

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра спортивных дисциплин

«ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ МЕТОДЫ В
ТРЕНИРОВКЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА»

АВТОРЕФЕРАТ

студента 4 курса 414 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Антонова Владимира Владимировича

Научный руководитель
Ассистент кафедры
спортивных дисциплин

И.А. Суменков

Саратов 2016

Общая характеристика работы

Дипломная работа обозначена двумя основными главами. Содержание первой главы представляет аналитический обзор литературы, рассматривает место баскетбола в системе физического воспитания учащихся, методику подготовки юных баскетболистов, средства и методы спортивной тренировки баскетболиста и в частности игровой и соревновательный методы в подготовке баскетболистов.

Актуальность. Баскетбол, как средство физического воспитания, нашел широкое применение в различных звеньях физкультурного движения.

Популярность баскетбола и широкое его применение в системе физического воспитания обуславливается, прежде всего, экономической доступностью игры (небольшие средства для приобретения инвентаря и оборудования, возможность самостоятельного строительства площадки и сравнительная простота ее содержания), а также высокой эмоциональностью игры и большим зрелищным эффектом. Однако главной ценностью баскетбола, как известно, является комплексный и разносторонний характер воздействия этой игры на функции организма и на проявление двигательных качеств. Разнообразное чередование движений и действий, часто изменяющихся по интенсивности и продолжительности, оказывает общее комплексное воздействие на организм занимающихся. В процессе спортивной тренировки и игры осуществляется развитие и совершенствование у них основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков и укрепление здоровья, повышается общая физическая подготовка.

Проблемой нашего педагогического исследования является использование игрового и соревновательного методов тренировки в баскетболе для успешного овладения, как техническими приемами игры, так и развитием двигательных способностей подростков.

Тема настоящей дипломной работы – «Игровой и соревновательный методы в системе подготовки баскетболистов среднего школьного возраста». Выбор темы не случаен, так как игровая и соревновательная подготовка являются наиболее важными сторонами подготовки юных баскетболистов.

Объект исследования – процесс формирования технических навыков игры и совершенствования физических качеств посредством игрового и соревновательного методов тренировки.

Предмет исследования – влияние данных методов на формирование технических навыков игры и развитие двигательных качеств занимающихся.

Гипотеза исследования – успешное решение задач тренировки находится в прямой зависимости от избранных методов. Широкий комплекс методических приемов, с одной стороны, и конкретизация их в зависимости от задач и применяемых средств, с другой, способствуют в занятиях баскетболом более эффективному овладению техники игры и физической подготовленности баскетболистов среднего школьного возраста.

Цель исследования – выявление влияния преимущественного использования игрового и соревновательного методов на процесс обучения технике игры в баскетбол и развитие физических качеств юных баскетболистов.

Для достижения поставленной цели мы использовали следующие **методы** педагогического исследования:

1. анализ литературных источников, который позволил нам конкретизировать исследовательские задачи.
2. педагогическое исследование, проводимое нами с целью сбора и обобщения фактического материала по интересующей нас теме.
3. контрольное тестирование.
4. математическая обработка данных.

Глава 1. «Аналитический обзор литературы» рассматривает место баскетбола в системе физического воспитания учащихся, методику подготовки юных баскетболистов, средства и методы спортивной тренировки баскетболиста и в частности игровой и соревновательный методы в подготовке баскетболистов

Глава 2. «Педагогическое исследование» освещает вопросы организации и проведения педагогического исследования, также мы приводим анализ результатов нашего исследования и вывод.

Баскетбол в системе физического воспитания учащихся

В системе физического воспитания баскетбол включен в программы физического воспитания дошкольного, общего среднего и среднего профессионального и специального, а также высшего образования, как эффективное средство развития физических качеств подрастающего поколения. Школьники младшего возраста и дошкольники играют в мини-баскетбол. Школьники среднего и старшего возраста занимаются баскетболом на уроках и в секциях баскетбола, в ДЮСШ. В высших учебных заведениях баскетбол используется на академических занятиях и факультативно. Главное, что определяет удельный вес баскетбола в системе физического воспитания, заключается в его ценности как комплексного средства физического развития и воспитания молодежи (Б.Т. Ашмарин, 1990)

Наиболее характерными особенностями баскетбола являются:

Коллективность действий. Баскетбол - командная спортивная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции каждого члена команды обязывают играющих постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива. В то же время коллективность действий предполагает раскрытие и умелое использование коллективом индивидуальных творческих возможностей.

