

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №3» г. Белгорода

**«Формирование навыков взаимодействия при обучении  
техническим приёмам игры баскетбол на уроках физической  
культуры в соответствии с требованиями ФГОС».**

**Мотков Сергей Александрович,**  
учитель физической культуры  
муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Гимназия № 3» города Белгорода

г. Белгород  
2020 г.

## Содержание.

Раздел I. Информация об опыте.....	3
Раздел II. Технология опыта.....	15
Раздел III. Результативность опыта.....	28
Библиографический список.....	33
Приложения:	
Приложение №1. Описание технических приемов игры.....	36
Приложение №2. Игровые ситуации (в помощь учителям).....	104
Приложение №3. Правила игры и проведение соревнований.....	121
Приложение №4. Рабочая программа по внеурочному курсу 5-6 класс.....	153
Приложение №5. Уроки по параллелям 7-8 класс. 9-11 классы.....	176
Приложение №6. Рабочая программа 5-6 класс .....	179

## **Раздел 1. Информация об опыте Условия возникновения и становления опыта.**

Технология опыта учителя складывалась на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Гимназия №3» города Белгорода. Данное образовательное учреждение расположено в центре города, имеет хорошую репутацию и обладает достаточной материальной базой в области физической культуры. В нее входят: футбольное поле, беговые дорожки, прыжковые ямы, баскетбольная площадка, силовой городок. В здании гимназии есть спортивный зал, тренажерный зал, стрелковый тир и малый зал.

В школе обучается 1357 детей. Средний ученик данного общеобразовательного учреждения из полной, со средним достатком семьи, проживающей в отдельной квартире и имеющей 1-2 ребенка. Сложность ученического коллектива определяется различным уровнем мотивации, порой пассивной позицией в отношении учебной самостоятельной деятельности.

**Причина обращения:** Мне бы хотелось остановиться на таком командном виде спорта, как баскетбол, которым я занимаюсь всю свою сознательную жизнь. Баскетбол — любимый вид спорта огромного количества людей и нет такого уголка на планете, где бы не играли в баскетбол. Он привлекает своей зрелищностью, динамичностью, эмоциональностью и как нельзя лучше способствует всестороннему физическому развитию личности.

В последние годы значительно повысился интерес к баскетболу. Такая популярность объясняется, прежде всего, большой эмоциональностью игры, использованием элементов баскетбола в программе школ, средних специальных и высших учебных заведений по физическому воспитанию, значительным количеством отделений ДЮСШ, СДЮШОР, а так же профессиональных клубов, участвующих в первенствах страны и различных международных соревнований. Высокие результаты, показанные баскетболистами нашей страны на Олимпийских играх, (Алексей Швед-3 место Лондон 2012г.), чемпионатах Европы, представительство спортсменов в ряде клубов НБА (Воспитанник Белгородского баскетбола - Алексей Швед), позволяет заключить о возрастающей роли данного вида спорта. Однако довольно часто делаются неправильные выводы о том, что баскетбол является простой и доступной игрой. Про баскетбол можно говорить бесконечно много и только восторженно, и лучше, чем известный

баскетбольный комментатор В.А. Гомельский, не скажешь: «**Любите баскетбол, играйте в баскетбол. Это лучший вид спорта.**»

### **Характеристика баскетбола, как средства физического воспитания.**

**Баскетбол** - одна из самых популярных игр в нашей стране. Для нее характерны разнообразные движения; ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию. Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое значение, но и агитационно-воспитательное. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма. Баскетбол, как средство физического воспитания, нашел широкое применение в различных звеньях физкультурного движения. В системе народного образования баскетбол включен в программы физического дошкольников, общего среднего, среднего, профессионально-технического, среднего специального и высшего образования. Баскетбол является увлекательной атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания. Не случайно он очень популярен среди школьников.

**Баскетбол**, как важное средство физического воспитания и оздоровления детей, включен в общеобразовательные программы средних школ, школ с политехническим и производственным обучением, детских спортивных школ, городских отделов народного образования и отделения при спортивных добровольных обществах. Закрепление достигнутых результатов и дальнейшее повышение уровня спортивного мастерства тесно переплетаются с массовой оздоровительной работой и квалифицированной подготовкой резервов из наиболее талантливых юношей и девушек.

Многолетнее обучение детей требует учета особенностей их возрастного развития, и в связи с этим, тщательного набора средств и методов учебной работы. В настоящее время имеется много пособий, подробно освещающих современную технику баскетбола. В них изложены общие вопросы организации педагогической работы, а также приведены конкретные практические материалы, которые необходимо усваивать в определенном возрасте.

**Одна из важнейших задач общеобразовательной школы** - воспитание у детей потребности в повседневных занятиях физическими упражнениями.

Решение этой задачи требует от учителя физической культуры настойчивости, творчества, много умений и знаний. **И прежде всего, надо уметь строить не только свою деятельность, но и деятельность учеников на уроке.** Причем так, чтобы она имела свое соответствующее продолжение в форме самостоятельных занятий в домашних условиях с целью физического самосовершенствования. А для этого, в первую очередь, надо знать реальные возможности своих воспитанников. Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений школьников, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в баскетбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и рекреации и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни в самостоятельных формах занятий физической культуры.

**Актуальность опыта.** В физическом воспитании учащихся спортивные игры играют важную роль. Они способствуют формированию не только необходимых умений и навыков, воспитанию физических качеств, но и как любое противоборство способствуют развитию навыков взаимодействия. Однако спортивные игры обладают достаточными возможностями в развитии мышления, способности строить игру, анализируя происходящее. От этого игровое взаимодействие для учащихся, особенно для подростков становится более привлекательным и интересным. Учитывая задачи современного физического воспитания в формировании ценностного отношения к занятию физическими упражнениями развитие тактического мышления учащихся в ходе игры ведет к положительному результату и соответственно способствует заинтересованности к происходящему. Баскетбол является динамической игрой, происходящей в постоянно изменяющихся условиях. **Эффективность игры** зависит не только от уровня владения приемами игры, но и от развития тактического мышления. Однако успех игры складывается от того, как игроки реализуют свои знания и умения в ходе соперничества за мяч. Здесь важно не только применять сыгранные тактические комбинации, но и умение мыслить более широко в постоянно изменяющихся условиях. Обучение спортивной игре предполагает не только овладение всей совокупностью технических действий, но и возможностью их применять и применять результативно, т.е. владеть приемами тактического взаимодействия на площадке. Это способствует формированию интереса у школьников к игре в баскетбол, основанном на

понимании и умении реализовывать освоенные технические навыки в ходе игры. В связи с изменением побудительных мотивов со стороны учебно-познавательной деятельности школьников среднего возраста, на период которых приходится обучение игре в баскетбол, по формированию и развитию навыков взаимодействия возрастает роль и значимость целенаправленного формирования умения действовать в команде. С точки зрения практики **проблема представляется** актуальной вследствие **недостаточной разработанности методик формирования игрового взаимодействия**. Уметь играть «по-взрослому» выступает важным мотивом в освоении и совершенствовании навыков игры в баскетбол, формирует интерес к игре, основанной на перспективе успеха, выполнении красивых и эффективных игровых приемов. Именно их применение позволяет школьнику совместно с членами команды наиболее остро и опасно ставить перед соперниками сложные задачи, сопровождаемые хитрыми, обманными и тонкими индивидуальными действиями, вызывающими бурные положительные эмоции и кураж. Но при этом, достижение такого уровня игры требует подбора средств и методов, которые эффективно способствовали формированию навыков взаимодействия у школьников в рамках школьного урока и внеурочной деятельности. Однако данный вопрос достаточно представлен в спортивной подготовке профессиональных баскетболистов, тогда как в школе учебные игры выглядят как игра совершенно разных людей, не имеющих не малейшего представления об их роли в ходе решения игровых задач. К сожалению, на уроках физической культуры достаточно сложно отдельно выстраивать процесс формирования навыков взаимодействия и, как правило, этот процесс происходит в ходе игры. И дети, не владея, в достаточной степени техническими приемами игры, тактическими комбинациями, теряются на площадке. Однако привлекательность уроков по баскетболу возрастет, если в процессе обучения **обратить внимание** на развитие навыков взаимодействия у школьников. Таким образом, **актуальность нашего исследования определена** необходимостью повышения интереса к занятиям по физической культуре в частности к обучению игре в баскетбол на основании развития у учащихся навыков взаимодействия в командной игре.

