

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Худин Александр Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 25.09.2024 19:55:43

Уникальный программный ключ:

08303ad8de1c60b987361de7085acb509ac7da143f415362ffaf0ee37e73fa19

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курский государственный университет»

Колледж коммерции, технологий и сервиса

***Методические рекомендации к практическим занятиям
по дисциплине ОП.15.3 «Баскетбол»***

Специальность 49.02.01 Физическая культура



Разработчик: Демин И.В.
к.психол.н., доцент кафедры
теории и методики физической культуры
ФГБОУ ВО «Курский государственный университет»

Пояснительная записка

Программа дисциплины «Баскетбол» предназначена для изучения в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена. Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Баскетбол», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом

Содержание программы «Баскетбол» направлено на достижение следующих **целей:**

- • использовать приобретенные знания в решении конкретных педагогических задач физического воспитания школьников различных возрастно-половых групп;
- самостоятельно работать с научно-методической литературой и составлять учебную документацию;
- освоить технику специальных упражнений для игры в баскетбол;
- планировать, проводить и анализировать занятия по баскетболу;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
- быть готовым к постоянному профессиональному росту, приобретению новых знаний, к творческой самореализации;
- использовать специальную терминологию;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 1 - Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 2 - Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК 4 - Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 6 - Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения

ОК 8 - Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

ПК 1.1. - Планировать и анализировать физкультурно- спортивную работу.

ПК 1.2. - Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.

ПК 1.3. - Организовывать и проводить физкультурно- оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.

ПК 1.5. - Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно спортивного комплекса.

ПК 2.1. - Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно спортивной работы.

ПК 3.1. - Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.

ПК 3.2. - Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 3.3. - Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура».

ПК 3.5. - Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.

Литература:

1. Авлиахметов, Т.Р. Баскетбол для учителя физической культуры: учебное пособие:— БГПУ имени М. Акмуллы, 2014. — 189 с.
2. Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: учебное пособие.— М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.
3. Роуз Ли. Баскетбол чемпионов: основы. — М.: Человек, 2014. — 272 с.
4. Фомин, Е.В. Волейбол. Начальное обучение: — М.: Спорт, 2015. — 88 с.
5. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: - М.: Академия, 2004. – 276 с.
6. Полишкиса М.С., Футбол: - М.: Физкультура, образование и наука, 1999. – 203 с.
7. Ковалева С.А., Кравченко Н.Н., Гандбол. Зеленоград: ФГБОУ ВО Донской ГАУ. 2019 – 45 с.

Дополнительные источники:

1. Единая Всероссийская спортивная классификация. - М.: ФиС, 2010.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2010.- 336 с.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2008.- 336 с.
4. Иноземцева, Т.А. Совершенствование точности бросков в баскетболе. Методические рекомендации: учебно-методическое пособие. —Томск.:, 2010. — 38 с.

5. Программы ДЮСШ по баскетболу, волейболу, футболу. - М.: ФиС, 2009.
6. Правила соревнований по баскетболу, волейболу, футболу, ручному мячу, настольному теннису, бадминтону. - М.: ФиС, 2010.
7. Портнов, Ю.М. Баскетбол [Текст]/ Ю.М.Портнов. - М.: ФиС, 1988.
8. Ковалев, В.Д. Спортивные игры. М.[Текст]/ В.Д., Ковалев. – М.:Просвещение, 1988.
9. Джек Р. Вуден. Современный баскетбол. М. [Текст]/ Джек Р. Вуден. – М.: ФиС, 1998.
10. Клещев, В.И. Тактическая подготовка волейболистов В.И. Клещев, В.А. Тюрин, Ю М. Фураев. М.: ФиС, 1998.

Интернет-ресурсы:

1. Электронная библиотечная система «Научная библиотека КГУ»
<http://www.lib.kursksu.ru/>;
2. Электронно-библиотечная система IPRBooks
<http://www.iprbookshop.ru/>;
- 3 - Электронная библиотека Юрайт <http://www.biblio-online.ru/>
- 4 Российский образовательный портал
<http://www.school.edu.ru/default.asp>;
- 5 Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/>;
- 6 Федеральная университетская компьютерная сеть России
<http://www.runnet.ru/>;
- 7 - Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" <http://window.edu.ru/>.
- 8 - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>
- 9 - <http://uisrussia.msu.ru> – Университетская информационная система «Россия».

