

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа №1»

« Принято»
на заседании
тренерского (методического) совета
Протокол № ~~5~~ от «~~21~~» декабря 2017г.



«Утверждаю»

Директор МБУ ДО «ДЮСШ №1»

Н.Е. Арсеньева

Приказ от 09.01 2018г. № 3-9

Методическая работа
«Подвижные игры как средство
развития физических качеств и
обучения детей младшего школьного
возраста игре в баскетбол»

Выполнила: Кузнецова Ю.В. -
тренер-преподаватель
МБУ ДО «ДЮСШ №1».



22.12.2017г

Алексин
2017 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Роль и значение подвижных игр	3
2. Игры, направленные на развитие силы.....	4
3. Игры, направленные на развитие быстроты.....	5
4. Игры для развития ловкости.....	6
5. Игры для развития гибкости.....	7
6. Игры с элементами игры в баскетбол.....	8
7. Эстафеты с элементами баскетбола.....	9
8. Заключение	11

Баскетбол – это игра. Подбирая игры для занятий баскетболом, надо исходить из того, что они должны максимально ему соответствовать и развивать необходимые качества. При этом игры должны быть такими, чтобы в них не было предусмотрено выбывание игроков, потому что первыми из игры выбывают, как правило, наиболее слабые учащиеся, которым как раз, наоборот, надо больше участвовать в играх и тренироваться.

1. Роль и значение подвижных игр.

Подвижные игры различной направленности являются очень эффективным средством комплексного совершенствования двигательных качеств. К основным физическим качествам относят мышечную силу, быстроту, выносливость, гибкость и ловкость. Подвижные игры в наибольшей степени позволяют совершенствовать эти качества.

Ценность игр заключается в том, что приобретенные умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в новых, быстро изменяющихся условиях, которые предъявляют к детям другие требования. Элементарные умения и навыки, приобретенные учащимися в игровых условиях не только сравнительно легко перестраиваясь при последующем, более углубленном изучении техники движений, но даже облегчают дальнейшее овладение соответствующими техническими приемами. А на этапе совершенствования двигательных действий и неоднократное повторение в игровых условиях помогает развивать у учащихся способность наиболее экономно и целесообразно выполнять многие изучаемые движения в целостном, законченном виде.

На начальном этапе обучения иногда целесообразно применять свободные действия и любимые игры детей (с мячом), пользуясь имеющимся разнообразным оборудованием на площадке. Можно предложить следующие игры: «За мячом», «Поймай мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч», «Борьба за мяч», «У кого меньше мячей», «Мяч ведущему», «Мяч в воздухе», «Передал - садись», «Перестрелка».

Таким образом, игровой метод служит необходимым условием при обучении игре в баскетбол. Игра создает благоприятный эмоциональный настрой детей; дает возможность обучать игре даже тех, кто не хочет или не может (в силу своих недостаточно развитых коммуникативных способностей) играть в баскетбол. Через игру педагог может сплотить детский коллектив. В игровой ситуации дети лучше осваивают элементы баскетбола, нарабатывают навык владения мячом.

Насколько интересно увлеченно будет игра, настолько сплоченнее, качественнее будут играть в баскетбол дети.

Педагог должен быть организатором игры и воспитателем детей в процессе ее проведения. Используя игру, педагог стремится:

1. Укрепить здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию.
2. Содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками.
3. Воспитывать у детей морально - волевые и физические качества.

Игры должны соответствовать подготовленности занимающихся. Каждая игра должна быть такой трудности, чтобы ее участники могли преодолеть препятствия на пути к достижению цели. Игра, в которой играющие не преодолевают трудностей, не прилагают усилий, не заинтересует детей, не будет иметь педагогической ценности, так как не развивает волевых качеств и способностей учащихся. Выбор игры, прежде всего, должен зависеть от задачи, поставленной перед занятием. Для подбора подвижных игр следует использовать игры типа гонок и эстафет, игры единоборства, сюжетные игры.

Необходимо также использовать игры для развития согласованных действий воспитание внимания, решительности, взаимовыручки и игры для преимущественного развития, какого - либо физического качества. В играх развиваются комплексно все физические качества. Однако в зависимости от характера и условий игра может развивать

преимущественно, какое – либо одно качество. Остальные физические качества в этом случае также совершенствуются, но в меньшей степени.

2. Игры, направленные на развитие силы.

