точки ще донесе всяка част (за предпочитане е четен брой точки). Разбъркайте картите и всеки отбор изтегля предварително определен равен брой карти. Може да се използва само една карта на част. Предложените правила могат да бъдат променяни по ваше желание, не се колебайте да адаптирате играта за себе си и за играчите.

Тази игра е измислена от г-жа Софи Русело, учител в средното училище Châteaubriant (Франция).



Да играем



Да се забавляваме

ПОМОЩНИ КАРТИ

Кой ? Картите се използват от отборите.

Кога ? Само една карта може да се използва при едно разиграване. Само тя се показва на противниковия отбор.

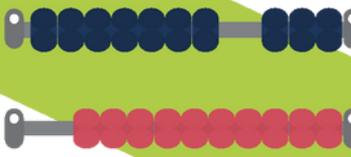
БОЖЕСТВЕНАТА РЪКА



По време на игра можеш да поставиш топката където пожелаеш.

Валидна за 2 ГОЛА

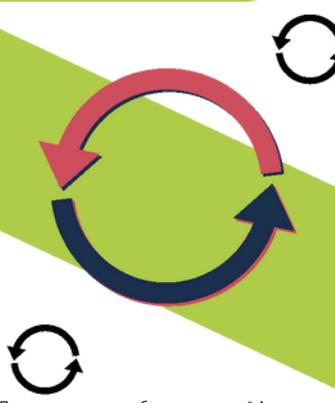
ДВОЙНО ИЛИ НИЩО



По време на игра обявяваш "двойно или нищо". Ако отбележиш, удвояваш резултата си, а ако противникът отбележи губиш всички точки до сега.

Валидна ВЕДНЪЖ

СМЯНА



По време на играта обявяваш „смяна“. Ако отбележиш, сменяш точките си с тези на противниковия отбор. Ако противниковият отбор отбележи, нищо не се променя.

Валидна ВЕДНЪЖ

БИНГО



Кажи БИНГО когато владееш топката. Ако отбележиш гол, печелиш двойни точки, в противен случай губиш една точка. Имаш 10 секунди да отбележиш.

Валидна ВЕДНЪЖ

ДВОЙНО



При начало на играта, обявяваш „двойно“ – голът носи двойни точки когато твоят отбор отбележи.

Валидна ВЕДНЪЖ

СУПЕР ТОПКА



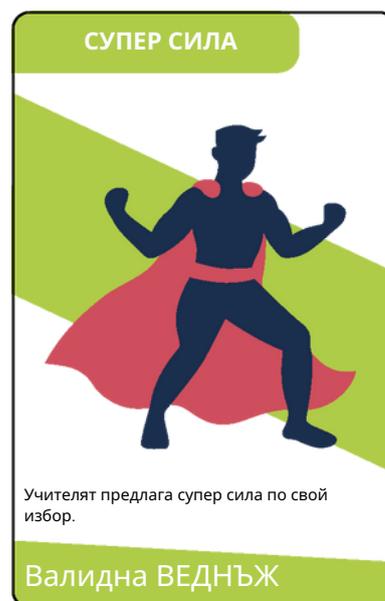
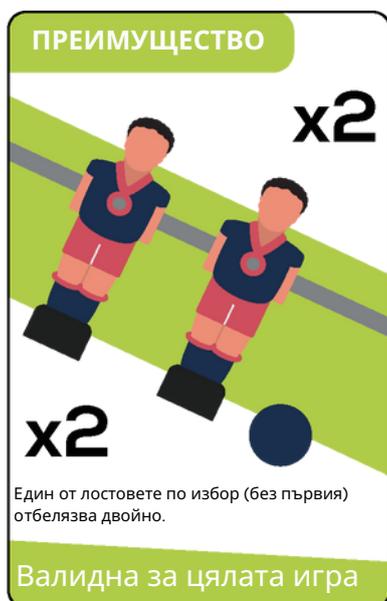
В началото на играта обявяваш „супер топка“ – голът е 4 точки ако твоят отбор отбележи.

Валидна ВЕДНЪЖ

Да играем



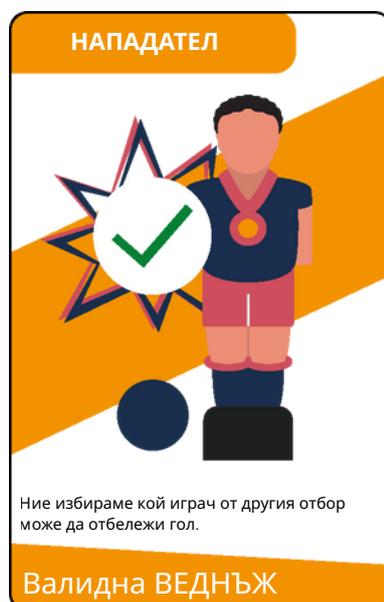
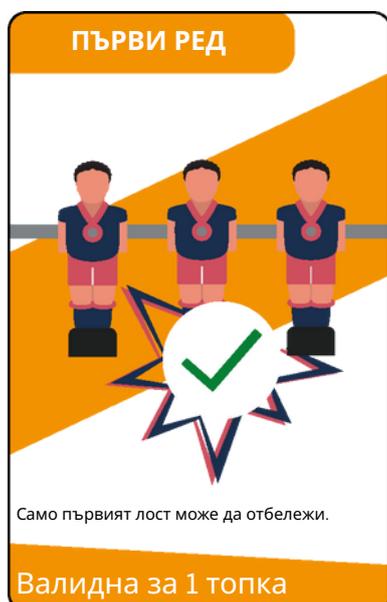
Да се забавляваме



НАКАЗАТЕЛНИ КАРТИ

Кой? Избраната наказателна карта се прилага само на противниковия отбор

Кога? Само една наказателна карта се избира за разиграване. Само тя се показва на противниковия отбор.



