

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

на тему

«Процесс обучения технике ведения мяча у детей 9-10 лет в баскетболе»

студентки 5 курса Института физической культуры и спорта

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

профиль подготовки Физическая культура

Глуховой Наталии Андреевны

Научный руководитель

Старший преподаватель _____

Е.А. Семенова

подпись, дата

Зав. кафедрой

к.м.н., доцент _____

Т.А. Беспалова

подпись, дата

Саратов 2019

ВВЕДЕНИЕ

В середине текущего десятилетия в сфере физической культуры и спорта страны возник комплекс проблем. Первой проблемой явилось ухудшение здоровья, физического развития и физической подготовленности населения. В целом в России не менее 60 процентов обучающихся имеют нарушения здоровья. По данным Министерства здравоохранения и социального развития России, только 14 процентов обучающихся старших классов считаются практически здоровыми.

Второй проблемой является отсутствие эффективной системы детско-юношеского спорта, отбора и подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд страны.

Нерешенные проблемы нормативно-правового, организационно-управленческого, материально-технического, научно-методического, медико-биологического и кадрового обеспечения сдерживают развитие детско-юношеского спорта, не позволяют готовить полноценный резерв для спортивных сборных команд страны.

Третьей проблемой является усиление глобальной конкуренции в спорте высших достижений.

За последние годы значительно возросла конкуренция на международной спортивной арене, и особенно это проявляется на Олимпийских играх, где ведущие мировые державы стремятся использовать весь экономический и политический потенциал для успешного выступления спортсменов. Завоевание высших спортивных наград - одна из самых предпочтительных возможностей для всех стран заявить о себе на международном уровне. Высокие спортивные результаты - это отражение социально-экономического развития страны.

Именно поэтому в свете развития современного образования его ключевой позицией является направленность на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся.

На сегодняшний день основной задачей физического воспитания является создание условий, обеспечивающих возможность вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом, получить доступ к развитой спортивной инфраструктуре, а также повысить конкурентоспособность российского спорта

Основная задача тренера, учителя, педагога состоит в том, чтобы не только обеспечить пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, но и разработать системы мер, направленных на увеличение числа детей, подростков и молодежи, систематически занимающихся физической культурой и спортом.

Так как в системе российского образования баскетбол включен в программы физического воспитания дошкольников, общего среднего, среднего, профессионально-технического, среднего специального и высшего образования, дополнительного образования, он имеет огромное воспитательное и социальное значение.

И одной из насущных проблем развития баскетбола в нашей стране является подготовка резервов для российского баскетбола. И именно детско-юношеские спортивные школы являются начальным этапом формирования и воспитания молодых баскетболистов.

Поэтому настоящая выпускная квалификационная работа посвящена исследованию проблемы обучения технике ведения мяча у детей 9-10 лет в условиях детской юношеской спортивной школы.

Содержание выпускной квалификационной работы основано на исследованиях отечественных авторов, на позициях которых выстроена научно-методическая система по освоению техники и формированию тактики баскетбола.

Фундаментальные основы системы баскетбольных тренировок, были заложены А.Я. Гомельским, легендой баскетбола, тренером, выигравшим со своими командами все возможные баскетбольные награды.

Изучением проблемы повышения эффективности игровых действий в баскетболе занимались такие исследователи как В.А. Данилов, В.М.Колос, А.Б. Мацак, Т. Туретаев., А.В. Родионов, которые в своих трудах описывают систему подготовки тренировочного и соревновательного процесса.

В исследованиях зарубежных авторов Ника Сортела и Моргана Вуттена раскрыты аспекты тренерского мастерства, рассмотрены вопросы не только методики тренировки, но и решения проблем, с которыми тренер сталкивается вне баскетбольной площадки.

В последние годы многих исследователей также затрагивают актуальные проблемы и современные технологии подготовки баскетболистов (Аникеева Ю.С., Чернов С.В., Гомельский Е.Я., Фомин С.Г., Беляев А.Г.).

Однако, несмотря на обилие теоретических разработок и практических учебно – методических материалов необходимо обратить внимание на недостаточное изучение технико – тактической подготовки баскетболистов на современном этапе развития баскетбола. Так как высокие спортивные достижения на сегодняшний день невозможны без наличия и использования современных технологий подготовки.

Поэтому актуальность проблемы исследования заключается прежде всего в том, что в условиях современных технологий подготовки,

интенсификации физической нагрузки, соответствия федеральным государственным требованиям в области спорта и повышения требований к результатам обучения, современной детско – юношеской спортивной школе необходима такая система обучения и психолого – педагогического сопровождения детей, которая обеспечивала бы гибкую адаптацию содержания образования в области баскетбола к их индивидуальным образовательным потребностям.