В играх, способствующих развитию силы, занимающиеся преодолевают собственный вес, вес отягощения, сопротивление противника. В таких играх используются предметы: набивные мячи, гантели, скамейки и т.д. или партнёр по тренировке. Для проведения игр с преодолением собственного веса используются: гимнастическая стенка, брусья, вертикальный канат. Нередко такие игры не требуют инвентаря и связаны с перемещением по площадке в упоре лёжа, в упоре сзади, с выпрыгиванием. Эмоциональная окраска подобных испытаний заставляет участников игр проявить максимальные усилия для достижения как личной, так и командной победы.

В игре не следует давать начинающим в большом объёме упражнение с около предельными и предельными нагрузками. Эмоциональный подъём часто не может компенсировать их недостаточной физической подготовленности.

1. «Кто дальше»

Подготовка: занимающиеся становятся на лицевой линии площадки с набивными мячами.

Описание игры: каждый занимающийся берёт набивной мяч (масса 1-2 кг), и.п. - мяч сзади за спиной, резко наклоняясь вперед и поднимая руки назад - вверх резко выбросить мяч через голову.

Выигрывает тот, кто дальше бросит.

Вариант бросков:

- а) снизу двумя руками;
- б) сверху из-за головы двумя руками;
- в) с боку (справа или слева) двумя руками, стоя вполборота к направлению броска;
- г) одной рукой снизу;
- д) одной рукой сбоку;
- е) одной рукой сверху.

Условия выполнения задания те же.

2. «Толкание ядра».

Подготовка: занимающиеся становятся на лицевой линии площадки.

Описание игры: толкание «ядра» (набивного мяча) выполняется правой (левой) рукой от плеча. Задание можно делать с места или со скачка. Каждый участник выполняет по три попытки, в зачет идёт лучший результат. При толкании левой и правой рукой можно два лучших результата суммировать, и по этому показателю определить победителя.

3. «Перетягивание».

Подготовка: по два занимающихся стоят в круге диаметром 2-4 м, взяв один другого за правую или левую руку.

Описание игры: каждый старается перетянуть соперника за линию позади себя.

4. « Кто сильнее ».

Подготовка: по два игрока стоят между двумя чертами, проведенными 2-4 м одна от другой, оперевшись друг другу в предплечья.

Описание игры: каждый старается вытолкнуть соперника за его линию.

Варианты: игроки стоят спиной к друг другу, сцепившись руками, полусогнутыми в локтях;

игроки сидят спиной к друг другу;

игроки занимают положение, в упоре лежа, упираясь друг в друга правым или левым плечом.

5. «Удержись в круге».

Подготовка: взявшись за руки, игроки становятся вокруг прочерченного круга.

Описание игры: перетягиванием и толканием игроки стараются вынудить друг друга или одна команда другую зайти в круг.

Кто попал в круг, получает штрафное очко или выбывает из игры.

Соревнование проходит по способу: один против одного или команда против команды – кто останется в поле?

5. «На прорыв».

Подготовка: несколько игроков, взявшись за руки, образуют круг. Остальные располагаются в круге.

Описание игры: по сигналу игроки идут на «прорыв» круга; игроки, образующие круг, препятствуют этому.

Выигрывает команда, которая сможет вырваться из круга или за сколько времени они смогут вырваться из круга?

6. «Крепче круг»

Подготовка: игроки образуют круг, взявшись за руки.

Описание игры: игроки сходятся вплотную друг к другу. По сигналу все отбегают назад. Кто не выдерживает рывка и отпускает руки, выбывает из игры или получает штрафное очко.

7. «Ванька- встанька»

Подготовка: один игрок стоит, вытянув руки вдоль туловища. Все остальные усаживаются вокруг него вплотную, поджав ноги, и протягивают к нему руки.

Описание игры: «Ванька-встанька» падает на вытянутые руки сидящих игроков, которые все время отталкивают его от себя.

Оценка: кто не смог оттолкнуть «Ванька-встаньку» от себя, сам выходит в круг.

7. «Бой петухов».

Описание игры: два игрока выходят на середину круга. Скрестив руки на груди, они прыгают на одной ноге. Каждый старается толчком вытеснить соперника из круга или вывести друг друга из равновесия (т.е. заставить встать на обе ноги).

8. «Бег на руках».

Подготовка: играющие рассчитываются на первый - второй и разбиваются на пары. Затем выстраиваются вдоль лицевой линии.

Описание игры: первые номера принимают упор лёжа, вторые - берут их за ноги. По сигналу пары устремляются до контрольной линии. При достижении контрольной отметки движение начинают следующие два игрока. Побеждает команда, раньше всех закончившая игру.

