

# Аттестационная работа

на 1 квалификационную категорию  
учителя физической культуры  
Шошина Александра Владимировича

МОУ СОШ с. Подлесово 2010 год

Методическая разработка  
раздела  
Образовательной  
программы по физической  
культуре.



Тема:

**Обучение игре в баскетбол**  
младший и средний школьный возраст

# Главная цель методической разработки

- \* Обеспечение разностороннего физического развития.
- \* Укрепление здоровья учащихся.
- \* Воспитание гармоничной, социально активной личности по средствам обучения игре в баскетбол.

## Задачи:

- Формирование устойчивой привычки к систематическим занятиям;
- Приобретение высокого уровня развития необходимых двигательных навыков;
- Обеспечение развития физических качеств;
- Овладение основами игры в баскетбол;
- Овладение знаниями, умениями и навыками, необходимыми для участия в соревнованиях.



# История баскетбола

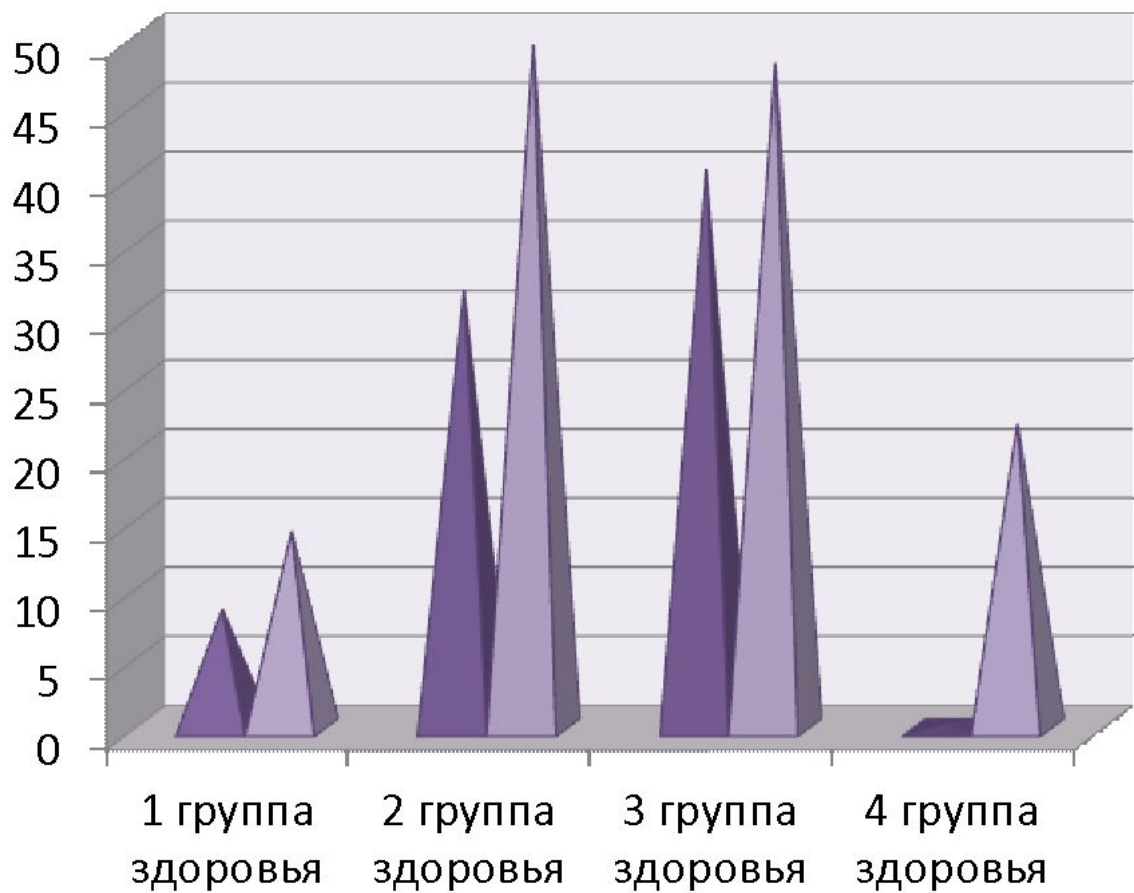
Родиной баскетбола являются Соединенные Штаты Америки;

Игра, придуманная американским преподавателем Джеймсом Ней Смитом в конце 19 века;

в 1894г. в США были изданы первые официальные правила.

