



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

Высшая школа физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта

**Методические особенности обучения младших
школьников элементам игры в баскетбол**

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.01. Педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата «Физическая культура»

Проверка на объем заимствований:

55,40 % авторского текста

Выполнила:

студентка группы 3Ф-514-106-5-1
Шакирова Дина Радиковна

Работа рекомендована к защите

« 20 » марта 2019 года

зав. кафедрой ТиМФКиС

Жабиков В.Е.



Научный руководитель:

кандидат пед. наук, доцент, зав.
кафедрой ТиМФКиС
Жабиков Владислав Ермекбаевич

Челябинск

2019

Введение

Баскетбол является универсальным средством физического воспитания, которое широко представлено в учреждениях общего и профессионального образования.

Велика роль баскетбола в решении задач физического воспитания в широком возрастном диапазоне, таких как формирование осознанной потребности в освоении ценностей здоровья физической культуры и спорта; физкультурное начальное образование, направленное на освоение интеллектуальных, нравственных и эстетических ценностей физической культуры, формирование основ физической и духовной основы культуры личности, повышение ресурсов здоровья, как системы ценностей, активно и долгосрочно реализуемых в здоровом стиле жизни.

Огромную роль в формировании фундамента двигательных навыков и технической подготовленности играет применение спортивных игр в физическом воспитании младших школьников, так как этот возраст наиболее благоприятен для развития скоростных и координационных способностей.

Данная проблема достаточно хорошо изучена в специальной литературе следующими авторами Н. Ф. Добрыниным, Л. А. Гордоном, М. Ф. Беляевым, И. М. Цветковым, В. Г. Ивановым, Г. И. Щукиной и другими.

На уроках физической культуры обучение элементам игры в основном осуществляется через проведение подвижных игр с элементами баскетбола. Поэтому следует уделять большее внимание методике обучения элементам игры в баскетбол. Это и является актуальностью нашей работы.

Цель исследования

Разработать комплекс подвижных игр и упражнений, направленных на развитие физических качеств, в процессе обучения элементам игры в баскетбол младших школьников.

Объект исследования

Процесс физического воспитания младших школьников при обучении элементам игры в баскетбол.

Предмет исследования

Педагогические условия обучения младших школьников элементам игры в баскетбол.

Гипотеза исследования

Качество овладения элементами игры в баскетбол у младших школьников будет высоким, если учитель:

- использует различные приемы при обучении игре в баскетбол;
- сделает учебный процесс более интересным и познавательным;
- обеспечит эффективный процесс формирования и развития физических качеств, при использовании подвижных игр и упражнений;
- скорректирует методы и средства для развития физических качеств, при использовании спортивно-игрового метода.

Задачи:

1. проанализировать психолого-педагогическую литературу по вопросу обучения младших школьников элементам игры в баскетбол;
2. определить эффективность создания педагогических условий при обучении игре в баскетбол;
3. выявить влияние педагогических условий на обучение младших школьников элементам игры в баскетбол;
4. разработать комплекс подвижных игр и упражнений для обучения элементам игры в баскетбол.

База исследования

МОУ «Аргаяшская СОШ» №2, Челябинской области, с. Аргаяш

Этапы исследования

- 1.** Июнь 2018 – формулирование темы, определение основных характеристик дипломной работы, поиск и анализ литературы.
- 2.** Сентябрь 2018 - май 2019 – проведение экспериментальной части дипломной работы.
- 3.** Май-июнь 2019 - систематизация и обобщение полученных результатов. Оформление выпускной квалификационной работы.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, 2-ух глав, заключения, списка литературы.

Глава 1. Теоретические основы обучения младших школьников игре в баскетбол на уроках физической культуры

1.1 Проблемы обучения школьников игре баскетбол на уроках физической культуры

Издавна образование и воспитание рассматривались в рамках теории физического воспитания как точки соприкосновения между педагогикой и игрой. Педагогика связывает игру с процессом воспитания, образования, обучения, развития личности.

Игры, включенные в образовательный процесс, оправданы не только с педагогической точки зрения, но и биологической, они образуют прочный фундамент физического воспитания.

В состав основных средств физического воспитания входят подвижные игры, включающие баскетбол. Начинают обучать игре в баскетбол уже с начальных классов, от простого к сложному. Обучение младших школьников имеет свои особенности. Своеобразие младшего школьного возраста в том, что организм первоначально обладает относительно низкой сопротивляемостью к неблагоприятным воздействиям внешней среды и вместе с тем быстро увеличивает свои адаптационные и функциональные возможности.

Известно, что в период столь бурного естественного физического развития, очень важно целенаправленно воздействовать на него, чтобы придать оптимальное направление. От того, насколько рационально в этот период проводится физическое воспитание, в большей мере зависит весь последующий ход физического совершенствования.

В процессе физического воспитания младших школьников необходимо предотвратить возможные деформации позвоночника и других звеньев опорно-двигательного аппарата, обеспечив формирование правильной осанки.

Индивидуальные и общие особенности физического развития младших школьников (опережающий прирост веса тела по сравнению с силой мышечных групп нижних конечностей, неравномерность развития силы сгибателей и разгибателей) обязывают постоянно уделять внимание обеспечению гармоничного укрепления мускулатуры, в том числе предусматривать параллельное воздействие на симметричные группы мышц тела, «подтягивая» отстающие в развитии мышцы. Регулярная двигательная деятельность особенно активно стимулирует обмен веществ, улучшает обменные процессы и тем самым содействует структурно-функциональному совершенствованию организма[17].

Суть физического воспитания состоит в том, чтобы с помощью средств физического воспитания придать естественному процессу становление форм и функций растущего организма оптимальный характер, обеспечить, возможно, гармоничное в этот период физическое развитие, содействовать нормальному функционированию организма, укрепить здоровье. Важное место в системе физического воспитания детей младшего школьного возраста занимает действие с мячом. Упражнения в бросании, катание мячей способствует развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. В играх с мячом развиваются: быстрота, прыгучесть, сила, так как ребенку часто приходится в игровой ситуации передавать мяч своему партнеру или бросать его в цель, расположенную на значительном расстоянии. Действия с мячом способствуют развитию умения схватить, удержать, бросить предмет, а также рассчитать направление броска, согласовать с ним силу, воспитывают выразительность движений, хорошую пространственную ориентировку[25].

В действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. При передвижении по площадке ребенок упражняется в беге с ускорением, с изменением направления, в беге в сочетании с ходьбой, с прыжками, в беге с остановкой, в беге с приставным шагом

(вперед, спиной вперед, в стороны) и т.п. школьник выполняет эти движения в постоянно изменяющейся обстановке. Это способствует формированию умения детей самостоятельно применять движения в зависимости от условия игры: ребенок должен самостоятельно подобрать соответствующий способ движения, найти удобное место для его осуществления.

Упражнения с мячом при соответствующей организации их проведения и обучения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Создают условия для включения в работу левой руки, что важно для полноценного развития ребенка семилетнего возраста. Развиваются не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти. Они укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. Способствуют совершенствованию двигательной реакции детей, точности воспроизведения движений во времени и пространстве.

Огромное влияние на развитие детей младшего школьного возраста оказывают движения, физические упражнения, игра в баскетбол. Недостаток движения, ограничение двигательной активности (так называемая гипокинезия) отрицательно сказывается на формировании организма. Деятельность различных систем организма находится в прямой зависимости от активности скелетных мышц, особенно в детском возрасте. Двигательная активность стимулирует обмен веществ и энергии, совершенствование всех функций и систем организма и повышает его работоспособность, что достигается при игре в баскетбол[28].

Велика роль двигательной активности в подготовке к труду. Осваивая новые движения, человек обучается управлять работой мышц, сложными движениями, необходимыми в трудовой и спортивной деятельности.

Двигательная активность способствует усвоению информации, которая поступает из внешней среды, через сенсорные системы. Эта

информация имеет значение не только для повышения физической и умственной работоспособности, но и для становления человека как личности.

В спортивном зале должна держаться определенная температура и влажность. Величина кожной поверхности по отношению к весу у ребенка больше, чем взрослого. Ограниченная возможность потоотделения и несовершенство сосудистых реакций затрудняет терморегуляцию у детей. Вот почему даже незначительное переохлаждение или перегрев, могут привести к нарушению здоровья. Дети плохо переносят пребывание в помещении с повышенной температурой и влажностью. Перегрев может вызвать нарушение сердечной деятельности, потерю сознания. Поэтому, после пробежек в игре нужно постепенно переходить к отдыху[33].

На долю мышечной ткани у ребенка 7 – 19 лет приходится около 30% веса тела. Развитие мышц происходит главным образом за счет утолщения мышечных волокон. Развитие мускулатуры идет неравномерно. Сначала развиваются мышцы шеи и туловища, а затем, мышцы конечностей.

Конечности детей содержат недостаточное количество солей, поэтому у детей часто бывают переломы, особенно часто встречается перелом лучевой части руки несколько выше запястья, который называется переломом луча в типичном месте. Для профилактики данного вида перелома у детей следует научить их «правильно падать», то есть при падении не опираться на ладонь, так как лучевая кость не выдерживает нагрузку массы тела. Увеличивается мышечная масса. Строение мышц детей заметно отличается от строения мышц взрослых. Мышцы детей эластичны, при сокращении они сильнее укорачиваются, а при расслаблении – больше удлиняются. Нужно иметь в виду, что мышцы развиваются у детей неравномерно. Быстрее – крупные, медленнее – малые. Это одна из причин того, что в младшем школьном возрасте учащиеся неуверенно выполняют «точные» движения, например, кистью, плохо справляются с заданиями на точность физического действия.

У ребенка данного возраста развиваются и совершенствуются основные естественные движения, в частности, рабочие движения кисти и пальцев. Меняется и отношение к движениям. Прежний интерес к самому процессу движения сменяется все большей заинтересованностью в результатах действий. Радость и удовлетворение доставляет не только сама двигательная деятельность, но и достижение цели при определенном действии. Движения становятся все более точными, координированными.

Однако развитие механизмов центральной нервной системы еще недостаточно, поэтому недостаточна способность к длительной продуктивной работе, длительному мышечному напряжению и дети быстро утомляются. Поэтому не следует однообразно выполнять движения, нужно их разнообразить.

В 7 – 8 лет интенсивно растет темп движений. У мальчиков его увеличение более прогрессивно, чем у девочек. Точность движений у 7 – 8-летних детей развита недостаточно.

Ошибки при воспроизведении движений заданных параметров составляют 45 – 50%. Систематические физические упражнения с применением методов, облегчающих воспроизведение движений определенных пространственно – временных параметров приводят к улучшению точности движений по пространственным характеристикам на 45 – 50%, временным – на 30%, силовым – на 35%. К 7 - 8 годам вырабатывается нормальная поза прямостояния. У детей этого возраста поза прямостояния при смещении опоры сохраняется лучше, чем у подростков.

