

Муниципальный конкурс на лучшую методическую разработку
руководящих и педагогических работников образовательных организаций,
подведомственных Управлению образованием Асбестовского городского округа,
в 2023/2024 учебном году

Полное название образовательной организации:
**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 4
с углубленным изучением отдельных предметов
Асбестовского городского округа**

Наименование тематики и вида методической разработки:
сценарная разработка урока

Тема работы: «Подвижные игры с элементами баскетбола с мячом»

Форма представления в финальном этапе: **открытый урок**

Автор:
Стрельцова Ольга Владимировна,
учитель физической культуры,
первая квалификационная категория,
номер контактного телефона
89089177225

Асбестовский городской округ
2023/2024 учебный год

Содержание

1. Пояснительная записка

Актуальность

Инновация

Цель, задачи, планируемый результат

Возраст участников

2. Конструкт урока физической культуры по баскетболу

3. Технологическая карта

4. Список литературы

5. Электронные ресурсы

6. Приложения.

Пояснительная записка

Кто постигает новое,
лелея старое,
тот может быть учителем.

(Конфуций)

Актуальность данной разработки состоит в следующем:

Сегодня урок физической культуры востребован как основа для развития составляющей здорового образа жизни. Школьная физическая культура все больше становится ответственной за формирование у школьников здорового образа жизни. Занятия физической культурой в школе учат школьника самоконтролю, самооценке, ценить время, организовывать распорядок дня, без чего невозможна нормальная жизнь любого человека. Поэтому данная работа и по форме, и по содержанию является актуальной и для обучающихся как возможность овладеть базовыми знаниями и умениями. А также может быть использована педагогами при проведении уроков физической культуры в 7 классе при реализации ФГОС и подготовке обучающихся к олимпиадам и конкурсам.

Поэтому в структуре общего основного образования предмет физическая культура должен занимать одно из ведущих мест среди других предметов и способствовать решению важных педагогических задач. Физическая культура не должна быть лишь школьным предметом, она должна быть образом жизни детей.

В методической разработке уделено внимание работе с детьми, имеющими повышенный интерес к занятиям физической культуры.

Также выбор темы **методической работы** обусловлен тем, что в прошлом 2022/2023 учебном году наша школа стала **победителем** в Первенстве города по баскетболу «Кэс- баскет» и была приглашена на дивизионные игры региона в город Богданович, где команда школы № 4 стала серебряным призёром регионального тура «Кэс-баскет». (Приложение № 1). Сейчас мои воспитанники продолжают заниматься в городской спортивной секции города Асбеста по данному виду спорта.

Методическая разработка (конструкт) урока по физической культуре в 7 классе по теме: «Подвижные игры с элементами баскетбола с мячом» **инновационна** по структуре, по организации образовательного процесса, по применению современных педагогических технологий (игровые технологии, проблемное обучение, технологии модульного обучения). В конструкте урока отражена отработка каждым ребенком практического умения, самоконтроля и самооценки по заданной теме. Деятельность педагога – наблюдательная и корректирующая. Основная форма деятельности учащихся – самостоятельная. Урок соответствует требованиям ФГОС ООО. Данный конструкт урока предназначен для учащихся 7-х классов и составлен в соответствии с их возрастными особенностями и способностями.

Методическая разработка, представленная на конкурс, имеет практическую значимость, то есть применяется в профессиональной деятельности педагога, в работе с обучающимися на уроках, во время учебных занятий, на классных часах, в ходе воспитательных мероприятий.

Тема работы выбрана не случайно. Она имеет практическое значение, так как её элементы используются в профессиональной деятельности учителя. Подвижные игры являются средством для совершенствования движений. С помощью игр проявляется активность, учащиеся усваивают правила, движения, развивают физические качества. Игры помогают росту, развитию и укреплению костного аппарата, мышечной системы, повышают деятельность организма. Во время подвижных игр у детей развивается сообразительность, не замечая и не чувствуя нагрузок, помогают развитию физических качеств. (Приложение № 2).

Цель методической разработки: формирование у обучающихся интереса и ценностного отношения к занятиям физической культуры через проведение подвижных игр с элементами баскетбола с мячом.

Задачи:

Воспитательные: воспитывать у обучающихся умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее

цели; умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.

Развивающие: регулятивные УУД: умение планировать (совместно с учителем) свои действия в соответствии с поставленной задачей; осуществлять контроль и самоконтроль;

коммуникативные УУД: умение вступать в учебное сотрудничество с одноклассниками; участвовать в совместной деятельности.

познавательные УУД: умение осуществлять рефлексию способов и условий действия; контроль и оценку процесса и результатов деятельности; развивать речеслуховую память на основе вопросов.