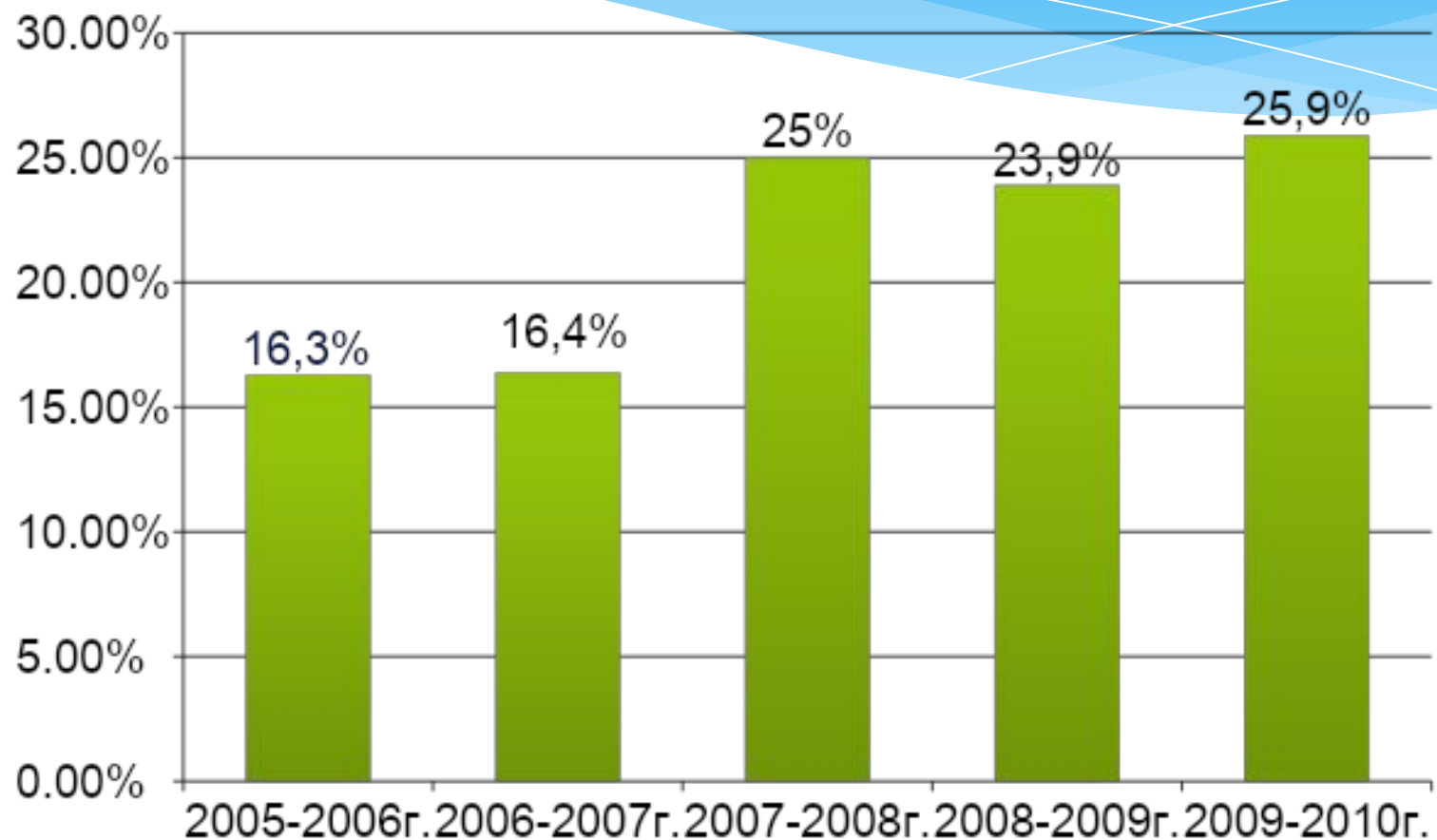
Датой зарождения баскетбола в России считается 1906г. Место рождения - Петербург, спортивное общество "Маяк".

