

**Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ульяновский государственный педагогический университет  
имени И.Н. Ульянова»**

## **ВЫПУСКНАЯ АТТЕСТАЦИОННАЯ РАБОТА**

**МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКА В  
БАСКЕТБОЛЕ ОДНОЙ РУКОЙ ОТ ПЛЕЧА С МЕСТА,  
УЧАЩИХСЯ 6-х КЛАССОВ**

**Саргсян **Геворга Артуровича****

**Руководитель работы  
Швецова Татьяна Владимировна**



## **Цель исследования:**

**повысить уровень обучаемости  
учащихся 6-х классов технике  
выполнения броска одной рукой  
от плеча с места**

## **Объект исследования:**

**учебный процесс учащихся на уроках физической культуры по баскетболу**

## **Предмет исследования:**

**средства и методы обучения и уровень обучаемости учащихся 6-х классов на уроках физической культуры**

# Гипотеза исследования

предполагается, что изучение уровня обучаемости технике выполнения броска одной рукой от плеча с места на уроках физической культуры, заложенных в комплексную программу для 6-х классов и корректировка пробного процесса на основе выявления и последующего исправления ошибок, повысит эффективность процесса обучения броскам в баскетболе и позволит внести коррекцию в конспекты уроков

# **Задачи исследования:**

- 1. Изучить теоретическое и практическое состояние вопроса о методических основах броска в баскетболе**
- 2. Проанализировать и разработать методику в соответствии с преимущественной направленностью на правильное обучение броска одной рукой от плеча с места у учащихся 6-х классов**
- 3. Определить экспериментальным путем эффективность использования разработанной методики обучения броска одной рукой от плеча с места**

# Методы исследования

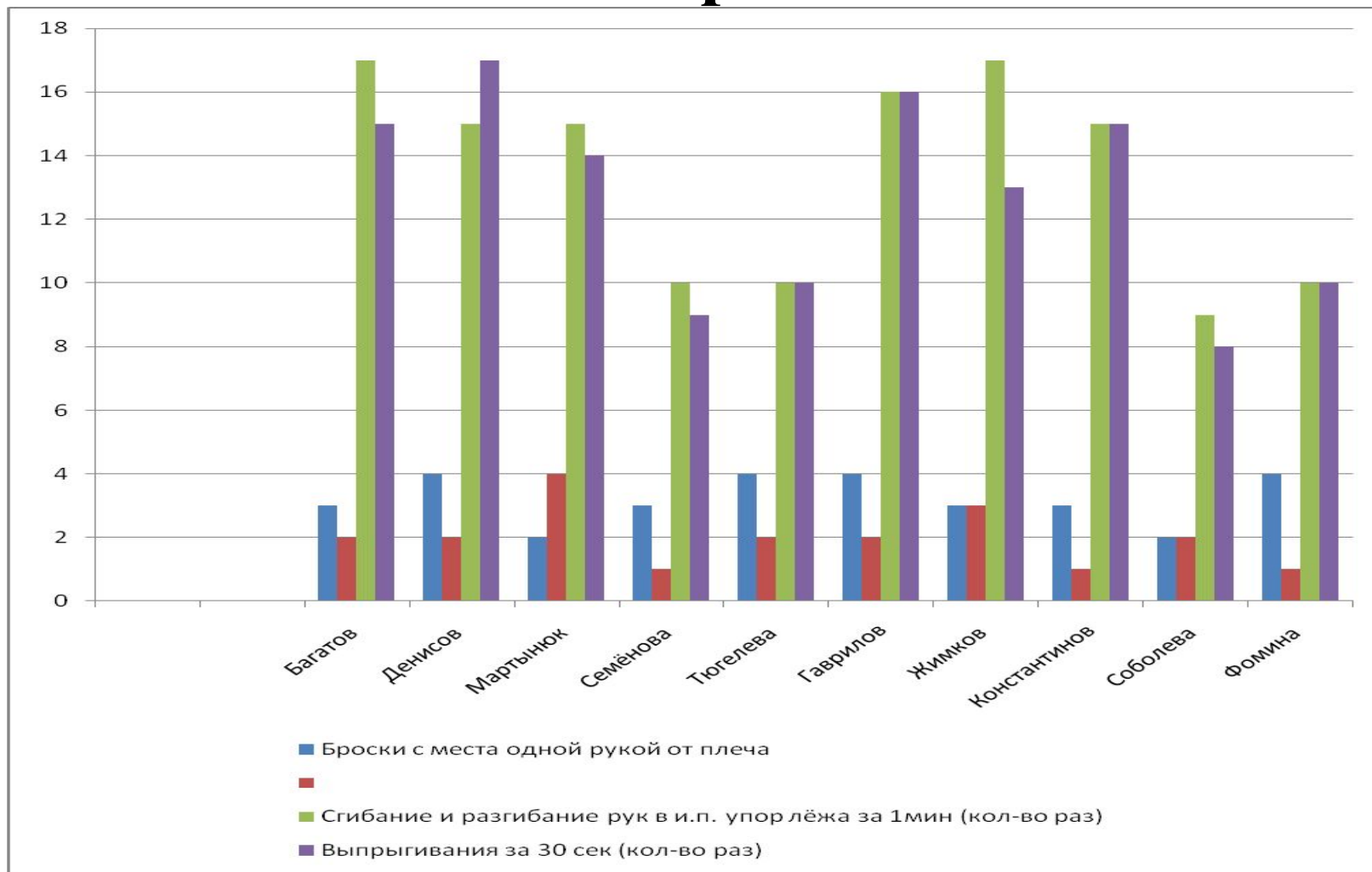
- **Анализ научно-методической литературы.**
- **Педагогическое наблюдение**
- **Контрольные испытания**
- **Педагогический эксперимент**
- **Методы математической статистики**

