

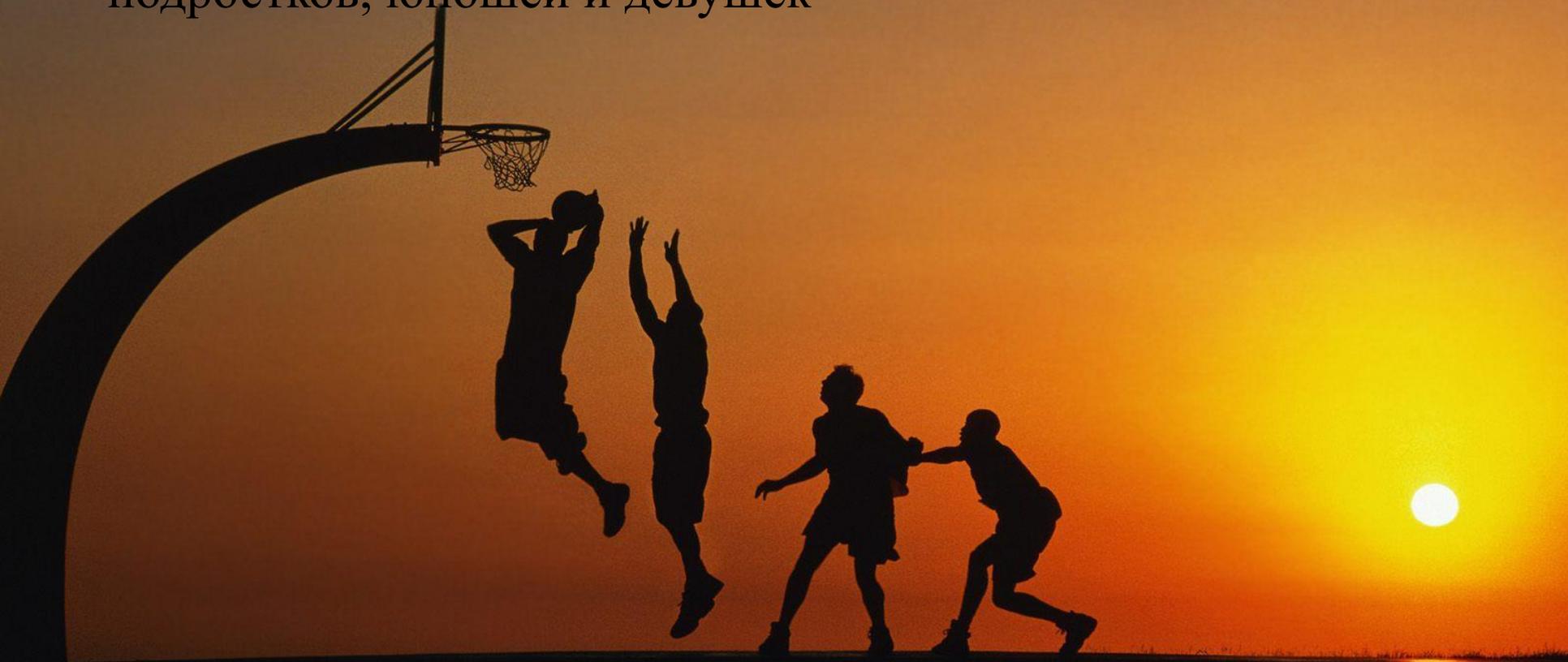
An orange basketball is suspended in the air above a basketball hoop. The hoop is orange with a white net. The background is a solid blue color.

**ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ  
БАСКЕТБОЛИСТОК ПРИ  
ПЕРЕХОДЕ В КОМАНДЫ  
ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

**Презентация подготовлена**

## ВВЕДЕНИЕ

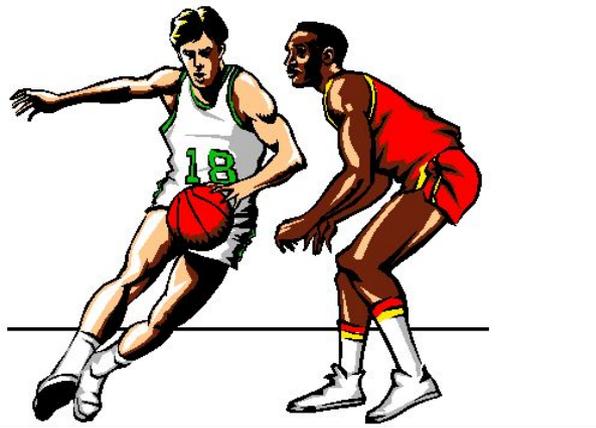
Актуальность выбранной темы. Рост спортивных достижений все в большей степени зависит от эффективности системы многолетней подготовки резерва, которую можно определить как рационально организованный процесс обучения, воспитания и тренировки детей, подростков, юношей и девушек



