

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kursovaya-rabota/251565>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Физическая культура и спорт

Введение 3

Глава 1. Теоретическое обоснование применения подвижных игр как средства обучения элементам игры в баскетбол школьников 6

1.1 Методика проведения подвижных игр восьмых классах 6

1.2 Подвижные игры как средство обучения элементам игры в баскетбол 11

Глава 2. Роль и значение подвижных игр в обучении элементам игры в баскетбол 16

2.1 Виды подвижных игр для обучения техническим приемам в баскетболе 16

2.2 Подвижные игры как средство развития физических качеств у школьников 8 классов на уроках по баскетболу 21

Заключение 35

Список литературы 36

Актуальность исследования. В наше время мы можем наблюдать большое количество исследований эффективности использования всевозможных методик, используемых для обучения игре в баскетбол детей на начальном этапе преподавания. Однако, метод с применением подвижных для обучения баскетболу описан недостаточно широко, поэтому мы считаем актуальным раскрыть эту тему в данной работе. В настоящее время одной из главных задач подъема физкультурно-спортивного движения на более высокий уровень в нашей стране значится как можно большее привлечение школьников в активные занятия физической культурой и спортом. Большой популярностью пользуются занятия игровыми видами спорта. Баскетбол является одним из таких видов.

Баскетбол игра, в которой используются как естественные движения (бег, ходьба, прыжки), так и специфические двигательные действия без мяча (остановки, развороты, перемещения приставными шагами, обманные движения). А при владении мячом используются такие движения, как ловля, передачи, ведение и броски. Противоборство, целью которого является попадание мяча в корзину соперника и защита своего кольца, требует проявления всех жизненно необходимых для человека физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости, координации и гибкости. В работе используются практически все функциональные системы организма, подключаются основные механизмы энергообеспечения. Получение высокого спортивного результата требует от игроков смелости, уверенности в себе, целеустремленности, настойчивости, решительности и чувства коллективизма.

Такое всестороннее и комплексное воздействие на занимающихся дает право считать баскетбол не только увлекательным видом спорта, но и одним из наиболее действенных средств физического и нравственного воспитания в различные возрастные периоды.

Повысить уровень физического и нравственного воспитания в общеобразовательной школе можно при помощи подвижных игр. В большинстве случаев их применение позволит привлечь школьников к занятиям спортом, а также повысит качество обучения и тем самым сократит время на начальное обучение игре в баскетбол, что является важным в условиях современной школы.

Баскетбол - это игра, поэтому, поэтому, на уроках физической культуры научить играть в баскетбол гораздо проще после использования в обучении подвижных игр, чем после применения обычных учебных упражнений. Вниманию педагогов по физическому воспитанию предлагаются такие подвижные игры, которые можно применять при обучении игре в баскетбол для совершенствования отдельных элементов игры.

Выбирая подвижные игры для обучения игре в баскетбол, нужно исходить из того, что они должны максимально соответствовать игре и развивать те качества, которые необходимы баскетболистам. При этом игры должны быть такими, чтобы в них не было выбывания игроков, потому что первыми из игры выбывают, как правило, наиболее слабо подготовленные школьники, которым как раз, наоборот, надо больше тренироваться и принимать участие в играх.

Известные представители физической культуры, русские ученые В.В. Гориневский, П.Ф.Лесгафт, Г.А.Виноградов, Е.А.Покровский, К.Д.Ушинский, учитывая одну из важных ролей подвижных игр в физиче-

ском развитии ребёнка, в приобретении им определённых навыков, уделяли особое внимание сбору и изучению таких игр. Они разъясняли их значение для физического развития школьников и пропагандировали практическое внедрение их в систему воспитания подрастающего поколения. Методика работы построена на комплексе научных положений теории и методики физического воспитания (П.К. Петров, Л.П.Матвеев, Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов, Ю.Ф. Курамшин и др.), на положениях теории и методики баскетбола (Д.И. Нестеровский, Е.Н. Литвинов, Ю.М.Портнов, М.Я. Виленский, Б.И. Туркунов, Ю.Д.Железняк,).