Общие требования к практическим занятиям

Практические занятия, являясь основной формой обучения, имеют ряд особенностей, отличающих их от всех других форм физической культуры:

1) содержание практических занятий включает в себя разучивание и совершенствование отдельных упражнений, приемов и действий; изучение основных способов и методов проведения физических качеств; формирование и совершенствование методических знаний, умений и навыков;

2) практические занятия проводятся в сетке расписания занятий и не могут быть отменены;

3) в процессе практических занятий совершенствуются навыки, но и развиваются физические, морально-волевые и психологические качества.

При организации и проведении практических занятий по баскетболу необходимо учитывать следующее:

- выполнение упражнений по баскетболу, предполагает достижение предельных и максимальных нагрузок; большинство упражнений требует максимальной амплитуды движений в минимальный промежуток времени, что обуславливает обязательное проведение тщательной разминки;

- занятия проводятся, как на открытом воздухе в любых погодных и климатических условиях, так и спортивных залах;

- подготовка мест для занятий требует соблюдения техники безопасности и разметки спортивных площадок, прописанных в правилах игры в баскетбол;

- при хорошей организации занятий по баскетболу упражнения могут выполнять одновременно большое количество обучаемых;

- специфика проведения занятий на открытом воздухе, насыщенность достаточно сложными упражнениями и высокая физическая нагрузка при часто встречающейся неоднородности в уровне физической подготовленности обучаемых предполагают широкое использование индивидуального под-

хода в обучении, внесение определенных изменений по ходу занятий (время разминки, нагрузка упражнений и др.) и тщательный контроль за состоянием занимающихся;

- практические занятия по баскетболу всегда решают определенные образовательные и воспитательные задачи.

Рекомендации по организации практических занятий

Основной формой практических занятий является групповое занятие по баскетболу, изучение которых составляет основную задачу дисциплины.

Структура организации практических занятий студентов включает следующие элементы:

1. Подготовительная часть практического занятия

Задачами подготовительной части (10–25 мин.) являются:

- 1) организация занимающихся;
- 2) подготовка организма обучаемых к работе в основной части занятия.

Основные средства для решения первой задачи: построение, проверка по списку, краткое объяснение содержания и задач занятия, упражнения на внимание.

Основные средства для решения второй задачи:

Ввиду достаточной объемности и важности второй задачи, целесообразно разделить ее решение на три последовательных этапа:

- 1) "разогревание" организма обучаемых;
- 2) развитие гибкости (подвижности суставов, повышение эластичности мышц и связок);
- 3) подготовка опорно-двигательного аппарата к нагрузкам основной части занятия.

2. Основная часть практического занятия

Задачами основной части являются:

- 1) развитие физических качеств;

2) освоение и совершенствование двигательных и профессионально-прикладных навыков;

3) формирование методических и теоретических знаний, умений, навыков;

4) воспитание обучаемых, развитие у них волевых качеств, уверенности в своих силах, способности к коллективному взаимодействию.

В основную часть практического занятия, как правило, должны включаться изучение техники или технико-тактических упражнений (индивидуальное совершенствование, броски, передачи, дриблинг или выполнение упражнений командного взаимодействия). Количество видов, включаемых в занятие, а также время, отводимое для них, зависят от продолжительности урока. При одночасовом занятии (в школе) в основную часть могут быть включены эстафеты с мячами, техника передачи мяча, ведение мяча. При этом время распределяется следующим образом: на подготовительную часть, проводимую в составе группы (класса), – 5 мин., основную – 36 мин., заключительную – 4 мин.

Если в основную часть занятия включены выполнение упражнений командного взаимодействия, то при достаточном количестве подготовленных мест занятий и инвентаря основную часть можно проводить следующим образом: вначале две группы (команды) отрабатывают держание мяча с различными заданиями (пас на третьего, передача через ведение, завести или закинуть мяч в определенный сектор, кольцо).

В младшем школьном возрасте ведущее место должен занимать игровой метод. Игры и игровые упражнения используются при изучении отдельных элементов. Сначала проводятся соревнования на правильность и точность выполнения, и затем на точность и быстроту. Главное место в обучении детей должны занять подвижные игры. Посредством их осуществляется обучение и технике, и тактике. Вначале используются игры, в которых играющие не вступают в непосредственную борьбу друг с другом. Затем предлагаются игры с борьбой за мяч. Изучение отдельных приемов должно проходить с соблюдением такой последовательности:

- 1) от движений без мяча к движениям с мячом;
- 2) от упражнения на месте к упражнению во время бега;
- 3) от простых, одиночных движений к движениям сложным, комбинированным;
- 4) от движений ритмичных, медленных к движениям неритмичным, выполняемым с соревновательной скоростью

Особенно полезно самому учителю включаться в игру, показывая детям образцы правильной техники и тактики.