**Целью исследования является** разработка комплекса педагогических средств, предназначенных для формирования навыков игрового взаимодействия школьников на уроках физической культуры при обучении игре в баскетбол.

**Объект исследования** – обучение игре в баскетбол на уроках физической культуры.

**Предмет исследования** – процесс формирования навыков взаимодействия при обучении детей школьного возраста игре в баскетбол на уроке физической культуры.

**Гипотеза исследования** заключается в том, что формированию навыков взаимодействия способствует реализация комплекса упражнений, раскрывающих игровую природу действий баскетболистов на площадке.

**Задачи исследования:**

1. Выявить особенности игрового взаимодействия в баскетболе как виде спорта.
2. Определить комплекс педагогических средств по формированию навыков взаимодействия у школьников на уроке в ходе обучения игре в баскетбол.

**Ведущая педагогическая идея опыта.**

Ведущая педагогическая идея опыта заключается в том, что спортивная игра баскетбол может применяться в различных частях учебной программы по предмету «Физическая культура» на основе рационального сочетания модулей учебной программы (как в разминке перед основной частью урока при изучении разделов программы, так и в заключительной части), что позволит повысить эффективное развитие физических качеств учащихся и интерес к самому уроку. Часто бывает, что перед уроком подходят учащиеся и спрашивают: Что будем делать на уроке? Если гимнастика или легкая атлетика, то в глазах видишь не желание идти на урок, а добавить игру, и дети бегут на урок.

**Длительность работы над опытом.**

**Методы исследования:** анализ теоретических источников по проблеме исследования. Исследование выполнялось в несколько этапов.

**Первый этап.** На первом этапе исследования (сентябрь-май 2018-19уч.г.) проведен теоретический анализ научной и методической литературы, сформулированы цели, задачи и методы исследования. Изучена разработанность вопросов обучения игре в баскетбол на уроке физической культуры, определены задачи исследования и другие исходные параметры.

**Второй этап.** На втором этапе (октябрь-декабрь 2019г.) осуществлялось накопление и обобщение теоретических материалов по

вопросам средств и методов обучения игре в баскетбол на уроках физической культуры, направленных на формирование навыков взаимодействия.

**Заключительный этап.** На третьем этапе (январь-май 2020 г.) на основе проведенного анализа механизма формирования навыков взаимодействия в игре в баскетбол и условий его реализации на уроках физической культуры делались выводы и разрабатывались методические рекомендации. Завершалось графическое оформление работы.

**Диапазон опыта** достаточно широк. Данный подход применим на уроках физической культуры в 5-11 классах, а также в системе внеурочных занятий.

#### **Теоретическая база опыта.**

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься полезным трудом.

В соответствии с Концепцией преподавания учебного предмета «Физическая культура», перед школьными учителями открылись возможности для творчества в решении проблем физического воспитания, целью которого является содействие всестороннему и гармоничному развитию личности. Ее слагаемые – крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знаний, умений и навыков в области физической культуры, а также мотивы осуществления физкультурно-оздоровительной деятельности. С возрастом в школьном классе и меняется характер взаимоотношений и взаимодействий между детьми. Это определяется возрастными особенностями школьников. Развитие навыков взаимодействия опирается на особенности проявлений межличностных взаимоотношений у школьников, их коммуникативность. Эти факторы обусловлены психологическими особенностями развития детей. В игровой деятельности подростков на первый план выступает смекалка, ориентировка, смелость. Подросток проявляет повышенные требования к точному соблюдению правил игры и к качеству игровой деятельности он хочет не просто играть, а овладевать «мастерством» игры, т.е. вырабатывать в игре необходимые для неё навыки, развивать определенные личные качества. Игры подростков по сравнению с играми младших школьников носят более устойчивый характер. Подростки организуются нередко в более или менее постоянные игровые коллективы с распределением ролей, с установлением некоторых традиций, с тенденцией бороться за честь этого коллектива. В связи с этим становится более устойчивым и соревнование в игре.



Соревнования длятся иногда в течение продолжительного времени. Индивидуальные интересы к различным играм у подростков приобретают определенную устойчивость. В этом возрасте выделяются любители подвижных или спортивных игр. И.М. Сеченов доказал, что игровые переживания оставляют глубокий след в сознании ребенка. Таким образом, навыки взаимодействия у школьников развиваются по мере их взросления, расширения контактов, совершенствования мотивов поведения. В игровой деятельности возрастные особенности развития личности школьников отражаются в характере поведения и отношения школьников к друг другу и порой эти формы общения могут служить низкого уровня взаимодействия детей как игроков на площадке. При организации обучения в школе важно учитывать тесные взаимосвязи между членами группы, которые позволяют более грамотно планировать содержание учебного процесса. Если учитывать эти особенности при обучении взаимодействию детей в процессе обучения игре баскетбол на уроках необходимо учесть неформальный характер образующихся команд для отработки навыков игры, а также характер взаимодействия в самом классе, поскольку его определяют как формальные, так и неформальные отношений.

### **Рекомендации, используемые учителем при обучении игре на уроках и неурочной деятельности.**

Обучение основам игры в баскетбол является делом большой важности. Упражнения должны быть быстрыми и интересными, чтобы учащиеся с удовольствием ожидали и живостью принимали в них участие. Упражнения, которые внешне выглядят эффектно, но не имеют соревновательной цели, должны быть исключены из занятий. Каждое упражнение должно предназначаться для **применения** в игре.

**Деление игроков** на группы обеспечит эффективность обучения, так как не все ученики одинаково владеют определёнными навыками. Там, где происходит равная борьба у детей больше стимулов попытаться добиться превосходства. Кроме того, часто случается, что ребенок, который недостаточно быстр или недостаточно хорошо владеет передачей мяча, срывает выполнение упражнения, в котором участвуют более подготовленные ученики. Это обстоятельство нередко является причиной потери интереса у всех занимающихся. Правильное деление учащихся на группы во многом разрешает эти трудности. Ни при каких обстоятельствах нельзя разрешать занимающимся выполнять упражнения спустя рукава,

избегать их или заниматься во время выполнения упражнений болтовнёй. Упражнения являются единственным средством освоить элементы игры, или повторять их до тех пор, пока не образуется желаемый навык. Успех большинства учителей зависит от их способности или умения правильно и последовательно при поднести учебный материал. Только через сосредоточенную терпеливую работу «над школой» можно добиться больших успехов в спорте. **Достижение цели** упражнения зависит от энтузиазма, с которым учащийся выполняет его. **Добиваться** от ученика повторений правильного выполнения движений до тех пор, пока не будет сформирован навык, после чего возвращаться к выполнению этого упражнения по мере необходимости, поддерживая усвоенный навык. (Этот принцип должен соблюдаться обязательно при составлении программы баскетбол, и на этом и построен автором данный опыт). Необходимо добиваться правильного воспроизведения всех движений от каждого ученика. (Если на уроке плохо освоена какой – не будь элемент, то обязательно к нему нужно вернуться на следующем, или повторить на внеурочном занятии). Учитель должен замечать и мелкие погрешности при выполнении игровых приёмов. **Нужно помнить**, что неправильный навык закрепляется точно так же, как и правильный. Из опыта известно, что **переучиваться** гораздо труднее, чем сразу учить правильно. В конце занятия с большой нагрузкой, учителям следует вводить упражнения, от которых ученики получают наибольшее удовольствие. Этот приём поможет детям уйти с урока в отличном настроении и с нетерпением ожидать следующего занятия. Нужно подчеркнуть, что именно на «школе» базируется основной навык в баскетболе и никак иначе быть не может. Ведь то, как поставлена рука у ученика, как отработано ведение, как ученик умеет держать стойку, как совершает повороты – всё это на первый взгляд элементарно, но в действительности имеет огромное значение.

**Результаты нашего опыта показали**, что целенаправленный подбор упражнений и правильное их сочетания способствует хорошему усвоению учебного материала по программе баскетбола, а подвижные игры с уклоном на совершенствование технических элементов хорошо применять в различных частях урока с гимнастической, легкоатлетической, силовой, кроссовой, лыжной направленностью не только обновляет методические подходы и способствует повышению интереса школьников к занятиям физической культурой, но и содействует повышению уровня физической подготовленности занимающихся, развитию их двигательных способностей.