Образовательные: формировать у обучающихся знания и представления о правилах подвижных игр с элементами баскетбола, и их соблюдении; совершенствовать навыки обращения с мячом (ведение мяча, ловля, броски); выполнения разминки с мячом; познакомить с подвижными играми с элементами баскетбола с мячом «Заколдованные», «Пятнашки».

Планируемые результаты:

Личностные: обучающиеся проявляют умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели; умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.

Метапредметные: регулятивные УУД: умение планировать совместно с учителем свои действия в соответствии с поставленной задачей; осуществлять контроль и самоконтроль;

коммуникативные УУД: умение вступать в учебное сотрудничество с одноклассниками; участвовать в совместной деятельности;

познавательные УУД: умение осуществлять рефлексию способов и условий действия; демонстрируют способность выполнять задания с опорой на вопросы; понимают, воспринимают речь учителя.

Предметные: обучающиеся имеют представление о правилах подвижных игр с элементами баскетбола с мячом и их соблюдении; демонстрируют навыки обращения с мячом (ведение мяча, ловля, броски); знают, как выполнять разминку с

мячом, играть в подвижные игры с элементами баскетбола, «Заколдованные», «Пятнашки».

Возраст: обучающиеся 12-13 лет (7 класс)

Методы:

Общедидактические наглядные:

Наглядно-зрительные приёмы (показ физических упражнений)

Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь учителя)

Вербальные (Словесные):

Объяснения, пояснения, указания

Подача команд, сигналов, распоряжений

Вопросы к детям

Словесная инструкция

Практические:

Проведение упражнений с повторением и без повторений

Проведение упражнений в игровой форме

Проведение упражнений в соревновательной форме

Информационно-рецептивный (взаимозависимость педагога и ребенка)

Метод проблемного обучения

Оценка: Оценка УУД личностных и метапредметных результатов осуществляется по трехуровневой системе (шкала оценки 1-2-3), предметная по пятибалльной шкале.

Место проведения: спортивный зал

Конструкт урока физической культуры по баскетболу

7 класс

Класс: 7 класс

Тема: «Подвижные игры с элементами баскетбола с мячом»

Тип урока: урок открытия новых знаний и способов действий.

Структура урока:

1. Самоопределение к деятельности (Орг. момент). 3 мин.
2. Актуализация опорных знаний и способов действий. Выявление проблемы. 6 мин.
3. Решение проблемы. 4 мин.
4. Первичное закрепление. 15 мин.
5. Организация самостоятельной работы. 10 мин.
6. Рефлексия деятельности (итог урока). 2 мин.

Ход урока

Этапы урока, задачи работы	Методы и приемы обучения и воспитания	Деятельность учителя /обучающихся	Планируемый результат с учетом формирования УУД
1.Организац ионный момент. Задача: мотивироват ь обучающихс я на положительн ый настрой на уроке	методы контроля и самоконтрол я.	Учитель: - «Равняйся!» «Смирно!» -Здравствуйте, ребята! Я рада всех вас видеть. «Сегодня наш урок называется урок здоровье. Как вы думаете, что для вас значит здоровье?». Обучающиеся отвечают на вопросы учителя. Здоровье - это Молодцы! Что такое здоровье, это мы услышали. А от кого зависит наше здоровье? Дети: «От нас самих». Учитель: «Мы сказали, многие факторы влияют на наше здоровье. Одно из них занятие спортом. Поднимите руки, кто занимается спортом?	Обучающиеся демонстрируют регулятивные УУД: умение осуществлять саморегуляцию ;

		<p>Учитель: «А есть дети, которые занимаются спортивными играми?» Дети подняли руки. Учитель: «И сегодня мы с вами занимаемся очередной игрой, называется баскетбол. У нас есть дети, кто ходит на баскетбол? Нет таких. Учитель.: «А какими видами спорта вы занимаетесь?» Дети: «Футбол, хоккей!». Учитель: «А как можно назвать это одним словом?» Дети: «Спортивные игры». Но, ребята, при формулировке темы я вам немного помогу. Тема нашего урока: «Подвижные игры с элементами баскетбола». А для того, чтобы научиться играть в баскетбол, что необходимо уметь делать? Дети: вести мяч, видеть друг друга, контролировать игру. Учитель: «Поэтому цель урока: приобретение и навыков выполнять передачи и ведение мяча в баскетболе». Молодцы, ребята! Также сегодня мы закрепляем технику передачи и ловлю мяча. И закрепляем мы всё это подвижными играми.</p>	
<p>2. Актуализация опорных знаний и способов действий. Выявление проблемы. Задача: организовать деятельность</p>	<p>Словесные (беседа); наглядные (демонстрации); практические (упражнения)</p>	<p>-Сначала мы проведем разминку. - «Направо!». В обход налево по залу шагом марш!». Ходьба: -Руки вверх, ладони вовнутрь на носочки; <i>1 круг</i> -Встали на пяточки, руки на пояс; <i>1 круг</i> -Перекат с пяточки на носочек, руки на поясе; <i>1 круг</i> -.Перекат с пяточки на носочек, круговые движения руками; <i>1 круг</i></p>	<p>Регулятивные УУД: умение планировать (совместно с учителем) свои действия в соответствии с поставленной задачей; осуществлять контроль и</p>