В работе с детьми 10-12 летнего возраста главный упор делается на овладение техникой и индивидуальными тактическими действиями. На занятиях очень важно уделять серьёзное внимание развитию зрительной ориентировки.

Специальные упражнения, развивающие этот навык, выполняются как в основной, так и в подготовительной части урока.

Для занятий с подростками 13-15 лет характерна значительно большая глубина технико-тактической подготовки.

Изучение игровых действий проводится аналитико-синтетическим методом, когда определённые игровые положения делятся на типовые комбинации и последовательно изучаются входящие в них индивидуальные и групповые действия, которые затем соединяются.

Для облегчения усвоения материала в урок включается изучение не более одного-двух технических приёмов.

Важнейшей задачей в занятиях со старшей группой следует считать достижение высокого совершенства в выполнении всех технических приёмов и овладение тактикой командной игры. Поэтому совершенствовать технико-тактическую подготовку в старших классах целесообразно в условиях, максимально приближенных к игровым.

Вместе с тем необходимо помнить, что большое внимание в ходе занятий должно быть уделено профессионально значимым упражнениям, а также

тем физическим качествам (двигательным навыкам), которые наиболее слабо развиты у обучаемых.

При двухчасовом (90-минутном) занятии соответственно увеличивается время на подготовительную (до 15–25 мин.), основную (до 58–70 мин.) и заключительную (до 5–7 мин.) части.

3. Заключительная часть практического занятия

Задачами заключительной части занятия являются:

- 1) приведение организма занимающихся в относительно спокойное состояние;
- 2) подведение итогов занятия.

Первая задача решается следующими средствами: медленный бег и ходьба, упражнения в глубоком дыхании и на расслабление мышц. Это необходимо в связи с тем, что в результате тренировки, физическая нагрузка значительно повышается. Плавное ее снижение – основная задача заключительной части.

В зависимости от величины тренировочной нагрузки основной части занятия обучаемые выполняют медленный бег, ходьбу до 3 мин.

Для решения второй задачи заключительной части занятия по окончании бега и ходьбы руководитель выстраивает группу в одну или две шеренги и делает краткий разбор занятия, дает указания по организации самостоятельной работы. В частности, он отмечает:

- в каком объеме выполнены поставленные перед занятием задачи;
- кто из обучаемых наиболее отличился;
- какие оценки получены на занятии (результаты выполнения упражнений);
- общие недостатки и называет фамилии наименее подготовленных обучаемых;
- дает задание для самостоятельной работы;
- отвечает на вопросы обучаемых.

Управление группой и поддержание дисциплины на практических занятиях – основа предупреждения травматизма. Основное средство – требовательность преподавателя к правильности и своевременности исполнения распоряжений. Необходимо требовать от занимающихся точного выполнения учебных заданий, например, если дано задание пробежать отрезок дистанции с определенной скоростью, то обучающиеся должны бежать именно столько метров и именно так, как распорядился руководитель.

Практические занятия на тему: «Баскетбол в системе физического воспитания»

Цели и задачи:

- Объяснить значимость игры в баскетбол в учебном процессе.
- Объяснить классификацию техники игры в баскетбол
- Объяснить технику безопасности при занятиях баскетболом

Литература:

1. Авлиахметов, Т.Р. Баскетбол для учителя физической культуры: учебное пособие:— БГПУ имени М. Акмуллы, 2014. — 189 с.
2. Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: учебное пособие.— М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.
3. Роуз Ли. Баскетбол чемпионов: основы. — М.: Человек, 2014. — 272 с..

Дополнительная литература:

1. Единая Всероссийская спортивная классификация. - М.: ФиС, 2010.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2010.- 336 с.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2008.- 336 с.
4. Иноземцева, Т.А. Совершенствование точности бросков в баскетболе. Методические рекомендации: учебно-методическое пособие. — Томск:, 2010. — 38 с.
5. Программы ДЮСШ по баскетболу, волейболу, футболу. - М.: ФиС, 2009.

План:

1. Ознакомление техникой безопасности при занятиях баскетболом
2. Изучить краткую характеристику значимости игры в баскетбол в учебном процессе.
3. Ознакомление с классификацию техники игры в баскетбол
4. Разучить подводящие упражнения для разминки перед занятием по баскетболу

Практические занятия на тему: «Техника безопасности, инвентарь, оборудование для занятий баскетболом»

Цели и задачи:

- Обучить методике выбора инвентаря и оборудования для занятий баскетболом.
- Обучить разновидностям спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий баскетболом.

