

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт педагогики, психологии и социологии
Кафедра информационных технологий обучения и непрерывного
образования

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

_____ О.Г.Смолянинова

«_____» _____ 2018 г

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА
44.03.01 Педагогическое образование

44.03.01.09 Информатика и информационные технологии в
образовании

**Комплекс занятий для старших школьников по формированию навыков
ведения мяча в баскетболе с использованием ИКТ**

Руководитель _____ доц.каф ИТОиНО, канд. пед. наук К.А. Руцкая

Выпускник _____ К.О. Огурцов

Красноярск 2018

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
1 Возможности ИКТ при обучении старших школьников навыкам ведения мяча в баскетболе	6
1.1 Понятие «навык ведения мяча» в баскетболе	6
1.2 Содержание занятий по обучению старших школьников ведению мяча в баскетболе.....	8
2 Программа комплекса занятий по обучению навыкам ведения мяча с использованием webinar.ru.....	13
2.1 Общая программа тренировок с использованием webinar.ru.....	13
2.2 Апробация серии занятий по обучению навыкам ведения мяча с использованием webinar.ru.....	32
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	42
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	44
ПРИЛОЖЕНИЕ А - Условия использования вебинаров.....	49

ВВЕДЕНИЕ

Каждому начинающему спортсмену для достижения высоких результатов необходимы эффективные тренировки. Тренировочный процесс не заключается только в физической подготовке, особенно если речь идет о подростках в возрасте 15–16 лет. Тренировка баскетбольной команды основывается на отработке навыков ведения мяча.

Ведением мяча должны пользоваться все игроки без исключения. Нельзя считать игрока сильным, если он не владеет ведением мяча. Не умея вести мяч почти невозможно нападать [33], строить оборону [19]. Ведение необходимо и при позиционном нападении на организованную защиту и при быстром прорыве. Здесь оно должно быть максимально быстрым и способствовать созданию численного перевеса над противником [25].

Т. Ю. Кузницова определяет ведение мяча как «приём, дающий возможность игроку двигаться с мячом по площадке с большим диапазоном скоростей и в любом направлении» [17]. Обучая ребят правильной технике ведения мяча, нужно следить за тем, чтобы они управляли мячом с помощью предплечья, кисти и особенно кончиков пальцев, но не касались его ладонью. Не следует хлопать по мячу ладонью, нужно его толкать вниз, причём с такой силой, чтобы мяч отскакивал от площадки примерно до талии игрока [17]. Авторы статей подчеркивают, что существует ряд координационных движений, которые необходимо отрабатывать каждому игроку самостоятельно. Обучающимся тинейджерам необходима поддержка тренера.

В Красноярском крае, ребята желающие заниматься баскетболом могут посещать школу олимпийского резерва, так же краевое государственное автономное учреждение спортивную школу по баскетболу «Енисей», СШОР «Красноярск», и также секции при школах города. Автор работы имеет опыт участия и побед в международных спортивных соревнованиях по баскетболу, но в статусе студента он не может набрать свою группу. В должности

помощника тренера в секции баскетбола при МБОУ СОШ №21 г. Красноярска, автором были обнаружено, что командных очных тренировок недостаточно для того, чтобы дать индивидуальную консультацию игрокам и продемонстрировать приемы, помогающие совершенствовать технику игры. Появилась задача разработки интерактивных тренировок для участников секции.

Проблема исследования заключается в том, что на сегодняшний день, в секции мало времени уделяется отработке индивидуальных навыков ведения мяча в баскетболе у школьников 15–16 лет, основная часть тренировочного процесса строится на общих принципах и на тактических указаниях по ходу игры, в то время как знание старшеклассниками своих индивидуальных особенностей координационных движений могут улучшить качество игры команды.

Цель исследования: разработать комплекс занятий по формированию навыков ведения мяча в баскетболе с использованием информационно-коммуникационных технологий (вебинара) для старших школьников.

Объект исследования: формирование навыков ведения мяча в баскетболе у школьников 15–16 лет.

Предмет исследования: содержание и форма занятий по формированию навыков ведения мяча в баскетболе для старших школьников с использованием вебинара.

