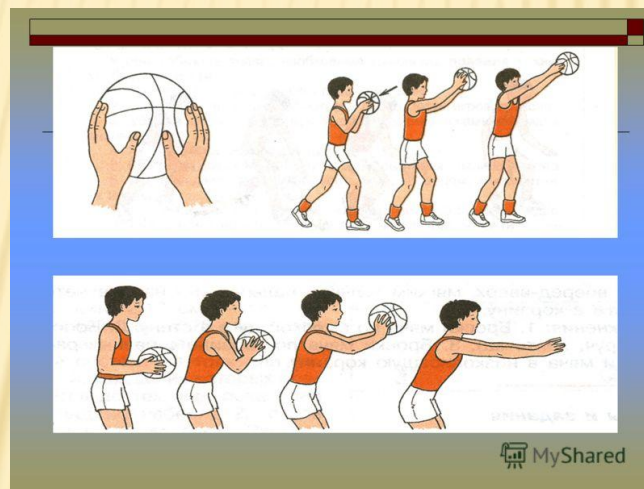


**ПРЕЗЕНТАЦИЯ К УРОКУ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7 КЛАССА**

ПЕРЕДАЧИ МЯЧА В БАСКЕТБОЛЕ



ПЕРЕДАЧИ МЯЧА

Способы передач мяча в баскетболе различны. Их делят на две большие группы:

- передачи двумя руками;
- передачи одной рукой;

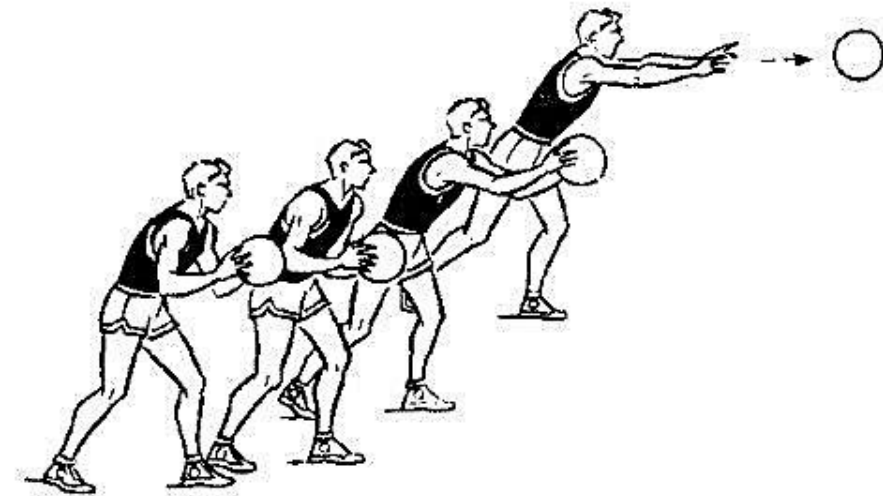


Рис. 3. Передача двумя руками от груди

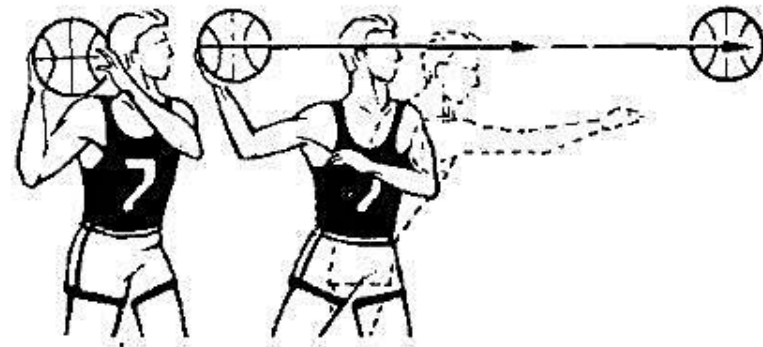


Рис. 4. Передача одной рукой от плеча

ВЫПОЛНЕНИЕ ПЕРЕДАЧ

Выполняют такие передачи с отскоком мяча от площадки, без отскока, на месте, в движении, в прыжке игроку,двигающемся сбоку, сзади, спереди, с низкой и высокой траекторией полета. Здесь очень важна точность и своевременность передач. Решающее значение в технике передач имеет быстрота и активная работа кистей рук.