3. Игры, направленные на развитие быстроты.

Быстрота – это способность совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени. Быстрота в определённой степени зависит от силы мышц. Большое значение имеет подвижность в суставах и способность мышц-антагонистов к растягиванию. Выполнять все упражнения следует в максимально быстром темпе. Продолжительность выполнения одной серии 10-20 с. Паузы отдыха – 1-1,5 мин.

Упражнения, способствующие воспитанию быстроты, не следует выполнять в состоянии утомления, иначе резко нарушается координация движений и теряется способность выполнять их быстро и правильно. Поэтому упражнения на развитие быстроты рекомендуется выполнять в первую половину тренировочного занятия, причем в небольших объёмах.

1. «Вызов номеров».

Подготовка: каждая группа рассчитывается по порядку номеров. Ведущий громко называет число. Игрок под этим номером из каждой команды сразу же стартует, пробегает обозначенную дистанцию и возвращается на своё место.

Описание игры: группы выстраиваются в колонны по одному рядом. По сигналу

нужно пробежать до отметки поворота.

2. «Эстафета».

Подготовка: участники эстафеты выстраиваются в колонны рядом.

Описание игры: по сигналу стартуют по одному участнику от каждой команды. Они пробегают установленную дистанцию, а затем, коснувшись рукой следующего игрока своей команды, становятся в конец своей колонны. Команда заканчивает эстафету, когда последний номер встанет на своё место.

3. «Черные и белые».

Подготовка: в центре поля на расстоянии 1-3 метра одна от другой выстраиваются команды „черных” и „белых”.

Описание игры: как только руководитель назовёт: „черные”, то они становятся преследуемыми, а «белые» преследуют их. Каждый может быть запятнан несколькими ловцами.

4. «Волки и овцы».

Подготовка: назначается водящий, он располагается в середине площадки. Все остальные – свободные игроки занимают место на противоположной стороне поля.

Описание игры: свободные игроки - «овцы», стараются перебежать на другую сторону площадки, стараясь убежать от «волка».

5. «Простые пятнашки».

Подготовка: игроки делятся на ловцов и свободных игроков.

Описание игры: каждый ловец, запятнавший свободного игрока, меняется с ним ролями.

Оценка: кого запятнают меньше количество раз.

6. «Лови мяч»

Подготовка: игроки делятся на две команды. На расстоянии 5м от каждой колонны чертится круг.

Описание игры: по сигналу игроки с баскетбольными мячами в руках бегут в круг и бросают мяч вторыми номером, а сами бегут в колонну назад. Выигрывает команда, которая раньше закончит эстафету.

7. «Гонка мячей по кругу»

Подготовка: участники рассчитываются на 1-2 и становятся в круг через одного.

Описание игры: в кругу два мяча у капитанов. Мяч перебрасывают через одного своему игроку. Мяч должен обойти полный круг и вернуться к капитану. Получив мяч, капитан говорит: «Есть»!

8. «Охота на уток».

Подготовка: игроки, разбившись на "охотников" и "уток", образуют два круга большой и маленький. Маленький круг располагается внутри большого.

Описание игры: по сигналу игроки начинают движение по кругу. По второму сигналу "охотники" преследуют "уток", причём тех, напротив которых стояли вначале.

9. «Мяч среднему».

Подготовка: играющие образуют два круга, в середине которых стоят водящие с набивными мячами в руках.

Описание игры: по сигналу водящие начинают поочередно бросать мяч своим игрокам. Получив мяч от последнего игрока, водящий поднимает его вверх. Побеждает команда, которая раньше закончила игру. Кто уронил мяч, тот его и поднимает, получив штрафное очко.

4. Игры, направление на развитие выносливости.

В играх выносливость проявляется не в статических, а в динамических условиях работы, когда чередуются моменты напряжения и расслабления. Эти упражнения, особенно циклического характера, могут вызывать утомление, при этом наблюдается

снижение работоспособности. Поэтому такие упражнения следует давать во второй половине занятия.

1. «Рыбаки и рыбки».

Подготовка: игроки располагаются по кругу. В центре водящий со скакалкой.

Описание игры: водящий вращает скакалку под ногами играющих, все подпрыгивают, стараясь не задеть её. А кто все-таки задевает скакалку, становится сам на место «рыбака».

2. «Кто быстрее».

Подготовка: игроки разбиваются на две команды и становятся вдоль лицевой линии.