**Автор остановил свой выбор** по следующему направлению: Последовательность обучения технических приемов в баскетболе по школьной программе 5-6 классов (полное описание технических приемов игры для данной параллели и упражнения смотрите в приложении №1)

1. Ведение мяча
2. Бросок с места (нет броска двумя руками)
3. Передачи мяча на месте и ловля мяча
4. Бросок мяча в движении
  - а) с двух шагов (3 этапа обучения)
  - б) после остановки движения
5. Контроль мяча на месте после остановки
  - а) прыжком
  - б) двумя шагами
6. Передачи в движении с атакой на кольцо
7. Открывание
8. Накрывание мяча (блок-шот)
9. Выбивание и вырывание мяча
10. Переводы мяча + личная защита
11. Штрафной бросок

#### **Тема: Основные правила игры**

1. Начало игры – спорный бросок
2. Спортивный бросок – стрелка
3. Замена (жест, игрок садится на стул и т.д.)
4. Фолы – технический, неспортивный, дисквалифицирующий, командные
5. Сбрасывание (лицевая, боковая, 5 сек. 1 метр)
6. Тайм – аут (жест, послед. 2 мин. целую 1 мин. и т.д.)
7. Штрафной бросок (расстановка, выход, сбрасывание)
8. Зона (нестандартные ситуации)

9. 24 сек. (тыловая зона, фол, выход мяча и т.д.)
10. 14 сек.
11. 3 секунды (мяч вперед зоне, тыловой)
12. Начало каждого периода
13. 8 секунд
14. Плотноеопаемый игрок
15. Драка (процедуры)
16. Игра ногой
17. Пробежка – падения, вставания, переворот.

**Правила игры** способствуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, выдержки, умения взять себя в руки после сильного возбуждения, сдерживать свои эгоистические порывы. **Учитель должен помнить**, что обучение техническим приёмам и сомой игре баскетбол, не дадут нужного результата без знания правил.

## **ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ УРОКОВ ПО БАСКЕТБОЛУ**

### **5-6 классы**

1. Основные правила игры. Краткая история возникновения игры и её развития. Обучение ведению мяча (на месте, в движении). Обучение броску с места (с 3-х точек - слева, справа, общей по центру), дистанция 2 метра.

2. Правила игры в баскетбол(направление ведения мяча). Повторение техники ведения мяча, броска с места с 3-х точек. Бросковые эстафеты.

3. Урок - соревнование. Подвижные игры - Догони передачами, Волк во рву. Эстафеты с ведением мяча.

4. Разминка в движении с мячами. Упражнения на координацию. Упражнения для совершенствования ведения мяча (маятник, упражнения с мячом, обводка по восьмерке перед собой) и броска с места (над собой). Обучение остановке прыжка и контроля мяча на месте (повороты).

5. Специальные беговые упражнения с мячом. Упражнения для закрепления техники ведения мяча и броска с места. Повторение техники остановки прыжка и контроля мяча на месте (повороты).

6. Урок-тестирование. Учёт техники ведения мяча, броска с места. Подвижная игра "Мяч капитану".

7. Разминка в движении с мячами. Закрепление техники ведения мяча и броска с места. Совершенствование техники остановки прыжка и контроля мяча. Обучение передаче на месте ( двумя руками от груди и т.д.).

8. Повторение техники передачи на месте. Обучение технике остановки двумя шагами (определение осевой ноги). Эстафеты с ведением мяча, броски передачами.

9. Урок-игра. "Догони передачами" , "Волк во рву". Круговая бросковая эстафета. Учёт техники выполнения способов остановки.

10. Совершенствование техники передачи на месте. Обучение технике броска после остановки. Комбинированные упражнения для совершенствования ранее изученных приёмов. Повтор техники остановки двумя шагами (осевая нога).

11. Повторение техники броска после остановки. Обучение броску с двух шагов (1 этап обучения). Комбинированные упражнения для совершенствования ранее изученных приёмов. Совершенствование техники остановки двумя шагами.

12. Урок - игра. Баскетбол. Ознакомление с правилами игры (пробежка, двойное ведение, фолы).

13. Обучение технике перемещения в защитной стойке(1 на 1 без ведения от кольца до кольца). Обучение броску с двух шагов (2 этап обучения). Совершенствование техники броска после остановки.

14. Повторение техники перемещения в защитной стойке. Совершенствование броска после остановки. Обучение броску с двух шагов (3 этап обучения). Комбинированные упражнения для совершенствования ранее изученных технических приёмов.

15. Урок - игра. Учёт техники броска в движении. Игра в баскетбол.

16. Техника перемещения в защитной стойке. Совершенствование бросков в движении (после остановки с двух шагов). Обучение передачи в движении. Комбинированные упражнения для совершенствования изученных технических приёмов (игры - выбивание в зоне, "Догони передачами").

17. Разминка в движении с мячами. Техника перемещения в защитной стойке. Комбинированные упражнения для совершенствования бросков в

движении. Эстафеты с ведением, бросками и передачей мяча. Повторение передач в движении.

18. Урок - игра. Баскетбол. Обучение личной защите( ознакомление с правилами игры, пробежка, фолы, неправильное ведение, штрафной бросок).

19. Подводящие упражнения для совершенствования ведения мяча. Обучение переводу мяча (поворот через спину, перед собой). Индивидуальные действия в защите и нападении ( игра 1на 1в движении, в нападении, применение переводов в защите ,перемещения ). Совершенствование передачи в движении.

20. Обучение переводу мяча (перед собой, повороты через спину). Обыгрывание в движении (упражнение 1 на 2 - все с мячами.) Комбинированные упражнения для совершенствования броска в движении и передачи в движении.

21. Урок - игра. Баскетбол (личная защита, расстановка на штрафном броске).

Основываясь на данных направлениях игры и средств восстановления, автор разработал рабочие программы для 5-6 классов общеобразовательных организаций (приложения № 6), а также программу внеурочной деятельности (приложение № 4).

**Новизна** опыта состоит:

1. в последовательном построении изучения технических приемов в учебном процессе по параллелям 5-6 классы, 7-8 классы, 9-11классы (приложение №5).

2. в реализации рабочей программы на занятиях в разделе баскетбол в 5-6 классах (приложение №6).

3. в реализации внеурочной рабочей программы по баскетболу 5-6 классов (приложение №4).

4. в составлении игровых ситуациях по правилам игры в помощь учителю при проведении соревнований среди классов (приложение №2).

5. в составлении упрощенных правил игры и ее проведения (приложение №3).

**Причина** обращения к опыту состоит в том: «Что работая учителем физкультуры, посещая много открытых уроков, находясь на курсах повышения квалификации, редко увидишь грамотно поставленный урок или

предложенный материал. Даже в учебных программах рекомендованные учителям видишь, как не последовательно выстроен учебный процесс, правила игры написаны без изменений, до сих пор рекомендуют обучать бросок двумя руками, хотя методики уже нет, предлагают уже в 5 классе изучать командную игру, когда ученики еще не овладели основными техническими приемами игры, а ведь как важно обучать элементам игры последовательно, по мере их усложнения, с переходом из класса в класс. Только в этом случае ученик при завершении школы получит полное представление об игре, как в теоретическом аспекте, так и в практическом».

### **Характеристика условий, в которых возможно применение данного опыта.**

Применение данного опыта возможно при использовании рекомендованных Минобрнауки учебно-методических комплексов по физической культуре базового и профильного уровней обучения и Концепцией преподавания учебного предмета «Физическая культура» с обучающимися любых возрастных групп в общеобразовательных учреждениях любого типа.

### **Раздел 2. Технология опыта.**

Технология опыта работы по баскетболу основана на технологии развивающего обучения и здоровьесберегающей технологии, позволяющие решать задачи формирования общих учебных умений и навыков, что ориентирует на усиление познавательной, коммуникативной, практической и творческой деятельности.

