



Министерство сельского хозяйства  
Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение  
высшего образования  
«Самарская государственная  
сельскохозяйственная академия»

Кафедра «Физическая культура и спорт»

А. Ф. Башмак, В. А. Мезенцева, О. А. Ишкина

# БАСКЕТБОЛ

Методические указания

Кинель  
РИО СГСХА  
2018

ББК 75.566я7  
УДК 796.3(07)  
Б-33

**Башмак, А. Ф.**

**Б-33** Баскетбол : методические указания / А. Ф. Башмак, В. А. Мезенцева, О. А. Ишкина. – Кинель : РИО СГСХА, 2018. – 36 с.

В методических указаниях дана характеристика выполнения основных элементов техники игры в баскетбол в нападении и защите. Приводятся упражнения, способствующие качественному освоению игры.

Методические указания предназначены для студентов, обучающихся по всем направлениям и специальностям.

© ФГБОУ ВО Самарская ГСХА, 2018  
© Башмак А. Ф., Мезенцева В. А., Ишкина О. А. 2018

## Предисловие

В высших учебных заведениях приемы игры в баскетбол используются как на академических занятиях, так и на секционных занятиях. Существует также широкая сеть спортивных состязаний разного ранга, участие в которых оказывает ни с чем несравнимый тренировочный и воспитательный эффект.

Методические указания написаны в соответствии с рабочей программой, разработанной на основе Государственного образовательного стандарта. Оно посвящено проблеме обучения баскетболу в рамках практических занятий обучающихся высших учебных заведений.

Методические указания составлены методологически последовательно, с учетом особенностей учебно-тренировочного процесса рассматриваются вопросы основ технической подготовки обучающихся в защите и нападении.

Методические указания могут быть полезны при проведении учебных и секционных занятий в вузе, самостоятельной теоретической подготовке обучающихся.

В результате изучения данных методических указаний у обучающихся формируется **компетенция**, связанная со способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной профессиональной деятельности.

Данные методические указания предназначены также для преподавателей и тренеров высших учебных заведений с целью эффективного проведения учебных занятий по разделу «Баскетбол».