Гипотеза исследования: комплекс занятий для старших школьников по формированию навыков ведения мяча в баскетболе с использованием вебинара будет способствовать отработке индивидуальных навыков ведения мяча, если занятия в форме вебинара состоят из:

- мотивационного задания и презентацию тренером упражнения ведения мяча в баскетболе;
- организована обратная связь с обучающимися, включающая анализ выполнения ими движений ведения мяча тренером и самооценку.

Задачи исследования:

1. Дать характеристику понятия «навык ведения мяча» в баскетболе.
2. Описать содержание обучения старших школьников ведению мяча в баскетболе.
3. Разработать комплекс занятий по обучению ведению мяча с использованием сервиса webinar.ru.
4. Провести апробацию комплекса занятий в секции по баскетболу при МБОУ СОШ №21 г. Красноярска.
5. Организовать экспертную оценку комплекса занятий по формированию навыков ведения мяча в баскетболе старших школьников с помощью вебинара.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, литературы и приложения.

1 Возможности ИКТ при обучении старших школьников навыкам ведения мяча в баскетболе

1.1 Понятие «навык ведения мяча» в баскетболе

Одним из важных технических приемов в баскетболе является ведение мяча, без которого невозможно представить себе полноценную, тактически грамотную игру. И. Д. Нестеровский [20], Г. Л. Львова [2], И. В. Лосева [18] и другие выделяют характеристики ведения мяча:

- ведение мяча — это передвижение игрока с непрерывно следующими друг за другом толчками мяча об пол одной или попеременно двумя руками;

- главное в технике ведения мяча — это отсутствие зрительного контроля, асинхронная работа рук и ног, равноценность ведения мяча правой и левой рукой, высокая скорость передвижения, рациональное положение кисти на мяче, активное движение руки в локтевом суставе.

- разнообразие способов ведения мяча — высокое и низкое. Это даёт возможность игроку перемещаться с мячом по площадке с изменением скорости и направления передвижения.

Перечисленные характеристики позволяют игроку уйти от плотно опекающего соперника, выйти под кольцо, выполнить бросок в движении, перевести мяч из тыловой в передовую зону, увести мяч из скопления игроков, осуществить смену мест для атаки, растянуть защиту [20].

Начало обучения ведению мяча в баскетболе в школе начинается с четвертого класса, техника выполнения ведения совершенствуется за счет изменение скорости в сторону увеличения её, а также резких изменений направлений движений, с ведущей руки [2, 18].

Последовательность обучение проводится после изучения следующих элементов игры: стойка игрока, затем передвижения — бег, прыжки,

остановки, вышагивания, повороты [1]. Непосредственно ведению мяча начинаю обучать с подготовительных упражнений — одноразовых ударов мяча об пол на месте. Затем обучающимся предлагают сочетать эти приемы с принятием стойки и с передвижением приставным шагом вперед – назад, вправо – влево Е. Вгун. [33]. После этого применяются многократные удары об пол правой, левой рукой, сначала стоя на месте, потом в беге на месте и с небольшими перемещениями в разные стороны и с разной высотой отскока мяча.

Все начинается со зрительного контроля за мячом, в дальнейшем зрительный контроль исключается из упражнений [11]. Развивая навыки ведения, обучающиеся выполняют перемещения с ведением мяча по прямой, а также по дуге и кругу, с изменением расстояния перемещения, с изменением видов ведения мяча и с изменением темпа ведения.

В дальнейшем обучающиеся изучают ведение мяча после ловли его в движении. Заканчивается изучение ведения мяча в движении при взаимодействии с соперником. Нантау[34] говорил о времени обучения новым умениям и навыкам проводится совершенствование ранее изученных двигательных действий с ведением мяча. Упражнения и игры вносят разнообразие в уроки баскетбола, делают их более эмоциональными, повышают плотность занятий [34].

Ряд авторов утверждают, что особое внимание необходимо уделять ведению мяча без зрительного контроля. На начальном этапе обучения ведению мяча в движении рекомендуется обучающимся кисть свободной руки поднести ребром к носу [16, 19, 20]. В такой ситуации при прямом положении головы обучающийся не видит мяча, исключается и периферическое зрение. Как стоя на месте, так и в движении можно осуществлять ведение мяча с закрытыми глазами.