**Активизации** познавательной деятельности, развитию творческих возможностей и физическому развитию учащихся способствуют различные **методы обучения:** объяснительный, репродуктивный, метод круговой тренировки, групповые задания, индивидуальные задания, беседы, педагогическое наблюдение, дифференцированный подход в обучении;

**Педагогические средства** формирования навыков взаимодействия в баскетболе на уроке физической культуры включают процесс введения в игру освоенных приемов взаимодействия. Этот процесс непростой, но творческий, а потому проходит в обстановке взаимопонимания и продуктивной совместной работы учителя и ученика. Учитывая особенности обучения детей игре в баскетбол на уроке физической культуры, который в силу своей длительности, решаемых задач не может в полной мере включить в себя все аспекты профессиональной подготовки баскетболистов. На основе анализа **теоретических источников**, игровое взаимодействие школьников на

уроке баскетбола представляется как сложная система взаимодействия двух и более игроков, наделенных способностью к инициативному общению, налаживанию контакта в процессе решения задач соревновательной деятельности. В ее основе лежат целостные системы взаимных действий и реакций, включающие обмен мыслями, знаниями, идеями, т.е. информацией (информационный компонент); обмен действиями (деятельностный компонент); процесс восприятия игроками друг друга и установление определенных отношений между ними (перцептивно-эмоциональный компонент). Модель формирования игрового взаимодействия при обучении игре в баскетбол школьников на уроках включает целевой (требования соревновательной деятельности), содержательный (информационный, деятельностный и эмоционально-перцептивный компоненты). Содержательную основу модели составляют три уровня (этапа) совместной деятельности и возникающей в ее процессе коммуникации: субъект как продукт для другого участника (не носит характера подлинно совместной деятельности) – совместная коммуникация (в форме сотрудничества, кооперации на основе взаимответственности между участниками) – совместная деятельность (деятельность коллективная, сознательно общественная). **Анализ литературных источников** позволяет сказать, все игровые действия разделить на две большие группы: знания и умения с целью реализации индивидуальных действий и знания и действия игрока на площадке с целью реализации игрового взаимодействия. Формирование указанных игровых действий возможно при условии развития следующих умений. **Гностические умения** – умения видеть ошибки своих сверстников в выполнении техники ведения мяча, в применении игровых комбинаций; умения извлекать новые знания из различных источников. **Например**, в основной части урока при изучении технического элемента «ведения мяча» класс делится на несколько подгрупп. В каждой подгруппе роль учителя играет один из учеников. Он знает возможные ошибки при ведении мяча, исправляет их. При изучении технического элемента «передача мяча двумя руками с отскока» тоже определили возможные ошибки и акценты. Помогающие определить правильность выполнения элемента. Это – стойка игрока; активность работы ног; положение рук, повторяющих форму мяча; завершающая фаза в движениях кистей траектория полёта мяча; согласованность в движениях рук и ног; «выстреливающее движение» кистей, которое выполняется за счёт сжимания мяча кистями. **Коммуникативные умения** – умения устанавливать целесообразные взаимоотношения с учащимися, малыми группами, находить



контакт, общий язык и правильный тон в различных обстоятельствах; умения располагать к себе сверстников, устанавливать доброжелательные взаимоотношения со сверстниками; вырабатывать единое мнение о правильном выборе действия, поведения. **Проведение тренировочных игр** способствует процессу обучения тактическим действиям, развивает потребность и направленность детей на общение, проявление коммуникативного взаимодействия. **Сформированность** коммуникативных умений способствует установлению доброжелательности, развитию чувства коллективизма, ответственность друг за друга. **Конструктивные умения** – умения найти правильное решение при проектировании деятельности для эффективного взаимодействия со сверстниками в игровых комбинациях. Использование сформированных конструктивных умений **Аналитические умения** – умения извлекать знания из практических действий, анализировать свой опыт и опыт других. Для их формирования может быть предложена следующая эстафета: бег с мячом в руках во встречные колонны передача мяча двумя руками в движении во встречных колоннах ведение мяча с обводкой предмета бросок в кольцо двумя руками прямо перед щитом бросок в кольцо двумя руками прямо перед щитом, бросок мяча в кольцо после ведения. **Прогностические умения** – умения предвидеть результат двигательной деятельности, распределять время на выполнение технического приёма, находить для каждой игровой ситуации новое решение. На уроке обычно обучают **трем игровым комбинациям**, которые необходимы на предварительном этапе подготовки: освобождение от опеки защитника для получения мяча, сочетание приемов «ведение-передача», перехват мяча. Перед игрой дается возможность детям самим спрогнозировать составы команд для предстоящей тренировочной игры. Кроме того, во время игр дети самостоятельно решают, когда и какие разученные приёмы, и игровые комбинации они будут применять в игровой ситуации. Здесь важную роль в успехе играют сформированные у обучающихся **прогностические умения**, которые способствуют предвидению ими результата при правильном выборе приёма, распределении времени на выполнение тактического действия, поиске для каждой игровой ситуации новых решений. **Эффективность игрового взаимодействия определяется психофизиологическими задатками**, степенью развития базовых психических процессов и свойств личности, развитием общих и специальных коммуникативных способностей, опорой на субъективные способности и на субъективный опыт и интересы. **К объективным факторам** относится развитие психических способностей в определенной среде: равенство в

отношениях, одинаковые возможности для всех, поощрение индивидуального развития, наличие некоторой степени свободы свободно выражать свои мысли. При обучении навыкам взаимодействия в игре в баскетбол необходимо сформировать знания о действиях игроков на площадке с целью реализации индивидуальных действий и знания и действия игрока на площадке с целью реализации игрового взаимодействия:

**1.** Содержание обучения игре в баскетбол на уроках физической культуры в школе. **2.** Приёмы и действия, с помощью которых ведётся игра, позволяют начинать занятия с детьми 9-10 лет, используя для этого инвентарь и оборудование, соответствующие возрасту. **3.** Правильное понимание педагогических задач, особенно в работе с детьми, требует знаний о приёмах, технике, тактике и правилах игры в баскетбол.

**Описание изменений, вносимых автором опыта в содержание образования.**

### **Обучение основным техническим приёмам игры в баскетбол.**

Модифицированная программа по баскетболу предусматривает последовательное ознакомление детей с основными приемами техники и тактики игры, формирование у них навыков рационального использования изученных приемов в конкретных условиях спортивной деятельности .

Обучение игровому приему, (как и любому другому двигательному действию), начинается с создания представления о нем. Далее прием разучивается в облегченных условиях, а затем в приближенных к игровым.

Рекомендуется широко применять противодействие условного противника, соревновательный метод выполнения и учебные игры с заданиями. Для учебных игр, особенно в старших классах, отводится не менее 25-30% времени тренировки

На уроках по баскетболу необходимо не только научить рациональному выполнению технических приемов игры, но следует воспитывать у учащихся необходимые двигательные качества, в частности скоростно-силовые, которые развиваются прежде всего так называемой прыжковой подготовкой. Последняя - состоит из многократно повторяемых скачков и прыжков, перемежающихся бегом в медленном темпе, а также с ускорениями.

Знания общетеоретического характера сообщаются ученикам во время кратких бесед, которые проводятся в зависимости от задач тренировки во вводной, основной или заключительной части. Специальные знания

школьники усваивают при обучении конкретному двигательному действию перед разучиванием, в процессе повторения и закрепления его.

**Задача вводной части урока** - подготовка организма ученика к предстоящей работе. Преимущественно средствами общеразвивающих упражнений, бегом, ускорениями, прыжками, специальной разминкой.

**В основной части сначала** осваивают сложные двигательные действия, затем закрепляют и совершенствуют ранее пройденный материал. В начале выполняют упражнения, требующие проявления скоростных, скоростно-силовых качеств, тонкой координации и ловкости, а действия, связанные с силой и выносливостью - в конце.

**Заключительная часть** урока включает постепенное снижение нагрузки, приведение организма учеников в спокойное состояние, подведение итогов занятия.

**На занятиях большое внимание уделяется разминке.** Разминка, как известно, является одним из необходимых и важных элементов тренировки и спортивного состязания. Продолжительность общей части разминки составляет примерно 5 - 10 минут, специальной – 10 – 15 минут.

**Общая разминка** состоит из различных упражнений: (упражнения без мяча), индивидуальные упражнения, состоящие из медленного и быстрого бега, чередования движения рук, туловища, ног, разнообразных прыжков, бег с остановками, поворотами и изменениями направления и характера движения.

Упражнения выполняются каждым игроком самостоятельно под наблюдением учителя, в произвольном сочетании постепенно усиливающимся темпе, в нужной для каждого дозировке. Коллективные упражнения, в которых рывки чередуются с остановками, поворотами, с изменениями направления движения.