Объект исследования: процесс физических тренировок у детей 9-10 лет в баскетболе.

Предмет исследования: обучение технике ведения мяча у детей 9-10 лет.

Цель исследования: выявление особенностей приемов техники ведения мяча и проведение мероприятий, направленных на развитие технико – тактических навыков юных баскетболистов.

Гипотеза данного исследования базируется на предположении о том, что изучение уровня обученности технике ведения мяча и корректировка учебного процесса на основе выявления и последующего исправления ошибок, повысит эффективность процесса обучения технике ведения мяча в баскетболе и позволит внести коррекцию в тренировочный процесс. Задачи исследования:

- анализ специальной литературы по проблеме исследования;
- научно-теоретическое обоснование и составление методики констатирующего эксперимента;
- разработка и апробация программы;

Методы исследования:

Теоретические: анализ психолого-педагогической и специальной литературы.

Эмпирические: наблюдение, эксперимент.

Статистические: количественный и качественный анализ полученных данных.

Научная новизна исследования состоит в том, что в настоящее время наблюдается значительное увеличение количества детей, заинтересованных занятиями в спортивных секциях, но в то же время испытывающих трудности в усвоении программы по курсу «Баскетбол», что является одной из проблем базовой концепции подготовки юных баскетболистов.

В процессе экспериментальной работы были изучены теоретические изыскания, уточнен категориальный аппарат по проблеме исследования.

Практическая значимость исследования состоит в следующем:

- доказана эффективность традиционных упражнений для развития навыков техники ведения мяча в баскетболе;

- разработана система тренировочных мероприятий, где использованы традиционные и интерактивные приемы и методы, в целях повышения технико – тактических навыков юных баскетболистов.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложения.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по каждой главе, заключения, списка использованных источников и приложения.

Введение знакомит с основной проблемой исследования, обосновывает актуальность темы, определяет объект и предмет исследования. Так же здесь определяются цель, задачи и гипотеза. Обоснованы теоретическая и практическая значимость исследования, формулируются основные положения, выносимые на защиту.

В первой главе «ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ» рассмотрено состояние исследуемой проблемы, изучены основы методики обучения и развития техники ведения мяча.

В первом параграфе данной главы рассматриваются анатомо – физиологические и морфофункциональные особенности обучающихся 9 -10 лет.

Период 9 - 10 лет принято считать школьным возрастом, он является сравнительно спокойным и равномерным в физическом развитии детей. Особенности физиологического развития заключаются в следующих параметрах - ежегодное увеличение массы тела составляет 3 - 3,5 кг, длина тела увеличивается на 4 - 5см, а окружность грудной клетки - на 1, 5 - 2 см. Также в этом возрасте изменяются пропорции тела: удлиняются ноги, уменьшается грудной показатель, т.е. происходит как бы вытягивание тела. Увеличение роста и веса, выносливости, жизненной ёмкости лёгких идёт довольно равномерно и пропорционально. Окостенение скелета происходит неравномерно: к 9 - 11 годам заканчивается окостенение фаланг пальцев рук, и только к 12 - 13 годам, - запястья и пясти [30].

А.С. Солодков обращает внимание, что у детей в 9-10 лет усиленно формируется и совершенствуется функция коры больших полушарий. В этом возрасте относительно быстро начинаются условно - рефлекторные связи на

естественные целостные действия, и чем конкретнее действие (двигательная задача), тем доступнее упражнение и тем успешнее оно выполняется.

К существенным показателям, которые характеризуют функциональное состояние нервно-мышечной системы, относят координационные способности, способности дифференцировать пространственные, временные характеристики движения[42].

З.В. Любимова указывает, что в данном возрасте расширяются аналитические возможности. Ребенок начинает размышлять над своими поступками, которые он совершил, анализирует поступки окружающих. Основной деятельностью, первой и важнейшей обязанностью становится учение - приобретение новых знаний, умений и навыков, накопление систематических сведений об окружающем мире, природе и обществе[37].

По-прежнему много времени дети уделяют игре. В ней развиваются чувства сотрудничества и соперничества, приобретают личностный смысл такие понятия, как справедливость и несправедливость, предубеждение, равенство, лидерство, подчинение, преданность, предательство.