# Цель исследования

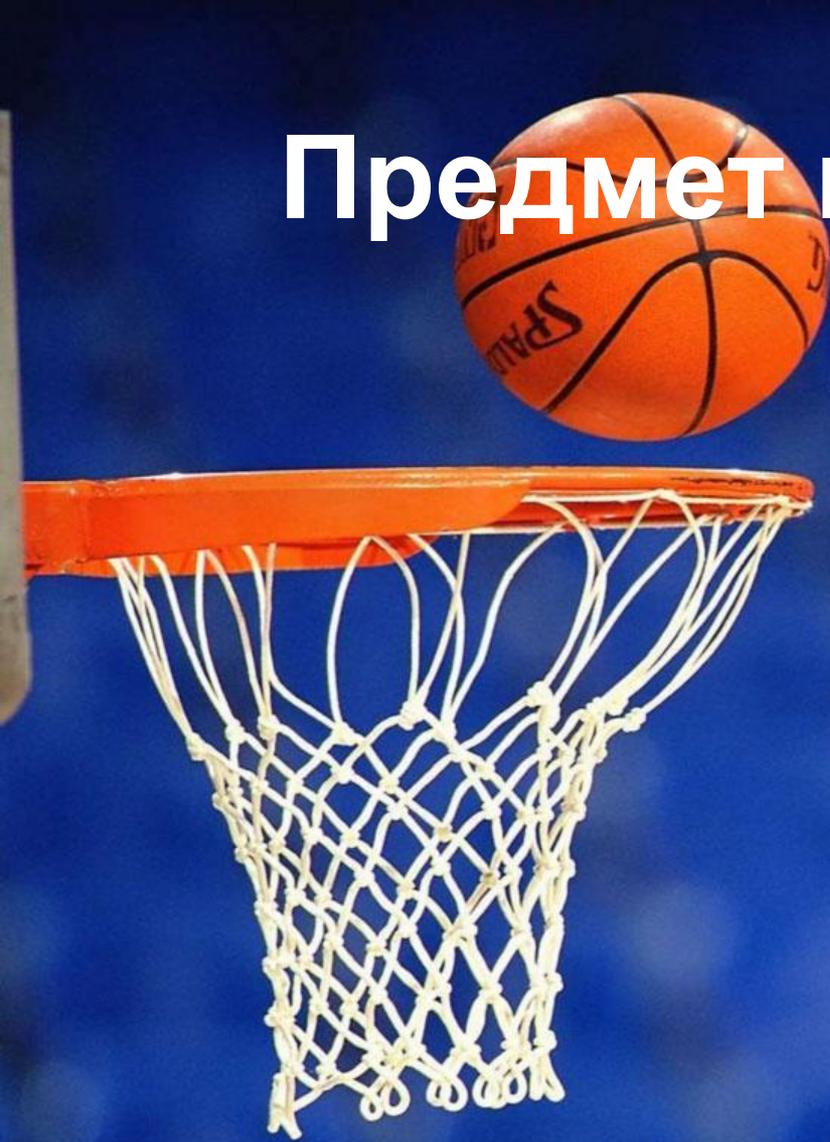
Определить методические приемы оптимизации психических состояний молодых баскетболистов в условиях соревновательной деятельности при переходе их в команды высшего класса. Методы исследования. Теоретический анализ и обобщения данных научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, сравнения, антропометрии, методы математической статистики.





# Объект исследования

Команда молодых баскетболисток

A photograph of a basketball hoop and net against a blue background. An orange basketball is suspended in the air above the hoop. The text is overlaid on the image.

# Предмет исследования

**психическое состояние,  
МОЛОДЫХ  
баскетболисток в  
зависимости от  
индивидуально-  
психологических  
особенностей.**



# Гипотеза

- Методика совершенствования технико - тактической подготовки баскетболистов 17-20 лет на основе использования интерактивных технологий будет педагогически целесообразной и продуктивной, если:
- 1. Использовать в практике учебно-тренировочного процесса баскетболистов сочетание основных средств технико-тактической подготовки и интерактивных технологий, включающих: просмотр и анализ игр ведущих команд мира, моделирование игровых ситуаций посредством игровых компьютерных программ.
- 2. Рассматривать технико-тактическую подготовку баскетболистов 17-20 лет через интеграцию показателей, характеризующих развитие специальных физических способностей баскетболистов, и состояния функциональных систем организм



### Цель исследования

Определить методические приемы оптимизации психических состояний молодых баскетболистов в условиях соревновательной деятельности при переходе их в команды высшего класса.

задачи:

1. Провести анализ отечественных и зарубежных литературных источников по исследуемой проблеме.
2. Разработать и апробировать методику повышения эффективности дальних бросков у баскетболистов различных разрядов.