Описание игры: в середине площадки находится мяч; руководитель называет номер игроков, те устремляются к мячу, с целью быстрее завладеть мячом.

3. «Перехват мяча».

Подготовка: начертить три круга. В каждом кругу по три участника.

Описание игры: в пределах круга двое игроков перебрасывают друг другу мяч. Третий старается перехватить его.

4. «Тигробол».

Подготовка: игроки образуют круг 8 м, несколько «тигров» находятся в середине круга.

Описание игры: занимающиеся разыгрывают мяч между собой, «тигры» стараются коснуться мяча. Кто позволил «тигру» коснуться мяча становится на его место.

5. «Выбивалы».

Подготовка: игроки делятся на две команды. Одна команда располагается на одной половине площадки, а вторая на другой.

Описание игры: каждая команда старается выбить мячом игроков другой команды, разыгрывая мяч между собой.

6. «Регби».

Подготовка: на площадке две команды по 5 человек, 6-й в воротах.

Описание игры: мяч устанавливается в центре. Обе команды бегут за мячом от линии своих ворот. Каждая команда старается доставить мяч за линию ворот «соперника».

7. «Футбол на спине»

Подготовка: игроки располагаются в положении лежа на спине, упор руками сзади и разыгрывают мяч ногами. Команды стараются забить мяч в ворота соперника.

8. «Скачки».

Подготовка: играющие разбиваются на «наездников» и «коней».

Описание игры: пары выстраиваются вдоль лицевой линии, «наездник» сидит верхом на «коне».

Задача. Быстрее достичь противоположной лицевой линии.

9. «Сумей догнать»

Подготовка: на беговой дорожке 15 игроков. Они находятся на расстоянии 25 метров друг от друга.

Описание игры: по сигналу начинается бег. Необходимо догнать впереди бегущего игрока, но и не допустить, чтобы тебя догнал сзади бегущий.

5. Игры для развития ловкости.

Ловкость – это сложное комплексное качество, не имеющее единого критерия оценки. Под ловкостью понимают:

- способность быстро осваивать новые движения;
- способность осваивать сложные по координации движения;
- способность быстро найти выход из двигательной ситуации.

Это качество проявляется в умении быстро перестраиваться в соответствии с меняющейся обстановкой. Ловкость помогает в овладении спортивной техникой и ее

совершенствовании. Для воспитания ловкости используют самые разные упражнения.

1. «Зоркий глаз».

Во время ходьбы или бега, по зрительному сигналу занимающиеся выполняют заранее обусловленное действие. Например: поднятая вверх рука означает, что дети должны выполнить скачок вперёд и принять обусловленную стойку.

2. «Падающая палка».

Подготовка: учащиеся становятся в круг. В центре круга водящий, который придерживает за верхний конец палку, находящуюся в вертикальном положении.

Описание игры: водящий называет номер одного из игроков и отпускает палку, игрок должен сделать выпад вперед и схватить палку, не дав ей упасть.

3. «Мяч над веревкой».

Подготовка: через середину поля на высоте поднятой руки натягивается сетка или веревка. На каждой половине площадки располагается одна команда.

Описание игры: каждая команда старается бросить мяч над сеткой на поле соперника так, чтобы он коснулся земли и одновременно не допустить этого на своем поле.

4. «По наземной мишени».

Подготовка: на площадке чертятся два круга.

Описание игры: игроки по очереди разбегаются и бросают мяч в круг двумя руками. За удачное попадание команда получает очко.

5. «Смена кругов».

Подготовка: на площадке чертят круги. Одна команда становится в круги, другая между ними.

Описание игры: команда, находившаяся вне круга, старается отобрать мяч у игроков круга, которые перебрасывают мяч между собой, не выходя из круга.

6. Игры для развития гибкости.

Гибкость – это способность выполнять движения с большой амплитудой. Гибкость зависит от эластичности мышц, сухожилий и связок.

Гибкость проявляется при выполнении всех технических приемов. Поэтому высокая эластичность мышц, сухожилий и связок способствует хорошему ведению игры.

Основными средствами развития гибкости являются упражнения с малыми отягощениями, с партнёром и упражнения близкие по своей структуре к упражнениям баскетболиста, выполняющего технический приём.

1. «Кто быстрее передаст».

Подготовка: две команды выстраиваются в колонну. Дистанция между игроками в команде 1 м.

Описание игры: по сигналу обе команды начинают передавать мяч, сзади стоящему партнёру. Кто быстрее передаст мяч.

2. «Кто быстрее».

