**1-6 КФ. 23.04.2020г.**

**Все вопросы по по эл.почте Buh0509@mail.ru тел.89831615111 Viber /Whats**

**Тема: Баскетбол**

Преподаватель физического воспитания спрингфилдской тренировочной школы (позже школа была преобразована в колледж) в штате Массачусетс (США). Джеймс Нейсмит в декабре 1891г. изоб­рел игру, которую охарактеризовал так: «В баскетбол легко играть, но трудно играть хорошо». Новая игра оказалась настолько дина­мичной и увлекательной, что превзошла самые смелые надежды Нейсмита. Очень скоро она завоевала всеобщее признание в Аме­рике, а в современном мире в нее играют миллионы людей.

Отдавая дань заслугам Джеймса Нейсмита, спрингфилдский кол­ледж в 1911 г. присудил ему почетную степень мастера физического воспитания. В 1939г. университет Мак Гилл присудил Нейсмиту степень доктора медицины, а в 1968г. в спрингфилдском колледже был открыт музей Джеймса Нейсмита - «Зал баскетбольной сла­вы». Так было выражено уважение к человеку, который подарил миру прекрасную игру.

Джеймс Нейсмит (1861 -1939) родился в Канаде. Конечно, созда­вая новую игру, он в какой-то мере использовал исторические сведе­ния об играх с мячом, которые в далекие времена культивировались на Американском континенте. Например, более двух с половиной тысяч лет назад племена инков и майя, жившие в те времена на тер­ритории теперешней Мексики, играли в так называемый пок-тапок. Цель игры заключалась в том, чтобы забросить мяч в каменное коль­цо, укрепленное в вертикальном положении на стене.

В шестнадцатом столетии у ацтеков была известна игра, назы­вавшаяся олламалитули: играющие стремились забросить каучуко­вый мяч в каменное кольцо.

Начав работать в спрингфилдском колледже, Джеймс Нейсмит встретился там с доктором Лютером Гуликом, который настой­чиво искал новые формы и методы физического воспитания. Получив от доктора Гулика задание оживить уроки, Джеймс Нейс­мит придумал игру для закрытого помещения. Условия спортив­ного зала определяли необходимость играть круглым мячом и только руками. Для этого был выбран футбольный мяч, кото­рый можно было легко ловить, передавать, бросать уже после сравнительно короткой практики. Чтобы исключить грубость при броске в цель и развивать точность у учащихся, Нейсмит расположил мишень над игроками, вне пределов их досягаемости: к лам балкона он прикрепил две корзины для сбора персиков, в которые и нужно было забрасывать мяч. Балкон гимнастического зала находился на высоте 3м 5см от пола - эта высота и соответствует современному расстоянию от поверхности баскетбольной площадки до верхнего края кольца корзины.

В новой игре вначале участвовали одновременно мужчины женщины.

Так как в гимнастической группе было восемнадцать человек, то Дж. Нейсмит распределил их на две команды по девять человек. Позже число игроков было сокращено до семи, а затем до пяти, поскольку большее количество участников создавало на площадке излишнюю суету. Так как мяч забрасывался в корзину, новая игра получила название «баскетбол» (basket- корзина, ball- мяч).

В декабре 1891г. Нейсмит сформулировал первые правила но­вой игры и провел первый матч по баскетболу. В 1892г. он опубли­ковал «Книгу правил игры в баскетбол», содержащую тринадцать пунктов, большинство из которых в той или иной форме действуют по сей день.

Довольно скоро после проведения первых матчей эти правила были несколько изменены. Одной из причин изменения, в частно­сти, явилось введение щитов (1895), к которым стали прикреплять корзины. Щиты были своеобразной защитой корзины. Дело в том, что находившиеся на балконе зрители, стараясь помочь своей ко­манде, нередко ловили мяч и направляли его в корзину команды противника.

В настоящее время в баскетбол играют на всех пяти конти­нентах.

Быстрыми темпами развивается баскетбол в Азии и некоторых странах Африки.

В нашей стране в баскетбол начали играть в 1906г. Первые команды были созданы обществом «Маяк» в Петербурге. Широ­кого распространения в царской России эта игра не получила. Подлинное развитие баскетбола началось после Великой Октя­брьской социалистической революции. В 1920г. баскетбол вво­дится как самостоятельный предмет в физкультурных учебных заведениях, включается в программу физкультурных праздников, используется как средство физической подготовки в системе Все­вобуча

В 1922 г. были разработаны правила игры. В баскетбол стали играть не только в Российской Федерации, но и в Средней Азии, на Украине, в Закавказье;

Первое крупное соревнование в нашей стране по баскетболу было проведено во время Всесоюзного праздника физкультуры 1923г. в Москве.

С этого времени игра в баскетбол быстро распространяется и развивается, начинает оформляться советская школа баскетбо­ла. К 1939г. стало ясно, что для дальнейшего развития техники и тактики игры необходимо радикально изменить ее правила. Это диктовалось еще и тем, что правила игры в нашей стране сущест­венно отличались от международных.

