

Я.З. ФАЙЗИЕВ

БАСКЕТБОЛ

МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНЫХ И ПОДВИЖНЫХ ИГР



О'QUV ҚО'ЛЛАМА



**МИНИСТЕРСТВО ВЫСШЕГО И СРЕДНЕГО
СПЕЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ
УЗБЕКИСТАН**

Я.З. Файзиев

**МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ
СПОРТИВНЫХ И ПОДВИЖНЫХ ИГР
(Баскетбол)**

**Учебное пособие для студентов физической культуры в
высших учебных заведениях.**

**Издательство «Дурдона»
Бухара – 2020**

УДК 796.323.2(072)

75.566р

Ф 17

Файзиев, Я.З.

Методика преподавания спортивных и подвижных игр (Баскетбол) [Текст] : методическое пособие / Я.З.Файзиев. - Бухара :

"Sadrididin Salim Buxoriy" Durdona nashriyoti, 2020. - 320 с.

ББК 75.566р

Автор: Я.З.Файзиев — преподаватель кафедры «Межфакультетской физкультуры и спорта» Бухарского государственного университета

Настоящее учебное пособие разработано и составлено на основе Госстандарта и программ по физическому воспитанию и спорту для учебного пособия для студентов физической культуры высшей учебных заведений (Методика повышения спортивно педагогическое мастерства) Республики Узбекистан. В учебное пособие даны материалы и сведения по баскетболу, рассчитанные преподавателем, тренерам и студентам Высших и средне-специальных учебных заведений.

Рецензенты: Б.Б.Маъмуров - доктор пед. наук, декан факультета физической культуры Бухарского государственного университета.

Кадилов Р.Х. — к.п.н., доцент кафедры ТМФК Бухарского государственного университета.

Учебное пособие разрешено к печати приказом Министерства высшего и среднего специального образования Республики Узбекистан от 27 декабря 2019 года № 1186.
Свидетельство №1186-038.

ISBN 978-9943-6503-6-7

ВВЕДЕНИЕ

Осуществление на практике положений реформы образовательно-воспитательной системы требует совместных усилий педагогов, учителей физической культуры и спортивных специалистов, родителей, самих учащихся.

Среди большого многообразия решения этой задачи в учреждениях средне - специального образования важное место занимает игра в баскетбол. Это объясняется не только её динамичностью и эстетической красотой, но и благотворным влиянием на развитие жизненно важных качеств имеющих исключительное значение для подрастающего поколения.

Наряду с решением задач укрепления здоровья, разносторонней физической подготовки, совершенствования двигательных умений и навыков хорошо поставленное обучение баскетболу способствует выявлению «баскетбольных» талантов ещё в средних специальных учебных заведениях, а также создаёт предпосылки для массового приобщения людей разного возраста к систематическим занятиям этим видом спорта в течении всей жизни.

Авторы настоящего пособия ставят своей целью оказать помощь преподавателю физической культуры и всем, кто участвует в организации и проведении занятий по баскетболу в студентах физической культуры высшей учебных заведений (Методика повышения спортивно педагогическое мастерства).

Пособие написано на основе учебной программы по физическому воспитанию для студентов физической культуры высшей учебных заведений (Методика повышения спортивно педагогическое мастерства) с учётом требований Госстандарта. В пособии даётся краткий исторический очерк о возникновении и развитии баскетбола в Республике Узбекистан; методика и средства овладения техническими и тактическими приёмами игры; излагаются критерии освоения учебного материала; представлено описание оборудования и инвентаря, обеспечивающего эффективность занятий по баскетболу; излагаются правила игры и судейство соревнований; организационно-методическая работа по баскетболу во внеурочное время.

Содержание

Введение	3
Модуль 7. 7.1. История мирового баскетбола.....	4
История возникновения современного баскетбола	4
VII.П. История развитие баскетбола и упрощенные правила игры.....	32
7.2.1. Упрощенные правила игры	32
7.2.2. Техника передвижений баскетболиста по площадке	53
7.2.3. Техника владения мячом	61
7.2.4. Совершенствование техники ведения мяча.....	74
7.2.5. Обучение и совершенствование техники бросков в корзину одной от плеча с места и в движении.....	81
7.2.6. Штрафные броски	87
7.2.7. Обучение системе зонной защиты.	92
7.2.8. Учебная игра.....	98
VII.П. История развитие баскетбола в Узбекистане.....	103
Модуль 8. VIII. I. Примерные комплексы упражнений общей физической подготовки	112
8.1.1. Развитие физических качеств	112
8.1.2. Понятие о технике и тактике игры в баскетбол.....	128
8.1.3. Совершенствование техники передвижений.....	141
8.1.4. Техника овладения мячом	149
Совершенствование ловли мяча	149
8.1.5. Обучение и совершенствование передач одной и двумя руками различными способами	152
8.1.6. Индивидуальные действия защитника против нападающего без мяча и с мячом (включая ведение мяча в сопротивлении).....	173
Модуль 8. VIII.П. Понятия о тактике нападения и тактике защиты	181
8.2.1. Понятия о тактике нападения и тактике защиты	181
8.2.2. Судейство соревнований (права и обязанности судей)..	186

8.2.3. Совершенствование передач в парах в движении с броском в кольцо в сопротивлении.	193
8.2.4. Тактика нападения и тактика защиты. Средства и методы тактической подготовки	197
8.2.5. Методика обучения	213

Модуль 8. VIII.П. Организационно-методическая работа по баскетболу во внеучебное время.....	226
8.3.1. Организация и планирование учебно-тренировочной работы.....	226
8.3.2. Методика подготовки юных баскетболистов в спортивных секциях средне образовательных учреждений.	234
8.3.3. Педагогический и врачебный контроль	263
Педагогический контроль	263
8.3.4. Воспитательная работа	269
Приложения.....	272
Словарь баскетбола	286
Словарь баскетбольных терминов	293
Тесты по правилам игры в баскетбол	302
Общее теоретический тест. Баскетбол	308

Я.З. Файзиев

**МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНЫХ И
ПОДВИЖНЫХ ИГР
(Баскетбол)**

Редактор: Г.Муродов
Тех.редактор: Г.Самиева
Корректор: А.Каландаров
Наборщица: М.Ортикова

Лицензия издательства АИ № 178. 08.12.2010. Разрешено к
печати: 01.07.2020. Размер 60x84. Кегл 16. «Times New Roman»
гарн. Офсетная печать. Офсетная бумага. 20,0 п.л.. Тираж 100.
Буюртма №92.

Управления по печати и информации Бухарской области
Издательство "Дурдона", г.Бухара, ул. М.Икбола, 11.
Цена договорная.

Опечатано в типографии ООО "Sadriiddin Salim Buxoriy".
г.Бухара, ул. М.Икбола, 11. Тел.: 0(365) 221-26-45