Подготовка: строятся две команды. У каждой набивной мяч, дистанция между партнерами -1м.

Описание игры: игроки передают мяч друг другу, поворачивая туловище направо, достигнув крайнего игрока, мяч передается в обратном направлении поворотом налево.

3. «Скамейка над головой».

Описание игры: по команде игроки наклоняются вправо и берут скамейку, переправляя ее над головой на другую сторону, потом переходят на другое место, чтобы скамейка оказалась слева, и выполняют упражнение вновь до условной линии. Игра выполняется по времени.

4. «Мостик и кошка».

Подготовка: строятся две команды. Каждая команда рассчитывается на первый-второй. Перед каждой командой чертятся по два круга.

Описание игры: по сигналу первые пары от каждой команды начинают эстафету. Оказавшись в первом кругу, один из игроков делает "мост", а второй пролезает под ним и бежит в другой круг, где принимает упор, стоя согнувшись. Его партнер пролезает под ним, после чего оба, взявшись за руки, бегут назад и передают эстафету следующей паре.

7. Игры с элементами игры в баскетбол

На основе современных представлений о путях и методах воспитания двигательных качеств у учащихся, можно предположить, что достаточно высокий эффект может быть достигнут путем применения определенного круга специальных физических упражнений, подвижных игр с так называемой «преимущественной направленностью».

1. Дальний бросок.

Играют две команды, которые выстраиваются в колонны, у направляющих по баскетбольному мячу. По сигналу первые номера выполняют оговоренный бросок, не заступая за стартовую линию. Игрок, чей мяч приземлился дальше, приносит своей команде выигрышное очко. Затем тоже задание поочередно выполняют остальные пары игроков.

2. Гонка за мячом.

Играют две команды, которые выстраиваются в шеренги спиной друг к другу, у направляющих по баскетбольному мячу. По сигналу первые номера шеренг выполняют оговоренный бросок, не заступая за стартовую линию. Игроки каждой шеренги наперегонки бегут за своим мячом, стараясь подобрать его раньше команды – соперницы. Тот, кому удалось подобрать мяч, становится водящим. Победителями объявляются игроки сумевшие подобрать мяч большее число раз за 3 – 5 минут игрового времени.

3. Перехват мяча.

Игроки выстраиваются в круг (у каждого мяч) и рассчитываются по порядку. Водящий находится в центре круга. Водящий называет два любых номера, игроки под этими номерами должны выполнить оговоренный бросок друг другу и поменяться местами. Водящий должен постараться перехватить один из мячей и занять свободное место, игрок, оставшийся без мяча и без места, становится водящим. Заняв новые места, игроки приобретают новые номера. За 3- 5 минут игры определяется самый быстрый, ловкий, «ловчий» игрок.

4. Займи свободное место.

Дети становятся в нарисованные круги или обручи, находящиеся в разных местах площадки. Игроки выполняют передачи друг другу, водящий старается перехватить мяч, если это ему удастся, раздается свисток; по свистку, дети меняются местами в обручах, а водящий старается занять любой из них. Игрок, который не успел занять место, становится водящим. Игрок, который ни разу не был водящим, объявляется «Шустриком».

5. Из рук в руки.

Дети стоят в двух шеренгах лицом друг к другу. Мячи в руках у детей одной шеренги. По сигналу нужно бежать навстречу друг другу. Добежав с ведением мяча до определенной отметки и передать мяч партнеру, затем продолжить бег к противоположной шеренге (игрок, получивший мяч, выполняет ведение) и занять место своего партнера. Выигрывает пара, которая не уронила мяч и быстрее встала напротив друг друга.

8. Эстафеты с элементами баскетбола

1. Ведение мяча с обводкой двух стоек: одну – справа, вторую – слева, ведение до лицевой линии – передача двумя руками от груди в стену, обратно ведение мяча.

2. Перемещение до средней линии выпадами с пронесом мяча под ногой, до лицевой линии – бег спиной вперед с ведением мяча любой рукой, обратно ведение мяча.

3. До лицевой линии бег с чередованием двух элементов: вращение вокруг туловища и подброс мяча вверх двумя руками с хлопком за спиной, обратно ведение мяча.

4. До средней линии прыжки на двух ногах с мячом между ног, до лицевой линии катим мяч по полу любой рукой, обратно ведение мяча.

5. На средней линии находится капитан команды. До линии нападения – каракатица с мячом на животе, с линии нападения, не вставая выполнить передачу двумя руками от груди капитану и встать на место капитана, который, получив мяч, выполняет ведение мяча до лицевой линии и обратно, оббегая на лицевой линии стойку.