Соревновательный характер. Процесс игры представляет собой состязание между игроками двух команд. Стремление превзойти соперника в

быстроте действий, изобретательности, меткости бросков в цель и в других действиях, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы. Эти особенности способствуют воспитанию настойчивости, решительности, целеустремленности.

Методика подготовки юных баскетболистов

Анализ системы подготовки и результатов выступления сильнейших спортсменов мира во многих видах спорта показывают, что спортивные рекорды и выдающиеся достижения всегда являются результатом многолетней тренировки. Необходимая для этого база создается в детском и юношеском возрасте.

Одной из особенностей сегодняшнего спорта является ярко выраженная тенденция его омоложения. На крупных соревнованиях стали выступать юноши и девушки, не уступающие в технико-тактической и физической подготовленности зрелым игрокам, но не отличающиеся еще психической устойчивостью, не имеющие достаточного опыта соревновательной борьбы, что, естественно отражается на результатах выступлений (Тхорев В.И., Родионов В.И. 1996 и др).

Средства и методы спортивной тренировки баскетболиста

Решение задач тренировочного процесса осуществляется с помощью соответствующих средств и методов.

Средствами тренировки баскетболиста являются:

1. физические упражнения;
2. игры;
3. гигиенические факторы и естественные силы природы;
4. теоретические занятия.

Физически упражнения – основное средство тренировки. Упражнения подразделяются на основные (соревновательные), специально-подготовительные и общеподготовительные.

Для физической подготовки баскетболистов применяются упражнения из других видов спорта, а также упражнения в технике и тактике игры.

Техническая подготовка осуществляется с помощью упражнений в технике отдельных приемов и их сочетаний, комбинированных упражнений, включающих одновременно или последовательно несколько приемов, а также групповых упражнений, основанных на взаимоподчиненных действиях с партнерами.

Для тактической подготовки применяются упражнения по индивидуальной тактике, упражнения во взаимодействии двух и трех игроков, упражнения во взаимодействии команды в целом.

Игровой и соревновательный методы в подготовке баскетболистов

Игровой метод. Понятие игрового метода в сфере воспитания отражает методические особенности игры, т.е. то, что отличает ее в методическом отношении (по особенностям организации деятельности занимающихся, руководства ею и другим педагогически существенным признакам) от других методов воспитания. При этом игровой метод не обязательно связан лишь с какими-либо общепринятыми играми, например футболом, волейболом или элементарными подвижными играми. В принципе он может быть применен на материале любых физических упражнений, при условии, конечно, что они поддаются организации в соответствии с особенностями этого метода.

Игровой метод тренировки даёт нам возможность совершенствовать умения и развивать соответственные качества в условиях, приближённых к истинной игре.

Соревновательный метод. Соревновательный метод – это способ выполнения упражнений в форме соревнований. Обязательным условием соревновательного метода является подготовленность занимающихся к выполнению тех упражнений, в которых они должны соревноваться.

Соревновательный метод в физическом воспитании применяется как в относительно элементарных формах, так и в развёрнутой форме. В первом случае это выражается в использовании соревновательного начала, как способа стимулирования интереса и активизации деятельности при выполнении отдельных упражнений. Во втором случае этот метод используется в качестве относительно самостоятельной формы: контрольные, зачётные, официальные спортивные и подобные им состязания.

Содержанию второй главы посвящена исследовательская часть работы которая освещает вопросы организации и проведения педагогического исследования, а также приводится анализ результатов исследования и вывод.

Наше педагогическое исследование, направленное на выявление влияния игрового и соревновательного методов обучения игре баскетболистов старшего школьного возраста, мы проводили в Муниципальном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа». В этой школе на протяжении пяти лет работает секция баскетбола под руководством учителя Былинина Александра Алексеевича, которую посещают ребята среднего и старшего школьного возраста (5-11 классы).