<p>по повторению обучающимися пройденного материала;</p>		<p>Бег: -Медленный бег по кругу; <i>1 круг</i> -Бег с высоким подниманием бедра; <i>1 круг</i> -Приставным шагом левым боком; <i>1 круг</i> - Приставным шагом правым боком; <i>1 круг</i> -Скрестный бег правым и левым боком. <i>1 круг</i> -Перешли на шаг. <i>1 круг</i> Упражнения на восстановление дыхания: -Руки вверх вдох, вниз выдох, ещё раз вдох, выдох. Через середину, где стоят оранжевые конусы, шагом марш!!! Идём! Идём! Учитель: «Нам нужно всё успеть» Правая колонна напра-во, левая колонна – нале-во! -Сейчас мы с вами выполним упражнения в парах с баскетбольным мячом. -Потренируемся в ловле, передаче баскетбольного мяча. Диалог учителя и ученика. Учитель: «Скажите, с чего начинается обучение баскетболу?» «Ученики: «С ведения, броска, передачи!» Учитель:» А ещё?» (Если дети не смогут ответить, то: <i>Учитель: Вы его знаете, но назвать не можете. Я сейчас покажу вам это действие, и вы сразу его назовёте.</i> Учитель показывает действие с учеником, которое дети не смогли назвать. Учитель задаёт вопрос: «Какое действие баскетбола сейчас выполнил одноклассник».</p>	<p>самоконтроль</p> <p>Коммуникативные УУД: умение вступать в учебное сотрудничество с одноклассниками; демонстрируют способность выполнять задания с опорой на вопросы.</p>
--	--	---	---

		<p>Дети : «Поймал».</p> <p>Учитель: « Как действие называется, употребляя его в имени существительном?»</p> <p>Дети: Ловля.</p> <p>Учитель: Правильно.</p> <p>-Возьмите все по баскетбольному мячу.</p> <p>-Но для начала, давайте повторим правила работы с баскетбольным мячом.</p> <p>Учитель рассказывает инструктаж по технике безопасности с баскетбольным мячом:.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Соблюдать игровую дисциплину. 2.Ловить мяч открытыми ладонями. 3. Прежде чем выполнить передачу, убедиться, что партнер готов к приему мяча. 4. Очки должны закрепляться резинкой или снять очки. <p>Учитель: «Давайте выполним подводящие упражнения с ловлей и передачей мяча в паре. Здесь сложность составляет работа с 2-мя мячами».</p> <p>1. Ловля и передачи мяча двумя руками от груди</p> <p>Игроки стоят в парах друг напротив друга (<i>рис. 4</i>). По команде учителя (по свистку) игроки передают мяч друг другу двумя руками от груди: одна команда сверху, вторая – снизу с отскоком от пола.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. То же, но обучающиеся меняются действиями. 3. Игрок, поймав мяч, пронесит его за спиной и передает партнеру с выходом на шаг. <p>Одно дело, когда нужно мяч просто передать партнёру, другое дело –</p>	
--	--	--	--

		<p>поймать летающий мяч одновременно в игре. При введении нового упражнения, по сложнее, у ребёнка начинается паника, суматоха. Вот здесь выявляется проблема».</p> <p>4. Игрок, поймав мяч, заносит его за спину, выполняет «восьмёрку» между ногами, ловит и передает партнеру.</p>  <p>(рис.4)</p> <p>5. Передача мяча одной рукой (правой).</p> <p>Этот прием в основном применяется для передачи мяча на дальние расстояния для начала быстрого прорыва.</p> <p>Мяч находится в правой руке на уровне плеча, левая нога впереди, тяжесть тела – на правой ноге. Переносом тяжести тела на левую ногу следует отправить его рукой в нужном направлении. Передача заканчивается движением кисти, рука как можно дольше сопровождает мяч.</p> <p>6. Передача мяча одной рукой (левой).</p> <p>Мяч находится в левой руке на уровне плеча, правая нога впереди, тяжесть тела – на правой ноге. Переносом тяжести тела на правую ногу следует отправить его рукой в нужном направлении. Передача заканчивается движением кисти, рука как можно дольше сопровождает мяч.</p>	
<p>3. Решение проблемы. Задача:</p>	<p>Словесные (объяснение); наглядные</p>	<p>Учитель: «На этом этапе мы будем решать проблемы, которые возникли на предыдущем этапе. Ведь решение</p>	<p>Обучающиеся демонстрируют :</p>