Литература:

1. Авлиахметов, Т.Р. Баскетбол для учителя физической культуры: учебное пособие:— БГПУ имени М. Акмуллы, 2014. — 189 с.
2. Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: учебное пособие.— М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.
3. Роуз Ли. Баскетбол чемпионов: основы. — М.: Человек, 2014. — 272 с..

Дополнительная литература:

1. Единая Всероссийская спортивная классификация. - М.: ФиС, 2010.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2010.- 336 с.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2008.- 336 с.
4. Иноземцева, Т.А. Совершенствование точности бросков в баскетболе. Методические рекомендации: учебно-методическое пособие. —Томск;, 2010. — 38 с.
5. Программы ДЮСШ по баскетболу, волейболу, футболу. - М.: ФиС, 2009.

План:

Практические занятия

1. Овладеть методикой выбора инвентаря и оборудования для занятий баскетболом в зависимости от направления занятия.
2. Обучение разновидностям спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий баскетболом в зависимости от направления занятия.

Практические занятия на тему: «Основы судейства по баскетболу»

Цели и задачи:

- Обучить основным правилам игры в баскетбол.

- Обучить правилам соревнований по баскетболу.
- Обучить классификация соревнований и особенностям проведения соревнований по баскетболу.

Литература:

1. Авлиахметов, Т.Р. Баскетбол для учителя физической культуры: учебное пособие:— БГПУ имени М. Акмуллы, 2014. — 189 с.
2. Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: учебное пособие.— М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.
3. Роуз Ли. Баскетбол чемпионов: основы. — М.: Человек, 2014. — 272 с..

Дополнительная литература:

1. Единая Всероссийская спортивная классификация. - М.: ФиС, 2010.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2010.- 336 с.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2008.- 336 с.
4. Иноземцева, Т.А. Совершенствование точности бросков в баскетболе. Методические рекомендации: учебно-методическое пособие. —Томск:, 2010. — 38 с.
5. Программы ДЮСШ по баскетболу, волейболу, футболу. - М.: ФиС, 2009.

План:

1. Обучить основным правилам игры в баскетбол и на примере обучающей игры поэтапно разобрать правила.
2. Обучить правилам соревнований по баскетболу.

3. Овладеть методикой организации проведения соревнований по баскетболу.
4. Обучение особенностям проведения соревнований по баскетболу.

Практические занятия на тему: «Методика начального обучения игре в баскетбол»

Цели и задачи:

- Обучить специально-подготовительным упражнениям перед занятием баскетболом.
- Обучить упражнениям для формирования «чувства мяча».
- Обучить упражнениям для развития координации, необходимой для игры в баскетбол.

Литература:

1. Авлиахметов, Т.Р. Баскетбол для учителя физической культуры: учебное пособие:— БГПУ имени М. Акмуллы, 2014. — 189 с.
2. Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: учебное пособие.— М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.
3. Роуз Ли. Баскетбол чемпионов: основы. — М.: Человек, 2014. — 272 с..

Дополнительная литература:

1. Единая Всероссийская спортивная классификация. - М.: ФиС, 2010.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2010.- 336 с.

3. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2008.- 336 с.
4. Иноземцева, Т.А. Совершенствование точности бросков в баскетболе. Методические рекомендации: учебно-методическое пособие. —Томск., 2010. — 38 с.

План:

1. Разучивание основных специально-подготовительных упражнений перед занятием баскетболом.
2. Обучение подготовительным упражнениям для формирования «чувства мяча».
3. Разбор упражнений для формирования «чувства мяча».
4. Особенности методики упражнений для развития координации, необходимой для игры в баскетбол.

Практические занятия на тему: «Техника и методика обучения передачам и ловле мяча»

Цели и задачи:

- Обучить классификации передач и ловли мяча в баскетболе.
- Обучить технике выполнения передач мяча в баскетболе.
- Обучить технике выполнения ловли мяча в баскетболе.

Литература:

- 1.Авлиахметов, Т.Р. Баскетбол для учителя физической культуры: учебное пособие:— БГПУ имени М. Акмуллы, 2014. — 189 с.
- 2.Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: учебное пособие.— М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.

3.Роуз Ли. Баскетбол чемпионов: основы. — М.: Человек, 2014. — 272 с..

Дополнительная литература:

1. Единая Всероссийская спортивная классификация. - М.: ФиС, 2010.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2010.- 336 с.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2008.- 336 с.
4. Иноземцева, Т.А. Совершенствование точности бросков в баскетболе. Методические рекомендации: учебно-методическое пособие. —Томск., 2010. — 38 с.