При формировании у детей младшего школьного возраста привычки к систематическим подвижным играм, у них развиваются мышечно-двигательные ощущения, улучшается зрительный и кинестетический контроль за выполнением движений[55].

Совершенствование координаций между зрительными ощущениями и выполнением движений – очень важная задача физического воспитания

детей. Особенность восприятия младших школьников – целостность, нерасчлененность. Дети часто по самым случайным признакам пытаются угадать, а не выяснить особенности показываемого предмета, движения, действия. В этом возрасте усиливается роль слова в восприятии элементов и деталей движений.

Дети в 7 – 10 лет недостаточно точно воспринимают интервалы времени: короткие промежутки времени они обычно недооценивают. Много затруднений вызывает у них и ориентировка в самом пространстве зала, площадки. Они путают правую и левую стороны. Поэтому рекомендуется систематически тренировать детей в этих достаточно сложных для них процессах. Объем внимания младших школьников узок: они одновременно могут воспринимать одно – два движения или не связанные между собой элементы движений. Внимание их часто переключается на всевозможные второстепенные объекты и элементы движений. Рассеянность нередко оказывается следствием переутомления, отсутствия привычки внимательно смотреть и слушать.

В баскетболе создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно – волевых черт ребенка. Такие игры приучают детей преодолевать эгоистические побуждения. Ради интересов команды ребенку часто приходится отказываться от мяча, передавать его партнеру, который имеет более благоприятные условия для успешной игры. Общая цель, стремление всех игроков команды попасть мячом в корзину способствует развитию взаимопонимания, умения считаться с другими, помогать им.

Необходимость принимать быстрые, но разумные и твердые решения, претворять эти решения в жизнь без излишних колебаний способствует развитию самостоятельности. Уверенность в своих силах, возможностях является основным фактором, который позволяет ребенку успешно проявлять приобретенные навыки. Решая проблему обучения младших школьников игре в баскетбол нужно обратить внимание на

обучение физкультурным упражнениям, что будет рассмотрено во втором пункте главы[62].

1.2 Особенности обучения физическим упражнениям в младшем школьном возрасте

Игра в баскетбол является средством, гармонически развивающим ребенка, дающим значительный образовательный, оздоровительный и воспитательный эффект. Баскетбол – спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовке игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных тренировок, а также при соблюдении определенной последовательности. Проводить обучение нужно в несколько этапов, используя различные упражнения. В начале обучения основной задачей обучения является формирование определенных умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними свои движения. Не рекомендуется уже с первых занятий начинать освоение техники. В начале надо добиться, чтобы детям понравились занятия с мячом, чтобы они после игр оставались довольными и с нетерпением ждали возможности еще поиграть.

Затем следует научить детей правильно держать мяч обеими руками на уровне груди, пальцы должны быть расставленными, кисти лежать сзади – сбоку, мышцы рук расставлены. Важно научить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку баскетболиста.

После того как дети научатся правильно стоять, держать мяч, передвигаться по площадке, можно учить их ловить мяч обеими руками. Выполнение ловли мяча и других элементов баскетбола в разных условиях в сочетании с другими действиями способствует совершенствованию изучаемого действия, умению в дальнейшем самостоятельно применять его в игровых ситуациях.

Параллельно ловле мяча необходимо обучать детей и передачи мяча двумя руками от груди с места. Детей следует научить передавать мяч из правильной стойки, держа его двумя руками на уровне груди.

На первых порах при передаче мяча большинство детей старается толкать его обеими руками, широко разводя локти в сторону. В процессе обучения передачи мяча необходимо напоминать детям, что локти следует опустить около туловища; стараться бросать на уровне груди партнера; мяч следует сопровождать взглядом и руками[60].

Одним из наиболее важных действий с мячом является ведение. Оно позволяет игроку, владея мячом, перемещаться по площадке. На начальном этапе обучения детям семилетнего возраста были доступны ведение мяча с высоким отскоком. При этом ребенок научится держать спину. После этого появляется возможность «посадить ребенка на ноги», т.е. научить его передвигаться на полусогнутых ногах. В дальнейшем ребенок легко усваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой и с изменением направления.

Наиболее распространенным недостатком ведения мяча на начальном этапе обучения является стремление детей семи лет бить по мячу расслабленной ладонью, не включая в работу предплечье. Рука с согнутыми пальцами ударяет по мячу сверху. В результате систематического обучения ведения мяча у детей вырабатывается умение успешно управлять мячом даже без зрительного контроля, передвигаясь приставным шагом, изменяя темп бега.

Передачи мяча и броски его в корзину являются сходными по своей структуре движениями. Поэтому обучение броскам мяча следует ограничить этими же способами – бросками двумя руками от груди и одной рукой от груди. С самого начала обучения надо обратить внимание на то, чтобы дети бросали мяч, стоя в правильной стойке, прицеливаясь, сопровождали мяч взглядом, не выводили локти в стороны[40].

Для сознательного отношения ребенка к действиям, недостаточно разъяснений и показа: необходимо дать ребенку возможность упражняться, действовать, активно применять полученные знания в игровой деятельности. Только при сочетании объяснения техники действий с

показом и упражнениями самих детей, у ребенка возникает сознательное отношение к действиям, умению целесообразно пользоваться ими в игровой деятельности.

Цель углубленного разучивания заключается в формировании полноценного двигательного умения. Здесь следует уточнить двигательное действие, как в основе, так и в деталях техники передвижений, ведения, передач мяча. На этом этапе широко используется комплекс разнообразных средств: применяются упражнения для закрепления мышечной системы с учетом особенностей техники баскетбола; используют подводящие упражнения, которые позволяют подготовить детей к освоению основного действия.

Подводящие упражнения представляют собой «игру по овладению мячом», техникой: ведение мяча, бросание партнеру команды, бросание в стену, в цель, кидания в кольца.

Когда школьники овладеют техникой баскетбола нужно переходить к этапу закрепления и дальнейшего совершенствования. Цель этого этапа – двигательное умение перевести в навык. Эта цель решается с помощью следующих задач: добиться стабильности, автоматизма выполнения передвижений, различных действий с мячом. Довести до необходимой степени совершенства основные элементы техники передач, ведения мяча.

На этом этапе увеличивается количество повторений в обычных и новых условиях. Следует менять или усложнять правила игровых ситуаций. В целях совершенствования бросков и ведения нужно применять корзины разной высоты, поточное выполнение бросков и ведения в сочетании с прыжками, передачами и другими упражнениями. Также нужно увеличить скорость заданных движений.

Таким образом, в процессе обучения элементам игры в баскетбол ставится задача: научить управлять своими действиями. Процесс обучения строится последовательно от простого к сложному, в порядке, зависящем от изучения технических приемов того или иного раздела техники игры.

Проведение физкультурных упражнений благоприятно воздействует на приобретение детьми навыков игры в баскетбол. Дальнейшими действиями должны быть – обучение методике игры в баскетбол, что рассмотрено в следующем пункте главы[49].

1.3 Методы и формы обучения игре в баскетбол младших школьников

Процесс обучения младших школьников в баскетбол направлен на вооружение учеников знаниями, умениями, навыками, постоянное их развитие и совершенствование, формирование системы знаний по вопросам техники, стратегии, тактики, правил игры и т.п.

Решение задач обучения предполагает вооружение занимающихся широким кругом знаний об игре.

Значительное место в обучении занимает не только развитие физических и моральных качеств, но и формирование специальных умений и навыков, которыми учащиеся должны владеть в значительной мере. Занимающиеся должны научиться рационально пользоваться приобретенными навыками, опираясь на знания и умения. В этом суть процесса обучения.

Освоение двигательных навыков предполагает такую степень владения движениями, когда управление ими осуществляется автоматизировано. Как известно, в основе навыка лежит система закрепленных связей, для образования которых необходимо многократное повторение их в определенных условиях. Однако степень этих связей должна обеспечить возможность свободного варьирования элементами движения.

Обучение техническому приему и индивидуальным тактическим действиям должно идти параллельно. В начале, технику изучают отдельно по приемам. В дальнейшем изолированные приемы объединяют в игровые действия, в которые могут входить два или несколько разных приемов.

Приемы техники нападения изучают раньше, нежели приемы защиты[29].

В процессе формирования двигательного навыка выделяют самостоятельные стадии, которым соответствует тот или иной этап обучения. Принято выделять 3 стадии:

1. формирование начального умения, когда ученик овладеет основами движения, его структурой;
2. уточнение системы движений;
3. совершенствование навыка.

Особенно важна на каждой стадии последовательность постановки педагогических задач, необходимо чтобы, прежде всего:

- освоили исходное положение, из которого выполняются движения;
- знали, какие части тела принимают участие в этих движениях, и каковы их направления, амплитуда, согласованность во времени и в пространстве;
- выполняли движение по оптимальным амплитудам в удобном темпе;
- сохраняли точную структуру движения и освоили его детали;
- приступили к совершенствованию движений.

При изучении сочетаний приемов основное внимание уделяют связкам, если приемы сочетаются по принципу цепочки, когда один прием следует за другим. В связке изучают переход от одного приема к другому, где видоизменяются конечные движения предыдущего приема и начальные следующего.

При овладении двигательными действиями, в которых приемы сочетаются не последовательно, а одновременно, когда один становится фоном другого (например, передача мяча во время бега), изучают согласованность разученных ранее по фазам движений, часто для этой цели используют подводящие упражнения.

При освоении тактики игры ставят цели:

- научить целесообразному использованию изученных приемов и взаимодействию с другими игроками в зависимости от обстановки;
- научить умению создавать наиболее выгодные ситуации для другого игрока, позволяющие ему действовать более эффективно.

Изучая любой прием техники или тактическое взаимодействие, необходимо последовательно переходить от одних педагогических задач к другим, основываясь на физиологической природе формирования двигательных навыков[11].

Ознакомление с приемом. Оно начинается с создания представления о нем. Занимающиеся должны иметь перед собой образец, который следует воспроизвести. Для этого им нужно не только сообщить сведения о приеме, о его месте и значении в игре, но и дать возможность получить первые двигательные ощущения, возникающие при выполнении движений. В задачу обучения на данном этапе входит:

- выявление знаний ученика об изучаемом предмете, а также ощущений, имеющихся в его двигательном опыте;
- сообщение предварительных сведений об изучаемом приеме – его месте и значении в игре, основном назначении и наиболее эффективном применении и т.п.
- создание зрительного и двигательного представления о правильных движениях и их последовательности.

Эти задачи решаются с помощью наглядного и словесного методов и самостоятельного выполнения упражнений.

В зависимости от изучаемого материала и задач обучения можно использовать, схемы, фото, видеоманитофонные записи и т.п.

Основное внимание в обучении младших школьников игре в баскетбол направлено на воспитание осознанного восприятия и выполнения двигательных действий, на формирование четкости при выполнении наиболее существенных элементов движения.

В тех случаях, когда элементы движений, упражнения с мячом выполняются детьми неуверенно или дается в новой комбинации, целесообразно показать и объяснить их, учитывая двигательный опыт детей, можно показ проводить одновременно с объяснением.