<p>организовать деятельность выхода из затруднения и организовать деятельность по осмыслению обучающимися нового материала.</p>	<p>(демонстрация); практические (упражнения) . Методы стимулирования и коррекции действий и отношений детей в воспитательном процессе: поощрение.</p>	<p>проблемы – это этап достижения цели путём преодоления препятствий». Показ учителем подводящих упражнений, которые приведут ребёнка к успеху, то есть к решению его проблемы на уроке. Учитель: Мы перешли к основной части урока. Первая наша задача будет связана с ведением мяча. В баскетболе мы с вами знаем, что игра проходит именно с ведением мяча. Для этого: «Первые номера убирают мячи, а вторые оставляют. Давайте мячи положим на пол и покажем стойку баскетболиста. Какая должна быть стойка баскетболиста: мяч сбоку, ноги согнутые, готовые к атаке, готовы сделать ускорения именно с ведением мяча. Но, когда во время игры мы с вами играем, очень часто нам приходится играть, не глядя на мяч, то есть мы должны контролировать наше поле игровое, поэтому игра проходит без зрительного контроля. Учитель показывает движение. Учитель: Мы с вами повторили ловлю мяча, передачу. Теперь мы добавляем ведение мяча. Поэтому, чтобы у вас мяч не уходил в сторону, чтобы мы его контролировали, мы сейчас сделаем подводящее упражнение. Упражнение 1: 1. Ученики те, кто с мячами, выполняют упражнение на месте одной рукой, а второй рукой повторяют те цифры от 1 до 5, который показывает вам</p>	<p>Регулятивные УУД: умение планировать (совместно с учителем) свои действия в соответствии с поставленной задачей; коммуникативные УУД: умение вступать в учебное сотрудничество с одноклассниками; участвовать в совместной деятельности; познавательные УУД: демонстрируют способность выполнять задания с опорой на вопросы.</p>
---	---	---	--

одноклассник напротив.

Методическое указание: не надо хлестать по мячу, а нужно толкать мяч, мяч должен работать сбоку.

2. Снизу передали мяч катом. Дети, вторые номера, выполняют то же задание.

3. Ведение мяча между ногами «восьмёрка» и передача мяча партнёру с выходом на шаг.- *6 раз 2 подхода.*

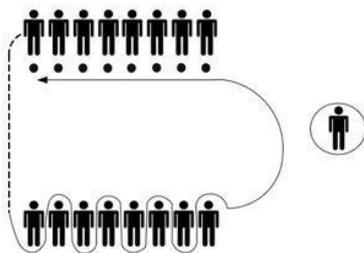
Усложняем задание. Демонстрация учителем данного упражнения.

Это упражнение выполняют учащиеся.

4. «Восьмёрка» 4 раза, ведение вокруг себя, шаг, передача.

Учитель контролирует выполнение задания обучающимися, указывает на ошибки.

5. Игроки с мячом, двигаясь шагом, ведут мяч правой рукой, обводят партнера, стоящего напротив, возвращаются на место, ловят мяч и передают его партнеру.



Объяснение учителя:

-Молодцы, ребята, встали. Вы партнеры и должны помогать друг другу, а это значит бросать мяч надо так, чтобы партнеру было удобно их ловить, он не должен прыгать по всем углам, стараясь не уронить мяч на пол, а также не забываем о технике безопасности, рассчитываем свою силу броска мяча и стараемся

