МКОУ «Михеевская основная общеобразовательная школа»

**Методический семинар**

# «Применение подвижных игр в качестве эффективного инструмента для развития физических навыков у школьников в игре в баскетбол»

# 

# Автор: учитель физической культуры

# Жукова Анастасия Максимовна

# Михеево 2024

Добрый день, уважаемые коллеги!

**Слайд 2.** Меня зовут Жукова Анастасия Максимовна. Сегодня в рамках методического семинара я представлю вам опыт своей педагогической работы на тему «Применение подвижных игр в качестве эффективного инструмента для развития физических навыков у школьников в игре в баскетбол».

**Слайд 3.** В нашем современном мире мы окружены различными технологиями и гаджетами: телефоны, планшеты, ноутбуки и компьютеры стали неотъемлемой частью нашей жизни. Они предоставляют нам доступ к бесконечному множеству возможностей, как хороших, так и плохих. Но все эти факторы могут "привязать" нас к одному месту - буквально и фигурально. Малоподвижный образ жизни (гиподинамия) – одна из основных проблем современных детей. По статистике Всемирной Организации Здравоохранения ежегодно около 2 миллионов человек становятся жертвой гиподинамии, а 1,9 миллионов умирают от болезней, обусловленных её наличием.

**Слайд 4.** В данной ситуации необходимо, чтобы школа активизировала свою работу в области физической культуры и спорта с целью развития у школьников устойчивых мотивов и потребностей в здоровом образе жизни, а также стимулирования двигательной активности. Один из эффективных способов достижения этих целей - включение в программу обучения спортивной игры, такой как баскетбол.

**Слайд 5.** Баскетбол - это спорт, который включает в себя естественные движения, такие как ходьба, бег и прыжки, а также специфические двигательные действия без мяча, такие как остановки, повороты, передвижения приставными шагами, финты и другие. Важной частью игры являются также действия с мячом, такие как ловля, передача, ведение и броски. Баскетбол является соперничеством, где целью является забросить мяч в корзину соперника и защитить свою корзину. Для достижения успеха в этом спорте необходимы различные физические качества, такие как скорость, силовая выносливость, координация, гибкость и выносливость. Во время игры задействованы все функциональные системы организма игрока, а также основные механизмы энергообеспечения. Для достижения спортивных результатов игроки должны быть целеустремленными, настойчивыми, решительными, смелыми и уверенными в себе, а также ощущать чувство коллективизма.

**Слайд 6.** Игра является неотъемлемой частью детства, где каждый человек открывает для себя удивительный и постоянно меняющийся мир. В процессе игры дети и подростки не только развиваются физически и умственно, но и формируют волевой характер, улучшают свои навыки общения и лучше узнают друг друга. Знаменитый русский педагог К.Д.Ушинский подчеркивал, что игра способствует развитию всех аспектов души человека: ума, сердца и воли.

Баскетбол - это полезная, но весьма сложная игра, и в начале ее изучения детям может быть трудно осваивать приемы игры. Они должны освоить правила, развить технические навыки и научиться тактике игры. Поэтому вызовом является мотивация 8-11 летних детей к обучению баскетболу и сохранение их интереса к этой игре.

**Слайд 7.** Баскетбол – это игра, поэтому ее легче начать после активных игр, а не после обычных учебных упражнений. Русские ученые П.Ф. Лесгафт, Е.А. Покровский, В.В. Гориневский, К.Д. Ушинский, Г.А. Виноградов придали большое значение изучению подвижных игр, учитывая важную роль, которую они играют в развитии физических сил и приобретении навыков у детей.

**Слайд 8.** Подвижные игры развивают различные качества, необходимые игрокам, такие как быстрота, меткость, ориентировка и другие. Они помогают закрепить навыки в технике и тактике игры, делая занятия интересными и увлекательными. Игра помогает детям почувствовать себя частью коллектива, понять, что они не одиноки. Она также помогает ребенку осознать свой потенциал и понять, что он может быть успешным. Существуют простые игры, в которых развивается навык ведения, передачи мяча, бросков в корзину и других элементов. Но есть и более сложные игры, требующие ловкости, ориентировки и знания хотя бы основ тактики и правил игры. Все зависит от уровня сложности выбранной игры.

