

*Баскетбол – игра,
заставляющая думать!*



учащаяся 8Б класса
Ашугян Мария

2015-2016 уч.год

«В движении есть что-то бесконечно притягательное. Мы чувствуем это гораздо раньше, чем начинаем осознавать, что движущееся – значит живое...»



**Баскетбол – это не просто игра.
Это целый мир!**



1

- БЫСТРОТА

2

- КРАСОТА
- МЫШЛЕНИЕ

3

- ГРАЦИОЗНОСТЬ
- ЛОВКОСТЬ



ЦЕЛЬ:

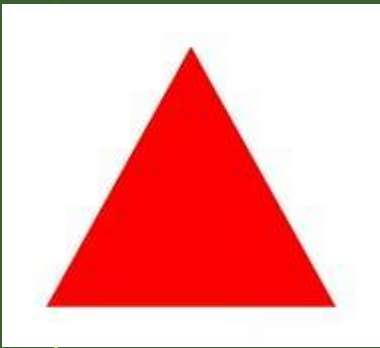
С помощью простых и доступных способов доказать связь баскетбола с другими науками и определить влияние тренировок по баскетболу на организм.

Задачи:

Научиться оценивать уровень физической подготовленности.

Научиться выявлять благоприятные факторы, оказывающие влияние на успешность действий во время игры баскетбол.





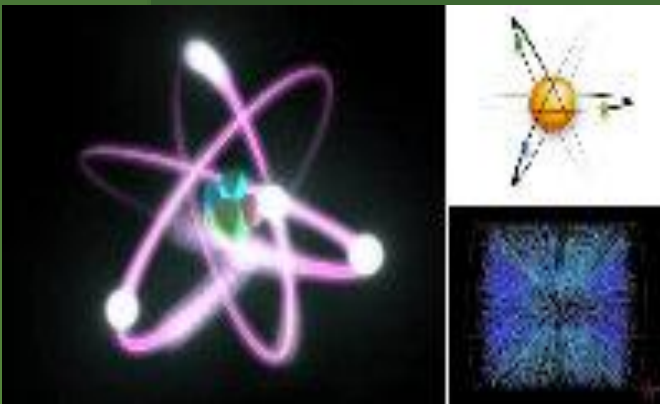
Алгебра и
геометрия

Физика



Химия

Биология и
анатомия



АНАТОМИЯ

С помощью физических упражнений осуществляется биологическое воздействие на организм, изменяющее его физическое состояние.



Сердечнососудистая система

- Сердцебиение во время матча достигает 180-230 ударов в минуту, при этом артериальное давление не превышает 180-200 мм ртутного столба.



