

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

«РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ У ЮНОШЕЙ-ПОДРОСТКОВ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ БОКСОМ»

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 5 курса 511 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Тюсина Дмитрия Васильевича

Научный руководитель

доцент

_____ В.Д. Гордеев
подпись, дата

Зав. кафедрой

кандидат педагогических наук

_____ В.Н. Мишагин
подпись, дата

Саратов 2017

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. Беляева. - 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.