М. М. Степанова [27], обращает внимание на то, что при выполнении упражнения и сдаче контрольных нормативов по ведению мяча в движении необходимо во всех упражнениях акцентировать внимание на узловых деталях

в технике выполнения ранее изученных приемов. Нацеливать занимающихся на молниеносное переключение от одних действий к другим. Ошибки исправлять индивидуально [27].

Акцентировать внимание на отличиях в исходных положениях при ведении мяча правой и левой рукой. Исключать преждевременного (до выпуска мяча) отрыва опорной ноги от пола [31]. В каждом задании чередовать ведение правой и левой рукой. В случае исключения отдельных деталей техники (например, ведение мяча перед ногами) у нескольких обучающихся исправление ошибок производить групповым методом, используя ранее изученные подводящие упражнения (блок упражнений в ведении на месте).

1.2 Содержание занятий по обучению старших школьников ведению мяча в баскетболе

Серия занятий по ведению мяча детской баскетбольной команды разрабатывались нами в качестве составной части образовательной программы тренировочного процесса. Рассмотрим данную программу подробнее. Каждому спортсмену для достижения высоких результатов необходимы тренировки. Тренировочный процесс заключается не только в физических и тактических, но и в технических упражнениях. Для детей необходимы все виды подготовки, так как от их физической формы, технических умений, знания и понимания игры зависит результат команды [7].

Основным методом подготовки баскетболистов является соревнование. Это предусматривает ранжирование планируемых соревнований по психической напряженности и уровню спортивной подготовленности соперников в связи с конкретным этапом подготовки [10]. Предусматривается ступенчатое, а не «волнообразное» повышение уровня тренировочных нагрузок с запаздывающим возрастанием интенсивности и

компенсаторным уменьшением объема. Современный баскетбол в своем развитии основывается на:

- всемерном повышении исполнительского мастерства;
- высочайшем уровне атлетизма игроков;
- гибких, вариативных тактических построениях.

При этом наблюдается постоянная тенденция к повышению скорости игры с приоритетом быстрого прорыва и раннего нападения, при определенном упрощении тактических схем игры и уменьшении времени их реализации [17, 18].

Правильная подготовка детей занимает особое место в процессе всей игры, так как результат игры команды зависит не столько от физических данных, сколько от знания техники игры [29].

При помощи упражнений в ведении мяча можно обучить всем его фазам, включая низкое, или контролирующее, ведение, при котором игроку приходится удерживать правильную позицию по отношению к защитнику [30]. При контролирующем типе ведения мяч не следует поднимать слишком высоко, а игрок должен держать голову поднятой все время, чтобы видеть всю площадку [10]. Игрок с мячом должен быть готов использовать свое тело для укрывания мяча, если защитник встает на его пути и препятствует его продвижению. Этот тип ведения применяется в тех случаях, когда противник опекает ведущего мяч, но не делает серьезных попыток отобрать мяч. В упражнениях с защитниками надо обращать внимание на то, чтобы ноги ведущего были согнуты в коленях, чтобы он продвигался в низкой стойке, при которой спина выпрямлена и голова поднята, и чтобы тело находилось между защитником и мячом.

Нами проведен обзор программ, которые активно используются тренерами со всего мира: Ganon Baker, DJ Sackmann, Damian Cotter, Саша Груич.

Ganon Baker — известный индивидуальный тренер по ведению мяча в Америке.

Ganon Baker проводит свои тренировки по всему миру, а так же семинары для тренеров о том, как правильно тренировать детей.

У G. Baker есть свой канал на YouTube (<https://www.youtube.com/user/GanonBakerBasketball>), где каждый может в свободном доступе познакомиться с его методикой.

Так же есть его сайт <https://www.ganonbakerbasketball.com>, с помощью которого он и члены его команды помогают разработать методику индивидуальных тренировок дриблингу. Желающим обучаться отправляется программа, и каждый может самостоятельно отрабатывать элементы ведения мяча. Контроля и анализа ошибок не производится: никто не наблюдает за тренировками и не указывает на ошибки. В этом заключается минус данной программы.

G. Baker делает акцент при разработке индивидуальных упражнения на:

- баскетбольных финтах и дриблинге;
- тактике движения для уничтожения защитника;
- стратегии упрощения игры.