**Специальная часть разминки** содержит именно эти предстоящие движения, она позволяет воспроизвести те навыки, которые будут необходимы в игре. Специальная разминка состоит из упражнений с мячом, специальных игровых элементов, бросков по кольцу. Далее используется игровая разминка. Она проводится следующим образом: за счет уплотнения времени общей и специальной части, в последующей даётся игра на один щит двух составов команд (на одной половине поля) с соблюдением правил игры, по принципу: владеющая мячом команда атакует кольцо.

**Проведенный анализ игры** показал, что команды, проводя игровую разминку, играют лучше, чем в тех случаях, когда они применяют обычную разминку. Вместе с этим, команды после игровой разминки, играют лучше,

чем противник после обычной разминки. Преимущество игровой разминки особенно оказывается в первые 5-10 минут игры и, в большинстве случаев, встреча заканчивалась победой команды, проводящей заранее игровую разминку. Особая роль в учебном процессе принадлежит **технической подготовке**. Для осуществления правильной и рациональной технической подготовки необходимо:

1. В равной мере владеть всеми известными в современном баскетболе техническими приемами и разнообразными способами их выполнения.
2. Владеть сочетаниями нескольких технических приемов, связанных между собой в различные комбинации.
3. Иметь на вооружении комплекс индивидуальных приемов, которыми занимающемуся приходится наиболее часто пользоваться в игре в связи с выполняемыми в команде функциями.

В начале обучения овладение приемами техники нападения должно предшествовать изучению приемов техники защиты. **В дальнейшем техника защиты и нападения изучаются параллельно.** На каждом этапе (их можно выделить три) технической подготовки решаются определенные задачи.

**I этап** - изучаются основные приемы и главные способы их выполнения, а также основные сочетания этих приемов. Особое внимание при этом обращается на изучение приемов в передвижении в различных направлениях, на выполнение их правой и левой рукой, в правую и левую сторону.

**II этап** - изучаются все способы ранее изученных приемов и большое многообразие их сочетаний. При этом предъявляются повышенные требования к качеству выполнения приемов в различных игровых ситуациях.

**III этап** - комплекс изученных приемов совершенствуется, уточняется, расширяется и на его базе ведется более глубокая индивидуальная работа с каждым учеником.

**При начальном обучении** отдельным техническим приемам наиболее характерной чертой является изучение каждого приема изолированно и лишь затем соединение изученных приемов в простые сочетания (передвижение-остановка, остановка - повороты, передвижение - ловля - передача мяча), состоящее главным образом из 2-3 приемов. Здесь особо пристального внимания требуют точность исходных положений, амплитуда движений и их согласованность по фазам. Обучение **каждому приему** ведется вначале в наиболее благоприятных условиях (использование облегченных мячей,

выполнение упражнений на месте, по частям, без сопротивления защитника и т.д). Затем упражнение выполняется целостно, в движении с сопротивлением пассивного и активного защитника и, наконец, в условиях игры. **При обучении техническим приемам** и развитии двигательных качеств, нужно чаще применять подводящие упражнения и подвижные игры, особенно в 5-6 классах. Главное содержание подвижных игр составляют разнообразные движения и действия играющих, оказывающие благотворное влияние на сердечнососудистую, мышечную, дыхательную и другие системы организма. **Занятия играми** обогащают учеников новыми ощущениями, представлениями, понятиями, закаляют нервную систему, развивают способность к оценке пространственных и временных отношений, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке.

**Образовательная направленность** урока обеспечивается сочетанием обучения двигательным действиям и развития физических качеств с сообщением теоретических сведений, необходимых учащимся для понимания цели и значения изучаемых технических приемов игры и применение их в игровой обстановке. **На начальном этапе** формирования навыков владения мячом внимание ребенка должно быть направлено на качество выполнения движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Если дети еще полностью не усвоили новое движение, навык еще не сформирован, то соревнования на скорость выполнения движения способствует не правильному их закреплению. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действий с мячом основным методом обучения должно быть только упражнение. Широкое применение игрового метода возможно уже с самого начала. Используя игры и игровые упражнения, которые могут составлять 60-70%, удовлетворим желание детей играть. **Эффективно использование** подвижных игр, где каждый играющий действует за себя, в сочетании с обучением. Постепенно усложняя подвижные игры, учитель вводит в них элемент противоборства, приучает учеников к самостоятельному выбору решений. Подобные действия не только закрепляют нужный навык, но совершенствуют его в условиях, приближенных к соревнованиям. **В дальнейшем целесообразно** применять подвижные игры, в которых результат команды зависит от участия каждого ребенка, действующего независимо от своих партнеров. Такие игры повышают ответственность ребенка перед командой и побуждают его действовать наиболее эффективным способом, мобилизуя максимальные усилия для достижения наилучшего результата. После того как учащиеся

научатся правильно ловить, передавать, вести и бросать мяч четко, в быстром темпе, без особых усилий, появляется возможность играть в более сложные, более близкие к баскетболу игры, а также в баскетбол **по упрощенным правилам**. В таких играх дети должны взаимодействовать с мячом, что повышает активность и создает условия для быстреего и осмысленного формирования навыков действий с мячом. При обучении элементам баскетбола **особенно важно** обеспечить сознательное их усвоение. Понимание детьми смысла движений ускоряет процесс формирования двигательных навыков, а также, что особенно важно, способствует умению в последующих играх самостоятельно подбирать эффективные действия и целесообразно их применять. Сознательное отношение к действиям с мячом возникает у детей только при условии, если воспитатель разъясняет их значение в различных ситуациях применения, объясняет, почему именно так они должны выполняться. Учащиеся должны знать, почему в той или иной игровой обстановке более целесообразно применять те или иные действия, выполнять их определенным способом, с определенной скоростью и в определенном направлении. Например, детям нужно объяснить, что вести мяч в игре следует только в том случае, если не можешь передать его партнеру. При приближении защитника более безопасно вести мяч дальше от него рукой и с низким отскоком. Не надо спешить, вести мяч лучше ближе к цели или на более свободное место для передачи мяча партнеру. Для сознательного отношения учащегося к действиям с мячом недостаточно разъяснений и показа: необходимо дать возможность ребенку упражняться, действовать, активно применять полученные знания в игровой деятельности. Только при сочетании объяснения техники действий с показом и упражнениями самих детей у ребенка возникает сознательное отношение к действиям с мячом, умение целесообразно пользоваться ими в игровой деятельности. В играх с мячом необходимо учить детей согласовывать свои действия с действиями товарищей на основе дружеских взаимоотношений и сплоченности. Для этого в группе можно создать постоянные команды, поощрять верность друзьям по команде, предостерегая детей от перехода на сторону противника, хотя этим условным противником и являются дети своей группы. В играх с мячом следует выработать у детей привычку поступаться личными интересами ради достижения общей цели. Для этого можно использовать ограничение действий с мячом ввести дополнительные требования. Например, ограничение расстояния ведения мяча, включение задания бросать мяч ловцу после того, как мяч обойдет всех игроков команды. Часто в играх с мячом возникает необходимость оказывать помощь

игроку, попавшему в затруднительное положение, при этом иногда приходится рисковать любимой ролью в игре. К этому следует приучать детей.

**Помимо качественной подачи учебного материала четко планируется организация урока.**

**Начинать обучение надо** с правильных перемещений и параллельно этому изучать броски (на месте с точек) и ведение, ловлю и передачи мяча, способы остановок после прекращения ведения и выполнение контроля мяча на месте (повороты, правильный выбор осевой ноги), броски в движении (с двух шагов и после остановки), передачи в движении с атакой на кольцо, открывание (освобождение на свободное место для получения мяча), накрывание (блок-шот), выбивание и вырывание мяча, переводы мяча для обыгрывания, штрафные броски. (Технически правильное выполнение элементов игры смотрите в приложении №1). **Именно** в этой последовательности автор рекомендует изучать игровые приемы, опираясь на свой опыт работы с детьми на протяжении многих лет в качестве тренера и учителя физкультуры. **Данный метод** позволяет доступно объяснять учебный материал, хорошо усваивать учащимся и постепенно подводит к достижению основной задачи изучаемой игры – научиться правильно играть и понимать баскетбол. Изучение элементов игры обязательно должно опираться на правила игры. Это неотъемлемая часть методики опыта (правила по выполнению технических приемов смотрите приложение №3).