Высокий и все возрастающий уровень соревновательных результатов в спортивных играх чаще всего связывают с совершенствованием системы спортивной подготовки. В настоящее время основным резервом совершенствования системы спортивной тренировки принято считать объективизацию знаний о структуре соревновательной деятельности и подготовленности с учетом общих закономерностей становления спортивного мастерства и индивидуальных возможностей спортсмена. В том числе предусматривается ориентация на индивидуальные и групповые модельные характеристики соревновательной деятельности и подготовленности, соответствующую систему подбора и планирования средств педагогического воздействия, контроля и коррекции тренировочного процесса. Это положение создает необходимые условия для рационального управления состоянием спортсмена и протекания адаптационных изменений, обеспечивающих соответствие уровня подготовленности спортсмена планируемой структуре соревновательной деятельности и заданного спортивного результата.



- Система подготовки баскетболистов – явление многофакторное, и совершенствование технико-тактической подготовки во многом определяется:
- - оптимизацией тренировочной деятельности на основе моделирования технико-тактических действий;
- - разработкой эффективных программ и методик технико-тактической подготовки;
- - наличием высокопрофессиональных тренерских кадров, имеющих глубокую теоретико-методическую подготовку и обладающих навыками организации и управления тренировочным процессом;
- - повышением эффективности самостоятельной работы по повышению технико-тактического мастерства.



- Процесс обучения технике в спортивных играх подразделяют на несколько этапов:
- - формирование знаний;
- - формирование двигательных умений;
- - формирование двигательных навыков.
- При овладении техникой какого-либо двигательного действия сначала возникает умение его выполнять, затем, по мере дальнейшего углубления и совершенствования, умение постепенно переходит в **НАВЫК**.



- Модель психологической системы в физическом воспитании и спорте базируется на системе методологических подходов и определяет синтетический путь развития индивидуальности. В настоящее время большинство ученых и практиков выступают за обогащение моделей и программ воспитательного процесса с учетом вариативности целей, содержания и способов организации тренировочной деятельности.



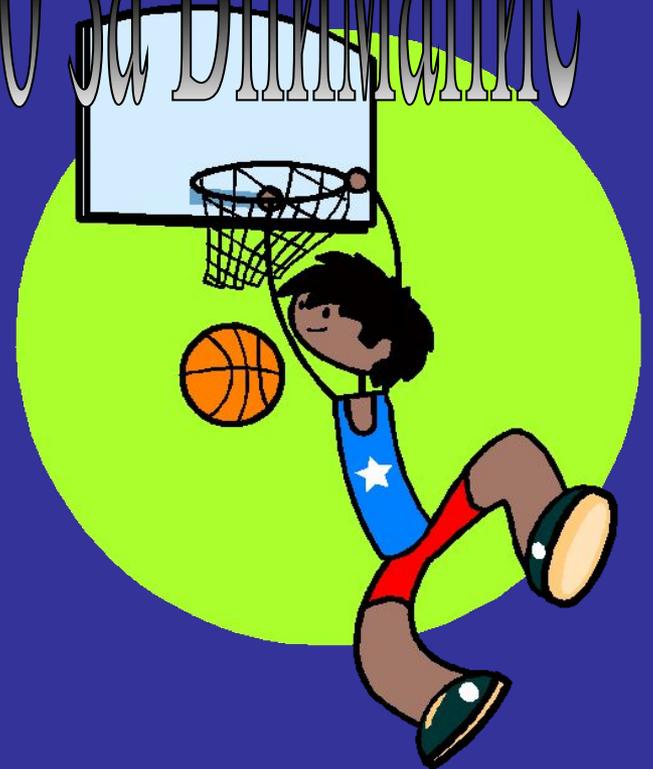
## Адаптация молодых игроков в командах высокой квалификации

Установка на игру испытуемым с подвижной нервной системой не нуждается в столь детальном планировании, им представляется возможность для относительной импровизации в предстоящем матче (безусловно, в пределах игровой дистанции и установок тренера). Особое внимание следует уделять баскетболистам с низким социометрическим статусом, которые, как правило, представляют «глубокий» запас команды, так как данные игроки испытывают значительное психическое напряжение из-за невозможности снять стресс за счет моторных действий, а также понимания своего относительно небольшого вклада в итоговый результат команды.

- 
- An orange basketball is suspended in the air above a basketball hoop. The hoop is orange and has a white net. The background is a solid blue color.
- Главными показателями эффективности педагогической системы в спорте являются: спортивный результат, состояние удовлетворённости деятельностью, высокий уровень самоуважения и сплоченности коллектива. Для описания процесса принятия оперативного решения требуется описать три составляющие: субъекта решения, модели управления и модели эффективной организации деятельности.



Спасибо за Внимание





# ИСТОЧНИКИ

- [http://sport.rin.ru/html/rools\\_5-4.html](http://sport.rin.ru/html/rools_5-4.html)
- <http://sport.rin.ru/images/rools/-1.jpg>
- <http://dic.academic.ru/dic.nsf/bse/67613/Баскетбол>
- <http://basketb.wordpress.com/>
- <http://top-desktop.ru/files/sport/800/83.jpg>
- <http://olympus.ourlife.ru/gallery/data/media/35/0783-copy.jpg>