До тренировки

После
тренировки



Давление
108/75

Пuls 73

Давление
128/82

Пuls 95

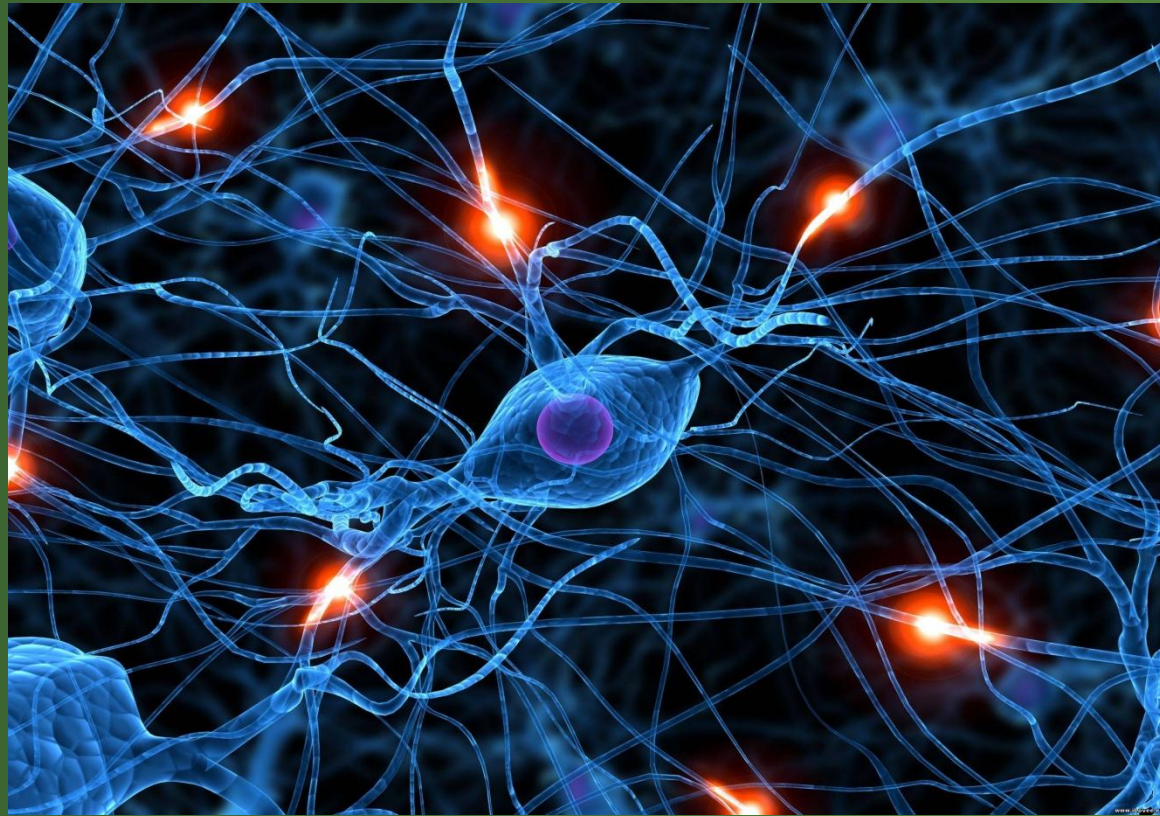
Изменения в дыхательной системе

- во время игры в баскетбол частота дыхательных движений достигает 50 — 60 циклов за 1 минуту с объёмом в пределах 120-150 литров