Многие дети интенсивно занимаются различными видами спорта. В среднем они отдают этим занятиям 11 часов в неделю. Спорт является одной из немногих сфер деятельности детей, которой они могут заниматься активно и которая имеет определенное значение для них самих, их друзей и родителей [47].

Таким образом, занятия спортом в возрасте 9-10 лет могут оказывать существенные положительные воздействия на личность и психическое развитие детей. Занятия баскетболом оказывают большое влияние на физическое развитие организма, вовлекают в работу почти все мышечные группы, способствуют энергичному обмену веществ в организме, усиливают функциональную деятельность внутренних органов.

Во втором параграфе дано определение понятию баскетбол, описаны особенности баскетбола как средства физического воспитания.

Баскетбол — популярная спортивная игра. За свою более чем вековую историю он снискал огромное число почитателей во всем мире. Присущие ему высокая эмоциональность и зрелищность, многообразие проявления физических качеств и двигательных навыков, интеллектуальных способностей и психических возможностей привлекают к игре всевозрастающий интерес миллионов поклонников и у нас в стране.

Баскетбол состоит из естественных движений (ходьба, бег, прыжки) и специфических двигательных действий без мяча (остановки, повороты, передвижения приставными шагами, финты и т.д.), а также с мячом (ловля, передача, ведение, броски).

Баскетбол, как средство физического воспитания, нашел широкое применение в различных звеньях физкультурного движения. В системе образования баскетбол включен в программы физического воспитания дошкольников, общего среднего, среднего, профессионально-технического, среднего специального и высшего образования, дополнительного образования[37].

Для баскетбола характерно проявление разносторонних физических качеств и двигательных действий, волевых и моральных качеств, интеллектуальных способностей. Данные особенности делают баскетбол одним из наиболее действенных оздоровительных и воспитательных средств, влияющих на комплексное развитие организма обучающихся. При использовании игры на занятиях с младшими школьниками, подростками и юношами одновременно решаются оздоровительные и воспитательные задачи[4;5].

В третьем параграфе охарактеризованы современные подходы к обучению игры в баскетбол. Процесс обучения баскетболу опирается на некоторые общие положения — принципы, которые отражают закономерности педагогического процесса и в связи с этим носят обязательный характер при решении образовательных и воспитательных

задач: принцип сознательности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуальности, постепенности, систематичности и последовательности.

Практическая реализация принципов обучения подразумевает применение адекватных средств и методов. На занятиях по баскетболу используют как общепедагогические (слово и сенсорно-образные воздействия), так и специфические средства (физические упражнения).

На современном этапе развития образования педагогическим сообществом активно используются информационно – коммуникационные технологии, которые также можно использовать при проведении занятий по баскетболу:

- обучение работе на компьютере, Web-сайте, экскурсии по электронным Интернет-ресурсам;
- обучение работе с электронными материалами, электронной почтой, интернетом, образовательными и спортивными сайтами;
- образовательный портал для взаимодействия между игроками команды, тематические форумы, практические занятия по технико-тактической подготовке игроков. ионных форм.

В четвертом параграфера рассмотрены основы методики обучения и развития техники ведения мяча.

Техника владения мячом включает следующие приемы: ловлю, передачи, ведение и броски мяча в кольцо.

Ведение мяча – прием техники нападения, позволяющий баскетболисту перемещаться с мячом по площадке с большим диапазоном скоростей и направлений движения. Целесообразность применения ведения мяча диктуется конкретной игровой ситуацией – игрок перед ведением ловит мяч либо стоя на месте, либо в движении[15]. Существует несколько разновидностей ведения в зависимости от высоты отскока мяча и специфики контроля над ним. Ведение с высоким отскоком мяча (высокое ведение) применяется при отсутствии плотной опеки со стороны защитника чаще всего в ситуации, требующей быстрого передвижения с мячом в избранном

направлении. Мяч при этом варианте ведения после каждого выталкивания поднимается до уровня пояса. Характерной особенностью защитника является отсутствие движений на укывание мяча от соперника. Ведение с низким отскоком мяча (низкое ведение), напротив, используется, если защитник находится в непосредственной близости и существует угроза выбивания мяча. Нападающий осуществляет активное укывание мяча за счет ведения рукой, дальней от противника, и перевода мяча в сторону за широко расставленные ноги [15].

При обучении ведению мяча следует стремиться к тому, чтобы занимающиеся хорошо овладели разновидностями дриблинга поочередно правой и левой рукой сначала со зрительным контролем, а потом без зрительного контроля над мячом.

В результате систематического обучения ведению мяча у детей вырабатывается умение успешно управлять мячом даже без зрительного контроля, продвигаясь приставным шагом, изменяя темп бега, высоту отскока мяча и направление перемещения.