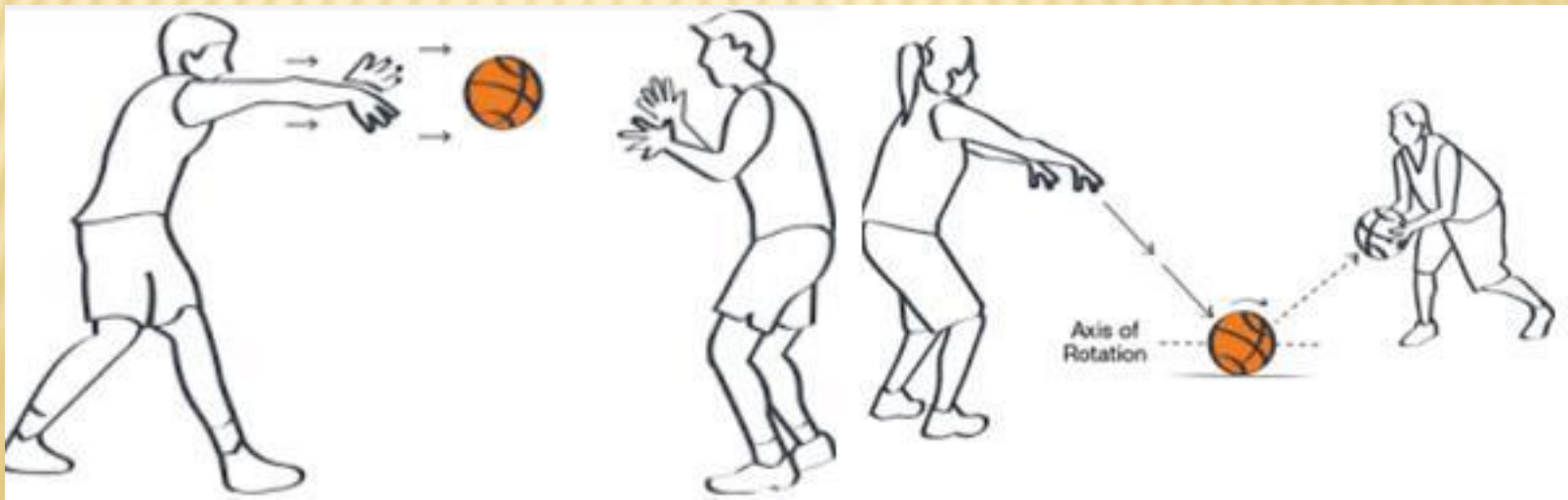