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить обучение элементам игры в баскетбол школьников 8 класса средствами подвижных игр.

Объект исследования: процесс обучения школьников 8 класса элементам игры в баскетбол.

Предметом исследования: обучение элементам игры в баскетбол школьников 8 класса средствами подвижных игр.

Гипотеза исследования: предполагается, что использование подвижных игр на уроках физической культуры с детьми 8 класса способствует обучению техническим элементам игры в баскетбол.

Глава 1. Теоретическое обоснование применения подвижных игр как средства обучения элементам игры в баскетбол школьников

1.1 Методика проведения подвижных игр восьмых классов

Ребенок, начав обучение в школе, вынужден каждый день проводить сидя за партой около четырех часов в школе и до двух часов дома за столом. Однако свободное от учебы время дети в этом возрасте проводят со своими сверстниками играя в игры. Они используют все виды естественных движений, хотя владеют ими еще недостаточно совершенно. По-этому игры, в которых применяются беговые упражнения, прыжки, метание мяча в цель, им интересны [1].

Все эти движения лучше всего развивать в играх. При использовании подвижных игр на уроках физической культуры среди школьников средних классов нужно учитывать анатомо-физиологические особенности детей этого возраста, быструю утомляемость и подверженность их детско-го организма различным влияниям окружающей среды. Скелет ребенка еще продолжает свое формирование. Значительная прослойка хрящевой ткани обуславливает большую гибкость костей, особенно позвоночника. Мускулатура туловища относительно слаба (в частности, мышцы спины и брюшного пресса). Прочность опорного аппарата также еще невелика. Поэтому большое значение приобретают подвижные игры с разнообразными движениями, без длительных мышечных напряжений [2].

Сердечно-сосудистая система ребенка 7-9 лет отличается большой жизнеспособностью: сосуды достаточно широкие, а стенки сосудов эластичные, что создает благоприятные условия для работы сердечной мышцы. Но функции нервной системы, регулирующей работу сердца, еще недостаточно развиты (легкая возбудимость сердца) [1].

Дети демонстрируют очень большую двигательную активность в подвижных играх, особенно тогда, когда прыжки, бег и другие действия, требующие большой затраты сил и энергии, чередуются с кратковременными перерывами или активным отдыхом. Однако при выполнении однообразных действий они довольно быстро устают. Учитывая все вышесказанное, физическую нагрузку во время использования подвижных игр необходимо строго регулировать и ограничивать во времени. Игра не должна быть слишком продолжительной [3].

У детей среднего школьного возраста функция внимания еще развита недостаточно хорошо, они часто бывают невнимательными, рассеянными, переключаются с одного предмета на другой. Поэтому им желательно предлагать подвижные игры короткие по времени, в которых интенсивная двигательная активность перемежается с кратковременным отдыхом. Используются игры, которые состоят из различных простых движений, при этом в работу включаются практически все группы мышц. Простота и немногочисленность правил игры обусловлено недостаточной стабильностью внимания и недостаточно развитыми качествами детей среднего возраста, такими как воля к победе, чувство коллективизма [1].

Дети, учащиеся в 8 классе очень подвижны, активны, любознательны, они стремятся незамедлительно, и сразу включаться в проводимые игры. Во время игры они стремятся как можно быстрее добиться заданной цели; им не хватает терпеливости, выдержки и упорства. Их настроение часто меняется в зависимости от результата игры. Они очень переживают при неудачах в игре, но, увлекшись ею, вскоре забывают о своих обидах [12].

Дети среднего школьного возраста ярче воспринимают и быстрее усваивают все то, что видят, слышат,

наблюдают и делают. Однако в этом возрасте образное, предметное мышление ребенка постепенно сменяется понятийным мышлением. Дети проявляют большую сознательность в игровых действиях, у них появляется умение делиться впечатлениями, сопоставлять и сравнивать наблюдаемое. Они начинают критически оценивать поступки и действия товарищей по игре. При появлении у детей умения абстрактно, критически мыслить, сознательно контролировать свои действия появляется способность школьникам успешно усваивать усложненные правила игр, выполнять действия, которые объясняет и показывает педагог [3].