Время о времени нужно возвращаться к показу хорошо известных упражнений, так как для совершенствования движения необходима точность, четкость выполнения каждого элемента.

Таким образом, по мере освоения движений целесообразно варьировать сочетание наглядных и словесных методов обучения, давать показ всего упражнения с объяснением; частичный показ с пояснением; описание упражнения без показа; установку на мысленное воспроизведение упражнения и его описание детьми, затем показ всего упражнения с пояснением отдельных сторон.

Необходимо также ознакомить детей с правилами игры, техникой игры[31].

1.4 Использование игрового метода как условие обучения игре в баскетбол на ролях физической культуры младших школьников

Игра наряду с трудом и учением – один из основных видов деятельности человека. Игру как метод обучения, передачи опыта старших поколений младшим люди использовали в древности. В современной школе для активизации и интенсификации учебного процесса используют игры.

С раннего детства игра является основным видом деятельности; и в младшем школьном возрасте, дети еще не выросли из игры; хотя основной их деятельностью становится ученье. Для них характерна яркость и непосредственность восприятия, легкость вхождения в образы, дети легко вовлекаются в любую деятельность, особенно игровую, самостоятельно организуются в групповую игру, продолжают игры с предметами.

Важно учитывать это стремление детей к игре и использовать при обучении на уроках физической культуры. При обучении баскетболу младших школьников обязательно должна присутствовать игра.

В ролевых играх и эмпатия, и рефлексия также являются важнейшими характеристиками, определяющими успешность игрового процесса. Это важно при обучении игре в баскетбол. Находясь в воображаемой роли, необходимо чувствовать ролевые переживания напарника, что благоприятно сказывается на команде играющей сплоченно.

Наиболее явно особенности стратегии поведения проявляются в этих играх, партнеры должны одновременно ориентироваться и в реальных и в игровых взаимоотношениях.

Организуя сюжетные игры в детском коллективе, педагог имеет возможность влиять на реальные взаимоотношения в игровой группе детей через их игровые взаимоотношения путем продуманного распределения между детьми игровых ролей[37].

Игровая форма проведения занятия является основной методикой обучения младших школьников игре в баскетбол. Занятие должно проходить как занимательная игра. Нельзя допускать монотонности, скуки. Сами движения должны доставлять ребенку удовольствие; поэтому важно, чтобы занятие содержало интересные для детей двигательные задания, игровые образы. В педагогической практике наиболее распространены виды занятий, в которых игры и упражнения сочетаются. Занятия по обучению игре в баскетбол отличаются многообразием форм проведения. На начальном этапе обучения иногда целесообразно применять свободные действия и любимые игры детей (с мячом), пользуясь имеющимся разнообразным оборудованием на площадке. Можно предложить следующие игры: «За мячом», «Поймай мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч», «Борьба за мяч», «У кого меньше мячей», «Мяч ведущему», «Мяч в воздухе», «Передал - садись», «Перестрелка» (см. приложение).

Таким образом, игровой метод служит необходимым условием при обучении игре в баскетбол. Игра создает благоприятный эмоциональный настрой детей; дает возможность обучать игре даже тех, кто не хочет или не может (в силу своих недостаточно развитых коммуникативных способностей) играть в баскетбол. Через игру учитель может сплотить детский коллектив. В игровой ситуации дети лучше осваивают элементы баскетбола, нарабатывают навык владения мячом.

Насколько интересно увлеченно будет игра, настолько сплоченнее, качественнее будут играть в баскетбол дети[54].

1.5 Профессионализм учителя как условие обучения игре в баскетбол

На деятельность учителя во время занятий по физической культуре распространяются общие и специфические требования к специалисту начального школьного образования, которые определяются характером Учебно-воспитательного процесса, условием работы.

Учитель на занятиях по физической культуре работает в сложных условиях: обстановка на занятиях по физической культуре периодически меняется (зал, спортивная площадка и т.д.), высокая двигательная активность детей требует строгой организации, в противном случае она может привести к конфликтам и травмам. Учитель должен тратить много физических сил, прибегать к показу двигательных действий, осуществлять страховку при работе на уроке. Кроме того, проводя урок, учитель должен вести себя, таким образом, как требует от учащихся.

Воспитательная сила личного примера педагога обусловлена психологическими особенностями детей младшего школьного возраста: подражательностью и конкретностью мышления. Педагог всегда должен помнить, что он воспитатель – и на занятиях, и на спортивном празднике, и в туристическом походе.

При обучении младших школьников игре в баскетбол учитель должен хорошо разбираться в вопросах физического воспитания детей, не перегружать их двигательной деятельностью, при показе упражнений выполнять 60-80 движений[1].

Учитель должен уметь быстро переключать внимание, распределять его по спортивному залу, чтобы не один ребенок не остался без внимания. Это необходимо при обучении ловле мяча, передаче, так как возможны травмы, формирование неточных умений. Также важно чувство времени, двигательная реакция, ориентация в пространстве и т.д.

Педагог должен сам показывать детям правильный образец изучаемого движения при обучении баскетболу, возможные способы действия в игровых ситуациях, в соревновательных условиях. Движение воспитателя – эталон для ребенка, и ребенок старается подражать педагогу, воспроизводит движения. Поэтому для педагога очень важно постоянно быть в хорошей спортивной форме. Если из-за возраста, состояния здоровья или других каких-либо объективных причин воспитатель не может образцово выполнить упражнение, лучше заранее подготовить ребенка и доверить ему показ.

Нужно любить свое дело, стараться построить обучающую работу с детьми так, чтобы они не только упражнялись в игре в баскетбол, но и активно отдыхали, полюбили физическую культуру и игру в баскетбол. Побуждая детей к совершенствованию в игре баскетбол, учитель должен сам стремиться к совершенной игре, правильным движениям. Для этого воспитатель сам должен систематически заниматься спортом, играть в баскетбол. Педагог должен действовать свободно, уверенно, непринужденно, но вместе с тем всегда по хорошо продуманной программе. Это благоприятно скажется на обучении игре детей в баскетбол.

Кроме практического двигательного опыта, очень важно иметь специальную теоретическую подготовку: знать организацию педагогического медицинского контроля, закономерности образования двигательных навыков, особенности физического развития детей и его взаимосвязь с психическими, анатомо-физиологическими, гигиеническими нормами и требованиями к проведению физических упражнений.

Преподаватель должен уметь: обучать детей упражнениям по игре в баскетбол с учетом физической подготовленности, возрастных особенностей детей; анализировать деятельность детей, обеспечить страховку и помощь детям при выполнении упражнений; готовить место для проведения занятий. Кроме того, очень важно уметь организовывать

класс для выполнения упражнений, правильно дозировать физическую нагрузку на организм каждого ребенка[20].

Успех при обучении игре в баскетбол зависит от того, в какой мере сформированы методические умения преподавателя: объяснить и провести упражнения в сочетании с правилами игры; подобрать подводящие упражнения для совершенствования для совершенствования движений; использовать подвижные игры как средство обучения; организовать и провести соревнования.

Таким образом, правильные взаимоотношения между учителем и детьми должны строиться на основе высокой требовательности педагога в сочетании с глубоким уважением к ребенку. Благожелательный тон, моральная поддержка при поражении или неудаче, поддержание уверенности в своих силах благоприятствует созданию атмосферы оптимизма, желания обучаться игре в баскетбол. Преподавателю необходимо умение создавать правильные взаимоотношения между детьми в игровых ситуациях и соревнованиях. Если вся работа учителя по обучению детской игре в баскетбол будет строиться на научной основе, соответствовать научно-методическим требованиям, успех в работе будет гарантирован. При создании всех необходимых условий: игрового метода, совместной деятельности родителей и педагогов, профессионализма учителя, обучение баскетболу будет проходить максимально удачно. Не выпуская ни один важный вид деятельности учащихся, используя их в верном направлении, обучении игре в баскетбол, качественные показатели способностей детей будут в преимуществе. Игра в баскетбол станет здоровьесберегающей, развивающей игрой для детей[36].

Выводы по первой главе

Систематическая учебно-тренировочная работа проводится пока только в детско-юношеских спортивных школах, в которые отбирают наиболее одаренных детей. К сожалению, в общеобразовательных школах баскетбол еще не получил должного развития. Технические элементы, усвоенные в процессе тренировки, помогают правильному ведению игры в условиях соревнований. Они разделяются на технические приемы игры в нападении, защите.

Изучение техники игры начинается с приемов, которые чаще всего встречаются в игре. Это перемещения по площадке, затем изучение техники игры в нападении и постепенно вводятся элементы защиты. К перемещениям по площадке относятся ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты.

Главными задачами на этапе начальной спортивной специализации являются обеспечение всесторонней физической подготовленности занимающихся, овладение ими рациональной спортивной техникой, создание благоприятных предпосылок для достижения наивысших результатов в возрасте, оптимальном для каждого вида спорта.

У детей данного возраста недостаточно развита мышечная сила, координация и точность движений. Младшие школьники не всегда правильно повторяют движения, воспринимают направление движения относительно собственного тела. Выполнение упражнений, связанных с сохранением равновесия, сложных по координации требует концентрации внимания. Дети этого возраста более расположены к кратковременным скоростно-силовым упражнениям, так как силовые, особенно статические упражнения вызывают быстрое развитие охранительного торможения, связанного с низким уровнем развития силы.

Начальный этап обучения детей младшего школьного возраста баскетболу представляет собой педагогический процесс, который содержит

две стороны дополняющие друг друга, - обучение и тренировку. Причем при работе с детьми младшего школьного возраста обучение имеет преобладающее значение. В результате занятий баскетболом дети должны приобрести специальную игровую ловкость, представляющую собой сочетание специальных двигательных и интеллектуальных качеств. Следовательно, достижение этой цели возможно только при такой организации учебного процесса, когда развитие двигательных качеств, овладение игровыми приемами органически сочетается с целенаправленным воспитанием личности.

Глава 2. Организация, использование и результаты исследования опытно-экспериментальной программы

2. 1 Организация исследования и используемые методы тестирования

В эксперименте участвовали учащиеся 4 классов.

Перед внедрением опытно-экспериментальной программы учащимся было предложено пойти тестирование.

Методика проведения тестирования

Тест 1.

Ведение мяча с изменением направления («змейка») 30 м (2x15 м). По команде «На старт!» учащиеся принимают положение высокого старта на стартовой линии с мячом в руках. По команде «Марш!» учащиеся начинают бег по восьмерке с ведением мяча правой и левой рукой, выполняя при этом обводку ориентиров, находящихся на расстоянии 3 м друг от друга. Фиксируют время, которое показывает ученик, пересекая финишную линию.

Тест 2. Челночный бег с ведением мяча 3x10 м. Старт тот же, что и в тесте 1. По команде «Марш!» ученик устремляется с ведением мяча к отметке 10 м, касается отметки ногой, при этом, не беря мяч в руки, и устремляется обратно, касается ногой стартовой линии и финиширует не останавливаясь. Фиксируют время, которое ученик показывает, пересекая финишную линию.