# Показатели уровня здоровья школьников



- минимальный показатель
- максимальный показатель

# Отрицательная динамика состояния здоровья учащихся



# Последовательность обучения

- \* -техника передвижения в защитной стойке
- \* -техника остановки в два шага
- \* -техника поворотов
- \* -техника передач мяча
- \* -бросок мяча с места
- \* -бросок мяча после ведения
- \* -вырывание и выбивание мяча
- \* -индивидуальные защитные действия
- \* -нападение быстрым прорывом
- \* -перехват мяча
- \* -передачи мяча в движении
- \* -зонная защита



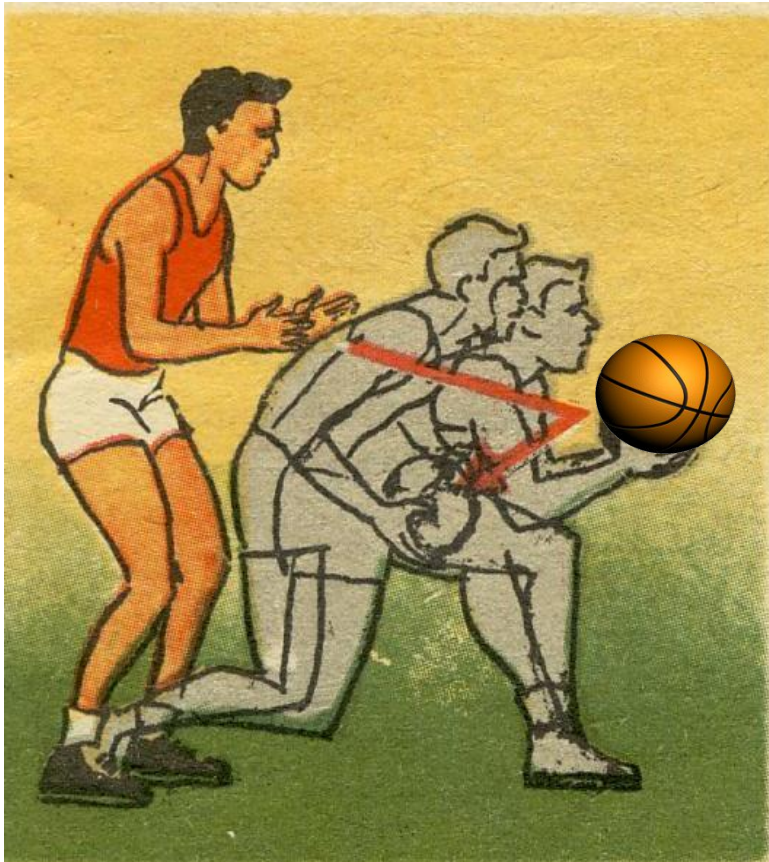
# Специфика восприятия и освоения учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся

- ❖ Методическая разработка есть внутренний образовательный стандарт, определяющий эффективность образовательной деятельности
- ❖ Содержание разработки не может сводиться только к знаниям умениям и навыкам, должно иметь развивающую направленность
- ❖ Содержание разработки разрабатывается на основе стандартов, особенностей развития учащихся
- ❖ Методическая разработка есть также инструмент управления качеством образования





# Ловля мяча



Чтобы поймать мяч  
вытяни к нему руки с  
расставленными  
пальцами и как только  
мяч коснется пальцев,  
согни руки, притягивая  
мяч к груди

# Передачи мяча

Передача от груди -самая надёжная и точная передача в баскетболе, но её можно сделать только тогда , когда между вами и вашими партнёрами нет никаких действий.

