

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО Великолукская государственная академия физической
культуры и спорта**

И.И. Таран, А.Г. Бе­ляев, М.Н. Попова­я, Н.Е. Игнате­нков

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ: ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ИГРЫ

Учебно-методическое пособие для бакалавров

Великие Луки, 2017

УДК 796.3(075.8)
ББК 75.5я73
Н63

**Таран Ирина Ивановна,
Беляев Андрей Геннадьевич,
Поповская Мария Николаевна,
Игнатенков Николай Ефимович**
Н63 **Спортивные игры: основы обучения технике игры. Учебно-методическое пособие для бакалавров. / И.И. Таран, А.Г. Беляев, М.Н. Поповская, Н.Е. Игнатенков. Под общ. ред И.И. Таран. – М. : Издательство "Перо", 2017. – 168 с.**

ISBN 978-5-907016-08-8

В пособии представлены основы методики обучения основным техническим приёмам игры в волейбол, баскетбол и футбол. Изложена система частных задач и средств обучения, отражающих логику формирования техники основных приёмов игры. Представленный материал систематизирован на основе данных литературных источников и собственного опыта авторов пособия.

Содержание пособия направлено на формирование общепрофессиональных и профессиональных компетенций бакалавров, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

Материал пособия будет полезен студентам при прохождении учебной и производственной практики, а также учителям физической культуры при планировании уроков по разделу «спортивные игры», тренерам по виду спорта при планировании учебно-тренировочного процесса, а также слушателям курсов повышения квалификации и программ переподготовки.

УДК 796.08
ББК 75.5я73
ISBN 978-5-907016-08-8

© И.И. Таран, А.Г. Беляев, М.Н. Поповская, Н.Е. Игнатенков, 2017 г.

Оглавление

Введение	4
1. ВОЛЕЙБОЛ	6
1.1. Анализ техники игры.....	6
1.2. Методика обучения приёмам игры.....	19
1.3. Закрепление и совершенствование техники игры	38
1.4. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола	54
Список использованных источников	59
2. БАСКЕТБОЛ.....	59
2.1. Анализ техники игры	59
2.2. Методика обучения приёмам игры	78
2.3. Закрепление и совершенствование техники игры.....	112
2.4. Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола	127
Список использованных источников	129
3. ФУТБОЛ	130
3.1. Анализ техники игры	130
3.2. Методика обучения технике игры.....	145
3.3. Закрепление и совершенствование техники игры.....	155
3.4. Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола.....	168
Список использованных источников	173

Введение

Спортивные игры являются одним из основных разделов программ по физической культуре для школьников. Построение процесса обучения в спортивных играх основано на решении системы частных задач, которые решаются в определённой последовательности, реализуя дидактические принципы обучения и отражают этапы формирования двигательного действия от умения до навыка. Представленная методика обучения и совершенствования приёмов игры в волейбол, баскетбол, футбол является результатом интеграции отдельных теоретических положений теории и методики спортивных игр, методических рекомендаций разных авторов, анализа содержания видеоматериалов и опыта практической деятельности авторов пособия.

При обучении технике игры в спортивных играх следует придерживаться общей схемы обучения техническим приёмам:

1. Терминологически правильно назвать приём.
2. Показ приёма тренером или на слайдах, плакатах, видеотехнике с комментариями о его роли в игре.
3. Объяснить технику приёма с демонстрацией (положение звеньев тела до выполнения, в момент выполнения, после выполнения технического приёма).
4. Обучение в упрощённых условиях: имитация, неподвижный мяч, укороченное расстояние от сетки, стандартные условия выполнения.
5. Закрепление техники приёма: многократное повторение, выполнение в условиях согласно правил соревнований, использование пассивных защитников и простых дополнительных заданий и т.д.
6. Усложнение условий обучения, выполнение технического приёма (приёмов) в условиях, приближённых к игре: увеличение расстояния, выполнение на фоне утомления, использование утяжелённых или нескольких мячей, ограничение зрительного контроля, использование активных защитников, увеличение скорости выполнения, создание вариативных условий и т.д.
7. Выполнение технического приёма в игровых и соревновательных условиях.

В разделах по методике обучения даны рекомендации педагогам относительно возможности решения частных задач в различных частях урока и рекомендации по распределению частных задач на несколько уроков. Также мы указали, какие частные задачи лучше решать только в условиях спортивных школ. Техника спортивных игр достаточно сложна и в рамках

уроков физической культуры в общеобразовательной школе возможно знакомство с основами техники игры и реализация первых 4-5 пунктов общей схемы обучения. Совершенствование техники игры полноценно может осуществляться в условиях спортивных секций. Указаны средние дозировки, с учётом подготовленности занимающихся и в условиях спортивных школ они могут быть увеличены. В одном уроке физической культуры целесообразно использовать 2-3 упражнения на совершенствование и двустороннюю игру, для повышения эмоциональной составляющей урока. В учебно-тренировочном занятии могут быть использованы также 2-3, иногда больше упражнения для совершенствования, но с большей дозировкой. Предложенная организация занимающихся может варьироваться педагогом исходя из реальных условий проведения уроков по физической культуре. В графе конспекта «Методы и приёмы обучения, воспитания, организации» педагог дополняет содержание предложенной организации упражнений необходимыми ему в конкретном уроке методами и приёмами обучения, воспитания и организации учащихся.