# Организация исследования

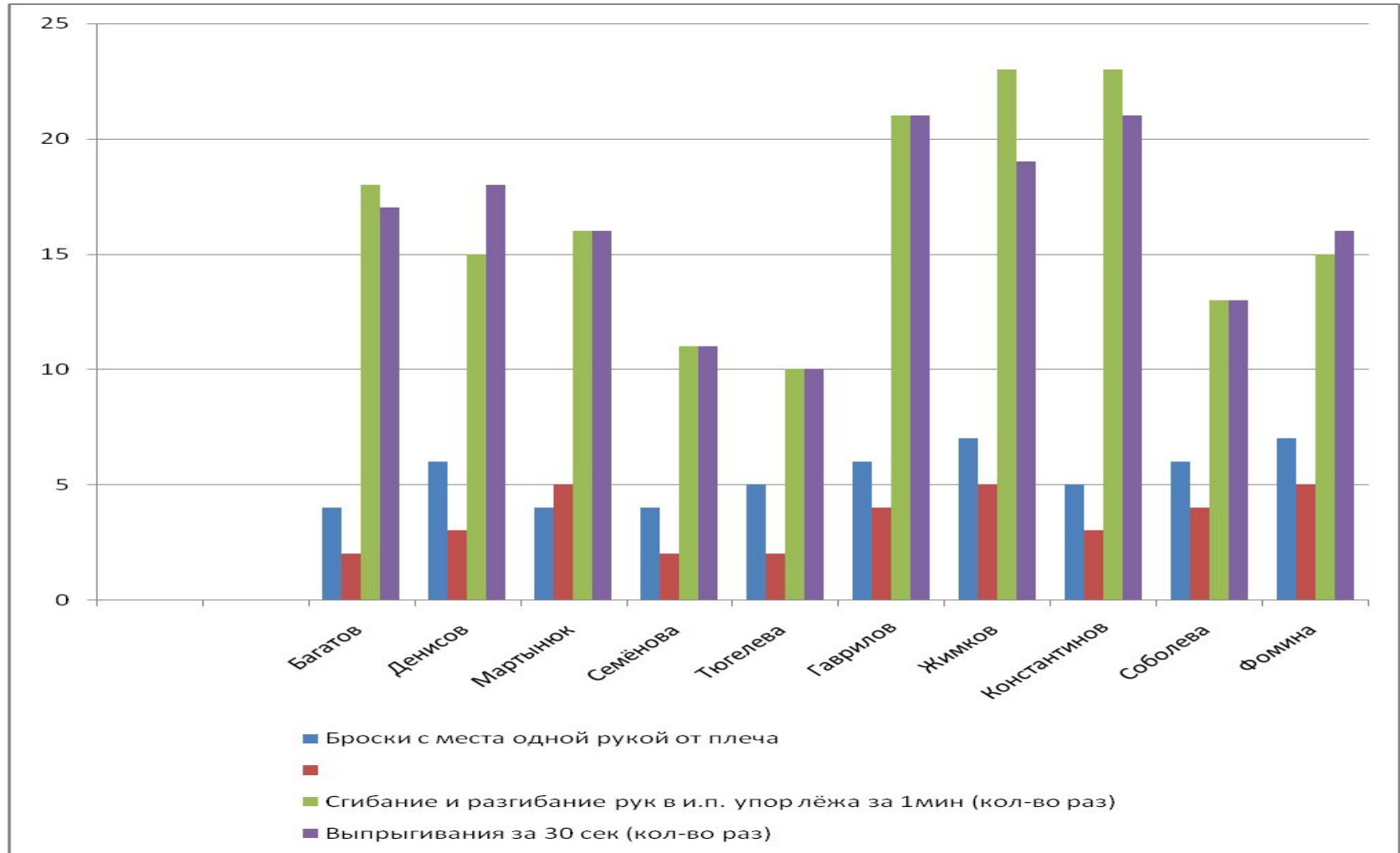
- Педагогический эксперимент проводился с целью выявления эффективности разработанной методики обучения броску одной рукой от плеча с места, учащихся на базе средней общеобразовательной школы № 69. В педагогическом эксперименте принимали участие 10 учеников 6-х классов. В экспериментальной группе тренировочный процесс проводился с внедрением, разработанной нами методики, а контрольная группа занималась по общепринятой методике. В каждой группе было по 5 испытуемых



# Диаграмма результатов тестирования в контрольной и экспериментальной группах до эксперимента



# Диаграмма результатов тестирования в контрольной и экспериментальной группах после эксперимента



# ВЫВОДЫ

1. При проведении уроков физической культуры по баскетболу необходимо обращать внимание на выполнение бросков, так как броски являются одним из главных технических приемов баскетбола. Успех команды обеспечивает точный завершающий бросок.

Точность броска в корзину в первую очередь определяется рациональной техникой, стабильностью движения и управляемостью ими, правильным чередованием напряжения и расслабления мышц, силой и подвижностью кистей рук, их заключительным усилием, а также оптимальной траекторией полет и вращения мяча.

**2.** Разработанная методика обучения броска одной рукой от плеча с места в баскетболе включает в себя специальные упражнения в парах, имитационные направленные на улучшение точности в технико-тактической подготовке, а так же комплексы упражнений направленных на улучшение физической подготовки.

**3.** Результаты исследований позволяют констатировать более высокий прирост точности броска одной рукой от плеча с места и физических способностей в экспериментальной группе, по сравнению с контрольной группой. По всем трём тестам в экспериментальной группе мы наблюдаем достоверное улучшение в тесте бросок с места правой рукой от плеча, в тесте сгибание и разгибание рук в положении упор лёжа за 1мин и в выпрыгивании из положения присед.

*Спасибо за внимание!!!*