**Пример:**

- 1. изучаем** ведение мяча – объясняем технику выполнения и сразу правила двойного ведения и задержка мяча (пронос мяча),
- 2. изучаем** способы остановок после прекращения ведения мяча – объясняем технику выполнения и сразу правило пробежки (выбор осевой ноги, повороты на месте) и так далее по всем элементам игры. Так же автор рекомендует обучение **защитной стойке** начинать после освоения учащимися элементов нападения, ведения, передач, бросков в движении, переводов мяча для обыгрывания. Обучение перемещению в защитной стойке нужно начинать в упражнении 1 на 1 с объяснением выполнения вырывания мяча и выбивания, а также сразу правила игры – фолы (персональный, командный). Еще очень **важный момент** для учителя, это знать в каком классе чему учить, каким техническим приемам игры, автор рекомендует, чтобы в 5 классе элементы игры только изучались, не надо

стремиться добиваться качества, в 6 классе, все предлагаемые технические приемы, должны закрепляться в различных упражнениях, желательно в сочетании (комбинированные упражнения), групповые взаимодействия, как в нападении, так и в защите, изучать лучше в 7-8 классах, а командную тактику (зонную защиту, личную защиту), в 9-11 классе. Следуя этой методике последовательности обучения игре баскетбол, **результат** в выпускных классах будет очевиден. Резко разграничивать время изучения отдельных приёмов не рекомендуется: как только усвоена правильная структура приёма, можно изучать новое. Для постепенного приближения технических приемов к игровой обстановке их необходимо повторять в условиях пассивного сопротивления или ограничения. Перед колонной занимающихся ставятся разные препятствия: стулья, стойки, манекены. Чтобы выйти к мячу, ученик вынужден обойти препятствие. В этих условиях вырабатывается очень важное умение - выход игрока на свободное место для последующих действий с мячом.

При выполнении упражнений **должен соблюдаться дидактический принцип «от простого к сложному»** и следующие **методы обучения**: рассказ, показ, имитация без мяча, с мячом, стоя на месте, в движении. Все вышеперечисленные технические элементы изучаются с 5 по 11 классы, только упражнения постоянно должны усложняться в зависимости от того, как владеют ученики техникой и в каком они классе. Одно упражнение нередко объединяет два, три и большее количество игровых приёмов. Например, удержание, передачи и ловля мяча входят составной частью почти в каждое упражнение. Ведение мяча хорошо сочетается с остановками и поворотами. При разучивании ловли, передачи, ведения и бросков мяча подводящие упражнения играют важную роль. Они имеют существенное сходство с основным изучаемым действием, но являются более простыми и более легкими для детей.

**Подводящие упражнения** позволяют выделить главное звено изучаемого движения, что облегчает освоение двигательного действия. Двусторонние игры не допустимы до тех пор, пока занимающиеся не научатся основным приемам баскетбола в более простых и доступных играх. Когда учащиеся освоят основные приемы игры (передвижения, ловлю, передачу, ведение и бросок мяча к кольцу), можно переходить к тактической подготовке и применению освоенного в игровой обстановке. Умение учащихся применять изученное, **проверяется** в специально организованной и управляемой учителем двусторонней учебной игре. При проведении двусторонней учебной игры надо обязательно после её окончания делать разбор, оценивать



действия команд в целом, а также каждого игрока в отдельности. Проведение этих мероприятий позволяет говорить о 100% обученности учащихся. Таким образом, игра, как коллективная деятельность, существенно отличается от тех видов спорта, где человек борется за совершенную форму движений или стремится к единоличному успеху, «соревнуясь» с метрами, килограммами и секундами. **Надо помнить учителю, что программа школы по баскетболу сильно отличается от программы спортивных школ, у нас разные задачи и разные достижения результатов.**

Игра в баскетбол невозможна без тактики. **Основными задачами в обучении учеников тактическим действиям являются:** – развитие внимания, ориентировки и зрительной памяти на ситуацию; – обучение основным индивидуальным и групповым действиям; – развитие творческого мышления и воображения; – ознакомление с основами систем ведения игры. Для обучения тактики надо всегда иметь двустороннее взаимодействие противников. Это очень осложняет задачу обучения. Методическим приёмом является введение соответствующих ограничений в действиях игроков защиты и нападения и введение условностей. Большое значение имеют знания о технике владения обманными действиями без мяча, умение в движениях корпусом, финтах без мяча, владение движениями головой стоя на месте и в движении, движения руками, мена ритма и направления позволяют не только обыграть соперника, но и разыграть с командными игроками целый спектакль. В этом раскрывается умение взаимодействовать с противником, решая задачу его обмана. **При изучении тактических взаимодействий** учитель сначала объясняет принцип взаимодействия играющих и показывает его схематично. Затем ученики выполняют задание в медленном темпе без защитника, затем с защитником в то же время, увеличивая скорость передвижения. В качестве одного из **тактических элементов** во многих играх с мячом допускается и поощряется применение игроками отвлекающих действий. Они направлены на то, чтобы отвлечь внимание противника путем ложных действий, предшествующих основным, с целью обыгрывания его. Учащиеся усваивают такие действия с мячом и без мяча. За отвлекающие действия ребята поощрялись тогда, когда это помогало освободиться от опеки товарища, выйти на свободное место для получения мяча или занять удобную позицию для броска мяча в корзину или его передачи. Необходимо постоянно следить за тем, чтобы не допускался обман, являющийся прямым нарушением правил игры. **Тактическая подготовка** базируется на способности быстро и

правильно воспринимать и анализировать складывающуюся ситуацию, находить оптимальное решение данной тактической задачи.

### **Формы, методы и средства учебной работы.**

Для повышения эффективности обучения используется **поточный метод и круговая тренировка**, которые значительно повышают активность занимающихся и плотность занятия. Положительной чертой кругового занятия является и то, что в ней удачно сочетается жесткое нормирование нагрузки с индивидуализацией её. Наиболее приемлемой формой организации занятий по баскетболу на уроках является **фронтальная**, которая предусматривает одновременную работу со всей группой над общим материалом. При этом обычно используются построения в 2 шеренги лицом друг к другу, в колоннах (параллельных и встречных), в круге. Для повышения эффективности обучения техническим приемам игры следует широко применять и рационально использовать всё имеющееся оборудование.

**Для поддержания интереса к урокам по программе баскетбола:** необходимо чтобы учащиеся получали удовольствия от игры, это произойдет, когда они научатся выполнять основные приёмы техники: передачу, ведение и броски по кольцу. У учащихся при выполнении упражнения повысится энтузиазм, с которым ученик будет выполнять его. Для повышения эмоциональности применяется **игровой и соревновательный методы** (кто сделает большее количество раз, быстрее, выполнит лучше и т.д.). Учителю нужно постоянно искать новые упражнения, чтобы избежать монотонности на уроке, так как это вызывает быстрое чувство усталости и падение интереса к уроку. Такими и являются подвижные игры. Игры нужно подбирать с таким условием, чтобы в них можно было закрепить знания и умения изученного технического приема (смотрите приложение №1). Так же нужно использовать всю площадку, дополнительные щиты, наибольшее количество мячей.

### **Чтобы сделать уроки эффективными нужно иметь в виду следующее:**

- Не спешите при планировании и организации учебного процесса. Перед каждым уроком точно определите, что вы собираетесь делать.
- Время, выделяемое на отдельные упражнения, должно быть минимальным, а сами упражнения – энергичными. Способность учеников концентрироваться на выполнении упражнения уменьшается с увеличением его длительности.

- Держитесь уверенно, используя чаще похвалу, чем критику. Используйте «метод сэндвича», описанный в главе о конструктивной критике.
- Получайте удовольствие сами и используйте каждую возможность пошутить. Если ученики увидят, что Вам нравится процесс занятия, скорее всего они тоже будут получать от него удовольствие.
- Необходимо, чтобы все ученики участвовали в уроке. Если Вы проводите упражнение 5 на 5, прикрепите остальных учеников к двум командам, чтобы они также получали бонусы и штрафы. Это дает ощущение соучастия.
- Планируйте каждую минуту Вашего урока и строго придерживайтесь этого плана.
- Заставьте учеников быстро и с энтузиазмом подбегать к Вам перед тем, как дать и объяснить новое упражнение, это дисциплинирует класс.
- Поддерживайте хороший настрой во время всех занятий, даже если вы не добились нужного эффекта на уроке, поблагодарите учеников за совместную работу. Результат не заставит себя ждать.