Да играем

Да се забавляваме

БЕЗ ТРИ



Отборът не може да отбележи с лоста с три фигури.

Валидна за 1 ТОПКА

КОЙ КОЙ Е?



Ние избираме кой играе защита и кой напада в противниковия отбор.

Валидна за 1 игра

ДВОЙНО НАКАЗАНИЕ

+/-



В началото обявяваме „двойно наказание“. Ако нашият отбор отбележи, печелим 1 точка, а противниковият отбор губи една точка.

Валидна ВЕДНЪЖ

ЕДНА РЪКА



Играчите могат да играят само с една ръка.

Валидна ВЕДНЪЖ

В СРЕДАТА



Само средният играч от нападателите може да отбележи.

Валидна ВЕДНЪЖ

СУПЕР НАКАЗАНИЕ



Учителят налага наказание по негов избор.

Валидна ВЕДНЪЖ

Да играем



За напреднали

Игра „Ловкост“

Образователни цели: концентрация, стратегия, реактивност, периферно зрение.

2 играчи най-малко

Екипировка: 1 топка

Продължителност: 10 - 15 минути

Мач между двама играчи, започващ с топката под напречния лост в средата на полето. Определете печеливш резултат. Целта е да се подаде топката от напречния лост в средата на полето към следващия лост, като се контролира. Когато играч е успял да си подаде топката от лост на лост, към вратата на противника, той печели точка. Играчите се редуват при всеки опит.

Игра „5 изстрела“

Образователни цели: рефлексии, реактивност, стратегия, концентрация, точност, техника за стрелба.

Най-много 2 играчи

Екипировка: 1 топка

Продължителност: 10 - 15 минути

Мач между 2 играчи 1 срещу 1 (1 нападател с топката в средата на терена и 1 защитник на задните лостове). Повдигнете напречния лост на противника в средата на терена и вашия преден лост. Играта следва същия принцип като дузпите, но включва стрелба от средата на терена, а не от наказателното поле. Целта е също така защитникът да задържи топката в своята половина след удара.

Отбелязване на точки: ако защитникът успее да задържи топката в своята половина, той печели една точка. Ако нападателят отбележи гол, той печели една точка. Играчът, отбелязал най-много точки, печели.

Да играем



напреднали

Игра „Лице в лице“

Образователни цели: координация, реактивност.

Най-много 2 играчи

Екипировка: 1 топка, 2 тръбички/сламки с диаметър краката на фигурата

Продължителност: 10 - 15 минути

Мач между двама играчи. Използват се само вратарите. Повдигнете предния и средния лост, използвайки тръбичките. Първият играч, който отбележи 5 гола, печели. Когато топката спре и не може да бъде достигната, тя се дава на играча, към когото е била насочена. Целта е да защитите вратата си и да вземете топката, без тя да напуска вратарското поле.

Игра за професионалисти

Образователни цели: адаптация, координация, позициониране.

2 - 4 играчи

Екипировка: 1 топка

Продължителност: 10 - 15 минути

Мачът може да се играе от двама или четирима. Играчите могат да използват само едната си ръка.

Да играем



Паспорт “Първи стъпки”

Паспортът „Първи стъпки“ ви позволява да проследявате напредъка си във футбола на маса. Нивата трябва да се завършват по ред. Ако имате съмнения относно овладяването на дадено ниво, не се колебайте да повторите упражненията, преди да преминете към следващото ниво.



Име :

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 1. Знам правилата на футбола | <input type="checkbox"/> 2. Движа джагите без затруднение. Стрелям, когато реша |
| <input type="checkbox"/> 3. Подавам топката от един на друг играч. Стрелям с топката след подаване | <input type="checkbox"/> 4. Контролирам бавните топки одавам топката от една джага на друга |
| <input type="checkbox"/> 5. Стрелям с топката от различните лостове | <input type="checkbox"/> 6. Координирам движението и позицията на защитата и вратаря |
| <input type="checkbox"/> 7. пешно улавям топка, която е между играч и страничната стена | <input type="checkbox"/> 8. Успешно подавам от средата към нападателите |
| <input type="checkbox"/> 9. тремя се към подаване към нападателите в движение | <input type="checkbox"/> 10. тремя се към подаване от защитата в движение |

ДА
СПЕЧЕЛИМ
УСМИВКИ С
ФУТБОЛ НА
МАСА!



© ITSF

ЗА КОНТАКТИ

Искате ли да сте информирани за най-новите ни дейности, да сте наясно с предстоящите ни събития и да виждате снимки и видеоклипове от нашите събития и проекти?

Или просто да се свържете с нас?

Последвайте ни в социалните мрежи!



Co-funded by
the European Union