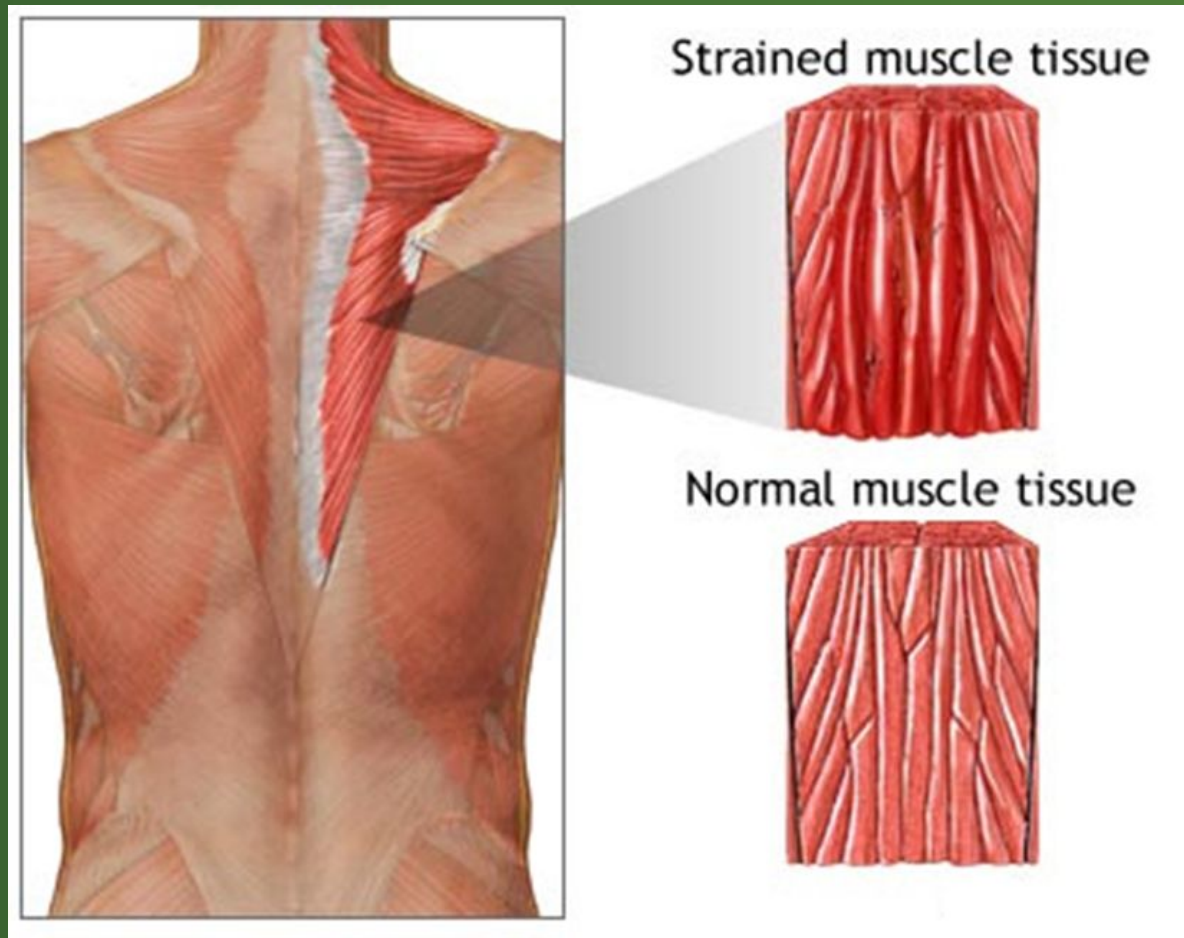


Нервная система

- Скорость нервных процессов увеличивается на 40%



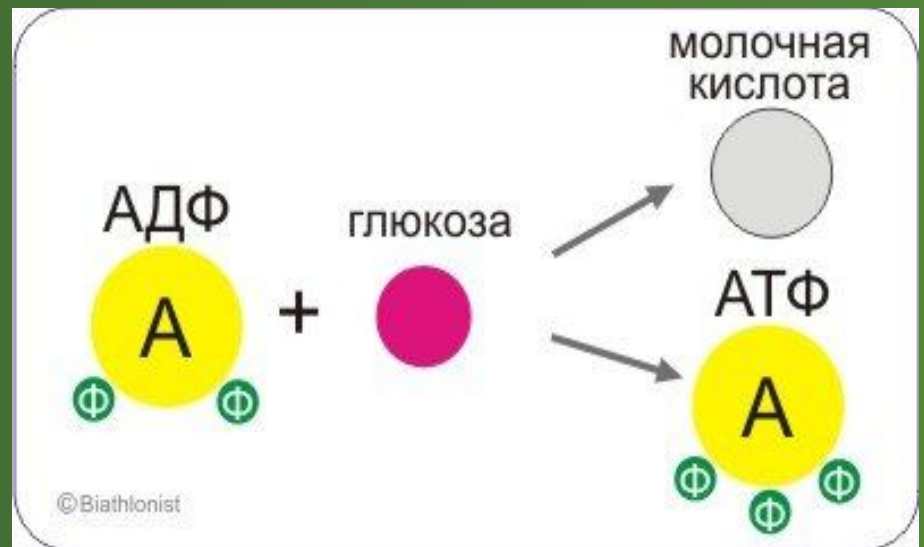
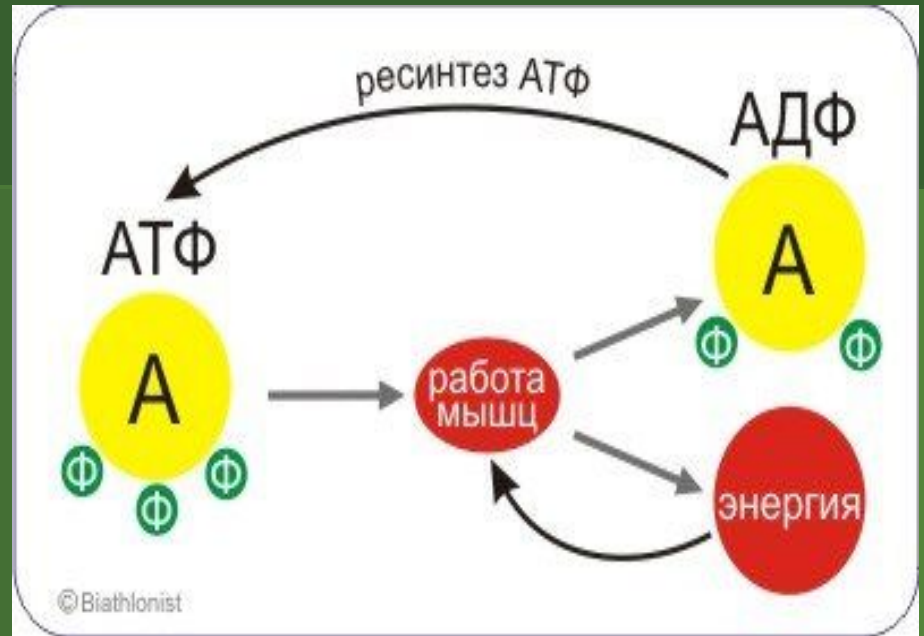
Закономерности биохимической адаптации в процессе систематической тренировки