		целиться в сторону своего партнера. -Молодцы, закончили. Мячи убираем на место, оставляем только 1 мяч.	
4. Первичное Закрепление . Задача: закрепление нового материала; обеспечить восприятие, осмысление и первичное запоминание обучающимися изучаемого материала.	Словесные (объяснение); наглядные (демонстрация); практические (упражнения)	Первичное закрепление. Учитель: «Отлично, ребята, мы потренировались в ловле, передаче и ведении баскетбольного мяча. Теперь мы можем и поиграть в различные игры. Тем самым мы закрепим полученные умения и навыки в игре. В течение игр я буду наблюдать за вами, кто самый внимательный, активный и ловкий». Проводится инструктаж При выполнении заданий друг друга не толкать, не оскорблять, подножки не ставить, мячами не кидаться. Слушать только меня и мои просьбы. -Сейчас предлагаю поиграть в игру «Заколдованные» “Заколдованные” (отработка техники ведения мяча). Выбираются два водящих, задача которых осалить “заколдовать” играющих. Все играющие перемещаются по залу с ведением мяча, кого водящие осалят, принимают исходное положение “ноги врозь, мяч над головой”. Если любой из игроков пролезет у осаленного под ногами, он его освобождает. Объяснение правил игры. Правила игры. Выигрывают водящие, осалившие как можно больше играющих. Дети играют в подвижные игры с элементами баскетбола. (Игра длится 5 -7 мин). Лучшие игроки отмечаются учителем.	Регулятивные УУД: умение планировать совместно с учителем свои действия в соответствии с поставленной задачей. Коммуникативные УУД умение вступать в учебное сотрудничество с одноклассниками; участвовать в совместной деятельности. Познавательные УУД: умение оценивать результаты выполненного задания.

		<p>Отработка техники ловли и передачи мяча. Проводится игра «Мяч водящему».</p> <p>Объяснение правил игры.</p> <p>Дети делятся на команды, образуя большой круг. В центре круга – водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч своим игрокам, стараясь не уронить, по кругу. Когда мяч обойдет всех игроков круга (1 круг), водящий поднимает его вверх.</p> <p>Правила игры: Побеждает команда, быстрее и меньшее количество раз уронившая мяч.</p> <p>По окончании игры лучшие игроки отмечаются учителем.</p>	
<p>5.Организация самостоятельной работы.</p> <p>Задача: проверить и закрепить полученные знания; обеспечить восприятие, осмысление и первичное запоминание обучающимися изучаемого материала.</p>	<p>Словесные объяснения;</p> <p>наглядные (демонстрация);</p> <p>практические (упражнения)</p> <p>Методы стимулирования и коррекции действий и отношений детей в воспитательном процессе: поощрение.</p>	<p>Организуется самостоятельная работа обучающихся.</p> <p>В коллективе выбирается водящий, который проводит данную подвижную игру с классом.</p> <p>Обучающиеся без участия учителя проводят игру, соблюдая правила. Учитель является наблюдателем.</p> <p>“Пятнашки в парах”. Игра повторяется 2-3 раза.</p>	<p>Регулятивные УУД:</p> <p>умение планировать (совместно с учителем) свои действия в соответствии с поставленной задачей;</p>
<p>6.Рефлексия Подведение</p>	<p>Метод эмоциональн</p>	<p>Учащиеся самостоятельно оценивают своё состояние, свои эмоции,</p>	<p>Регулятивные УУД: умение</p>

<p>ИТОГОВ.</p>	<p>ого стимулирова ния (поощрение)</p>	<p>результаты своей деятельности. Учитель ведёт беседу с обучающимися Класс, в одну шеренгу становись! - Хорошо, ребята. Наш урок подходит к концу, в течение урока какие задания вызвали у вас трудности? - А что нового узнали? - В какие игры играли? -Что вам понравилось или не понравилось? -Ребята, у нас сегодня были ошибки. - Я бы хотела всех сегодня отметить, но некоторым нужно побольше заниматься с мячом! - Наше здоровье зависит от кого, от самих себя. Поэтому соблюдать режим дня, быть достойными своих родителей, ну, конечно же, любить свою Родину! - Урок окончен. До свидания!</p>	<p>осуществлять контроль и самоконтроль</p>
-----------------------	--	---	---

Использованная литература

1. Баскетбол в школе. 2-е изд., доп. и перераб.: Учебное пособие для студентов факультетов физической культуры. Ижевск А.Л. Дулин.: <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3213/start/>
2. Конспект урока «Игры на уроке физической культуры» [Электронный ресурс]: эл. сайт. – Режим доступа: <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3214/main/>
3. Конспект урока «Подвижные игры [Электронный ресурс]: эл. сайт. – Режим доступа: <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3472/main/>

Команда-победитель в соревнованиях по баскетболу
среди юношей ОО муниципального тура
в 2022/2023 учебном году



История игр с древности и до современности.

Игра – средство физического воспитания детей школьного возраста, так как именно в игре ребёнок развивает необходимые двигательные качества. Данный конструкт содержит учебный материал как для уроков физической культуры, так и для других школьных форм физического воспитания. В каждой из этих форм широко представлена такая спортивная игра, как баскетбол. В то же время учителю предоставляется возможность включать в программный материал и подвижные игры. В отличие от взрослых, для которых естественной средой общения является язык, естественной средой общения для детей является игра. Игра – единственная деятельность ребёнка, имеющая место во все времена и у всех народов. Игра для детей – способ научиться тому, чему их никто не может научить. Игра есть попытка детей организовать свой опыт. Подвижные игры – это эмоциональная деятельность, поэтому они представляют для нас большую ценность и в воспитательной работе с детьми.