- \* Верховая передача - используется когда вы не можете передать мяч, потому что между вами и вашим партнёром находится соперник. Вы можете перебросить мяч через него.
- \* Передача с отскоком - используется при плотной опеке вас противником.



# Ведение мяча(дриблинг)



- 1.** При выполнении ведения мяча хотя бы одна нога должна сохранять контакт с полом, и использовать игрок может только одну руку.
- 2.** Ваши пальцы и кисть должны мягко двигаться вверх и вниз с мячом.
- 3.** Пальцами и кистью толкните мяч в низ , чуть впереди себя, чистым мягким движением.
- 4.** Не позволяйте мячу касаться вашей ладони, чувствуйте его пальцами и направляйте кистью.

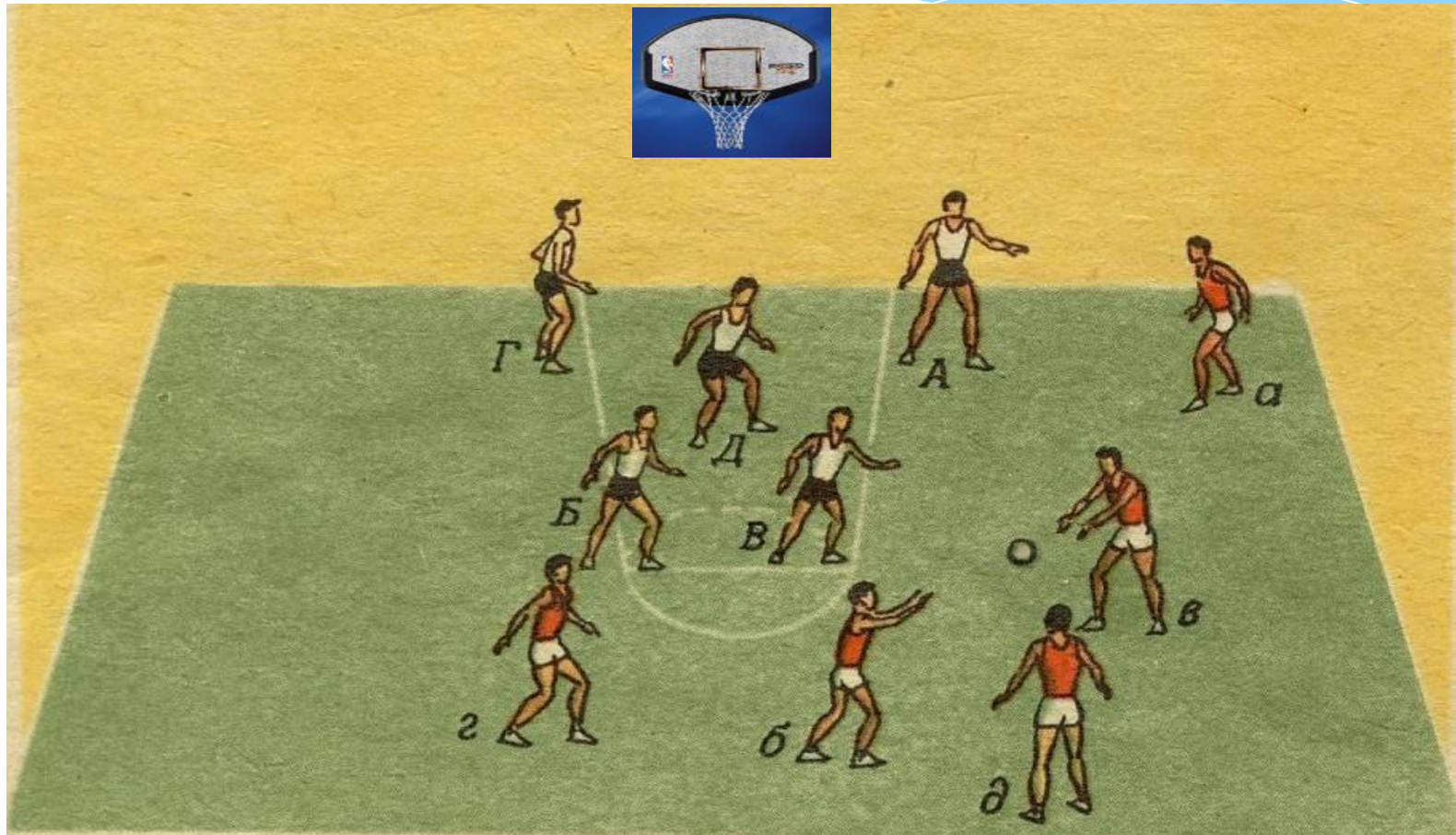
# Бросок мяча в корзину

бросок одной рукой с места



# Командные действия с МЯЧОМ

## Расстановка в зонной защите 2-1-2



# Ведение мяча



## Высокое

высокий  
отскок  
мяча от  
пола, угол  
сгибания  
ног в  
коленях -  
135-160 ).

## Среднее

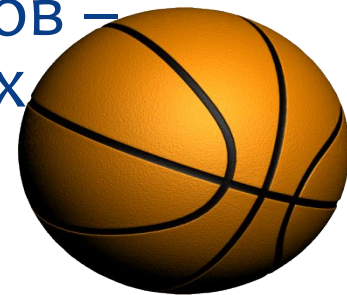
средний  
отскок  
мяча от  
пола, угол  
сгибания  
ног в  
коленях -  
140-115").

## Низкое

низкий  
отскок  
мяча от  
пола, угол  
сгибания  
ног в  
коленях -  
90-120").

# На площадке :ведение мяча

- \* **Тренируйте** ведение мяча с помощью простых упражнений, предназначенных для улучшения контроля мяча:
- \* **Реакция** в ведении мяча(2-6) игроков –это упражнение прекрасно учит главному в ведении мяча :смотри вперёд, а не на мяч.
