

Процесс обучения юных баскетболистов



**РАБОТУ ВЫПОЛНИЛА:
СТ-КА ГРУППЫ ЗПСО-12
ОЖГИХИНА ЕКАТЕРИНА**

В НАШИ ДНИ ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ БАСКЕТБОЛУ ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ ГОРАЗДО БОЛЕЕ СЛОЖНУЮ ЗАДАЧУ, ЧЕМ ПРОСТО РИСОВАТЬ НА ДОСКЕ СХЕМЫ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ ПО ПЛОЩАДКЕ И ОБУЧАТЬ ЮНЫХ ИГРОКОВ ТАКИМ АЗАМ БАСКЕТБОЛА, КАК ВЕДЕНИЕ И ПЕРЕДАЧА МЯЧА И БРОСКИ В КОЛЬЦО. БАСКЕТБОЛ НЕ ВСЕГДА БЫЛ ИГРОЙ ВЫСОКОРОСЛЫХ, КРЕПКИХ АТЛЕТОВ, КОТОРЫЕ ПРЫГАЮТ ВЫСОКО В ВОЗДУХ, ЧТОБЫ ЗАБИТЬ МЯЧ В КОРЗИНУ, СОВЕРШАЯ БРОСОК НА УРОВНЕ КОЛЬЦА. ФАКТИЧЕСКИ ЭТА ИГРА, КОТОРАЯ ОТМЕТИЛА СВОЙ СТОЛЕТНИЙ ЮБИЛЕЙ В 1991 ГОДУ, ЯВЛЯЕТСЯ УНИКАЛЬНОЙ СРЕДИ ПРОЧИХ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА. ЭТО ЕДИНСТВЕННЫЙ ВИД СПОРТА, КОТОРЫЙ БЫЛ ИЗОБРЕТЕН ПО ЗАКАЗУ.



В ОСНОВЕ БАСКЕТБОЛА ЛЕЖАТ ЕСТЕСТВЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ — БЕГ, ПРЫЖКИ, БРОСКИ, ПЕРЕДАЧИ. ИМ ЛЕГКО ОБУЧАТЬ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ВЗРОСЛЫХ. ПОЭТОМУ БАСКЕТБОЛ ВХОДИТ В ПРОГРАММУ ВОСПИТАНИЯ И ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ, НАЧИНАЯ С ДЕТСКИХ САДОВ, А ИГРЫ С МЯЧАМИ — С ДВУХЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА. СТРЕМЛЕНИЕ ПРЕВЗОЙТИ СОПЕРНИКА В БЫСТРОТЕ ДЕЙСТВИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА ДОСТИЖЕНИЕ ПОБЕДЫ, ПРИУЧАЕТ ЗАНИМАЮЩИХСЯ МОБИЛИЗОВАТЬ СВОИ ВОЗМОЖНОСТИ, ДЕЙСТВОВАТЬ С МАКСИМАЛЬНЫМ НАПРЯЖЕНИЕМ СИЛ, ПРЕОДОЛЕВАТЬ ТРУДНОСТИ, ВОЗНИКАЮЩИЕ В ХОДЕ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ. ЭТИ ОСОБЕННОСТИ СПОСОБСТВУЮТ ВОСПИТАНИЮ НАСТОЙЧИВОСТИ, РЕШИТЕЛЬНОСТИ И ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННОСТИ.



РАЗНООБРАЗНОЕ ЧЕРЕДОВАНИЕ ДВИЖЕНИЙ И ДЕЙСТВИЙ, ЧАСТО ИЗМЕНЯЮЩИХСЯ ПО ИНТЕНСИВНОСТИ И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ, ОКАЗЫВАЕТ ОБЩЕЕ КОМПЛЕКСНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ОРГАНИЗМ ЗАНИМАЮЩИХСЯ. ЗАНЯТИЯ БАСКЕТБОЛОМ СПОСОБСТВУЮТ РАЗВИТИЮ ОСНОВНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ.

ФОРМИРОВАНИЮ РАЗЛИЧНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ И УКРЕПЛЕНИЮ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ. ИГРОВАЯ ОБСТАНОВКА МЕНЯЕТСЯ ОЧЕНЬ БЫСТРО И СОЗДАЕТ НОВЫЕ ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ. ЭТИ УСЛОВИЯ ПРИУЧАЮТ ИГРОКОВ ПОСТОЯННО СЛЕДИТЬ ЗА ПРОЦЕССОМ ИГРЫ, МГНОВЕННО ОЦЕНИВАТЬ ОБСТАНОВКУ, ДЕЙСТВОВАТЬ ИНИЦИАТИВНО, НАХОДЧИВО И БЫСТРО В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ. НЕПРЕРЫВНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ ЗА ПРОЦЕССОМ ИГРЫ ПОМОГАЕТ РАЗВИТИЕ СПОСОБНОСТЕЙ К ШИРОКОМУ РАСПРЕДЕЛЕНИЮ И КОНЦЕНТРАЦИИ ВНИМАНИЯ, К ПРОСТРАНСТВЕННОЙ И ВРЕМЕННОЙ ОРИЕНТАЦИИ.



СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ХАРАКТЕР ИГРЫ, НЕПРЕРЫВНОЕ ИЗМЕНЕНИЕ ОБСТАНОВКИ, УДАЧА ИЛИ НЕУСПЕХ ВЫЗЫВАЕТ У СПОРТСМЕНОВ ПРОЯВЛЕНИЕ РАЗНООБРАЗНЫХ ЧУВСТВ И ПЕРЕЖИВАНИЙ, ВЛИЯЮЩИХ НА ИХ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. ВЫСОКИЙ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ СПОСОБСТВУЕТ ПОДДЕРЖИВАНИЮ ПОСТОЯННОЙ АКТИВНОСТИ И ИНТЕРЕСА К ИГРЕ. ЭТИ ОСОБЕННОСТИ БАСКЕТБОЛА СОЗДАЮТ БЛАГОПРИЯТНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ВОСПИТАНИЯ У БАСКЕТБОЛИСТОВ, УМЕНИЯ УПРАВЛЯТЬ ЭМОЦИЯМИ, НЕ ТЕРЯТЬ КОНТРОЛЯ НАД СВОИМИ ДЕЙСТВИЯМИ. КАЖДЫЙ ИГРОК НА ПРОТЯЖЕНИИ ВСТРЕЧИ, УЧИТЫВАЯ ИЗМЕНЯЮЩУЮСЯ ИГРОВУЮ ОБСТАНОВКУ, НЕ ТОЛЬКО САМОСТОЯТЕЛЬНО ОПРЕДЕЛЯЕТ, КАКИЕ ДЕЙСТВИЯ ЕМУ НЕОБХОДИМО ВЫПОЛНЯТЬ, НО И РЕШАЕТ, КОГДА И КАКИМ СПОСОБОМ ЕМУ ДЕЙСТВОВАТЬ. ЭТО ВАЖНО ДЛЯ ВОСПИТАНИЕ У ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТВОРЧЕСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ. В ОБЩЕМ, НЕ СЛЕДУЕТ ЗАБЫВАТЬ О ТОМ, ЧТО ИЗ ВСЕХ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА БАСКЕТБОЛ БОЛЕЕ ДРУГИХ ПРЕДРАСПОЛОЖЕН К ТОМУ, ЧТОБЫ ВЫСТАВЛЯТЬ НА ПОКАЗ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ СПОСОБНОСТИ И ДРИБЛИНГ, А ТАКЖЕ, ПОРОЮ, В ОДИНОЧКУ РЕШАТЬ ИСХОД ТОГО ИЛИ ИНОГО МАТЧА.



ПРАВИЛА ИГРЫ ПРЕДУСМАТРИВАЮТ ЭТИЧНОСТЬ ПОВЕДЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ ПО ОТНОШЕНИЮ К ПРОТИВНИКАМ И СУДЬЯМ. ПЕРСОНАЛЬНЫЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ НАКАЗАНИЯ СЛУЖАТ СРЕДСТВОМ ДЛЯ РЕГУЛЯЦИИ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ МЕЖДУ УЧАСТНИКАМИ СОРЕВНОВАНИЙ.

ЭТА ОСОБЕННОСТЬ ИМЕЕТ НАИБОЛЬШЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ВОСПИТАНИЯ ДРУЖБЫ И ТОВАРИЩЕСТВА, И ВЫРАБАТЫВАНИЮ ПРИВЫЧКИ ПОДЧИНЯТЬ СВОИ ДЕЙСТВИЯ ИНТЕРЕСАМ КОМАНДЫ.

БАСКЕТБОЛ ПОЛУЧИЛ ШИРОКОЕ РАСПРОСТРАНЕНИЕ ВО ВСЕМ МИРЕ, С КАЖДЫМ ГОДОМ ВОЗРАСТАЕТ ИНТЕРЕС К ЗАНЯТИЯМ ЭТИМ ВИДОМ СПОРТА, УСИЛИВАЕТСЯ КОНКУРЕНЦИЯ НА МЕЖДУНАРОДНОЙ АРЕНЕ. ПОСЛЕДНЕЕ ВЫЗЫВАЕТ НЕОБХОДИМОСТЬ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ МЕТОДИКИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ С УЧЕТОМ ТЕНДЕНЦИЙ РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛА.