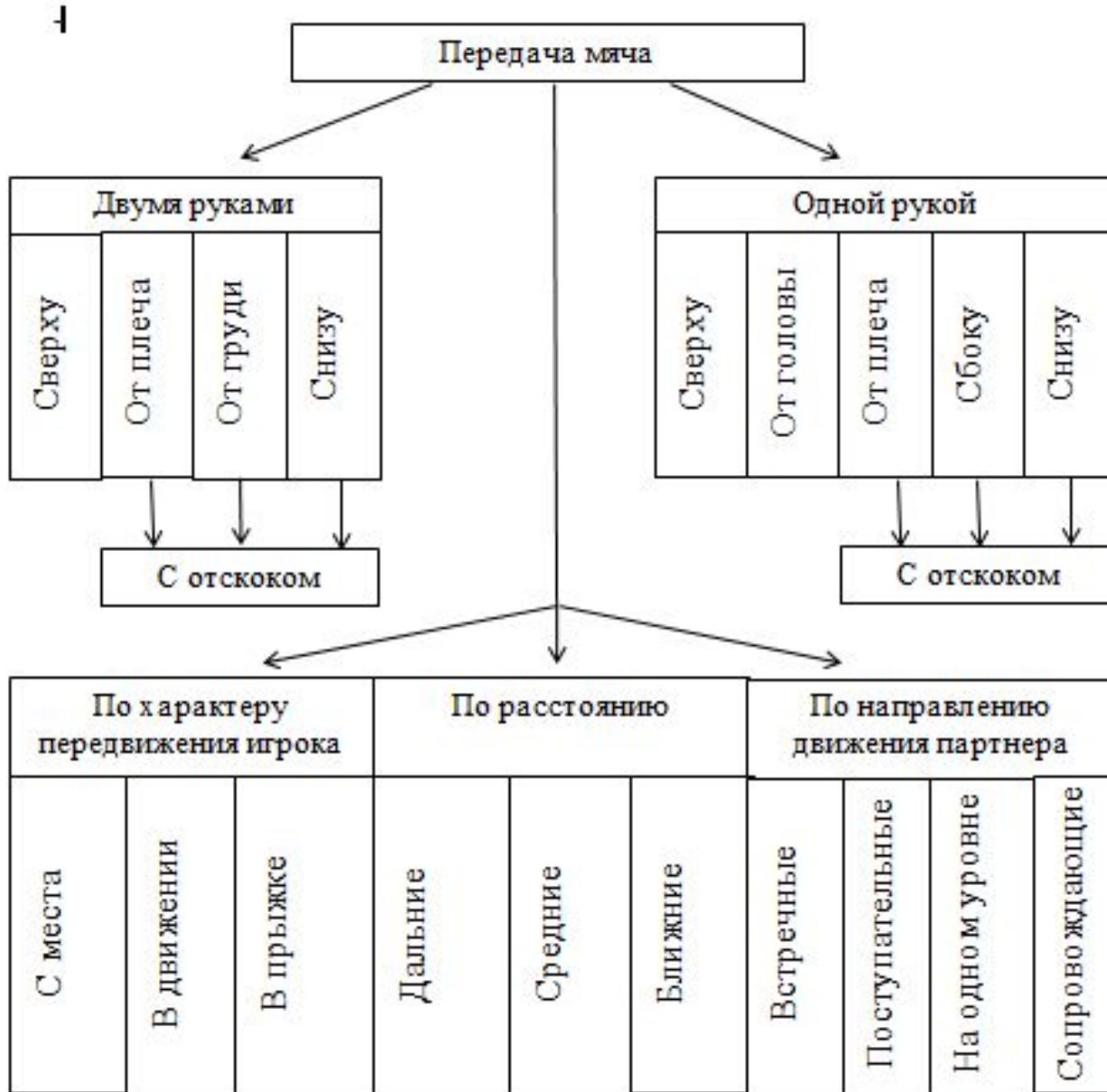