6. На лицевой линии находится капитан. Бег с ведением мяча до второй линии нападения, далее передача двумя руками от груди с отскоком от пола капитану, капитан выполняет прямую передачу двумя руками от груди обратно, и снова передача с отскоком от пола капитану, после чего капитан убегает с ведением мяча в колонну, а участник, выполнявший задание, встает на его место.

7. Челночный бег с ведением мяча. До линии нападения обычный бег с ведением мяча, обратно бег спиной вперед с ведением мяча до линии старта, снова вперед до второй линии нападения, обратно спиной вперед до первой линии нападения, опять вперед до лицевой линии, обратно – обычный бег с ведением мяча левой рукой.

8. Две стойки находятся на линии нападения на расстоянии друг от друга 2-3м. участник с ведением мяча оббегает сначала первую стойку и возвращается на линию старта, затем вторую стойку и снова к лицевой линии, после чего выполняет ведение мяча до центральной баскетбольной корзины, совершает бросок, обратно – бег с ведением мяча левой рукой. Попадания в корзину учитываются.

9. Команда располагается на линии штрафного броска. По кругу от корзины до средней линии расставлены стойки по максимальному радиусу. Первый участник выполняет бросок и если попадает в корзину – передает мяч следующему. Если же не попадает, то выполняет штрафной круг с ведением мяча, оббегая все стойки, после чего передает мяч следующему.

10. Участники команды располагаются в колонне на расстоянии 3м друг от друга. В каждой команде 3 мяча (два лежат на полу возле первого участника, один в руках). Первый мяч передается двумя руками по высокой траектории назад (без поворота), второй и третий мячи – правой и левой рукой назад с отскоком от пола соответственно справа и слева от туловища (без поворота). Последний участник собирает мячи возле себя, вся команда выполняет поворот кругом и задание выполняется в обратную сторону.

Игра – это сознательная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели. Формы проявления игры очень разнообразные. Вместе с развитием человеческого общества они непрерывно совершенствуются и усложняются.

Роль подвижных игр на занятиях по общей физической подготовке (ОФП) трудно переоценить. Здесь речь идёт об использовании наиболее эффективного в этих условиях игрового метода. Высокое его достоинство состоит в том, что он делает доступным изучение технически сложных упражнений. Одновременно использование игры обеспечивает комплексное совершенствование двигательной деятельности, где вместе с двигательными навыками развиваются физические качества.

Подвижные игры помогают оживить и разнообразить занятие. Эмоциональное переключение несёт в себе эффект активного отдыха – это помогает восстанавливать силы, непосредственно в ходе занятий и облегчает овладение материалом. Неоценимое достоинство игр состоит ещё и в том, что их можно использовать в любых условиях и на любых этапах учебных занятий.

С помощью игрового метода можно решать следующие задачи:

- развивать способности ребенка по владению мячом, вовлекая его в игру.

- использование специально подобранных подвижных игр позволяет ускоренно обучать младших школьников элементам игры в баскетбол.

Заключение

Роль подвижных игр на занятиях трудно переоценить. Здесь речь идёт об использовании наиболее эффективного в наших условиях игрового метода. Высокое его достоинство состоит в том, что он делает доступным изучение технически сложных упражнений. Одновременно использование игры обеспечивает комплексное совершенствование двигательной деятельности, где вместе с двигательными навыками развиваются физические качества.

Подвижные игры помогают оживить и разнообразить занятие. Эмоциональное переключение несёт в себе эффект активного отдыха – это помогает восстанавливать силы, непосредственно в ходе занятий и облегчает овладение материалом. Неоценимое достоинство игр состоит ещё и в том, что их можно использовать в любых условиях и на любых этапах учебных занятий.

Формирование умений происходит в игровой деятельности. Именно игра является тем условием, которое влияет, развивает, укрепляет способности.

Способности проявляются уже в младшем школьном возрасте и от того, какие будут созданы условия, зависит их дальнейшее развитие.

Создав определенные педагогические условия можно ускоренно обучать младших школьников элементам игры в баскетбол.

В данной работе подобраны некоторые игры, которые способствуют развитию навыков владения мячом и подготовке к спортивным играм. В формировании здоровья ребенка, как показывает опыт, большое значение имеют занятия подвижными играми. Они способствуют формированию воли, целеустремленности, укрепляют здоровье, создают предпосылки для ведения здорового образа жизни.