

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «СМОЛЕНСКАЯ
ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СПОРТА
И ТУРИЗМА»

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра теории и методики спортивных игр

Заведующий кафедрой теории и
методики спортивных игр

_____ Родин А.В.

«___» _____ 2016 г.

КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ
НАЧАЛЬНЫХ НАВЫКОВ ВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ У ШКОЛЬНИКОВ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТБОЛОМ

Выпускная квалификационная работа
бакалавра по направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель _____ Степанишина А.Н.

Научный руководитель
к.п.н., доцент _____ Мазурина А.В.

Оценка за работу _____

Председатель ГЭК _____ Опарин И.А.
зам. начальника главного
управления спорта - начальник
отдела развития спорта г. Смоленск

Смоленск 2016

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА	5
1.1. Начальный этап в системе учебно-тренировочного процесса юных баскетболистов	5
1.2. Значение подвижных игр в занятиях спортивными играми	15
1.3. Подвижные игры в учебно-тренировочном процессе баскетболистов	18
Глава 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	22
2.1. Задачи исследования	22
2.2. Методы исследования	22
2.3. Организация исследования	25
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ	26
3.1. Подготовленность занимающихся 2004-2005 г.р. в базовых элементах баскетбола	26
3.2. Применение специального комплекса подвижных игр на формирование навыков овладения мячом в баскетболе	30
ВЫВОДЫ	35
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ	37
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	38
ПРИЛОЖЕНИЕ	43

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. В процессе обучения школьников игре в баскетбол большое значение имеют подвижные игры, которые весьма эффективно можно использовать как на начальном этапе обучения, так и в дальнейшем, при совершенствовании отдельных элементов игры [12].

Многолетняя практика работы показала, что обучение тактике игры, закрепление и совершенствование технических приемов наиболее успешно можно проводить в процессе специальных подвижных игр [10, 26, 34, 44].

На занятиях по баскетболу недопустима стандартизация. Это связано с тем, что для баскетбола характерны высокий динамизм в развитии игровых ситуаций, постоянное чередование активных и пассивных фаз игры. Играющие непрерывно переключаются с одних двигательных действий на другие, используя многообразные способы их выполнения, изменяя скорость и направление движения. У играющих комплексно задействованы практически все группы мышц, функциональные системы, налицо преобладание скоростно-силового режима работы, синхронность в деятельности верхних и нижних конечностей. Учет данных особенностей обязывает тренера, готовясь к занятию, отдавать предпочтение средствам и методам, максимально отражающим специфику игры [15, 19, 20].

Использование подвижных игр в учебно-тренировочном процессе дает возможность, во-первых, повысить у школьников интерес к занятиям, во-вторых существенно улучшить качество обучения и, в третьих, что весьма важно, значительно сократить период начального обучения игре в баскетбол [33].

Баскетбол – это, прежде всего, игра. Поэтому к занятиям собственно баскетболом значительно легче перейти после подвижных игр, чем после обычных учебных упражнений [24].

Важно подбирать подвижные игры, которые должны «подводить» школьников к занятиям баскетболом, чтобы элементы игр максимально

соответствовали элементам баскетбола и развивали те качества и навыки, которые необходимы в игре [29].

При качественно построенном учебно-тренировочном занятии, умелом применении средств и методов тренировка будет интересной, плотность будет соответствовать нормам, полностью будут решены поставленные задачи. Особенно это важно при начальном формировании навыков, так как только правильно заложенный фундамент в начале будет крепкой основой для будущих успехов.

Объект исследования: учебно-тренировочный процесс юных баскетболистов на начальном этапе подготовки.

Предмет исследования: методика формирования основ техники игры в баскетбол на этапе начальной подготовки.

Цель исследования: разработать и обосновать комплекс подвижных игр для формирования начальных навыков владения мячом у школьников, занимающихся баскетболом.

Гипотеза – предполагалось, что разработанный комплекс подвижных игр будет способствовать эффективному формированию навыков овладения мячом у юных баскетболистов.

Практическая значимость исследования заключается в разработке рекомендаций по содержанию и применению подвижных игр в учебно-тренировочном процессе юных баскетболистов, полученные данные позволяют оптимизировать учебно-тренировочный процесс на начальном этапе обучения. Результаты работы могут быть использованы в учебно-тренировочном процессе баскетболистов с целью более успешного формирования навыков владения мячом в баскетболе, а также на уроках физического воспитания в школах.