Тест 3. Штрафной бросок. Учащиеся разбиваются по парам: один подает мяч, другой с линии штрафного броска выполняет броски в кольцо 10 раз подряд. Затем партнеры меняются ролями. Засчитывают каждый попавший в кольцо мяч.

Тест 4. Бросок в движении. Учащиеся строятся у средней линии с правой стороны щита. У каждого мяч. По команде учителя ученик

начинает ведение, выполняет два шага и бросок в кольцо с отскоком от щита, затем возвращается на свое место, выполняет второй бросок и т.д. (всего - 10). Фиксируют количество точных попаданий в кольцо.

Тест 5. Передача мяча обеими руками от груди в стену. Учащиеся располагаются в 3 м от стены, и по сигналу учителя в течение 30 сек. выполняют передачи в стену обеими руками от груди. По свистку передачи заканчивают. Подсчитывают, количество выполненных передач за 30 сек. Задание можно выполнять двумя группами: одна группа учащихся выполняет передачи, другая считает; затем группы меняются местами.

В таблице 1 приведены оценки результатов тестирования по определению уровня двигательных способностей учащихся.

Таблица 1

Наименование теста	«5»		«4»		«3»	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев
«Змейка» с ведением мяча 2х15м (сек.)	10,5	11,5	11,0	12,0	12,0	13,0
Челночный бег с ведением мяча 3х1 Ом (сек)	8,9	9,2	9,2	9,5	9,5	10,0
Штрафной бросок, 10 бросков (количество попаданий)	4	4	3	3	2	2
Бросок в движении, 10 бросков (количество попаданий)	4	4	3	3	2	2
Передачи мяча в стену за 30 сек. (количество передач)	18	17	17	16	16	15

Высчитывается среднее арифметическое, сумма всех полученных баллов разделить на количество тестов.

Результаты первого тестирования контрольной и экспериментальной групп представлены в таблицах 2, 3 и на рис. 1,2.

Таблица 2

**Результаты тестирования на начальном этапе эксперимента
контрольной группы**

ФИ учащегося	Тест 1 (сек)	Тест 2 (сек)	Тест 3 (кол-во из 10)	Тест 4 (кол-во из 10)	Тест 5 (кол-во за 30 сек)	Средний балл
Полина Б.	13,1	10,2	2	1	14	3
Виктория Б.	12,5	9,6	2	1	15	3
Ангелина Г.	12,0	9,5	3	2	15	4
Кристина Ж.	12,4	9,7	1	2	16	3
Елизавета К.	12,5	10,0	1	0	15	3
Денис В.	11,0	9,3	2	1	17	3
Михаил К.	11,3	9,4	2	1	17	3
Иван К.	12,0	9,1	1	0	16	3
Ильяс Р.	11,1	9,0	0	2	15	3
Тимур У.	11,0	9,4	0	1	16	3

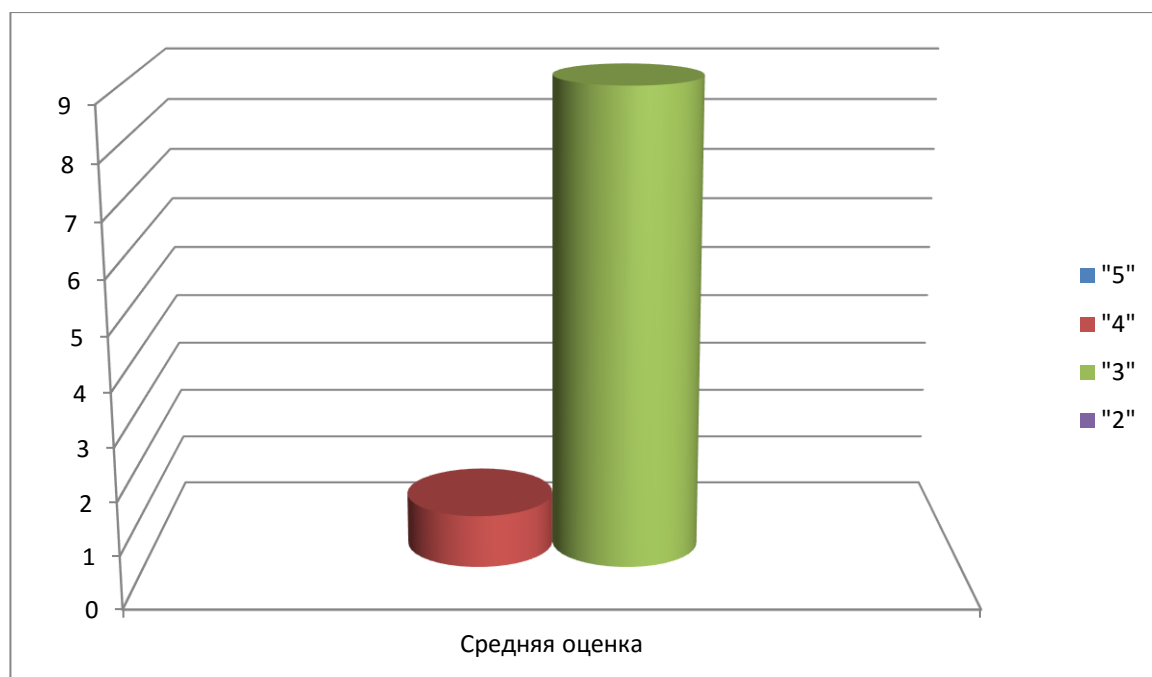


Рис. 1. Результаты тестирования на начальном этапе эксперимента контрольной группы

Таблица 3

Результаты тестирования на начальном этапе эксперимента экспериментальной группы

ФИ учащегося	Тест 1 (сек)	Тест 2 (сек)	Тест 3 (кол-во из 10)	Тест 4 (кол-во из 10)	Тест 5 (кол-во за 30 сек)	Средний балл
Арина Б.	12,8	9,7	2	1	15	3
София В.	12,5	10,0	1	1	16	3
Мария В.	12,0	9,5	2	1	16	3
Кристина И.	11,9	9,3	2	1	17	4
Виктория П.	12,0	9,8	0	1	15	3
Егор Б.	11,0	9,1	2	2	17	4
Михаил Е.	10,9	9,0	2	3	17	4
Александр К.	11,1	9,5	1	3	16	3
Станислав Ф.	11,3	9,4	1	1	16	3
Виктор Э.	10,7	9,5	0	1	15	3

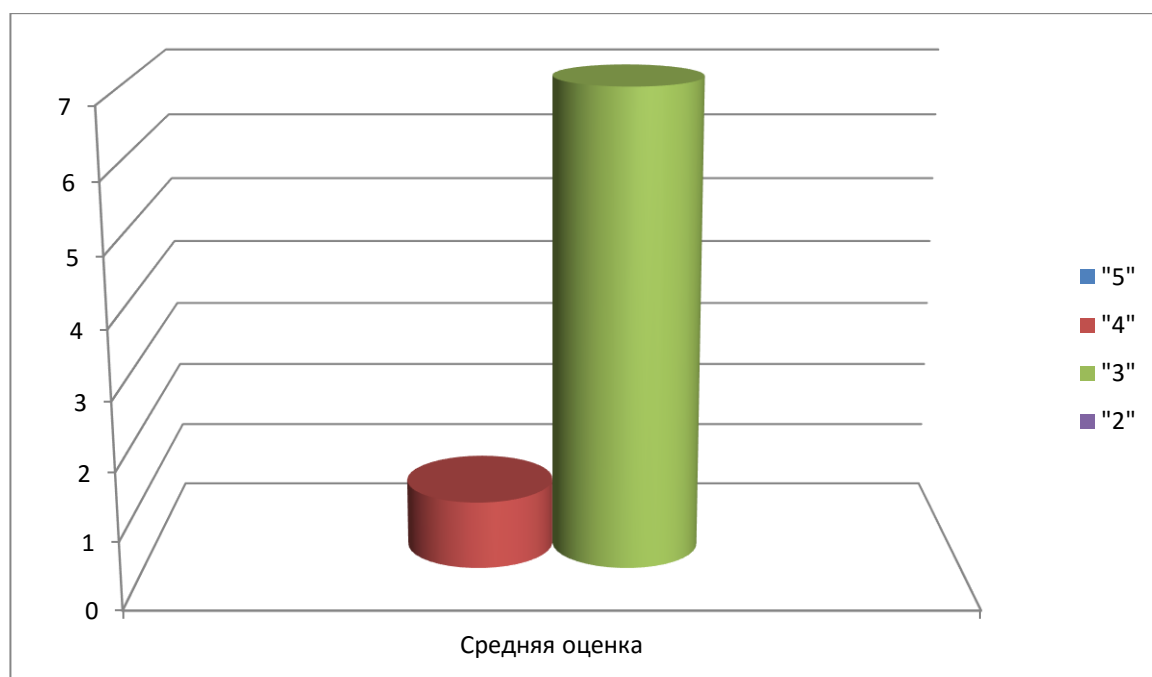


Рис. 2. Результаты тестирования на начальном этапе эксперимента экспериментальной группы

Сравнив результаты первого тестирования двух групп, можно сделать вывод о том, что испытуемые на начальном этапе исследования имели приблизительно одинаковые результаты.

2.2 Методика разработки экспериментальной программы по использованию спортивно-игрового метода с элементами баскетбола на уроках физической культуры в начальной школе

Контрольная группа занималась по общепринятой школьной программе проведения уроков с элементами баскетбола.

Экспериментальной группе была предложена программа, дополненная различными упражнениями и подвижными играми с элементами баскетбола.

Упражнения с элементами соревнования необходимо проводить, в строгой последовательности с целью обеспечения закрепления правильного навыка. Поэтому в начале обучения соревнование ведется на точность выполнения движений между отдельными детьми, а в дальнейшем — между группами. После этого можно проводить упражнения с элементами соревнования, которые требуют не только точности, но и быстроты выполнения движений. Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляются в основном в подвижных играх, включающих эти действия.

Обучать ловле мяча следует после того, как дети научатся правильно стоять, держать мяч, передвигаться по площадке. Вначале детей нужно научить ловить мяч двумя руками на уровне груди. Ребята должны освоить положение пальцев при ловле мяча после отскока от пола, от стены, после броска вверх и в других упражнениях. Затем осваивается ловля мяча одновременно с передачей его двумя руками от груди. Дошкольники учатся ловить и передавать мяч, передвигаясь сначала шагом, а затем бегом.

При обучении передаче мяча одной рукой от плеча необходимо развивать и совершенствовать умение передавать его как правой, так и левой рукой.

При обучении ведению мяча целесообразны подготовительные упражнения: отбивание мяча обеими руками, отбивание правой и левой рукой на месте, ведение мяча на месте правой и левой рукой, ведение на месте поочередно, то правой, то левой рукой и т. д., которые позволяют освоить способ накладывания руки на мяч.