СХЕМА ПЕРЕДАЧ МЯЧА



ПЕРЕДАЧИ МЯЧА ДВУМЯ РУКАМИ ВЫПОЛНЯЮТ ОТ ГРУДИ, СВЕРХУ И СНИЗУ.

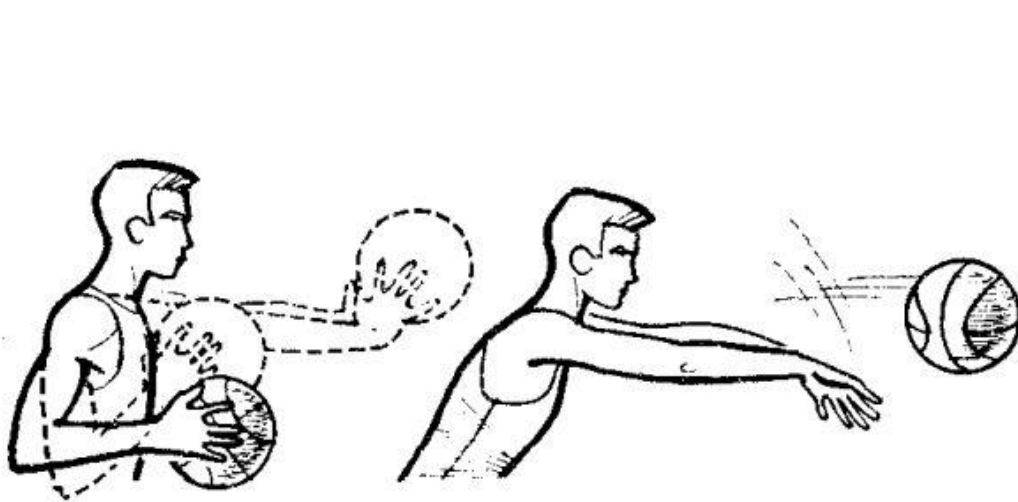


Рис. 7.
Передача двумя руками от груди

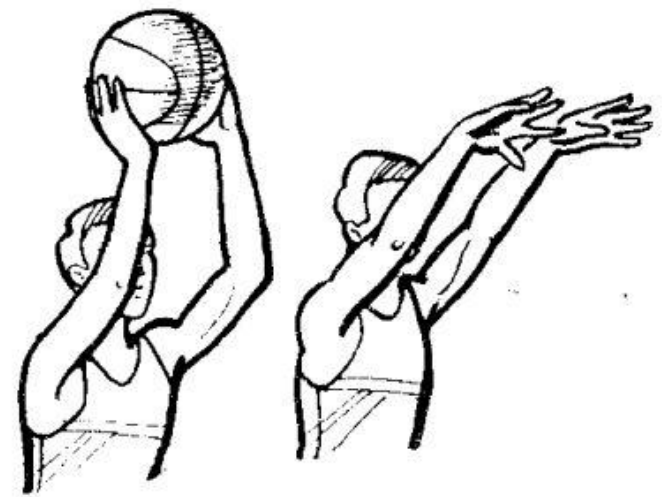


Рис. 8.
Передача двумя руками
сверху

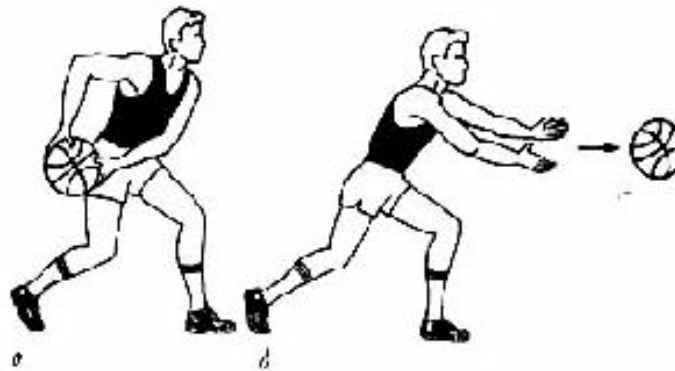


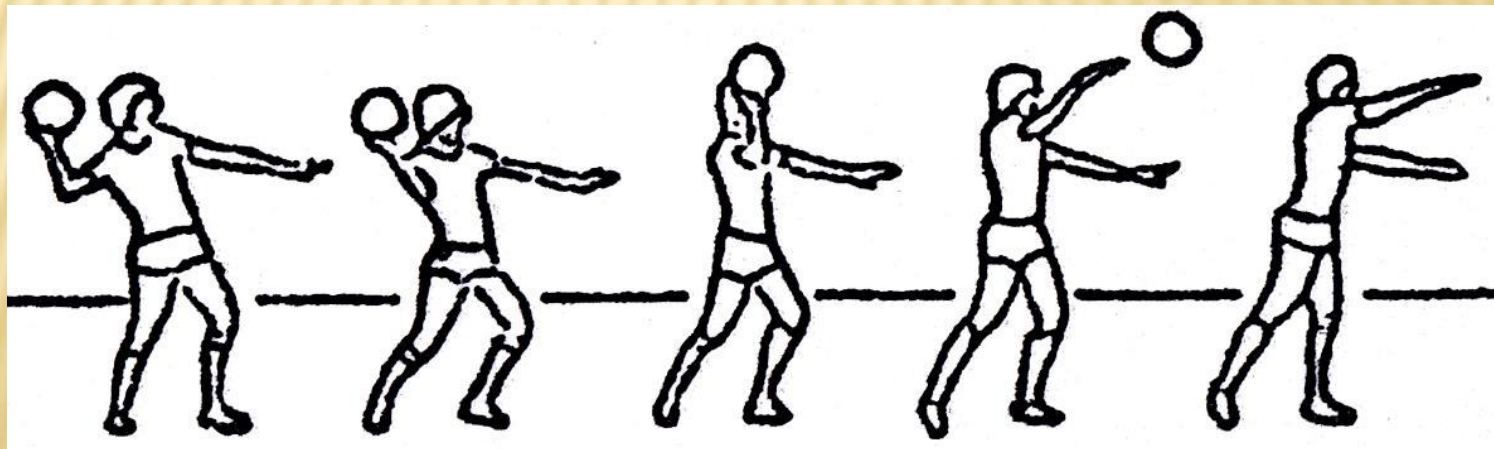
Рис. 8.11. Передача двумя руками снизу

ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ ПЕРЕДАЧИ ОТ ГРУДИ



ПЕРЕДАЧИ МЯЧА ОДНОЙ РУКОЙ