**Большое значение** на уроках с использованием спортивных и подвижных игр придается активности самого школьника, его инициативе и самостоятельности во время занятий. Поэтому мы старались максимально приблизить к пониманию школьников содержание занятий.

**Одна из основных задач** физического воспитания – это потребность в личном физическом совершенствовании. **Достижение этой цели** возможно при устойчивом интересе к предмету, через формирование навыков и умений самостоятельных занятий. Уроки по программе баскетбола и внеурочной деятельности, учат думать при выполнении упражнений, развивая мышление, координацию, ловкость, что очень необходимо в жизненном пространстве. Есть три вида самостоятельной деятельности. **Первый**, когда ученик воспроизводит показанное учителем. **Второе**, когда известное, применяется в других ситуациях, в иной обстановке. Игра баскетбол относится к **третьему**, высшему уровню, когда ученик, на основе своих знаний, находит другие способы выполнения задания, придумывает другие средства. Ученик творчески подходит к организации условий своей деятельности.

### Раздел 3. Результативность.

Критерием результативности опыта являются полученные достижения учениками Гимназии №3, которые обучались по предложенной автором программе по основной школе и по программе внеурочной деятельности. В 2018 учебном году, учащиеся гимназии заняли 1 место по баскетболу в зачёт Спартакиады школьников города среди девушек и юношей. В областной Спартакиаде, в составе сборной города, 5 девушек и 4 юноши стали чемпионами области. В этом же году на «Президентских спортивных играх» по виду стритбол, девушки заняли 1 место (в финале обыграли 22 школу, учащиеся занимаются в спортивной школе), юноши 3 место. В 2019 учебном году – девушки 3 место, юноши – 1 место в зачет Спартакиады города, 2 девушки и 4 юноши вновь стали чемпионами областной спартакиады школьников, в «Президентских спортивных играх» по виду стритбол, девушки заняли 2 место, юноши 3 место. Хотелось бы отметить, что учащиеся, которые занимаются внеурочной деятельностью в Гимназии по программе автора, развиваются в других спортивных играх и выступают за честь учебного заведения. Девушки в 2018 учебном году заняли 1 место по гандболу на муниципальном уровне, юноши в 2018 учебном году заняли 2 место, 2019 году – стали чемпионами города. Данные результаты доказывают, что учащиеся на занятиях по баскетболу развиваются разносторонне, а также происходит повышение уровня **физического развития**, такие как улучшение качества выполнения норм ВФСК «ГТО» на уроках физической культуры. В исследовании принимали участие 25 учеников 6 классов (юноши), МБОУ «Гимназии №3» г. Белгорода, которые отнесены к основной и подготовительной группам здоровья.

Таблица №1

№ п/п	Тесты	2017-18 уч. год				2018-2019 уч.год				Результат			
		золотой	серебряный	бронзовый	без знака ГТО	золотой	серебряный	бронзовый	без знака ГТО	золотой	серебряный	бронзовый	без знака ГТО
1	Кросс 1500 метров	2ч	10ч	8ч	2ч	6ч	12ч	7ч		+4ч	+2	-1	-2
2	Бег 60 метров	4ч	9ч	12ч		10ч	10ч	5ч		+4ч	+1	-7	
3	Наклон вперед из положения стоя прямыми ногами на гимнастической скамье	5ч	11ч	5ч	4ч	7ч	11ч	7ч		+2ч	0	+2	-4

4	Прыжок в длину с места	10ч	10ч	5ч		13ч	10ч	2ч		+3ч	0	-3	
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	8ч	10ч	7ч		13	10ч	2ч		+5	0	-5	

Данные, приведенные в таблице, свидетельствуют о качественном изменении в сдаче нормативов по физической культуре.

В кроссе на 1500 метров улучшение произошло на золотой значок на 4ученика, на серебряный значок на 2ученика.

В беге на 60 метров улучшение произошло на золотой значок на 4ученика,на серебряный значок на 1учащигося.

В наклоне вперед из положения стоя прямыми ногами на гимнастической скамье улучшение произошло на золотой значок на 2 ученика, 4 ученика улучшали свою гибкость и сдали на бронзовый значок.

В прыжках в длину с места улучшение произошло на 3-х учеников в золотом значке.

В сгибании и разгибании рук в упоре лежа на полу улучшение на золотой значок на 5 учеников.

По результатам **психологической диагностики**, целью которой было изучение уровня адаптации обучающихся 5-6-х классов, было выявлено, что психофизиологическая совместимость зависит от целого ряда факторов: это и чисто физические и физиологические особенности (рост, сила, выносливость, здоровье и пр.), это и особенности процессов восприятия, мышления, внимания, памяти, эмоций и др. **Социально-психологическая совместимость** основывается на общих целях, интересах и установках членов спортивного коллектива, единстве ценностных ориентаций и направленности личности членов коллектива, на особенностях социального типа поведения, отношениях к выполняемой деятельности, товарищам по команде и т.д. Есть ряд особенностей во взаимоотношениях членов группы, которые присущи только спортивному коллективу: это взаимоотношение в спортивной команде, игроков основного состава и запасных. Учителя при подготовке спортивной команды, для выступления в спартакиаде, КЭС баскете, «Президентские игры», не всегда достаточно доверяют всем игрокам команды, что в свою очередь нередко становится одним из источников отрицательных эмоциональных состояний у запасных игроков. **Психологический климат на эмоциональном уровне** отражает сложившиеся в классе (команде) взаимоотношения, характер делового сотрудничества, отношение к значимым явлениям жизни. Складывается же

психологический климат за счет «психологической атмосферы – также группового эмоционального состояния, которая, однако, имеет место в относительно небольшие отрезки времени, и которая в свою очередь создается ситуативными эмоциональными состояниями класса и команды. В этом возрасте доминирующей потребностью становится потребность в общении со сверстниками и потребность в самоутверждении. Для ученика важным становится мнение товарищей. Во всех своих действиях и поступках он ориентируется, прежде всего, на это мнение. Постоянное взаимодействие ученика с одноклассниками порождает у него стремление занять достойное место в коллективе. Это один из доминирующих мотивов поведения и деятельности учащегося. Потребность в самоутверждении настолько сильна в этом возрасте, что во имя признания одноклассниками, ученик готов на многое: он может даже поступиться своими взглядами и убеждениями, совершить действия, которые расходятся с его моральными установками. В подростковом возрасте ярко начинает проявляться самостоятельность, учащиеся многое делают самостоятельно и стремятся расширить сферу такой деятельности. Как отмечено выше, для него очень важно мнение о нем одноклассников, и подросток боится быть слабее в каких – либо ситуациях учебного процесса. У учащихся 5-6 классов, ведущая деятельность связана с общением в процессе учебно-трудовой деятельности. При анализе коммуникаций подростков, автор опыта выделяет два вида общения: **межличностное и ролевое. Межличностное** проявляется в процессе взаимодействий с окружающими людьми **вне деятельности. А ролевое** общение осуществляется в процессе **разных видов деятельности.** Рассматривая возрастные особенности развития личности школьника то нужно отметить, что с первых дней пребывания в школе ребенок включается в процесс межличностного взаимодействия с одноклассниками и учителями. В подростковом возрасте ведущая роль и деятельность отводится умению общаться. Именно в этом возрасте важно развитие организаторских и коммуникативных качеств личности. В данный период возникает высокая потребность в общении, и, как правило, уровень коммуникации у подростков низкий. Общение учащихся этого возраста со сверстниками протекает в процессе совместной деятельности. Он сам начинает предъявлять повышенные требования к себе и к одноклассникам, сопротивляется и протестует против обращения с ним как с «неравным». У подростков происходит бурное развитие воображения, особенно у учеников, которые не являются лидерами, они стремятся «просмотреть» и «примерить» ведущие роли и отношения, сохранив при этом полную автономию и независимость.

Одна из причин заключается в том, что в реальных играх роли распределяют лидеры. Большинство «играющих» должны удовлетворяться той ролью, которая достанется.

**В ходе проведенного исследования нами были сделаны следующие выводы:**

**1.** Игровое взаимодействие школьников на уроке баскетбола представляется как сложная система взаимодействия двух и более игроков, наделенных способностью к инициативному общению, налаживанию контакта в процессе решения задач соревновательной деятельности. В ее основе лежат целостные системы взаимных действий и реакций, включающие обмен мыслями, знаниями, идеями, т.е. информацией (информационный компонент); обмен действиями (деятельностный компонент); процесс восприятия игроками друг друга и установление определенных отношений между ними (перцептивно-эмоциональный компонент).