После того как ребенок научится контролировать мяч обеими руками достаточно уверенно, можно перейти к ведению в движении сначала шагом, потом бегом. Вначале осваивается ведение мяча по прямой, затем — с изменением направления, скорости передвижения, высоты отскока мяча и при противодействии условного противника.

Броскам мяча в корзину детей обучают одновременно с обучением передачи мяча. Вначале следует дать дошкольникам возможность свободно поупражняться в бросках и лишь после этого проводить занятие. Для овладения бросками мяча в корзину целесообразно провести подготовительное упражнение: бросать мяч через препятствие (веревка, планка, сетка и т. д.). Когда дети научатся просто добрасывать мяч до корзины, им надо предложить попасть в нее тем или иным способом. Целесообразно постепенно увеличивать высоту до цели. Для этого удобна стойка с изменяющейся высотой кольца.

Упражнения для обучения элементам игры в баскетбол

1. Дети разбегаются по площадке каждый с мячом в руках и свободно играют. После сигнала учителя они быстро ловят мячи и принимают правильную стойку.

2. Дети без мячей встают в круг и передвигаются приставными шагами в сторону, указанную учителем. Учитель часто меняет направление передвижения.

3. Бросок мяча вниз и ловля его после отскока.

4. Бросок мяча вверх и ловля его обеими руками.

5. Бросок мяча как можно выше и ловля его после отскока от пола или на лету.

6. Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом.
7. Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками.
8. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.
9. Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом) .
10. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.
11. Передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте парами.
12. Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.
13. Ловля мяча и передача его одной рукой от груди (в движении).
14. Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево).
15. Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.
16. Удары мяча об пол одной рукой и ловля его двумя руками.
17. Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой и наоборот.
18. Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой.
19. Ведение на месте правой (левой) рукой.
20. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).
21. Ведение мяча на месте поочередно, то правой, то левой рукой.
22. Ведение мяча вокруг себя.
23. Ведение мяча, продвигаясь шагом.
24. Ведение мяча с изменением направления передвижения, скорости передвижения, высоты отскока мяча.
25. Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка.
26. Ведение мяча, остановка и передача его.
27. Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).
28. Метание мяча в баскетбольный щит, установленный на разной высоте.

29. Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.

30. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.

31. Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).

32. Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.

Комплекс подвижных игр с элементами игры в баскетбол.

За мячом. Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает водящего. Команды делятся пополам и становятся в колонны одна против другой на расстоянии 2—3 м. После сигнала водящий бросает мяч стоящему первым в противоположной колонне ребенку, а сам бежит вслед за мячом. Поймавший мяч также передает его напротив стоящему и отправляется за мячом. Игра заканчивается тогда, когда все игроки возвратятся на свои места, а мячи — водящим. Выигрывает та команда, которая быстрее заканчивает игру.

Поймай мяч. Дети делятся по трое. Двое из них располагаются друг против друга на расстоянии 3—4 м и перебрасывают мяч между собой. Третий становится между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться его рукой. Если это удастся, он меняется местами с тем, кто бросил мяч (рис. 2). Можно предложить детям перед броском выполнить какое-либо движение: бросить мяч вверх, вниз, поймать его, вести мяч на месте и т. д.

Кого назвали, тот ловит мяч. Дети ходят или бегают по площадке. Воспитатель держит в руках мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и снова бросить его вверх, назвав имя кого-нибудь из детей. Бросать мяч надо не слишком высоко и в направлении ребенка, имя которого называют.

Борьба за мяч. Дети делятся на равные по числу команды и располагаются на площадке для игры в произвольном порядке. Одному из играющих дается мяч. По сигналу дети стараются быстрее выполнить 5—

10 передач между своими игроками. За каждую передачу команда получает очко (счет ведет воспитатель). Игра продолжается 5—8 мин. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Игроки каждой команды имеют отличительные знаки определенного цвета.

У кого меньше мячей. Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет по несколько мячей и располагается на своей половине площадки (площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130—150 см). Дети обеих команд после сигнала воспитателя стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка находится меньше мячей (рис 3).

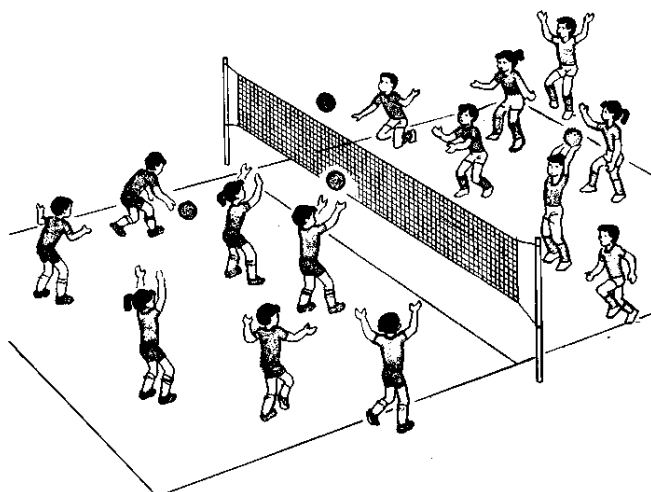


Рис. 3.

Мяч ведущему. Дети делятся на 4—5 групп, каждая образует свой круг диаметром 4—5 м. В центре каждого круга — водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч своим игрокам, стараясь не уронить, и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков круга (1—3 раза), водящий поднимает его вверх. Побеждает команда, меньшее количество раз уронившая мяч.

Мяч в воздухе. Играющие образуют круг. Становятся на расстоянии вытянутых, в стороны, рук. Водящий находится в середине круга. Стоящие в кругу начинают перебрасывать друг другу мяч, не давая возможности водящему коснуться его. Водящий, бегая в середине круга, стремится

дотронуться до мяча, когда тот находится в воздухе, на земле или в руках у кого-либо из играющих. Если ему это удалось, он меняется местами с игроком, который последний держал мяч в руках.

Передал - садись. Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает капитана. Команды становятся в колонны за линией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на расстоянии 2—3 м от нее. По сигналу учителя капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передает обратно капитану и приседает (рис. 4.). Капитан таким же образом передает мяч второму, затем — третьему и всем остальным игрокам. Каждый игрок после передачи мяча капитану приседает. Когда мяч передан капитану последним игроком, капитан поднимает мяч вверх над головой и вся команда быстро встает. Выигрывает та команда, которая раньше выполнила задание. Если игрок не поймал мяч, то он обязан за ним сбегать, вернуться на свое место и передать мяч капитану (рис. 4).

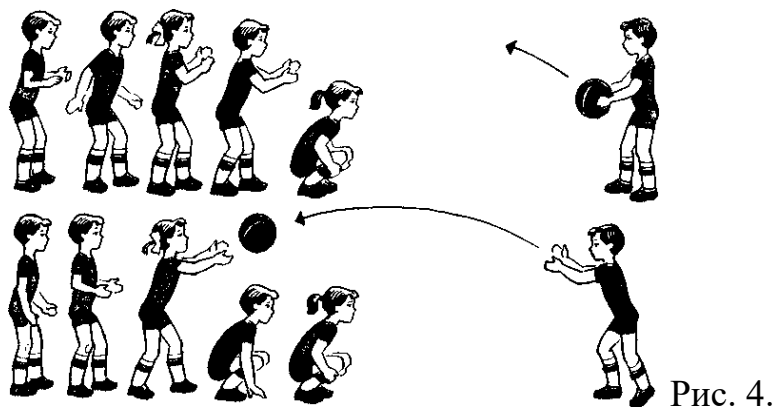


Рис. 4.

Перестрелка. В середине площадки проводят линию, делящую ее пополам. В 15—20 шагах от центра с двух сторон чертят еще по одной линии (плен). Играющие делятся на две команды, которые свободно размещаются каждая на своем поле. Руководитель, стоя в середине площадки, перебрасывает мяч. Первой вступает в игру та команда, на стороне которой упадет мяч. Начинается перестрелка. Каждая команда стремится осалить мячом игроков другой команды. Осаленные, идут за линию плена (на сторону противника). Играющие не имеют права

переходить за среднюю линию на поле противника. Игрок не считается осаленным, если он поймает мяч на лету, а также, если мяч попадет в него, отскочив от земли. Бегать с мячом и задерживать его в руках не разрешается. При нарушении правил мяч передается другой команде. Пленных можно выручать. Для этого надо перебросить мяч пленному (через поле противника) так, чтобы он поймал его, не переходя линию плена. Тот, кому это удастся, считается освобожденным и возвращается на свое место.

Играй, играй мяч не теряй. Задачи. Учить детей слушать сигнал, дать им почувствовать физические качества мяча, формировать умение управлять мячом и играть с ним не мешая товарищу, находить свободное место на площадке.

Описание игры. Все дети располагаются на площадке и каждый играет с мячом по своему усмотрению. После сигнала учителя все должны как можно быстрее поднять мяч вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется.

Варианты. После сигнала учителя все игроки должны правильно держать мяч или принять стойку баскетболиста.

Методические указания. Перед игрой учитель называет движение с мячом, которое дети могут выполнять.

10 передач. Задачи. Учить детей передавать – ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами, воспитывать стремление помочь товарищу правильно выполнять движения.

Описание игры. Дети становятся парами на расстоянии 1,5-2,0 метра друг от друга. У каждой пары мяч. По сигналу дети начинают передавать мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить его на землю. Побеждает пара, быстрее сделавшая 10 передач, без падения мяча.

Методические указания. Обращать внимание детей на то, что мяч необходимо ловить, не касаясь им груди, а бросать его партнеру на уровне груди.

Обгони мяч. Задачи. Учить передавать, ловить мяч, воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Играют 2 и 4 команды. Игроки каждой команды становятся по кругу и выбирают входящих, которые имеют мяч. После сигнала учителя водящие отдают мяч игроку, стоящие справа от них, а сами бегут влево, оббегают круг и становятся на свое место. Получившие мяч передают следующим справа и т.д. Когда первый возвращается на свое место, бежит следующий игрок. Игра продолжается до тех пор, пока все не обегут круг, а мяч не возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

За мячом. Задачи. Учить передавать, ловить мяч двумя руками от груди, развивать умение ориентироваться на площадке, воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Дети делятся на несколько команд. Каждая команда делится на две колонны, которые становятся одна напротив другой на расстоянии 2-3 метра. У водящего мяч. После сигнала, водящий передает мяч против стоящему в колонне игроку по команде, а сам бежит в конец противоположной колонны, т.е. за мячом. Поймавший тоже передает мяч на против стоящему и отправляется за мячом. Игра продолжается пока все игроки не вернутся на свои места, а мячи не окажутся у водящих.

Методические указания. Дети быстрее поймут. Куда бежать после передачи мяча, если им объяснить, что они должны передвигаться вслед за мячом, по тому направлению, куда они бросал мяч.

Ловец с мячом. Задачи. Учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой бегом, меняя направление и скорость передвижения, воспитывать четкость и справедливость.