- \* **Ведение** мяча между стойками ( 1-10) игроков – так, как в баскетбольном матче вам придётся вести мяч по прямой.
- \* **Выбивание** мяча (2-10) игроков – это упражнение учит вас защищать мяч при его ведении.
- \* **Ведение** мяча в гуще игроков (3-15 ) игроков – это упражнение полезно для развития всех приёмов ведения мяча.



# Диагностика уровня здоровья учащихся

	Безопасный уровень	средний	Ниже среднего	низкий
2005-2006гг.	55,3%	28,5%	10,6%	5,6%
2006-2007гг.	53,1%	21,6%	13,4%	2,9%
2007-2008гг.	47,4%	27,7%	22,2%	2,7%
2008-2009гг.	41,9%	34,2%	19,8%	4,1%
2009-2010гг.	40,9%	33,3%	21,4%	4,4%



# Мониторинг физической подготовленности учащихся

## 4 класса

Учеб- ный год	Баллы					Сумма баллов	Оценка
	Челноч- ный бег.	Бег 6 минут.	Прыжок в длину.	Подтяги- вание.	Гиб- кость.		
2005-20 06гг.	13	16	10	13	17	69	«4»
2006-20 07гг.	14	16	10	15	15	70	«4»
2007-20 08гг.	14	17	11	14	15	71	«4»
2008-20 09гг.	15	18	14	14	20	81	«5»
2009-20 10гг.	15	17	15	16	18	81	«5»

# Ожидаемые результаты

- \* Приобретение основ теоретических знаний.
- \* Освоение основных средств ОФП.
- \* Освоение основных приёмов игры в баскетбол.
- \* Умеют ориентироваться в действиях с партнёрами.
- \* Применяют в игровой ситуации изученные способы ведения, передач, бросков мяча.
- \* Осваивают основы коллективной игры.
- \* Ориентируются при розыгрыше стандартной ситуации.
- \* Осваивают основы судейской практики.
- \* Участвуют в соревнованиях внутри класса и школы.