Во второй главе «ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПУТЕЙ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ВЕДЕНИЯ МЯЧА ДЕТЕЙ 9-10 ЛЕТ» рассмотрено состояние исследуемой проблемы на практике и раскрыта сущность ее реализации.

Первый параграф второй главы включает в себя организацию и содержание эмпирического исследования. Здесь определена экспериментальная база, сформирована экспериментальная выборка. Также описывается ход исследования.

На начальном этапе была проведена диагностика уровня сформированности техники ведения мяча у обучающихся. Для определения исходного уровня физического развития участников эксперимента использовались следующие оценочные материалы – «Ведение мяча по прямой», «Ведение мяча с изменением направления», «Челночный бег с ведением мяча».

В результате анализа полученных в ходе диагностического исследования данных было выявлено, что большинство обучающихся имеют низкий уровень (46 %) формирования навыков ведения мяча. Средний уровень выявлен у 34 % обучающихся, а высокий у 20 %.

Полученные результаты обследования позволили сделать следующие выводы необходимости повышения уровня навыков ведения мяча обучающихся, т.е. проведение формирующего этапа эксперимента, который описан во втором параграфе

В целях успешного формирования техники ведения мяча была разработана модель педагогического процесса, определены методы и формы, способствующие формированию вышеуказанных навыков, составлена программа «Оранжевый мяч» по повышению технико – тактических навыков обучающихся 9-10 лет. Тематический план занятий программы представлен в Таблице 10.

В рамках реализации программы были использованы следующие формы, методы и приемы: наглядные, словесные, практические, подготовительные, подводящие и тактические упражнения.

На заключительном этапе формирующей части эксперимента была проведена повторная диагностика уровня физического развития участников эксперимента. Сравнительная диагностика позволила выявить динамику уровня физического развития и определить эффективность процесса обучения технике ведения мяча в экспериментальной группе.

Результаты повторного исследования уровня техники ведения мяча представлены в таблицах 12, 13, 14.

По результатам проведенной работы можно констатировать качественные изменения в динамике техники ведения мяча в баскетболе, что связано с реализацией программы «Оранжевый мяч». Только один обучающийся не показал изменения в положительную сторону и с ним будет продолжена работа. Результатом формирующего эксперимента стало снижение процента обучающихся с низким уровнем техники ведения мяча.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обучение технике ведения мяча в баскетболе является одной из важнейших задач тренеров – преподавателей и учителей физической культуры. Так как на сегодняшний день особо актуальной становится проблема развития технико – тактических навыков баскетболистов в условиях сложного много факторного процесса, основанного на концепции системного построения тренировок и соревновательной практики, систематические занятия, направленные на развитие технико- тактических навыков юных баскетболистов способствуют решению данной проблемы.

Таким образом данное исследование было направлено на изучение процесса обучения технике ведения мяча в баскетболе детей 9-10 лет и организации эффективного процесса обучения.

В ходе исследования было проведено теоретическое исследование проблемы. Были изучены фундаментальные основы системы баскетбольных тренировок, проблемы повышения эффективности игровых действий в баскетболе, система подготовки тренировочного и соревновательного процесса, методики тренировочного процесса.

Изучение специальной литературы показало, что успешность процесса обучения технике ведения мяча в целом зависит от умения педагога построить каждое занятие, руководствуясь соответствующими принципами обучения и используя адекватные средства, методы обучения и организации занимающихся. Наибольший эффект дает их рациональное сочетание и варьирование с учетом результативности предыдущих этапов и особенностей предстоящей деятельности с конкретным контингентом занимающихся.

В целях организации эффективного процесса обучения технике ведения мяча в ходе исследования была составлена программа, основанная на результатах констатирующего эксперимента.

В ходе эксперимента с обучающимися экспериментальной группы проводились занятия, направленные на развитие техники ведения мяча в баскетболе.

Предложенный комплекс занятий представляет собой

Обучающиеся, которые смогли пройти курс, были очень заинтересованы и с радостью отозвались на специально подобранные игры и упражнения.

Результатом формирующего эксперимента стало снижение процента обучающихся с низким уровнем техники ведения мяча.

Таким образом, гипотеза исследования подтвердилась. Цель выпускной квалификационной работы достигнута, задачи выполнены.

Отсюда следует, что грамотно организованный учебно – тренировочный процесс , способствует развитию и формированию технико – тактических навыков юных баскетболистов, а в нашем случае именно технике ведения мяча.