Спортивные игры проводятся в спортивном зале с использованием установленных правил, точного числа играющих и точного размера площадки. А также используется и инвентарь: баскетбольные мячи, резиновые мячи, волейбольные мячи. В подвижные игры можно играть и в зале, и на спортивной площадке, и во дворе. В подвижных играх нет установленных правил, количество играющих в подвижных играх не ограничено, а также играть можно на любых площадках.

На уроках баскетбола с успехом могут решаться и воспитательные задачи, так как в процессе игры для достижения общей победы обучающиеся должны постоянно взаимодействовать друг с другом, преодолевать сопротивление соперника. Это помогает воспитанию дружбы, коллективизма, инициативности, настойчивости, решительности.

Тема выбрана исходя из интересов детей, так как игра в мяч интересна детям. А также в связи с тем, что в городе есть секция баскетбола. Для этого возраста актуальны уроки, и в рабочей программе они определены. Это значит, что

обучающиеся проявляют умения организовывать свою деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели; умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.

Знания о физической культуре. Подвижные игры с элементами баскетбола.

На этом уроке

Вы узнаете:

- что такое спортивные игры.

Вы изучите:

- основные технические и тактические действия игры

Ключевые слова:

Спорт, здоровье, спортивно-оздоровительная деятельность, техника, баскетбол, волейбол, футбол, технические действия, тактические действия.

Основное содержание

Любая спортивная игра, будь то футбол, волейбол или баскетбол не является бездумным пинанием мяча. Любая спортивная игра, состоит из технических и тактических действий.

Технические действия – это действия направленные на совершенное овладение приемами игры и обеспечивающий надежность игровых действий спортсмена. Совершенное овладение техникой игры - одна из центральных задач подготовки игроков. Процесс сложный, он требует длительного времени, поэтому специализированные занятия спортивными играми начинают в детском возрасте, а техническая подготовка на всем протяжении многолетней подготовки занимает большое место.

Тактические действия – это искусство ведения спортивной борьбы, совокупность форм и способов борьбы в целях достижения наивысшего результата, победы. К тактике следует отнести и разработку плана выступления в состязаниях.

Тактические действия, это взаимодействия игроков направленные на достижение победы. Действия эти могут быть, как командными, групповыми, так и индивидуальными.

Техника и тактика неразрывно связаны между друг другом. Чем большим количеством технических действий владеют спортсмены, тем тактически эффективнее и разностороннее будут проводиться игры.

Формирование тактических умений начинается еще с подготовительных и подводящих упражнений, продолжается в упражнениях по технике, достигая наивысшего выражения в упражнениях по тактике, в учебных, контрольных играх и соревнованиях. В современных игровых видах спорта ярко выражена тенденция развития скоростной игры и усложнения тактических комбинаций. Поэтому особенно важно научить спортсмена оценивать расположение игроков (своих и соперника) на площадке, положение и направление полета мяча (шайбы), предугадывать действия партнеров и разгадывать замысел соперников, быстро анализировать сложившуюся обстановку и, выбрав наиболее целесообразное действие, эффективно выполнить его.

Тактические действия применяют как в защите, так и в нападении. Давайте разберем некоторые из них.

Тактика нападения состоит в том, чтобы создавать условия для броска в корзину одному из игроков команды.

Индивидуальные действия – основа успеха всех тактических построений.

Эффективность их определяется тем, насколько своевременно и целесообразно игрок применил прием или игровое действие в данной ситуации.

Как только команда овладевает мячом, каждый игрок должен стремиться выбрать на площадке свободное место и расположиться так, чтобы иметь возможность принять передачу.

Преждевременный выход на свободное место бесполезен, так как игрок тут же будет закрыт. Отрываться от противника нужно резко в момент, предшествующий передаче мяча.

Различают 4 варианта выхода игрока на свободное место: 1) Круговой; 2) S-образный; 3) Выход петлей; 4) V-образный.

Тактические действия в защите создают условия для противодействия сопернику в успешной атаке корзины.

Сущность заслона заключается в следующем: игрок становится вблизи защитника, опекающего его партнера, выбирая место таким образом, чтобы преградить защитнику кратчайший путь, по которому он может преследовать уходящего подопечного. Игрок задерживает продвижение защитника или вынуждает его двигаться по более длинному пути, чем путь партнера, что позволяет последнему на короткое время освободиться от опеки и атаковать кольцо. При этом игрок, поставивший заслон, не остается неподвижным: поставив заслон, он затем поворачивается и выбегает к щиту для участия в атаке.