# Методы организации учащихся

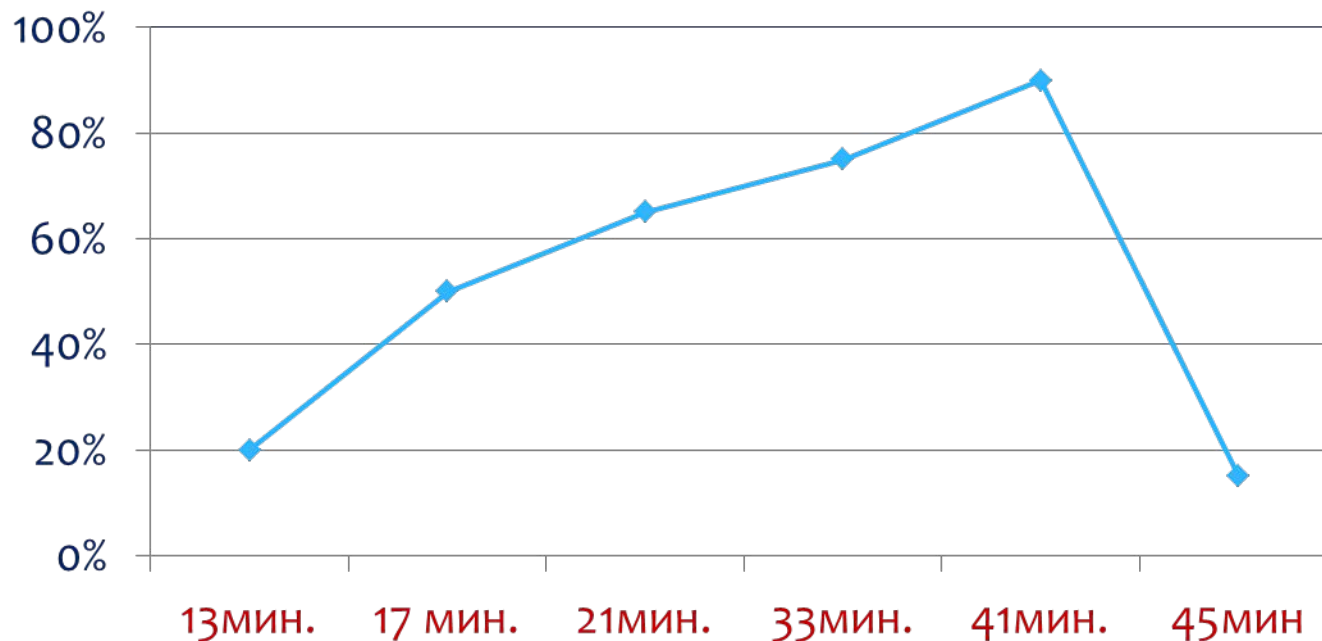
**Фронтальный метод** – применяется при проведении ходьбы, бега, ОРУ.



- \* **Поточный способ** – упражнение выполняется «потокком», через определённый интервал.
- \* **Посменный способ**-упражнение выполняется сменами, несколько человек одновременно.
- \* **Групповой метод**-ученики распределяются на несколько групп.
- \* **Индивидуальный метод**- каждый ученик под контролем учителя выполняет задание.

# Дозирование нагрузки на уроках по баскетболу

## Пульсометрия урока



# Список литературы

- \* Власов А.В. Методика преподавания учебных знаний на уроках физической культуры. Москва, 2001 г.
- \* Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетболиста. Грейд ФАИР 2002 г.
- \* Данилов В.А. Повышение эффективности игровых действий в баскетболе. Москва «Просвещение» 1996 г.
- \* Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. Москва «Академия» 2008 г.
- \* Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы. Учебное пособие. Москва 2002 г.
- \* Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Москва «Академия» 2008 г.
- \* Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов. «Олимп» 2007 г.

