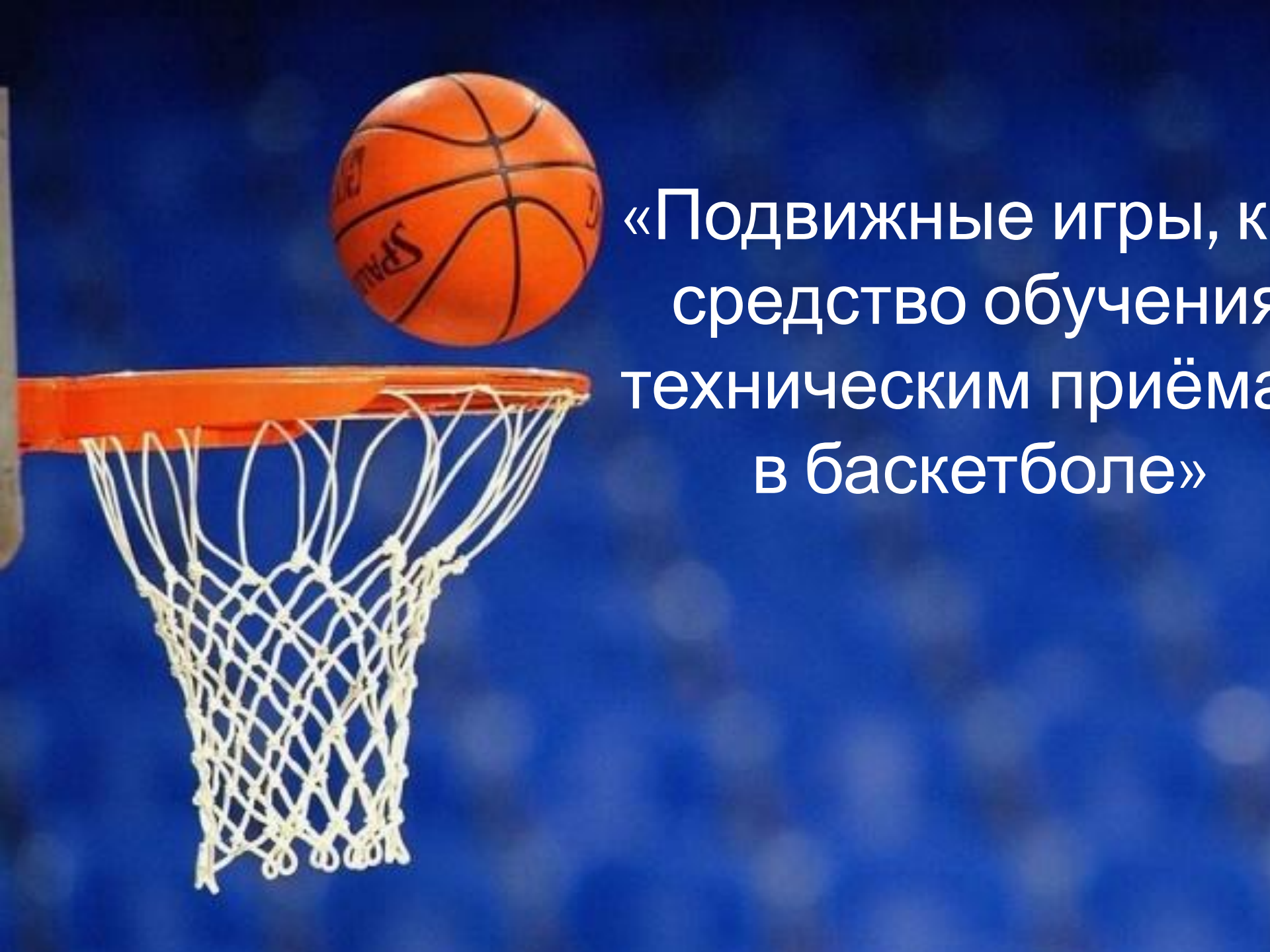

«Подвижные игры, к
средство обучения
техническим приёма
в баскетболе»

Актуальность

- Физическое воспитание в учреждениях общего образования (школа, гимназия, лицей) является неотъемлемой частью учебно-педагогического процесса, рационально содействуя воспитанию здоровых, физически развитых, социально активных личностей.

- Большой популярностью среди обучающихся общеобразовательных учреждений пользуется баскетбол. Баскетбол – игра увлекательная, динамичная, требующая от игроков хорошей физической подготовленности и технико-тактического мастерства. В основе игры на фоне постоянно меняющейся информации лежат активно выполняемые естественные движения: бег, прыжки, передачи, броски, ведение мяча и т.п.

- Специфика двигательной деятельности игры в баскетбол способствует рациональному физическому развитию, всесторонней физической подготовленности, увеличению подвижности суставов, укреплению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

- Баскетбол положительно влияет на развитие психомоторных механизмов (быстрая и адекватная ориентировка в сложной двигательной деятельности, развитие реакции выбора, концентрация внимания, распределение внимания, объем поля зрения, оперативность мышления, моторная выносливость).
- Баскетбол – игра коллективная, успех которой зависит от слаженности действий и взаимопонимания игроков, что достигается за счет подчинения собственных интересов интересам команды. Таким образом, детско-юношеский баскетбол формирует у обучающегося умения и навыки оптимального участия в коллективной работе. Регулярные занятия детей и подростков баскетболом – активная форма подготовки к требованиям социально-трудовой жизни современного общества.

- ***Объект исследования:*** процесс обучения техническим приемам в баскетболе.
- ***Предмет исследования:*** подвижные игры, как средство обучения техническим приемам в баскетболе.
- ***Цель исследования:*** изучить процесс обучения техническим приемам в баскетболе при помощи подвижных игр.