План:

1. Разучивание отдельных элементов техники выполнения передачи мяча в баскетболе.
2. Овладение основными техническими навыками передачи мяча в баскетболе.
3. Овладение основными техническими навыками передачи мяча различными способами.
4. Разучивание отдельных элементов техники выполнения ловли мяча в баскетболе.
5. Овладение основными техническими навыками ловли мяча в баскетболе.
6. Овладение основными техническими навыками ловли мяча различными способами.

Практические занятия на тему: «Техника и методика ведения мяча»

Цели и задачи:

- Обучить технике выполнения ведения мяча на месте.
- Обучить технике выполнения ведения мяча в движении.
- Обучить методике обучения ведения мяча различными способами.
- Обучить разбирать основные ошибки при выполнении ведения мяча в баскетболе.

Литература:

1. Авлиахметов, Т.Р. Баскетбол для учителя физической культуры: учебное пособие:— БГПУ имени М. Акмуллы, 2014. — 189 с.
2. Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: учебное пособие.— М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.
3. Роуз Ли. Баскетбол чемпионов: основы. — М.: Человек, 2014. — 272 с..

Дополнительная литература:

1. Единая Всероссийская спортивная классификация. - М.: ФиС, 2010.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2010.- 336 с.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2008.- 336 с.
4. Иноземцева, Т.А. Совершенствование точности бросков в баскетболе. Методические рекомендации: учебно-методическое пособие. —Томск., 2010. — 38 с.

План:

1. Обучение основным способам выполнения ведения мяча на месте.
2. Обучение основным способам выполнения ведения мяча в движении.
3. Овладение методикой обучения ведения мяча различными способами.
4. Обучение разбору основных ошибок при выполнении ведения мяча в баскетболе.

Практические занятия на тему: «Техника и методика обучения остановкам»

Цели и задачи:

- Разучить по элементам правильную остановку баскетболиста во время игры
- Обучить технике остановкам баскетболиста различными способами.
- Обучить методике определения ошибок при выполнении остановки баскетболиста во время игры

Литература:

1. Авлиахметов, Т.Р. Баскетбол для учителя физической культуры: учебное пособие:— БГПУ имени М. Акмуллы, 2014. — 189 с.
2. Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: учебное пособие.— М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.
3. Роуз Ли. Баскетбол чемпионов: основы. — М.: Человек, 2014. — 272 с..

Дополнительная литература:

1. Единая Всероссийская спортивная классификация. - М.: ФиС, 2010.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2010.- 336 с.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2008.- 336 с.
4. Иноземцева, Т.А. Совершенствование точности бросков в баскетболе. Методические рекомендации: учебно-методическое пособие. —Томск., 2010. — 38 с.

План:

1. Обучение по элементам правильной остановке баскетболиста во время игры.
2. Обучение технике остановки баскетболиста различными способами
3. Обучение методике определения ошибок при выполнении остановки баскетболиста во время игры.
4. Учебно – тренировочная игра.

Практические занятия на тему: «Техника и методика обучения бросков в движении»

Цели и задачи:

- Разучивание элементов выполнения бросков с двух шагов в баскетболе
- Обучить технике выполнения бросков с двух шагов
- Обучить методике закрепления и совершенствования броска в движении с двух шагов с помощью упражнений.

- Обучить методике начального обучения броску в движении с двух шагов.
- Освоить учебно – тренировочную игру в баскетбол

Литература:

1. Авлиахметов, Т.Р. Баскетбол для учителя физической культуры: учебное пособие:— БГПУ имени М. Акмуллы, 2014. — 189 с.
2. Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: учебное пособие.— М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.
3. Роуз Ли. Баскетбол чемпионов: основы. — М.: Человек, 2014. — 272 с..

Дополнительная литература:

1. Единая Всероссийская спортивная классификация. - М.: ФиС, 2010.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2010.- 336 с.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол: учебник для ВУЗов. - М.: Академия, 2008.- 336 с.
4. Иноземцева, Т.А. Совершенствование точности бросков в баскетболе. Методические рекомендации: учебно-методическое пособие. —Томск., 2010. — 38 с.

План:

1. Обучить элементам выполнения бросков с двух шагов в баскетболе
2. Обучить технике выполнения бросков с двух шагов
3. Обучить методике закрепления и совершенствования броска в движении с двух шагов с помощью упражнений.

4. Обучить методике начального обучения броску в движении с двух шагов.
5. Овладеть учебно – тренировочной игрой в баскетбол с использованием ранее изученных технических элементов.