**2.** Модель формирования игрового взаимодействия при обучении игре в баскетбол школьников на уроках включает целевой (требования соревновательной деятельности), содержательный (информационный, деятельностный и эмоционально-перцептивный компоненты). Содержательную основу модели составляют три уровня (этапа) совместной деятельности и возникающей в ее процессе коммуникации: субъект как продукт для другого участника (не носит характера подлинно совместной деятельности) – совместная коммуникация (в форме сотрудничества, кооперации на основе взаимответственности между участниками) – совместная деятельность (деятельность коллективная, сознательно общественная).

**3.** Формирование навыков игрового взаимодействию у школьников в ходе обучение игре в баскетбол опирается на сочетании следующих умений: гностические умения, коммуникативные умения, конструктивные умения, аналитические умения, прогностические умения. Их совокупность позволяет сформировать навыки игрового взаимодействия у школьников при обучении игре в баскетбол. **При формировании навыков** взаимодействия особое внимание уделяется процессам восприятия и познания партнерами друг друга с целью установления взаимопонимания. Важно наличие групповой сплоченности, привязанность к команде, положительные отношения к классу в целом и членам команды в частности, положительное отношение к учителю и процессу обучения. Таким образом, сыгранность спортивной команды достигается благодаря взаимному приспособлению (адаптации) как

психофизиологических, так и личностных особенностей участников, формирующихся в условиях тренировочных занятий и соревнований, а также и в условиях проведения свободного времени и досуга. Многие учителя, руководители спортивных команд, учитывая этот важный факт, добиваются высокой сыгранности команды за счет учета не только игровых и психологических особенностей спортсменов, но и их личностных качеств.

**4.** Важную роль для учащихся играет совместимость членов спортивной команды во внеурочной деятельности.

Так как эта программа, у автора опыта, подразумевает подготовку сборных команд школы, то ситуация обусловлена факторами двоякого рода:

**1.** Наличием у учащихся функциональной совместимости, т.е. психологических и психофизиологических данных, облегчающих совместную игровую деятельность.

**2.** Характером сложившихся межличностных отношений между членами команды. Система личностных взаимоотношений создает для учеников на площадке условия не только заинтересованности, но и удовлетворения от пребывания в таком спортивном коллективе. Дружба, сплоченность спортивного коллектива, без которых немислимы достижения в спорте определяются совместимостью в личностном аспекте (установки, чувства, привычки, направленность личности, моральные принципы и т.п). Если в младших классах положение в коллективе зависит в основном от успеваемости, поведения и общественной активности, т.е. от того, как ребенок выполняет требования учителей, то для учащихся 5-6 классов наиболее важными становятся другие достоинства - качества товарища и друга, сообразительность и знания (а не только успеваемость), смелость, умение владеть собой. В разных классах (и группах подростков) существует разная иерархия в степени ценности этих достоинств, но одно из них всегда стоит на первом месте - **товарищеские качества.**



## **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:**

1. Алимагомедов Ю.З. Мотивы формирования межличностных отношений в спортивном коллективе // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: материалы всероссийской научно-практической конференции/ ГОУ ВПО «Нижевартовский государственный гуманитарный университет». Нижневартовск: изд-во «Нижевартовский государственный гуманитарный университет», 2011. С. 7-9.
2. Амплеева В.В. Психология общения в спорте: учебно-методическое пособие. Тольятти: ПВГУС, 2012. 132 с.
3. Бабушкин В.З. Подготовка юных баскетболистов. Киев: Здоров'я, 2005. 126 с.
4. Бабушкин Г.Д. Рефлексия и интуиция в структуре соревновательной деятельности спортсмена: материалы междунар. науч. конф. психол. физич. культ. и спорта «Рудиковские чтения». М.: ПГСА, 2009. С. 143-147.
5. Булычева Т.И. Педагогические умения как факторы эффективности обучения технико-тактическим действиям баскетбола детей младшего школьного возраста в ДЮСШ//Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: материалы XX Междунар. науч.-практ. конф., посвящ. проблемам физического воспитания учащихся / под ред. Б.Ф. Прокудина. Коломна: МГОСГИ, 2010. С. 284-288.
6. Голованова Е.В. Психология человеческого взаимопонимания/Е.В. Голованова. Киев: Политиздат Украины, 1989. 187с.
7. Демиденко М.В. Психология рефлексии. Самара, 2004. 112 с.
8. Девяткина Е.Ю. Комплектование игрового состава команды высококвалифицированных баскетболисток с учетом психологической совместимости и срабатываемости: дис. канд. пед. Наук. Омск, 2005. 130 с.
9. Зайцева М.Ю. Формирование у подростков умения сотрудничать в условиях спортивно-оздоровительных занятий: монография. Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2013. 203 с.
10. Иванченко Т.Д. Педагогическая оценка коллективной игровой деятельности волейболистов. М.: ГЦОЛИФК, 1985. 44 с.

11. Малахов О.И. Формирование опыта межличностного взаимодействия как психолого-педагогическая проблема // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2011. №2. Т.17. С. 108-110.
12. Морозов В.А. Взаимодействие: понятие, виды и свойства // Креативная экономика. 2015. Т.9. № 10. С. 1309-1318.
13. Найминова Э. И. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. Ростов н/Д: Феникс, 2001. 188с.
14. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л. Б. Кофмана. М.: «Физкультура и спорт», 1998. 248 с.
15. Обозов Н.Н. Совместимость и срабатываемость людей/ Н.Н. Обозов. СПб.: ЛНПП «Облик», 2000. 212с.
16. Пичугин А.О. Дизайн механизма координации игроков в динамической игре с целью максимизации эффективности системы их взаимодействия // Статистика и экономика. 2014. №4. С. 163-166.
17. Портнов Ю.М. Баскетбол. Учебник для ВУЗов-М.: Астра-семь, 1997. 188 с.
18. Салахов Р.Э. Проявление рефлексии в спортивно-игровом противоборстве // Материалы 3-й межрегиональной науч. прак. конф. «Актуальные вопросы развития детского и юношеского футбола». Омск: СибГУФК, 2008. С. 99-104.
19. Сивицкий В.Г. Имитационные рефлексивные игры для тактической подготовки: Материалы междунар. науч. конф. психол. физич. культ. и спорта «Рудиковские чтения». М. 2009. С. 363-365.
20. Спортивные игры: Техника, тактика обучения: Учебник для студентов ВУЗов. Ю.Д. Железняков, под редакцией Ю.М, Портнова. М.: изд. Центр Академия, 2001. 248 с.
21. Сурков Е.Н. Антиципация в спорте. М.: Фис, 1982. 144 с.
22. Теория и методика физического воспитания. Учеб. для вузов физ.культуры. Под общей ред. Л. П. Матвеева и А. Д. Новикова. Изд.2-е испр. И доп. (в 2-х.). М.: Физкультура и спорт, 2001. 530 с.

23. Физическая культура в основной школе. Учебная программа для учащихся 1-11 класс. В.И. Лях, А.А. Зданевич. М.: Просвещение, 2010. 116 с.
24. Юсупов И.М. Психология взаимопонимания. Казань: КГУ, 1991. 214 с.
25. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. Книга для педагога. Ростов н/Д: Феникс, 2004. 624 с.
26. Усков В.А. Методика коррекции восприятия элементов содержания игровых задач как фактор обучения индивидуальной тактике выполнения игрового действия//Перспективы развития физической культуры в начале третьего тысячелетия: Тезисы всероссийской научно-практической конференции. М.: МГПУ, 2001. С. 103–108.
27. Андрущишин И.Ф., Пресняков И.Н., Денисенко Ю.П., Гераськин А.А. Совершенствование диагностики игрового взаимодействия в волейболе// Человек. Спорт. Медицина. 2016. №1. URL:#"<https://science-education.ru/ru/article/view?id=15299>"><https://science-education.ru/ru/article/view?id=15299>
30. Соколов Н.Г., Вавилов А.Л. Формирование командных взаимодействий и элементов интеграции баскетболистов//Научно-теоретический журнал «Ученые записки», №10(32) 2007. URL:.