Основные ошибки

1. Придерживание защитника руками.
2. Несвоевременное начало прохода игрока, для которого ставится заслон.
3. Неправильный выбор места постановки заслона

Так же как и в баскетболе, в волейболе тактические действия делятся на два подразделения, действия в защите и действия в нападении. Охарактеризовать их можно умением правильно, в соответствии со сложившейся ситуацией, выбрать способ приема мяча, его передачи и нападающего удара.

Тактические действия в защите определяются двумя особенностями.

Распределение игроков по площадке должно быть таким, чтобы каждая зона была надежно защищена. Если идет силовая подача, то защитники и нападающие должны отойти к лицевой линии площадки, а если же подача мяча осуществляется ближе к сетке, то защитники, наоборот подтягиваются к центру.

И вторая особенность в том, что защитники по отношению к друг другу должны находиться таким образом, чтобы была возможность своевременно подстраховать игрока, принимающего мяч.

Чаще всего, принимающим является игрок зоны номер 6, а игроки с первой по пятую зону его подстраховывают.

Главная задача защитников – качественно и эффективно перевести мяч из зоны защиты в зону нападения.

В содержание тактики нападения входят командные тактические действия (системы игры), групповые тактические действия (тактические комбинации), а

также индивидуальные тактические действия при использовании всех технических средств ведения игры. Развертывание тактических действий во времени начинается с определения системы игры в нападении, которая реализуется через тактические комбинации и в конечной фазе переходит в индивидуальные. В такой логической последовательности и рассматривается содержание тактических действий в нападении.

Нападение со второй передачи игрока передней линии — самый простой и доступный способ организации атаки. В зависимости от начальной расстановки игроков и плана ведения игры передача может выполняться с любой из зон нападения: 2, 3, 4. Существенным недостатком данной системы игры является то обстоятельство, что в завершении атакующих действий участвуют два нападающих

Нападение со второй передачи игрока, выходящего из тыловых зон к сетке, позволяет значительно расширить фронт атакующих действий, что повышает их эффективность. В зависимости от расстановки игроков и плана ведения игры выход связующего игрока может осуществляться с любой из тыловых зон площадки: 1, 5, 6.

Каждому начинающему волейболисту необходимо выполнять специальные упражнения для развития физических качеств.

- Разнообразные броски набивных мячей (1 и 3 кг).
- Передача двумя руками сверху набивного мяча (1 кг).
- Прыжки через скакалку на время в максимальном и спокойном равномерном темпе.
- Прыжки на одной и двух ногах в высоту и на дальность, с поворотами в правую и левую стороны.
- Многократное спрыгивание с гимнастической скамейки с последующим запрыгиванием на неё.
- Рывки и ускорения из разных исходных положений.
- Многократные кувырки вперёд и назад.

Выполни контрольные задания

Вариант 1

1. Единичный выбор

_____ - это процесс, направленный на достижение эффективного применения технических приемов в сложной игровой обстановке при помощи тактических действий, которые представляют собой рациональную форму организации соревновательной деятельности спортсменов в игровых видах спорта.

- A. Тактическая подготовка;
- B. Техническая подготовка;
- C. Упражнения для развития физических качеств;
- D. Физкультурно-оздоровительная деятельность.

2. Вставка буквы/текста

Тактические действия, это _____ игроков направленные на достижение победы.

- A. Борьба;
- B. Взаимодействия;

3. Установление соответствий

Соотнесите виды спорта с видами с основными приемами

- 1. Баскетбол -
- 2. Волейбол –
- 3. Футбол –

- A. Ведение мяча, удары по мячу, остановка; отбор
- B. Стойки, ведение, ловля, броски в кольцо мяча
- C. подача, прием, блокирование; удар по мячу.

Вариант 2

1. Множественный выбор

Выберете групповые игры с мячом

- A. Баскетбол;
- B. теннис;
- C. волейбол;
- D. гольф

2. Вставка буквы/текста

Техника и тактика, _____

- A. противоречат друг другу;
- B. неразрывно связаны;

3. Множественный выбор

Упражнения для развития физических качеств для игры в волейбол:

1. Разнообразные броски набивных мячей;
2. Плавание на длительные дистанции;
3. Становая тяга весом от 20 кг;
4. Передача двумя руками сверху набивного мяча.

Проверьте себя по теме: «Баскетбол».

1. В каком году и в какой стране появился баскетбол?