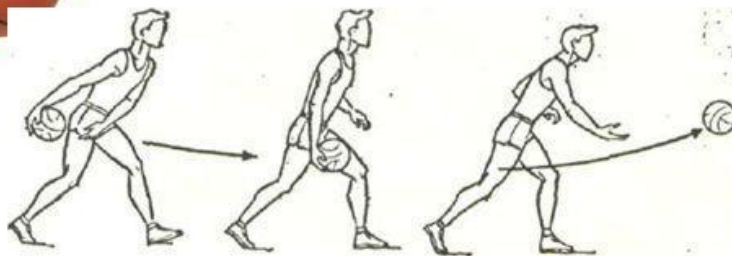
Передача мяча одной рукой от плеча - наиболее распространенный способ передачи мяча на близкое расстояние. Здесь минимальное время замаха и хороший контроль за мячом. Дополнительное движение кисти в момент вылета мяча позволяет игроку изменять направление и траекторию полета мяча в большом диапазоне.



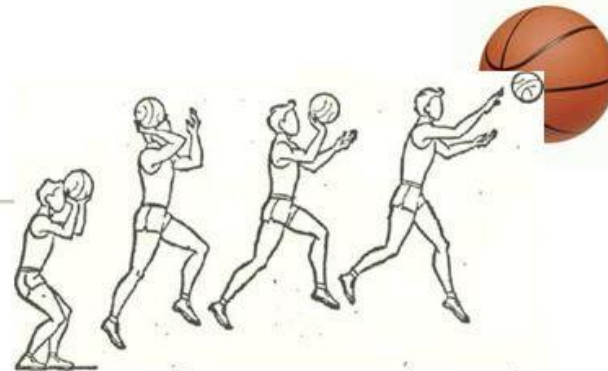
ПЕРЕДАЧИ МЯЧА ОДНОЙ РУКОЙ



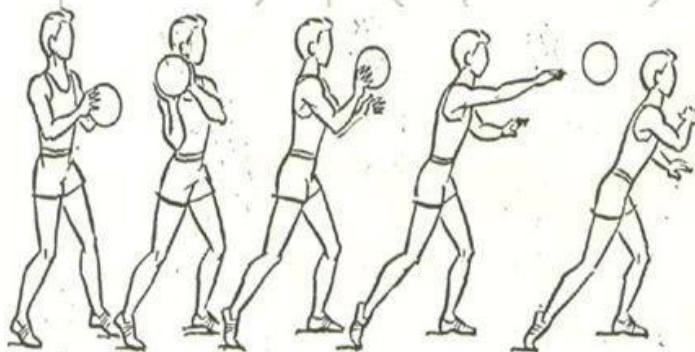
КИНОГРАМЫ ПЕРЕДАЧ:



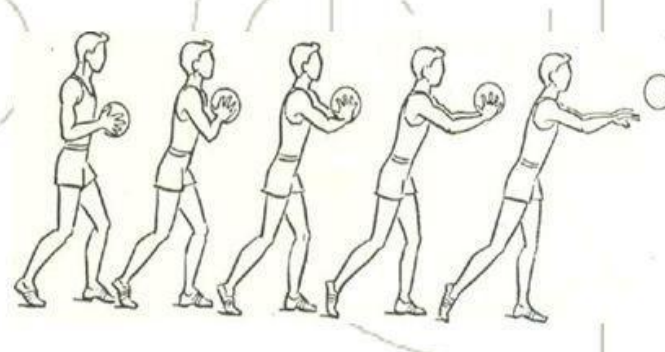
Передача мяча одной рукой снизу



Передача мяча одной рукой от плеча в прыжке



Передача мяча одной рукой от плеча



Передача мяча двумя руками от груди



СКРЫТЫЕ ПЕРЕДАЧИ В БАСКЕТБОЛЕ

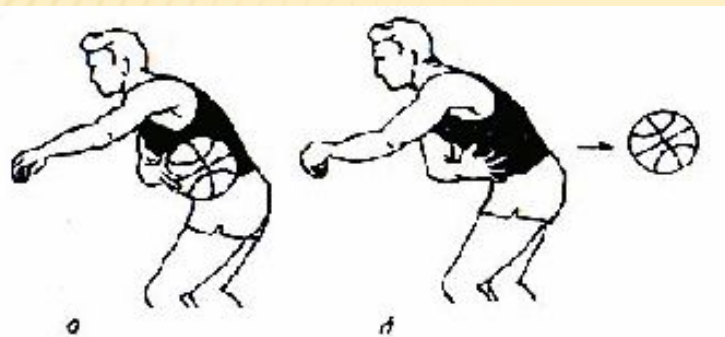


Рис. 8.15. Передача одной рукой назад из-за руки

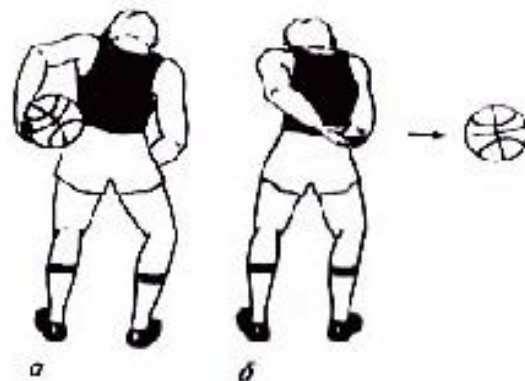