Описание игры. Дети с мячом свободно передвигаются по площадке, один из них водящий. Его цель, ведя мяч, задеть рукой кого-либо. Если ему это удастся, то тот, кого он задел становится водящим.

Методические указания. В начале обучения роль водящего выполняет учитель, а в дальнейшем учащийся, свободно управляющий мячом.

Пять бросков. Задачи. Учить детей бросать мяч в корзину, развивать меткость, точность движений, воспитывать честность и справедливость.

Описание игры. Дети располагаются на расстоянии 1,5-2,0 метра от корзины. По сигналу учителя все дети бросают мячи в корзину. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 мячей в корзину. Указанным способом.

Мяч капитану. Задачи. Учить применять в игре разнообразные движения с мячом, согласовывать свои действия с действиями партнера.

Описание игры. Дети делятся на две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок, нарисованный в конце чужой площадке. Дети бросают мяч своему капитану, а противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану.

Методические указания. Мяч можно вести, передавать товарищу по своей команде, нельзя бегать с мячом в руках.

Правила игры в баскетбол

Цель игры. Цель команды в игре — забросить как можно больше мячей в корзину соперника, соблюдая при этом правила игры.

Участники игры. Каждая команда состоит из пяти играющих на площадке и нескольких запасных. Один из игроков — капитан. Игроки команд должны иметь отличительные знаки, которые надевают на майки спереди и сзади.

Судейство. Воспитатель следит за выполнением правил игры: дает сигналы при нарушениях правил игроками, засчитывает попадание мяча в корзину, решает спорные мячи, контролирует время игры.

Время игры. Игра состоит из двух пятиминутных таймов, между которыми дается пятиминутный перерыв. Воспитатель контролирует время игры, не останавливая часов. Во время перерыва и в конце игры проводится малоподвижная игра с мячом (продолжительностью 3—4 мин) с целью приведения организма ребенка в более спокойное состояние.

Счет игры. При попадании мяча в корзину команде начисляется 2 очка. Игра может закончиться победой одной из команд или ничьей.

Правила проведения игры

Правила замены. Воспитатель может менять игроков в течение всей игры. Чаще всего это делается во время перерыва. Но при необходимости (усталость, недисциплинированность игроков) можно заменять детей, даже останавливая игру, когда мяч находится в игре.

Выход мяча из игры. Мяч, пересекший боковую или лицевую линию, считается вышедшим из игры. В этом случае назначается вбрасывание с того места, где мяч пересек линию, игроком противоположной команды. Мяч считается вышедшим из игры от игрока, который последним дотронулся до него. Если воспитатель сомневается, кто последний коснулся мяча, назначается спорный бросок.

Перемещение с мячом. Игрок, получивший мяч в движении, может сделать с ним не более трех шагов. После этого он должен вести мяч, или передать своему партнеру, или бросить в кольцо. После того как он получит очередную передачу (или перехватит мяч у противника), он снова имеет право на ведение мяча.

Игроку запрещается вести мяч двумя руками одновременно, бежать с ним.

Нарушение правил и наказание за них. Нарушением является несоблюдение правил игры, перечисленных выше. Обычно после нарушения мяч выбрасывается в игру членом пострадавшей команды. Вбрасывание мяча всегда производится из-за боковой линии против того места на площадке, где было совершено нарушение. За грубые нарушения правил игрок удаляется с площадки (с правом его замены) на 1—3 мин.

Начало игры и розыгрыш начального и спорного бросков. Розыгрыш начального и спорного бросков производится: при начале каждого периода; при задержке мяча, когда два игрока из противоположных команд держат мяч одновременно; при выходе мяча из

игры от одновременного касания игроками обеих команд или когда воспитатель сомневается, от кого вышел мяч; когда мяч застревает в корзине; когда игроками совершена обоюдная ошибка. При розыгрыше начального и спорного бросков учитель подбрасывает мяч вертикально вверх между игроками, и, после того как мяч достигает наивысшей точки, игроки могут касаться его. Розыгрыш начального и спорного бросков производится в центральном круге.

Правила поведения. В игре в баскетбол игроки должны всегда быть корректными. Детей, которые ведут себя недисциплинированно или грубо, необходимо временно вывести из игры. Игрокам запрещается тянуть соперников за одежду, за руки, толкаться и т. д.

Оборудование и инвентарь

Площадка для обучения игре в баскетбол должна быть покрыта твердым грунтом (утрамбованной землей или асфальтом). Однако лучше всего площадки с деревянным покрытием: их легко содержать в порядке, они быстро сохнут после дождя, от них хорошо отскакивает мяч (рис. 5). Все размеры площадки даны на рисунке 5, а.

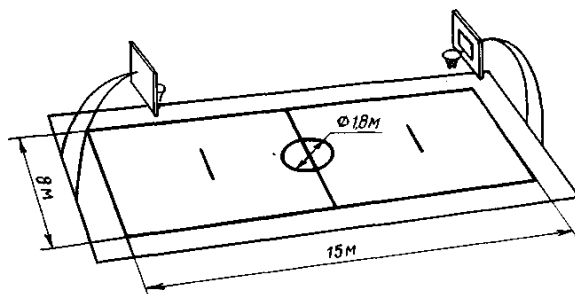


Рис. 5.

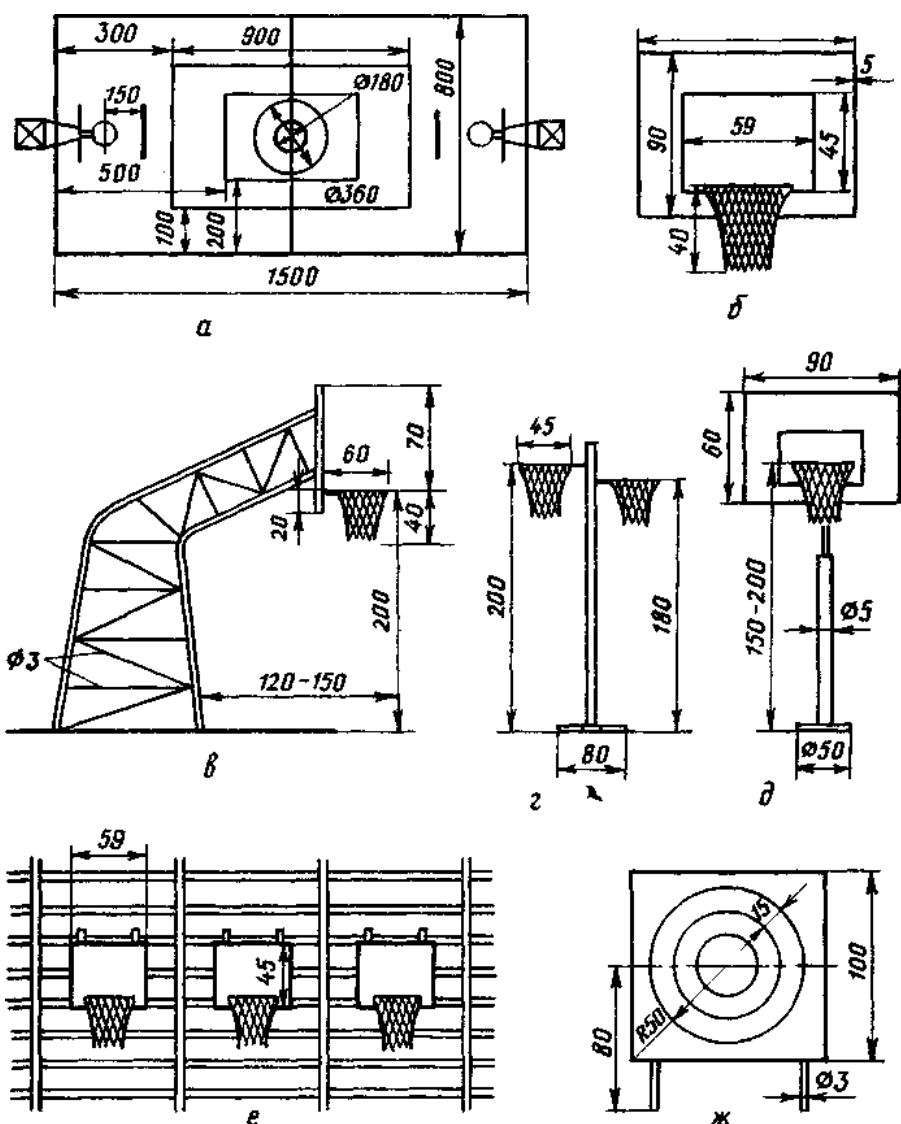


Рис. 5 – а, б, в,

г, д, ж

Корзины по размерам должны соответствовать стандартам: внутренний диаметр 45 см, длина сетки 40 см. Их подвешивают не ниже 180 см и не выше 20 см над уровнем площадки. Щиты размером 120X90 см делают из целого прочного дерева, поверхность окрашивают белым цветом, а края обводят линией шириной в 5 см (рис 5, б). Окантовку щитов желательно делать не черной краской, а яркой, веселой (красной, голубой). Стойку, к которой крепятся щиты, следует выносить на 1 — 1,5 м от лицевой линии в целях предупреждения травм у детей. Виды стоек и типы крепления корзины см. на рисунке 5(в — е). На рисунке 5(ж) показано устройство щита для метания мяча.)

На расстоянии 1—2 м от площадки не должно быть деревьев и жестких предметов: камней, элементов оборудования игровой площадки и т. д.

Можно использовать мячи для мини-баскетбола или детские резиновые диаметром 18—20 см. При обучении ведению мяча надо пользоваться такими мячами, которые хорошо отскакивают от пола. Старые резиновые мячи лучше не использовать.