Объяснять правила игры преподаватель должен кратко, потому что школьники хотят как можно быстрее применить все изложенное на практике. Часто, не дослушав правил, дети выказывают желание выполнить ту или другую роль в игре. Хорошо будет, если педагог расскажет об игре в форме сказки, что усваивается школьниками с большим интересом и помогает найти творческий подход к выполнению ролей. Этим способом можно пользоваться для лучшего усвоения игры, когда дети невнимательны или когда им нужен отдых после физической нагрузки [7].

Школьники средних классов очень активны, но не всегда могут рассчитать свои силы и возможности. Как правило, все они хотят быть водящими, поэтому назначать их в соответствии со способностями должен сам преподаватель. Водящим можно также назначить игрока, победившего в предыдущей игре, поощряя его за то, что он остался непойманным, выполнил задание лучше других, принял самую красивую позу в игре и т. п.

Выбор водящего должен способствовать развитию у детей способности правильно оценивать свои силы и силы товарищей. Чтобы как можно больше детей побывало роли водящего нужно чаще менять его [7].

Для школьников средних классов сигналы в играх лучше подавать не свистком, а словесными командами, что помогает в развитии второй сигнальной системы, еще очень несформированной в этом возрасте. Также приветствуется использование речитатива. Повторяемые хором рифмованные слова способствуют развитию у детей речи и вместе с тем помогают им подготовиться к исполнению действия на последнем слове речитатива [9].

1. Автаева, М.А. Как научить вести мяч без зрительного» контроля / М.А. Автаева , Физическая культура в школе. 2010. — № 5: — С. 10-11.
2. Агашин, М.Ф. Концепция здоровья и гармоничного развития детей / М.Ф. Агашин // Детский тренер, 2009. - Л» 2. - С. 4-11.
3. Бальсевич, В.К. Спортивный вектор физического воспитания в российской школе / В.К. Бальсевич. М., 2012. — 112 с.
4. Баранчукова, Г.А. Воспитательные возможности подвижных игр./ Физкультура в школе, 1980, №3 С. 28-30.
5. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско- юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. — М.: Советский спорт, 2010. — 109 с.
6. Безруких, М.М. Возрастная физиология (физиология развития ребенка): Учеб.пособие для студ. высш. учеб; завед. / М.М. Безруких, Д.А. Фарбер. - М.: Академия, 2013. - С. 382-386.
7. Былеева, Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. - М.: Просвещение, 1995.
8. Вижиченко, В.Л. Физическая культура в педагогике школы / В.Л. Вижиченко, А.А. Чунаев // Теория и практика физической культуры. - 2009. № 4. - С. 7-9.
9. Виленская, Т.Е. Актуальные детерминанты совершенствования процесса физического воспитания учащихся средних классов общеобразовательных школ / Т.Е. Виленская. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2009: - № 3. - С. 2-6;
10. Виленская, Т.Е. Новые подходы к проблеме физического воспитания школьников / Т.Е. Виленская, Ю.К. Чернышенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2008. - № 12 (46). - С. 11-15.
11. Виленская, Т.Е. Теория и технология здоровьесбережения в процессе физического воспитания детей среднего школьного возраста: автореф. дис. д-ра.пед. наук /Т.Е. Виленская. — Краснодар, 2007 — 38 с.
12. Воронков, В.В. Школьная секция баскетбола / В.В. Воронков, Б.И. Туркунов // Физическая культура в школе. 2007. - № 1. - С. 73-77.
13. Воронков, В.В. Школьная секция баскетбола / В.В. Воронков, Б.И. Туркунов // Физическая культура в школе. — 2007. — №-2. — С. 47-51.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovyie-raboty/kursovaya-rabota/251565>