Рис. 8.13. Передача одной рукой из-за спины

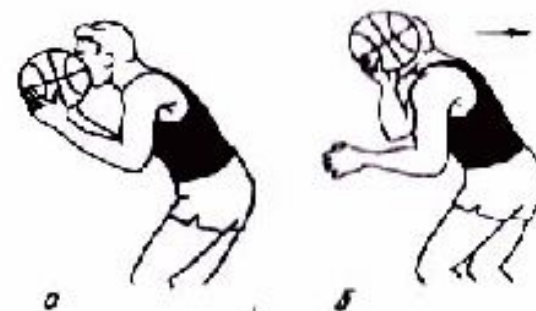
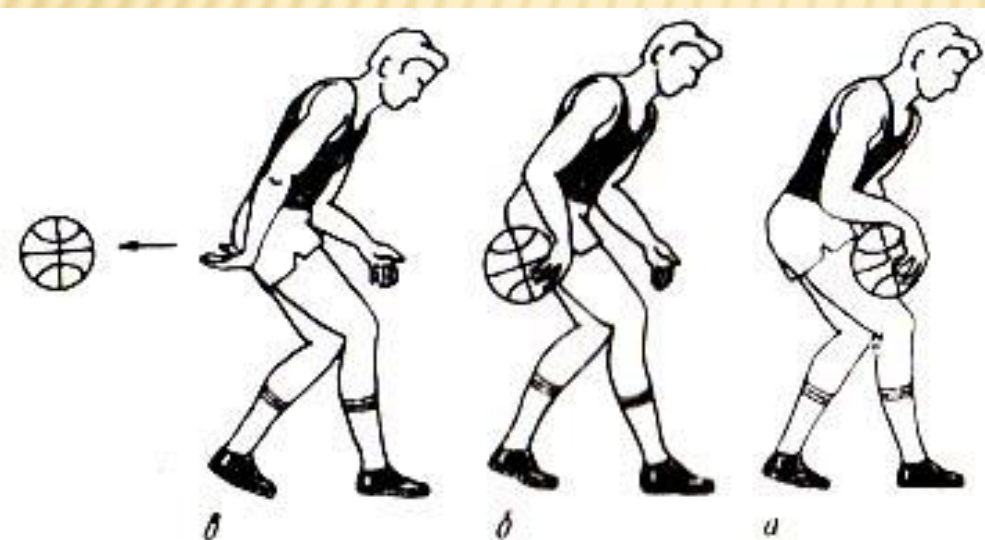
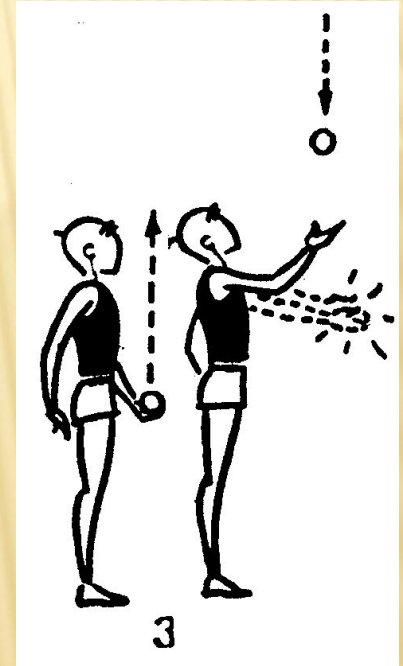


Рис. 8.14. Передача одной рукой над плечом

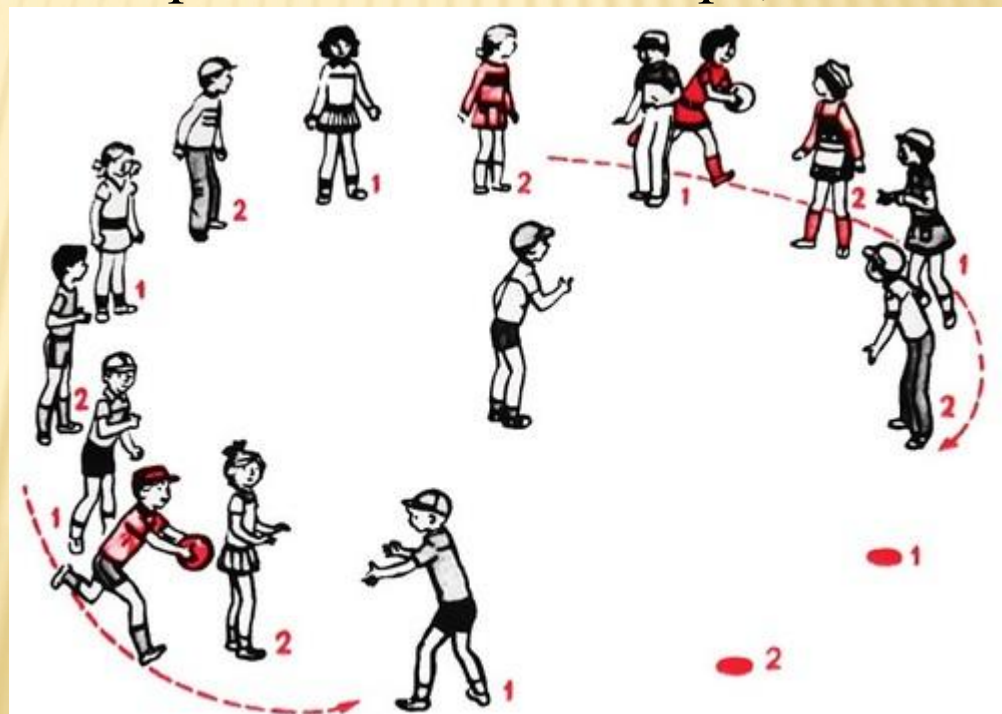
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ЛОВЛИ И ПЕРЕДАЧИ МЯЧА