2.3 Результаты использования опытно-экспериментальной программы

Применив опытно-экспериментальную программу с использованием специальных упражнений и подвижных игр с элементами баскетбола, мы получили следующие результаты (таблица 4):

Результаты тестирования на итоговом этапе эксперимента экспериментальной группы

Таблица 4

ФИ учащегося	Тест 1 (сек)	Тест 2 (сек)	Тест 3 (кол-во из 10)	Тест 4 (кол-во из 10)	Тест 5 (кол-во за 30 сек)	Средний балл
Арина Б.	11,9	9,2	4	3	17	5
София В.	11,5	9,5	3	2	18	4
Мария В.	11,5	9,1	5	3	17	5
Кристина И.	11,1	9,0	3	4	17	5
Виктория П.	11,4	9,5	2	2	16	4
Егор Б.	10,0	8,8	3	4	18	5
Михаил Е.	10,2	8,6	4	6	18	5
Александр К.	10,6	9,1	6	7	17	4
Станислав Ф.	10,8	9,2	2	5	19	4
Виктор Э.	10,0	9,0	3	3	17	4

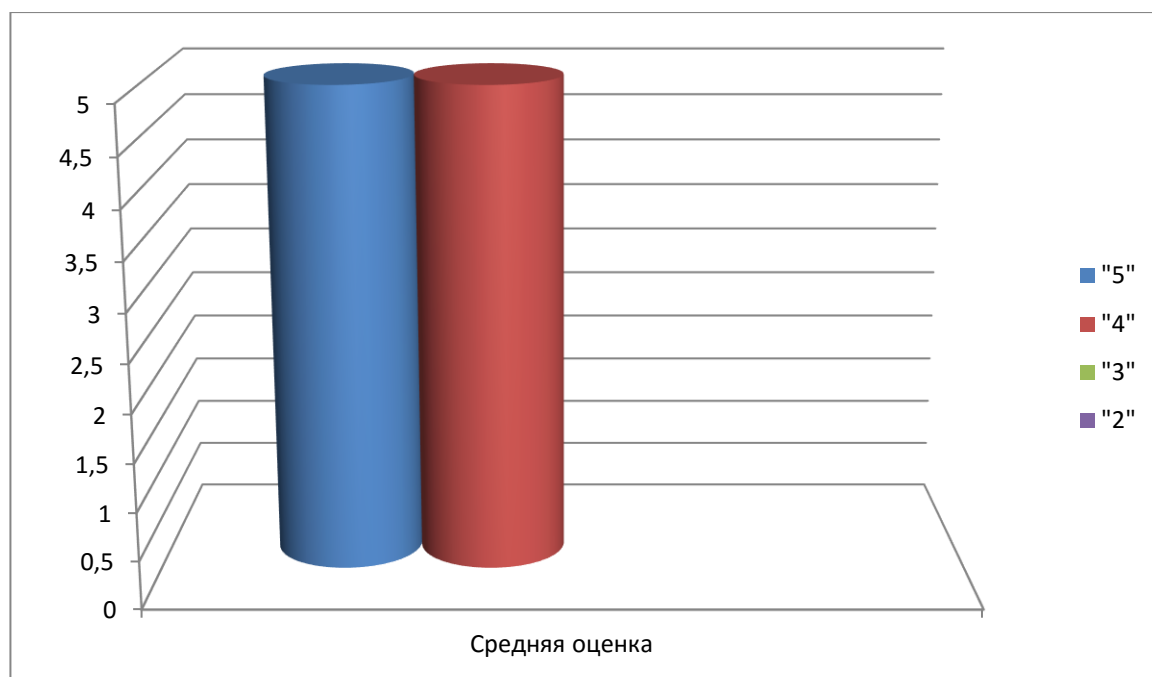


Рис. 6. Результаты тестирования на итоговом этапе эксперимента экспериментальной группы

Результаты тестирования на итоговом этапе эксперимента контрольной группы

Таблица 5

ФИ учащегося	Тест 1 (сек)	Тест 2 (сек)	Тест 3 (кол-во из 10)	Тест 4 (кол-во из 10)	Тест 5 (кол-во за 30 сек)	Средний балл
Полина Б.	12,5	9,6	3	2	16	3
Виктория Б.	12,0	9,1	2	2	16	4
Ангелина Г.	11,4	9,2	4	4	17	5
Кристина Ж.	12,0	9,4	2	3	17	4
Елизавета К.	12,0	9,5	2	2	17	4
Денис В.	10,2	9,0	3	2	17	4
Михаил К.	11,0	9,0	2	2	19	4

Иван К.	11,5	8,8	3	2	19	5
Ильяс Р.	10,6	8,7	2	4	18	5
Тимур У.	10,4	9,0	2	2	17	4

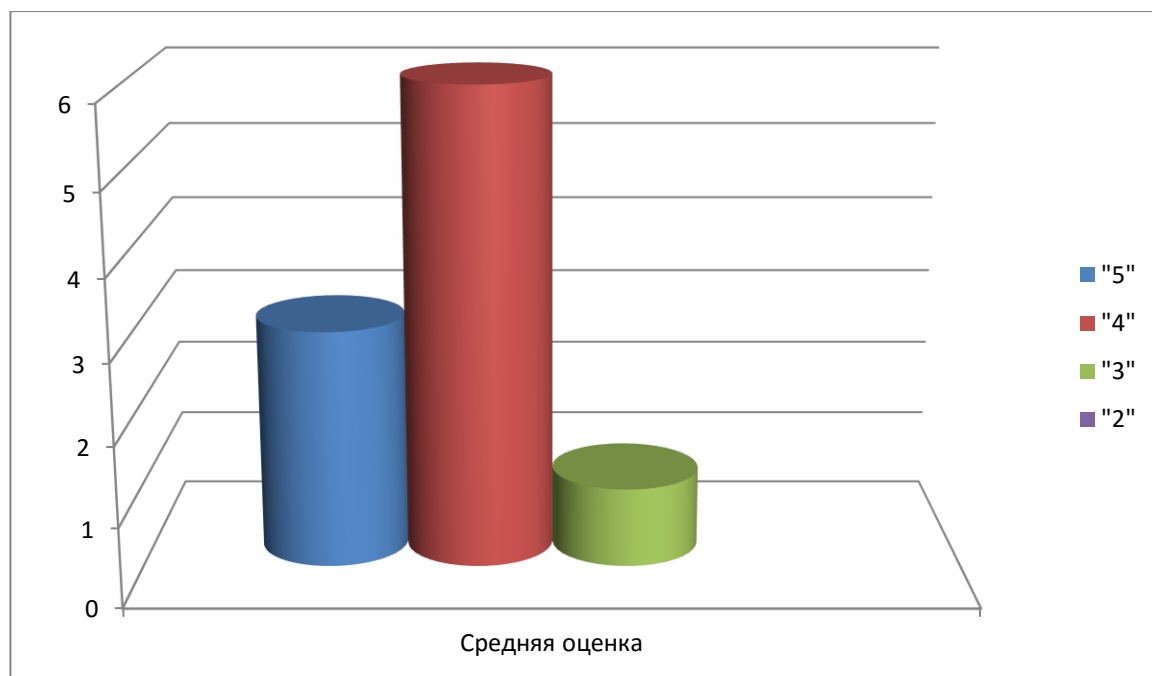


Рис. 7. Результаты тестирования на итоговом этапе эксперимента контрольной группы

По результатам итогового тестирования видна заметная динамика в обеих группах. Это можно увидеть, сравнив результаты обеих групп рис. 8)

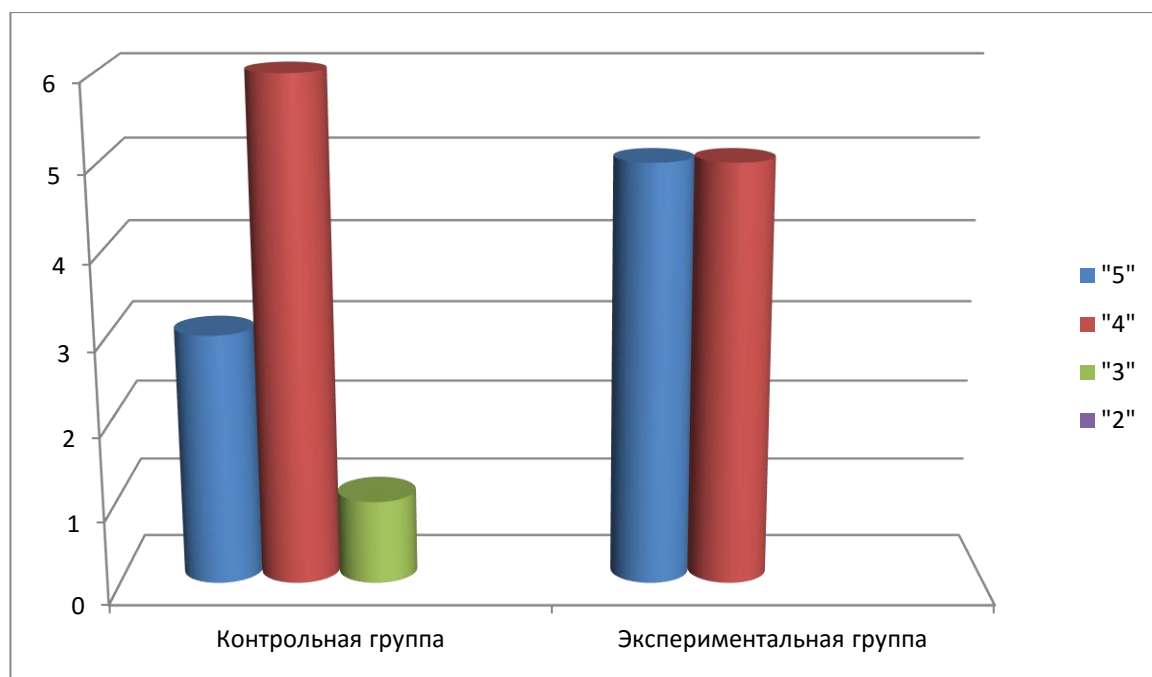


Рис. 8. Сравнение итогов тестирования двух групп

Исследования показали, что после занятий с применением разработанной нами методики использования комплекса специальных упражнений и подвижных игр с элементами баскетбола, уровень двигательных способностей учащихся значительно вырос в экспериментальной группе исследования. Это доказывает эффективность программы с использованием специальных упражнений и подвижных игр для развития двигательных качеств, которую мы применили на уроках физической культуры с элементами игры в баскетбол.

Выводы по второй главе

1. результаты тестирования показали, что по уровню двигательных качеств дети из экспериментальной группы опережают своих сверстников из контрольной группы;

2. прослеживается динамика показателей двигательной активности в обеих группах;

3. проверка эффективности нашей программы показывает прирост всех тестируемых показателей младших школьников;

4. увеличилось не только количество детей, которые справились с тестом, но количество детей, которые улучшили свои показатели;

Все это говорит о том, что применение разработанной нами методики на уроках физической культуры по баскетболу в начальных классах влияет на развитие двигательных качеств.

Заключение

Изучая различные подходы исследования способностей к игре в баскетбол, узнала о том, что у детей имеются способности по ведению мяча, броскам по кольцу, передаче мяча. Отсутствие способностей не является проблемой, так как, создавая педагогические условия, можно научить детей элементам игры в баскетбол.

Главным в выборе средств подготовки должно быть разностороннее воздействие на организм. Большое внимание следует уделять разнообразным играм с мячом. На наш взгляд, можно добиться более значимых улучшений показателей физической, технической и тактической подготовки, если разнообразить учебный процесс. При проведении спортивных игр среди начинающих спортсменов надо учитывать анатомо-физиологические особенности детей этого возраста, относительную подверженность их организма различным влияниям окружающей среды и быструю утомляемость. При организации и проведении спортивных игр необходимо учитывать тот факт, что дети демонстрируют большую сознательность в игровых действиях, у них появляется умение делиться впечатлениями, сопоставлять и сравнивать наблюдаемое. Они начинают более критически относиться к поступкам и действиям товарищей по игре. Появление способности абстрактно, критически мыслить, сознательно контролировать движения позволяет школьникам успешно усваивать правила игры, выполнять действия, объясняемые и показываемые руководителем.