- ***Задачи исследования:***

1. Подобрать и изучить литературные источники по выбранной теме.
2. Изучить способы и подобрать контрольные упражнения для определения уровня владения техническими приемами в баскетболе.
3. Подготовить комплекс подвижных игр для обучения техническим приемам в спортивной тренировке баскетболистов.
4. Изучить методику спортивного отбора на начальном этапе тренировки баскетболистов.
5. Сделать заключение.

- ***Методы исследования:***

1. Анализ литературных источников.
2. Изучение документов и материалов.
3. Метод проекта.
4. Метод логического заключения.

Глава 1. Теоретическое обоснование проблемы обучения техническим приемам в баскетболе

1.1 Техническая подготовка и обучение техническим приемам в баскетболе

1.2 Характеристика подвижных игр в спортивной тренировке баскетболистов

1.3 Методика использования подвижных игр в процессе обучения техническим приемам в баскетболе

- **Анализ литературных источников** показал, при овладении техникой какого-либо двигательного действия вначале возникает умение его выполнять, а затем, по мере дальнейшего углубления и совершенствования, умение постепенно переходит в навык.
- Включение подвижных игр в тренировочные занятия способствует продуктивности тренировки, помогает снизить негативный эффект многократного повторения учебных действий, создает положительную эмоциональную окраску занятия, мотивирует детей к продолжению учебно-тренировочного процесса.
- Особая ценность подвижных игр заключается в возможности одновременного воздействия на моторную и психическую сферу личности занимающихся. Ответный характер двигательных реакций и выбора правильного поведения в постоянно меняющихся условиях игры предопределяет качество освоения технических приемов.

Глава 2. Практическое изучение процесса обучения техническим приемам в баскетболе при помощи подвижных игр

2.1 Методика определения уровня освоения технических приемов в баскетболе

2.2 Характеристика подвижных игр для процесса обучения техническим приемам в баскетболе

2.3 Методика спортивного отбора в спортивной тренировке баскетболистов

На первом этапе исследовательской деятельности необходимо изучить методику педагогического контроля за освоением технических приемов в спортивной тренировке баскетболистов, описывающую последовательность выполнения этапов работы по оценке показателей технической подготовленности баскетболистов. Она начинается с фактических измерений, расчетов, оценки результатов и заканчивается использованием компьютерных технологий. Необходимо выделить контрольные упражнения и определить критерии оценки технических приемов, которые доступны для баскетболистов.

- **Для проведения тестирования выбраны следующие контрольные упражнения:**

1. ***Передвижения в защитной стойке;***
2. ***Скоростное ведение;***
3. ***Передача мяча;***
4. ***Дистанционные броски.***

- **На следующем этапе исследовательской деятельности** изучение опыта специалистов и тренеров по баскетболу помогли определить подвижные игры, которые часто используется тренерами и спортсменами для освоения технических приемов в баскетболе.

«Коршун и наседка».

Направленность— комплексное совершенствование разновидностей передвижений и развитие быстроты.

«Командная перестрелка».

Направленность— комплексное совершенствование ловли-передачи мяча и развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, координационных способностей.

«Пятнашки мячом».

Направленность— комплексное совершенствование ловли-передачи мяча и развитие быстроты, скоростно-силовых качеств.

«Не давай мяч водящему».

Направленность — комплексное совершенствование ловли-передачи мяча и развитие быстроты, координационных способностей.

- Выбранные подвижные игры используются на этапах закрепления и совершенствования спортивной техники, внедряются в основную часть тренировочного занятия.

- **На последнем этапе исследовательской деятельности** следует изучить методику спортивного отбора в баскетболе, рассмотреть основные критерии отбора, рассмотреть **Положение о проведение контрольных испытаний для зачисления в группы ДЮСШ по баскетболу**.

Заключение

- Анализ литературных источников, изучение документов, а также выполнение практической работы позволили сделать следующие выводы:
- Подвижные игры действительно очень эффективны для обучения техническим приёмам в баскетболе.
- С помощью подвижных игр решаются задачи создания последовательно-усложняющихся игровых ситуаций для развития специальных физических качеств и овладение технико-тактическим арсеналом. В подвижных играх создаются благоприятные условия для воспитания положительных, нравственно-волевых черт.
- Использование подвижных игр способствует снижению эмоциональной нагрузки, “смягчению” психологической напряженности тренировочной деятельности.
- Подвижные игры активизируют внимание, оказывают положительное внимание на восстановление работоспособности. Подвижные игры в комплексе с контрольными тестами позволяют решить проблему отбора новичков, поскольку в игровом методе наиболее ярко и естественно проявляются индивидуальные особенности занимающихся.

- Система отбора спортсменов является одним из важнейших элементов современного спорта. Основная ее функция это - обеспечение видов спорта контингентом спортсменов. Повышение уровня физической подготовленности баскетболистов одна из главных задач в спортивной тренировке и подготовке команды. Для её увеличения необходимо использовать разнообразные приемы, методы, упражнения, порой заимствованные из смежных видов спорта.

- Обычно проводится классификация кандидатов на зачисление в спортивную группу баскетболистов на четыре группы:

1) способные, которых отобрали;

2) неспособные, которых отчислили;

3) способные, которых отчислили по ошибке;

4) неспособные, которых по ошибке отобрали.

- Все выше сказанное еще раз подтверждает значимость и ценность подвижных игр, как вспомогательного комплексного средства в подготовке баскетболистов, для повышения общего уровня функциональных возможностей организма, для разностороннего развития физических способностей, для пополнения фонда двигательных умений и навыков.

Благодарю за внимание, с удовольствием отвечу на ваши вопросы!