- Подбросить мяч вверх, сделать хлопок перед грудью (за спиной, перед грудью и за спиной, отжаться, присесть, повернуться на 360°) и поймать мяч.
- Держать мяч над головой, отпустить его за спину, повернуться и поймать.
- Стойка ноги врозь, мяч за спиной; с отскоком от пола перевести мяч под ногами вперёд.
- Передача двух мячей на месте и в движении в парах.
- Передача мяча в положении лёжа на спине одного из партнёров.



ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ОТРАБОТКИ ЛОВЛИ И ПЕРЕДАЧИ МЯЧА

- Подвижная игра «Гонка мячей по кругу» (игроки располагаются по кругу, предварительно рассчитавшись на «первый-второй», мячи у капитанов «первых» и «вторых»; по сигналу мячи передают игрокам своего номера, пока они не попадут капитану).



ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ОТРАБОТКИ ЛОВЛИ И ПЕРЕДАЧИ МЯЧА

- Подвижная игра «Штандер» (водящий подбрасывает мяч вверх, называет любое из имён игроков (в это время игроки разбегаются), кричит: «Стоп!». Тот, чьё имя назвали, должен поймать мяч и, не сходя с места, попытаться попасть мячом в ближнего игрока).



ХАРАКТЕРНЫЕ ОШИБКИ ПРИ ПЕРЕДАЧИ МЯЧА

- ❑ Несвоевременный выход на мяч.
- ❑ Остановка перед ловлей мяча или замедление скорости движения в момент встречи с мячом.
- ❑ Отсутствие удлиненного шага при ловле мяча.
При ловле мяча:
 - ❑ встреча мяча согнутыми руками у туловища или наблюдается попытка обхвата мяча ладонями;
 - ❑ излишне закрепощены верхние конечности;
 - ❑ отсутствует уступающее движение после обхвата мяча пальцами.
 - ❑ сильно подняты плечи в момент замаха при передаче двумя руками от груди, нерациональное расположение рук при передаче одной рукой, закрепощенные кисти.
 - ❑ скованность («зажатость») при обработке мяча и выполнении передачи.

ХАРАКТЕРНЫЕ ОШИБКИ ПРИ ПЕРЕДАЧИ МЯЧА

- ❑ Выпуск мяча полусогнутыми руками (рукой) без скатывания его с кончиков пальцев и без сопровождающего движения кистями: мяч летит «вяло», без обратного вращения, не доходит до партнера.
- ❑ Слишком резкое выпрямление рук без учета дистанции до партнера или мячу придается поступательное вращение: мяч летит с запредельной скоростью и вращается в сторону партнера — неудобен для обработки.
- ❑ Постановка ног с носка: неустойчивое положение игрока, затрудняющее внесение коррективов в дальнейшие действия в случае неожиданной смены игровой ситуации (например, в условиях активного противодействия защитника требуется выполнить остановку с ловлей мяча, а не запланированную передачу в движении) — большая вероятность совершения технической ошибки.
- ❑ Опущенное положение головы или глаз — потеря зрительного контроля над мячом при его ловле или за партнером при передаче.

**БАСКЕТБОЛ – ЭТО НЕ ПРОСТО ИГРА. Э
ТО ЦЕЛЫЙ МИР, СПРЯТАННЫЙ ПОД
БАСКЕТБОЛЬНОЙ ПЛОЩАДКОЙ**

