

3. Никитушкин, В.Г. Формирование координационных способностей детей 4-12 лет / В.Г. Никитушкин // Вестник спортивной науки. – 2012. – № 2. – С. 25-29.

4. Правила маленького баскетбола / Китайская баскетбольная ассоциация. – Пекин: Изд-во Пек. ун-та спорта, 2017. – 41 с.

5. Хижевский, О.В., Купчинов, Р.И. Физическое воспитание студентов. Монография: – Минск: БГПУ, 2019. – 400 с.

УДК: 796.011.3

А. В. Сазонова, зав. кафедрой, доц., канд. пед. наук;
Цао Гэлян, магистрант; Лю Хэвэй, магистрант
(БГПУ, г. Минск)

ЗНАЧЕНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ УЧАЩИХСЯ

Баскетбол является динамичным и увлекательным видом спорта, служащим ключевым компонентом эффективных программ физического воспитания. Его широкая популярность среди школьников является свидетельством его увлекательного характера и многогранных преимуществ, которые он предлагает. Признавая свою значимость, баскетбол занимает видное место в учебных программах средних школ и детских спортивных учреждений, внося существенный вклад в общее состояние здоровья и физическую форму молодежи.

Традиционно выделяют три основных этапа формирования двигательных навыков:

1. Формирование начального навыка: На этом этапе учащиеся знакомятся с основными движениями и лежащей в их основе структурой. Акцент делается на овладении основами движения.

2. Совершенствование системы движений: Последующий этап включает в себя совершенствование общей системы движений, оттачивание деталей и повышение согласованности и точности выполняемых движений.

3. Совершенствование навыков: Заключительный этап сосредоточен на повышении набора навыков до более продвинутого уровня, закреплении результатов обучения и достижении более высокого уровня владения движением.

На каждом этапе последовательность педагогических задач имеет первостепенное значение. Крайне важно, чтобы баскетболисты прогрессировали методично, следя за тем, чтобы они овладели исходным положением, понимали участие различных частей тела в движениях,

понимали аспекты направления, амплитуды и сохраняли согласованность во времени и пространстве.

Неотъемлемой частью спортивной и технической подготовки в баскетболе является стремление добиться от спортсменов эффективной техники. Эффективность техники оценивается по ее результативности, стабильности, вариативности, экономичности и минимальной тактической информативности для противников. Несколько ключевых факторов влияют на общую эффективность техники:

1. Согласование задач и достижение высоких результатов: Эффективность техники тесно связана с ее способностью решать конкретные задачи и давать высокие результаты, при этом все это соответствует уровню физической, технической и умственной подготовленности спортсмена.

2. Стабильность: Стабильность техники отражает ее устойчивость в изменяющихся условиях и независимо от функционального состояния спортсмена.

3. Вариативность: Мастерство спортсмена измеряется его способностью адаптировать двигательные действия в соответствии с требованиями соревновательной практики.

4. Эффективность: Это относится к разумному использованию энергии во время выполнения техники, оптимальному использованию времени и пространства, и минимизации нагрузки на умственные способности.

5. Минимальная тактическая информативность: Решающим аспектом является способность техники скрывать тактические намерения, что способствует ее эффективности в спортивных играх. Идеальная техника должна предоставлять противникам минимум информации относительно стратегических планов.

Баскетбол, классифицируемый как нестандартное ситуационное физическое упражнение с резкой, переменной интенсивностью, представляет собой уникальное спортивное достижение.

Одним из популярных и традиционных видов спорта для Китайской Народной Республики является баскетбол. «Баскетбол делает жизнь лучше» – таков девиз Китайской баскетбольной ассоциации. Игра в баскетбол популярна в Китайской Народной Республике, начиная с дошкольного возраста. В 2017 году Китайская баскетбольная ассоциация официально утвердила программу «Маленький баскетбол» для детей младше 12 лет. Девиз этой программы «Маленький баскетбол, большие мечты», а «Распространение влияния баскетбола в Китае» – это ее миссия. Содержание программы учитывает особенности организации тренировочного процесса для детей по сравнению с тре-

нировками взрослых спортсменов. Китайская баскетбольная ассоциация проводит рекламные акции по всей стране для привлечения детей к занятиям баскетболом и создания условий для желающих заниматься.