- а) в 1891 году в США
- б) в 1890 году в Канаде
- в) в 1901 году в Италии
- г) в 1932 году в Греции

2. Какие физические качества формирует игра баскетбол?

- а) гибкость и ловкость
- б) скоростно-силовые
- в) выносливость и точность
- г) координацию движений

3. В баскетбол играют две команды по:

- а) 6 игроков
- б) 7 игроков
- в) 5 игроков
- г) 8 игроков

4. Основная цель игры «баскетбол»

- а) забросить мяч в корзину соперника
- б) помешать команде соперника завладеть мячом
- в) забросить мяч руками в корзину соперника
- г) потренироваться в беге

5. Сколько таймов продолжается игра?

- а) 3 тайма
- б) 2 тайма

в) 4 тайма

г) 1 тайм

8. Сколько раз можно заменить игроков во время остановки игры?

а) неограниченное количество

б) 4 раза

в) 3 раза

г) 2 раза

9. Сколько времени отводится на штрафной бросок?

а) 2 секунды

б) 3 секунды

в) 5 секунд

г) 4 секунды

10. Сколько очков дает штрафной бросок?

а) одно очко

б) два очка

в) три очка

г) три очка

11. Назовите нарушение, которое не относится к игре «баскетбол»

а) аут

б) пробежка

в) двойное ведение

г) заступ в зону противника

12. Найдите соответствие между нарушением и его определением:

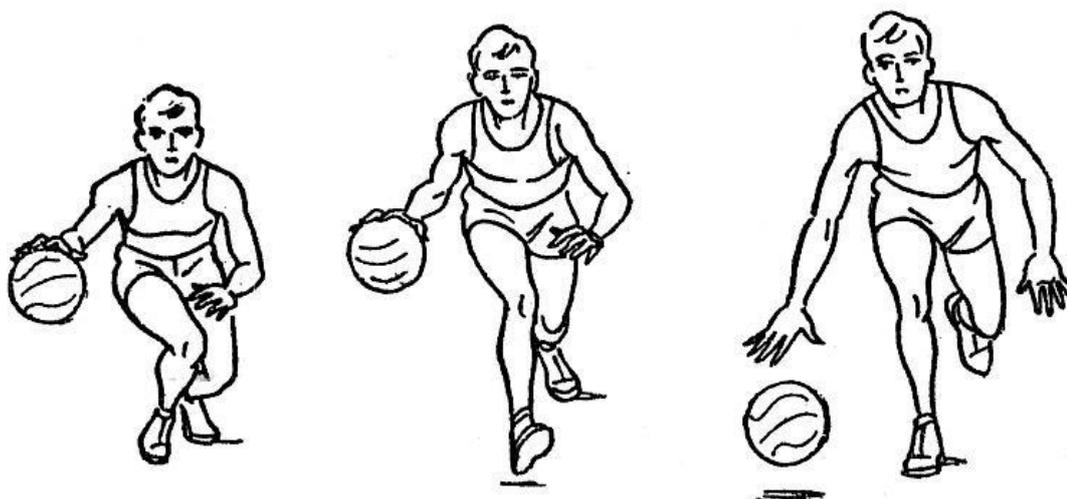
нарушение	определение
А) Плотное опекаемый игрок в)	а) игрок, контролирующий мяч, совершает перемещение ног сверх ограничений, установленного правилами
Б) Фол г)	б) мяч уходит за пределы игровой площадки.
В) Пробежка а)	в) игрок не начинает ведение, не отдает передачу и не делает бросок по кольцу в течение 5 секунд при активной защитной стойке соперника
Г) Аут б)	г) нарушение правил, вызванное персональным контактом или неспортивным поведением.

Подвижные игры с элементами баскетбола**“Заколдованные”****(отработка техники ведения мяча).**

Выбираются два водящих, задача которых осалить “заколдовать” играющих. Все играющие перемещаются по залу с ведением мяча, кого водящие осалят, принимают исходное положение “ноги врозь, мяч над головой”. Если любой из игроков пролезет у осаленного под ногами, он его освобождает.

Правила игры. Выигрывают водящие, осалившие как можно больше играющих.

Игра 5 -7 мин.



“Мяч водящему”

(отработка техники ловли и передачи мяча).

Задачи: Учить детей передавать мяч двумя руками от груди и ловить его. Развивать умение согласовывать свои действия с действиями товарищей.

Дети делятся на команды, образуя большой круг. В центре круга – водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч своим игрокам, стараясь не уронить, по кругу. Когда мяч обойдет всех игроков круга (1 круг), водящий поднимает его вверх.

Правила игры: Побеждает команда, быстрее и меньшее количество раз уронившая мяч.