В зависимости от состава занимающихся и целей занятий, подбираются соответствующие игры. При этом важно, чтобы игры не предусматривали выбывание игроков, так как первыми выбывают, как правило, наиболее слабые учащиеся, которым, наоборот, необходимо больше участвовать в играх и тренироваться.

**Слайд 9.** При выборе подвижных игр для занятий баскетболом, важно учитывать их соответствие этому виду спорта и способность развивать необходимые навыки и качества.

|  |  |
| --- | --- |
| Формируемые умения | Подвижныеигры |
| **Игры на**  **передвижения**  **Слайд 10.** | «Пятнашки», «Пятнашки в тройках», «Третий лишний», «Перемена мест», «Защити товарища»,  «Вызов номеров», «Догони партнёра», «Пятнашки в парах», |
| **Игры на ловлю и передачу**  **Слайд 11.** | «Пятнашки мячом», «Мяч соседу», «Гонки мяча», «Подвижная цель», «Бросай-беги», «Перестрелка», «Обгони мяч», «Перебрасывание мячей», «Салки в тройках», «Капитаны», «Быстрые передачи», «Борьба за мяч», «Ловкие и меткие», «Кто быстрее» |
| **Игры с ведением мяча**  **Слайд 12.** | «С двумя мячами навстречу», «Выбей мяч», «Капитаны», «Салки с ведением», «Вызов номеров с мячами» |
| **Игры с бросками и элементами тактики.**  **Слайд 13.** | «Пройди защитника», «10 передач», «Наперегонки с мячом», «Мяч ловцу», «Салки с заслоном», «Быстрый прорыв», «Мяч капитану» |

**Слайд 14.** Регулярное использование подвижных игр на уроках и во внеурочной деятельности имеет множество преимуществ. Во-первых, оно повышает интерес обучающихся к занятиям, делая их более увлекательными и интерактивными. Во-вторых, подвижные игры помогают снимать мышечное и нервное напряжение, способствуя расслаблению и повышению концентрации. В-третьих, они увеличивают плотность занятий и физическую нагрузку, что положительно сказывается на развитии физических качеств учащихся.

В случае баскетбола, использование подвижных игр имеет особую важность. Оно позволяет эффективно осваивать и совершенствовать технические приемы, развивать физические качества и улучшать командную игру. Кроме того, подвижные игры позволяют учащимся применять приобретенные двигательные умения и навыки на практике, знакомиться со структурой выполнения различных движений и элементов техники, а также оптимально применять их в игровой ситуации. Все это способствует улучшению двигательной активности и развитию необходимых физических качеств у будущих баскетболистов.

Таким образом, использование подвижных игр в процессе обучения и тренировок имеет множество положительных эффектов. Они помогают учащимся лучше усваивать знания, развивать двигательные умения и навыки, а также совершенствовать физические качества, необходимые для успешной игры в баскетбол.

Проведенный анализ использования подвижных игр в учебно-тренировочных занятиях баскетболистов позволяет сделать вывод о том, что эти игры являются одним из наиболее эффективных методов развития скорости и маневренности игроков.

**Слайд 15.**

Плоды своего труда вижу в успехах и достижениях моих учеников:

2023 год –1 место заняла команда юношей в рамках «Районнойшкольной лиги Медынского района по баскетболу 3х3»

Занятия баскетболом способствуют развитию координации, быстроты реакции, силы, выносливости и командного духа. Эти навыки помогают ученикам достигать высоких результатов не только в баскетболе, но и в других видах спорта.

Анализируя свои результаты, я пришла к выводу, что улучшение системы занятий баскетболом действительно эффективно для повышения физической подготовленности учащихся. Такие занятия обеспечивают оптимальную нагрузку, соответствующую физическому состоянию каждого ученика, что влияет на положительную динамику показателей физической подготовленности. Занятия способствуют комплексному развитию физических навыков и упражнений, направленных на развитие различных двигательных навыков. Благодаря этому, ученики проявляют больший интерес к предмету и их знания становятся качественнее.

**Слайд 16.** В современном мире, где компьютеризация, автоматизация и механизация приводят к уменьшению двигательной активности, занятия в спортивных секциях становятся особенно важными. Они помогают развить интерес к физическим упражнениям и внушить желание не только заниматься определенным видом спорта, но и вести здоровый образ жизни.