Новые правила введены с января 1939г. Первым крупным со­ревнованием, проведенным по новым правилам, был матч 8 горо­дов в 1941 г. (Ленинград), в котором кроме мужских команд Мос­квы, Ленинграда, Тбилиси, Баку, Одессы участвовали сборные команды Тарту, Риги, Каунаса, имевшие большой опыт междуна­родных встреч.

Этот матч показал, что за период с 1917 по 1941г. советские баскетболисты создали свою школу игры, отличающуюся быстро­той атак и активной игрой в защите. Однако стало ясно, что нуж­но, еще много работать.

Великая Отечественная война приостановила развитие баскет­бола.

Только в 1944 г. было проведено одиннадцатое первенство страны (в Тбилиси).

Наиболее бурный рост мастерства советских баскетболистов отмечается с 1946 г. В 1947 г. баскетболисты Советского Союза вступают в Международную федерацию баскетбола (ФИБА) и принимают участие в пятом первенстве Европы (мужская сбор­ная), которое с успехом выигрывают. В дальнейшем наши баскет­болисты и баскетболистки участвуют во всех международных соревнованиях: первенствах Европы и мира, Кубке европейских чемпионов, олимпийских играх (с 1952 г.) и др.

В Олимпийских играх 1952, 1956, 1960, 1964 гг. мужская сбор­ная СССР занимала вторые места после сборной команды США, а в 1968-м — третье место. В 1967 г. женская и мужская сборные команды СССР завоевали титул чемпиона на первенстве мира.

**1. ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ**

Конечный результат игры в баскетбол весьма специфичен:

* большой количественный показатель конечного результата (в среднем 80-85 очков за игру);
* частота смены промежуточных результатов (в среднем через
каждые 30 с меняется счет);
* отсутствие ничейного результата, т. е. невозможность компро­миссного решения борьбы.

Для достижения успеха необходимы согласованные действия всех команд, подчинение своих действий общей задаче. Действия каждого игрока команды имеют конкретную направленность, соответственно которой баскетболистов различают по *амплуа:*

*Центровой игрок* должен быть высокого роста, атлетического телосложения, обладать отличной выносливостью и прыгучестью;

*крайний нападающий -* это прежде всего высокий рост, быстрота и прыгучесть, хорошо развитое чувство времени и пространства, снайперские способности, умение оценить игровую обстановку и атаковать смело и решительно;

*защитник* должен быть максимально быстрым, подвижным и вы­носливым, рассудительным и внимательным.

Распределение игроков по функциям - один из основных прин­ципов игровой деятельности. Отличают игроков по амплуа не толь­ко игровые приемы и расположение на площадке, но и их психофи­зиологические особенности.

Результативность игровых действий тесно связана с показате­лями сенсомоторного реагирования. Наиболее интегративным сенсомоторным показателем является «чувство времени», которое можно рассматривать как компонент специальных способностей баскетболистов. В основе развития «чувства времени» лежит деятельность комплекса анализаторов, так как восприятие времени связано с пространственным восприятием. Баскетболистам различных амплуа необходимо владеть специализированным воспри­ятием временных интервалов. Игроки задней линии должны хо­рошо ориентироваться в интервалах 5-10 с, что связано с



Рис 1. Схема игровой площадки

организацией игры, центровые- в интервале 3с, отведенных правилами на игру в штрафной площадке; игроки передней линии - в течение 1с-наиболее устойчивом интервале броска.

Команды стремятся достичь преимущества над соперником, маскируя свои замыслы и одновременно пытаясь раскрыть противника. Игра протекает при взаимодействии игроков всей команды и сопротивлении игроков противника, прилагающих все уси­лия чтобы отнять мяч и организовать наступление. В связи с этим на первый план выступают требования к *оперативному мышлению игрока.* Доказано, что представители спортивных игр имеют су­щественное преимущество в быстроте принятия решения по срав­нению с представителями многих других видов спорта. Быстрота мышления особенно важна при необходимости учета вероятнос­ти изменения ситуации, а также при принятии решения в эмоцио­нально напряженных условиях. Для оценки психофизиологичес­ких функций, определяющих успешность игровой деятельности баскетболистов, используют методы исследования быстроты и точ­ности двигательных действий, а также объем, распределение и пе­реключение внимания и т.д.

Для того чтобы забросить мяч в корзину, необходимо преодо­леть сопротивление противника, а это возможно лишь в том слу­чае, если игроки владеют определенными приемами техники и так­тики, умеют быстро передвигаться, внезапно изменять направле­ние и скорость движения.

Деятельность баскетболиста в игре - не просто сумма отдельных приемов защиты и нападения, а совокупность действий, объе­диненных общей целью в единую динамическую систему. Правильное взаимодействие игроков команды - основа коллективной деятельности, которая должна быть направлена на достижение общих интересов команды и опираться на инициативу и творческую активность каждого игрока.