Приобретение баскетбольных навыков выходит за рамки физической сферы, способствуя всестороннему развитию различных физиологических качеств. Они включают в себя улучшение скорости реакции, ловкости, силы, координационных способностей, общей выносливости и гибкости.

Перемещаясь по игровой площадке во время физических нагрузок, дети выполняют широкий спектр движений, таких как бег с ускорением, изменение направления, бег в сочетании с ходьбой, прыжки, бег с остановкой и бег боковым шагом (вперед, назад, вбок). Примечательно, что упражнения с мячом, при соответствующей организации и методике обучения, оказывают положительное влияние на физическое развитие и успеваемость детей младшего школьного возраста. В педагогической сфере основополагающие этапы обучения детей искусству игры в баскетбол предполагают систематический и тонкий подход, уделяющий особое внимание правильной технике обращения с мячом и фундаментальным движениям.

Важным начальным шагом является привитие детям правильного положения для удержания мяча – захват мяча обеими руками на уровне груди, пальцы стратегически расставлены, ладони расположены сзади, обеспечивая оптимальное распределение мышц рук.

Играя в подвижные игры на уроках, выполняя технико-тактические действия в игровой обстановке, учащиеся незаметно для себя начинают постепенно осваивать игру в баскетбол. Делая шаг за шагом, от простого к сложному, у них формируются умения и навыки в баскетболе, приобретенные в подвижных играх, что способствует положительной динамике роста двигательной активности и содействует эффективному обучению в спортивной игре.

Игра является эффективным средством формирования личности школьника. Его морально – волевых качеств, в игре реализуется потребность воздействия на мир. Воспитательное значение игры во многом зависит от профессионального мастерства педагога, от знания им психологии ребенка, учета его возрастных и индивидуальных особенностей, от правильного методического руководства взаимоотношениями детей, от четкой организации и проведения всевозможных игр.

Игра – относительно самостоятельная деятельность детей и взрослых. Она удовлетворяет потребность людей в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил.

В результате обучения ученики должны познакомиться со мно-

гими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время. Программный материал по подвижным играм сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения.

После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др. Система упражнений с большими и малыми мячами составляет своеобразную школу мяча. Очень важно, чтобы этой школой овладел каждый ученик начальных классов.

Таким образом, подвижные игры оказывают положительное влияние на усвоение занимающимися отдельных спортивно – технических приемов и их сочетаний, создают предпосылки к более успешному овладению тактическими действиями, а также занятия подвижными играми содействуют воспитанию воли, выдержки, дисциплинированности и других качеств, необходимых каждому для достижения успехов в баскетболе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Маленький баскетбол. Спортивные объекты [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://super.ua/11-zabavnykh-detskikh-igr-sbasketbolnym-mjashom-11801/>. – Дата доступа: 15.10.2023.
2. Правила маленького баскетбола / Китайская баскетбольная ассоциация. – Пекин: Изд-во Пек. ун-та спорта, 2017. – 41 с.
3. Хуан Лицзюань. Об организации и руководстве детскими баскетбольными играми / Хуан Лицзюань // Education Guide. 2014. – № 7. – С. 41–44.
4. Цзэн Чжи. Анализ развития и практики детского баскетбола / Цзэн Чжи, Чен Цзе, Цзэн Вэй // Движение. – 2017. – № 18. – С. 27–30.
5. Саскевич А.П. Хижевский О.В. Комплекс средств физической культуры, направленный на улучшение показателей физического развития и физической подготовленности детей. «Весті БДПУ. Серія 1» №4. 2017.