В настоящей работе мы представляем методику обучения технике игры и развития физических качеств школьников старшего возраста с преимущественным использованием игрового и соревновательного методов в учебно-тренировочном процессе.

Заключение

В Российской системе физического воспитания спортивным играм отводится одно из важнейших мест. Игровые упражнения, технические приемы, состоящие из естественных видов двигательной деятельности способствуют формированию и совершенствованию физических качеств человека.

Место баскетбола в системе физического воспитания обуславливается доступностью игры, ее зрелищностью, но главное, что определяет его удельный вес в системе физического воспитания, ценность его как комплексного средства физического развития и воспитания подрастающего поколения.

Игровой и соревновательный методы составляют основу современной системы физического воспитания. Оба эти метода предполагают системное использование игр и игровых, соревновательных упражнений, отличающихся наибольшей привлекательностью для всех контингентов занимающихся.

Игровой метод наиболее привлекателен для использования на занятиях с детьми. Его применение обеспечивает положительный эмоциональный отклик и постоянную высокую заинтересованность в выполнении заданий. Данный метод заключается в использовании подвижных игр для ознакомления, изучения и совершенствования отдельных приемов и игровых действий. С этой целью применяют эстафеты, игровые упражнения, учебные игры, позволяющие быстро закреплять и совершенствовать изучаемые действия.

Соревновательный метод близок к игровому и отличается от него лишь тем, что здесь в качестве ведущего средства используют различные соревнования. Он позволяет значительно увеличить нагрузку, повысить трудность выполнения и в результате активно совершенствовать двигательные навыки и качества.

Соревновательный метод помогает формированию психологического стереотипа, адекватного соревновательным условиям, и способствует формированию морально-волевых качеств.

Подвижные игры и эстафеты с мячами, которые включаются занятия, позволяют создать соответствующий игре в баскетбол эмоциональный фон учебно-тренировочного процесса, соревновательный дух соперничества, так необходимый баскетболисту. Кроме того, проведение соответствующих игр и эстафет позволяет тренеру выявить, насколько успешно учащиеся освоили двигательные действия с мячом.

Систематическое использование игрового и соревновательного метода позволяет осуществить заблаговременную психологическую подготовку занимающихся к реальным условиям спортивно-игрового соревнования. Уже в подвижных играх дети учатся контролировать свои эмоции, подчиняться правилам и решениям судей, учатся действовать самостоятельно, инициативно и решать игровые задачи во взаимодействии со своими партнерами.

Список используемых источников

1. Артемьев Ю.С. Чтобы лучше играть в баскетбол. Текст //Физическая культура в школе. //Школа-Пресс, / Ю.С. Артемьев. 2000, № 5 – С. 69-71.
2. Ашмарин Б.Т. Теория и методика физического воспитания. Текст / Б.Т. Ашмарин. М., Просвещение 1990. – С. 167- 182.
3. Баскетбол: Справочник болельщика. Серия «Мастер игры» Текст / Под ред. Г. Беяева. - Ростов н/Д: «Феникс», 2000. - 352 с.
4. Баскетбол: учебник для ин-тов физ. культ. Текст / Под ред. Ю.М. Портнова. - М., Физкультура и спорт, 1997. - 480 с.
5. Вайцеховский С.М. Книга тренера. Текст / С.М. Вайцеховский. Физкультура и спорт, М., 1971. – С. 193-200.
6. Тхорев В.И., Родионов В.И., Костюков В.В. Основы баскетбола: Учебно-метод. пособие. Текст / В.И. Тхорев, В.И. Родионов, В.В. Костюков - Краснодар: КГАФК, 1996. - 33 с.
7. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие 3-е изд., стереотипное: СПб ГУФК им. П.Ф. Лесгафта. Высшая школа тренеров по баскетболу. Текст /Е.Р. Яхонтов. - СПб., Изд-во Олимп - СПб, 2007. - 134 с.