Биохимия физической работы

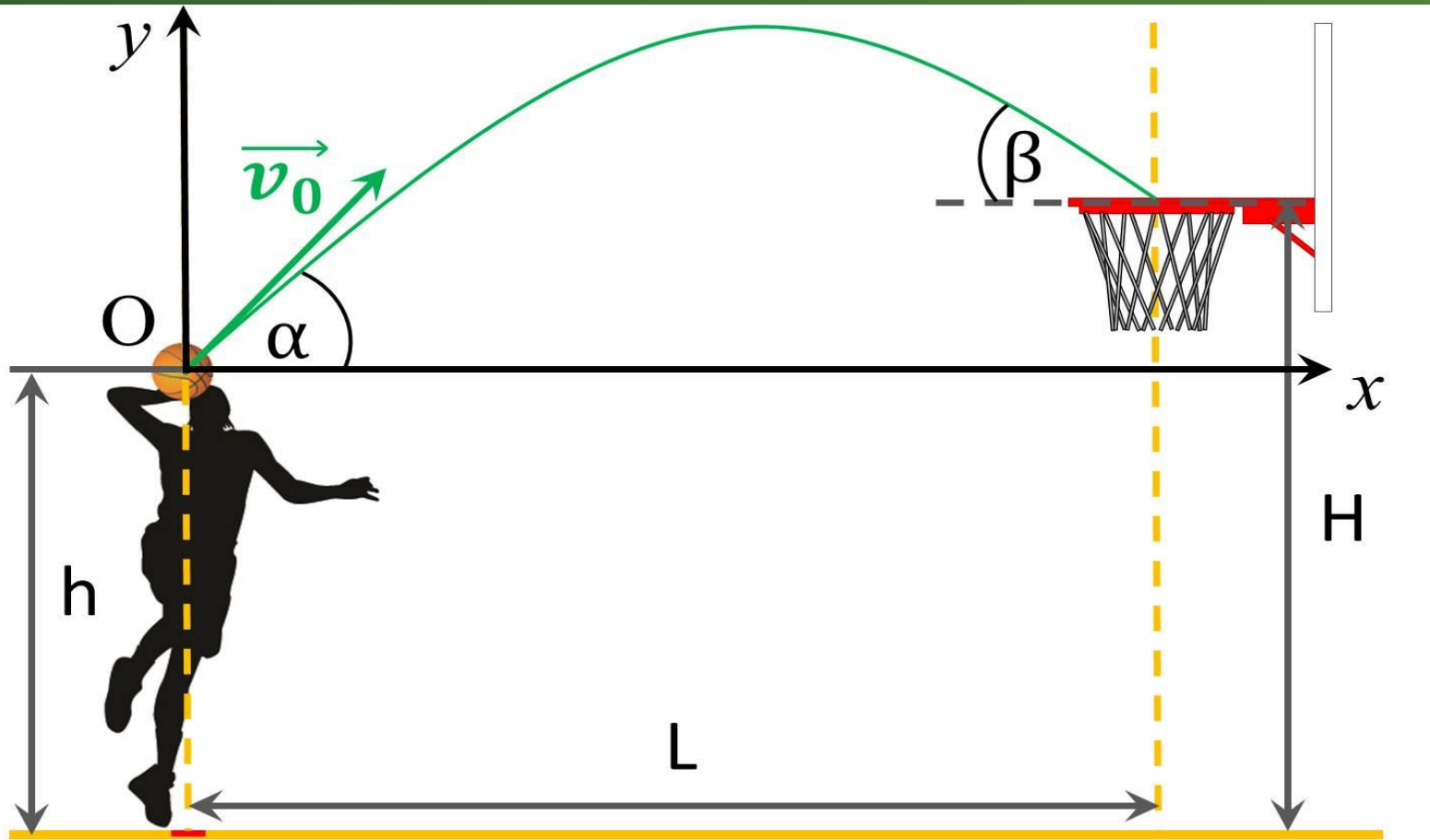
- *Процессы в мышцах*

- *Анаэробный гликолиз*



Геометрия броска

$$\operatorname{tg} \alpha = \operatorname{tg} \beta + \frac{2(H - h)}{L}$$



Физика в броске

$$E_{\text{к}} = \frac{mv^2}{2},$$



*«Миг победы – это волнение, радость и рвущееся
сквозь усталость безудержное ликование! »*





Мой вид спорта не может оставить равнодушным никого!



учит преодолевать
трудности,
справляться с
негативными
эмоциями,
самовыражаться в
движении.





Всем спасибо!