В подготовительной части занятия необходимо выполнять упражнения, которые помогают успешно решать задачи основной части занятия. С этой целью рекомендуем использовать игровые упражнения, которые характеризуются всесторонними формами движений. Используя задания, необходимо следить за тем, чтобы занятие было непрерывным и интенсивным. В то же время упражнения и игры не должны быть, излишне

утомительными и слишком эмоциональными, иначе они могут оказать отрицательное влияние на способность учащихся тонко воспринять технические приемы.

Формирование умений происходит в игровой деятельности. Именно игра является тем условием, которое влияет, развивает, укрепляет способности.

Способности проявляются уже в младшем школьном возрасте и от того, какие будут созданы условия, зависит их дальнейшее развитие.

Развивать способности ребенка в работе с мячом, вовлекая его в игру.

В своем исследовании мы доказали, что если создать определенные педагогические условия можно ускоренно обучать младших школьников элементам игры в баскетбол.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. 100 лет российского баскетбола: история, события, люди: справочник / Автор-составитель В.Б. Квасков. – М.: Советский спорт. 2006. – 274 с.
2. Автор – составитель: Нийминова Э. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. – Ростов – н /Д: «Феникс», 2010. – 256 с.
3. Алачачян Арменак: Не только о баскетболе / Арменак Алачачян. - М.: Молодая Гвардия, 2018. - 320 с.
4. Баррел Пэйе, Патрик Пайе. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2008.
5. Баскетбол / Под ред. Н.В. Семашко. - М.: Физкультура и спорта, 2010. - 264 с.
6. Баскетбол / Под ред. Ю.М. Портнова. - 3-е изд., перераб. - М.: Физкультура и спорта, 2008. - 288 с.
7. Баскетбол: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / сост.: Ю. Портнов, В. Башкирова, В. Луничкин, М. Духовный, А. Мацак, С. Чернов, А. Саблин. - М.: Советский спорт, 2009. - 100 с.
8. Баскетбол: Учебник для студ. вузов физ. культ. / Общ. ред. Портанова Ю.М. - М.: Астра семь, 2007. - 479 с.
9. Башкин, С. Уроки по баскетболу / С. Башкин. - М.: Физкультура и спорт, 2012. - 184 с.
10. Башкирова В.Г.: Некоторые рекомендации по тактике нападения против личной и зонной защиты. - М.: Б.И., 2009.

11. Белов С.А.: Секреты баскетбола. - М.: Физкультура и спорт, 2012.
12. Бондарь А.И., Островский Г.Л. Баскетбол в школе. - Мн.: Народная асвета, 2012. - 144 с.
13. Бросок двумя руками сверху в баскетболе. Методические рекомендации. - Витебск: ВГУ, 2014. - 15 с.
14. Бросок одной рукой сверху в баскетболе. Методические рекомендации. - Витебск: Изд. ВГУ, 2011. - 19 с.
15. Былеева Л.В., Григорьев В.М. Подвижные игры: Учебное пособие для ин-тов физ. культ. - М.: Физкультура и спорт, 2015. - 208 с.
16. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры: Учебное пособие для ин-тов физ.культ. - М.: Физкультура и спорт, 2012. - 224 с.
17. Виленская, Т.Е. Новые подходы к проблеме физического воспитания младших школьников / Т.Е. Виленская, Ю.К. Чернышенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2008. - № 12 (46). - С. 11-15.
18. Воронин И. Ю.: Организация и проведение соревнований по баскетболу. - Белгород: ПОЛИТЕРРА, 2011.
19. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учеб. пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. Заведений / Н.Н.Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М. Самодурова; под ред. С.А.Козловой. – М.: изд. центр «Академия».2012. – 320 с.
20. Гомельский А. Я. Психологические аспекты современного баскетбола. Москва, 2010.
21. Гомельский, А. Я. Баскетбол завоевывает планету. Баскетбол на Олимпиадах / А.Я. Гомельский. - М.: Советская Россия, 2010. - 160 с.
- 22.. Гомельский, А. Я. Управление командой в баскетболе / А.Я. Гомельский. - Москва: СПб. и др.: Питер, 2016. - 144 с.

23. Гомельский, В. Как играть в баскетбол / В. Гомельский. - М.: Эксмо, 2015. - 288 с.
24. Давыдов М.А. Судейство в баскетболе. - М.: Физкультура и спорт - Мн.: Полымя, 2016. - 127 с.
25. Джон, Р. Вуден Современный баскетбол / Джон Р. Вуден. - М.: Физкультура и спорт, 2013. - 256 с.
26. Жозе Пископо. Упражнения для победы в баскетболе. Воронеж, 2016.
27. Коняхина, Г.П. Подвижные игры и игровые упражнения в учебном процессе школы: учебное пособие / Г.П. Коняхина. - Челябинск: Издательский центр «Уральская академия», 2014. -276 с.
28. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л.В. Костикова. - М.: Физкультура и спорт, 2014. - 176 с.
29. Кузин, В.В. Баскетбол. Начальный этап обучения / В.В. Кузин, С.А. Полиевский. - М.: Физкультура и спорт, 2011. - С. 54-65.
30. Лихачев О.Е., Фомин С.Г., Чернов С.В., Мазурина А.В. Теория и методика обучения игре в защите в баскетболе. Учебное пособие. Москва-Смоленск, 2011.
31. Луничкин В., Чернов С., Чернышев С. Тактика позиционного нападения против личной защиты. Метод. пособие для тренеров ДЮСШ. Москва, 2012.
32. Лях, В.И. Физическая культура в основной школе: учеб. Программа для учащихся 1-11 классов / В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010. -171 с.

33. Матвеев А.П. Методика физического воспитания в начальной школе: Учеб. пособие для студентов ССУЗов.-М.:Владос-пресс,2013.-248с.
34. Методическое руководство для судей-секретарей по баскетболу. Москва, 2009.
35. Метод. рекомендации подгот.: В.Г. Башкирова, А.Т. Петросян: Некоторые рекомендации по подготовке центровых игроков. - М.: Б.И., 2009.
36. Методы подготовки баскетболистов. Методический журнал. Современный баскетбол. Под редакцией Белаш В.В. г. Южный, октябрь, 2015 – 56 с.
37. Найминова Э. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. - Ростов / Феникс, 2010-256с.
38. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. проф. Л.Б. Кофмана; Авт. – сост. Г.И. Погадаев; Предисл. В.В.Кузина, Н.Д.Никандрова. – М.: Физкультура и спорт, 2011. – 496 с.
39. Нестеровский Д.И.: Баскетбол. - М.: Академия, 2010.
40. Нестеровский Д.И.: Баскетбол. Теория и методика обучения. - М.: Академия, 2008.
41. Организация и проведение спортивных соревнований (по баскетболу): Метод, пособие для самостоятельной работы студентов факультета физической культуры и спорта. Сост. Железное А.В. - Витебск: Издательство ВГУ им. П.М. Машерова, 2011. - 44 с.
42. Педагогика: Учебное пособие для студентов пединститутов . Под ред. Ю.К.Бабанского.-М.:Просвещение,2010. - 608 с.
43. Пинчук А.М.: Ограничусь баскетболом. - М.: Физкультура и спорт, 2011.

44. Полехин, А. Путь к вершине: Штрихи к портрету югославского баскетбола / А. Полехин. - М.: Физкультура и спорт, 2010. - 144 с.
45. Портнов Ю.М. Баскетбол. Учебник для ВУЗов-М.: Астра - семь, 2017.-479с.
46. Психофизиология ребенка, Учебник для ВУЗов-М.: изд. ЦентрВладос,2012-144с.
47. Рапп Адольф Большой баскетбол / Адольф Рапп. - М.: Физкультура и спорт, 2010. - 224 с
48. Российская Федерация баскетбола, АНО "Центр развития спорта": Нападение из расстановки 1 - 3 - 1 в баскетболе. - М.: Б.И., 2009.
49. Ручной мяч / Под ред. В.А. Кудряшова, Э.И. Бобровича. Практический материал в виде упражнений по технике и тактике игры. - Мн.: Выш. школа, 2015. - 240 с.: ил.
50. Роуз, Ли Баскетбол чемпионов. Основы / Ли Роуз. - М.: Человек, 2014. - 272 с.
51. Сборник Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол / Сборник. - М.: Спорт, 2016. – 823 с.
52. Специальная подготовленность баскетбольных арбитров. Оценка и совершенствование / С.А. Полиевский и др. - М.: Физкультура и спорт, 2015. - 176 с.
53. Сидякин А.И., Гомельский Е.Я. Техника исполнения броска в прыжке. Методические рекомендации для детских тренеров по баскетболу. Москва, 2010.
54. Спортивные игры / Под ред. В.Д. Ковалева. - М.: Физкультура и спорт, 2008. — 300 с.
55. Теория и методика физического воспитания. Учеб. вузов физ.культуры. Под общей ред. Л. П. Матвеева и А.Д.Новикова. Изд.2-е испр. И доп. в 2-х.М. «Физкультура и спорт»,2011-530 с.

56. Уткин Е.Г. Методические указания к самостоятельному изучению курса подвижных игр для студентов ФФК и С заочного отделения. - Витебск: Изд. ВГУ, 2011. - 24 с.
57. Уткин Е.Г. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста: Методические рекомендации. - Витебск: Изд. ВГУ, 2014. - 24 с.
58. Федеральное агентство по физической культуре и спорту: Баскетбол. - М.: Советский спорт, 2007.
59. Физическая культура в начальной школе. Учебная программа для учащихся 1-4 классов. А. П. Матвеев М.В.Малыхина. - М.:Дрофа,2000. П.Янсон Ю.А.Физическая культура в школе. Книга для педагога. Ростов н/Д: Феникс,2014-624с.
60. Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для ВУЗов. -М.: Изд.центр «Академия»,2011.-480 с.
61. Чернов, С.В. Баскетбол. Подготовка судей. Учебное пособие / С.В. Чернов. - М.: Физическая культура, 2016. - 919 с.
62. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. Научно – педагогический аспект. Книга для педагога. – Ростов н/Д: «Феникс», 2014. – 624 с.
63. Яхонтов Е.Р.: Индивидуальные упражнения баскетболиста. - М.: Физкультура и спорт, 2011.

ИНТЕРНЕТ ИСТОЧНИКИ

1. www.fiba.com - Вэб-сайт Международной федерации баскетбола
2. www.fibaeurope.com - Вэб-сайт Европейской международной федерации баскетбола
3. www.basket.ru - Вэб-сайт Российской федерации баскетбола

4. www.pro100basket.ru - Вэб-сайт Ассоциации студенческого баскетбола России
5. www.mbl.ru - Вэб-сайт Московской баскетбольной лиги
6. www.cskabasket.com - Вэб-сайт ПБК "ЦСКА" Москва
7. www.vtb-league.com Вэб-сайт лиги ВТБ
8. www.euroleague.net - Вэб-сайт Евролиги