Следующий автор интерактивных тренировок DJ Sackmann — американский баскетболист и тренер по отработке техники ведения мяча.

Sackmann проводит свои тренировки только в пределах США, и только индивидуальные тренировки юных спортсменов. Так же есть свой канал на YouTube https://www.youtube.com/channel/UCDP7U_0S1zP3AiNqCO6ejuQ, где специалист показывает упражнения. Так же есть сайт <https://www.djsackmann.com>, где можно пройти обучение по его методике.

Обращает внимание на индивидуальные упражнения:

- быстрые переводы мяча под ногами;
- переводы мяча на месте

Damian Cotter — австралийский тренер.

D. Cotter проводит только семинары по основам техники ведения мяча в баскетболе всему миру. Он работает с одной командой и показывает тренерам упражнения. Любой из желающих может посмотреть упражнения на канале YouTube <https://www.youtube.com/user/FIBAWorld>.

D. Cotter делает акцент на выполнении упражнений группой игроков, а также баскетбол–коучингу.

Александр Груич (Sasha Grbich)— сербский дипломированный тренер по баскетболу, обладатель тренерской лицензии FIBA.

Проводит тренировки в баскетбольном лагере для всех желающих. Сайт для записи <https://terball.ru/asg#block-asg-about>, есть так же свой канал на YouTube <https://www.youtube.com/user/BasketballAcademyASG>. А. Груич делает акцент на:

- обучении технике бега, остановкам и поворотам;
- контролю мяча;
- тактике разыгрывающих и атакующих защитников.

Для того, чтобы проходить самостоятельно обучение с использованием видео у перечисленных тренеров, необходимо учитывать, что все тренировки записаны с участием одной и той же команды. В связи с этим, зрителям – тренерам детских команд, необходимо понимать и уметь видеть особенности упражнений для демонстрации их подопечным.

Нами были рассмотрены программы My Own Conference, Etutorium, Mirapolis Virtual Room и тд. Таблицу можно увидеть в приложение А. Для проведения интерактивной тренировки преимущество программы webinar.ru заключается в следующем: пробный период всегда бесплатный, Число участников - от 10 до 300 человек, подробный FAQ, обучающий вебинар, регистрация мгновенная, можно смотреть webinar через смартфон.

Для разработки комплекса занятий нами был использован сервис для проведения вебинара. Webinar.ru — платформа для организации вебинаров и

видеоконференций. Позволяет транслировать информацию, достигать максимальной конверсии, анализировать трафик, общаться онлайн и совместно работать. В основе платформы лежит набор модулей для демонстрации рабочего стола и работы с документами, чатов, онлайн-опросов и тестирований. Платформа позволяет подключать к онлайн-мероприятиям неограниченное число участников из любой точки мира. Платформа доступна непосредственно через интернет-браузер или мобильное приложение без установки дополнительного программного обеспечения.

Вебинар — это мероприятие в реальном времени, проходящее в режиме онлайн. При этом участники мероприятия могут образовывать виртуальную «аудиторию», физически находясь в совершенно разных точках мира. Связь между участниками поддерживается посредством обычного браузера через Интернет.

Идея разработки комплекса занятий основывается на том, что учащиеся тренируются три раза в неделю: понедельник, среда, пятница, и этого недостаточно для спортивного прогресса. Замысел комплекса занятия с использованием ИКТ состоит в том, чтобы проводить мероприятия в технике вебинар по вторникам и четвергам.

2 Программа комплекса занятий по обучению навыкам ведения мяча с использованием webinar.ru

2.1 Общая программа тренировок с использованием webinar.ru

Интерактивные тренировки разрабатывались для баскетбольной секции в МБОУ СОШ №21 г. Красноярска для учащихся 9 класса. Тренировки проходили в зале каждую неделю по понедельникам, средам, пятницам. Время тренировки 2 часа. Поскольку воспитанники тренировались три раза в неделю в зале, тренеру было предложено разработать комплекс занятий по обучению навыкам ведения мяча в виде интерактивных занятий.

Нами проведен обзор программ тренеров Ganon Baker и DJ Sackmann. Это лучшие специалисты своего дела. Рассмотрев тренировки на YouTube, мы отобрали упражнения, которые можно будет включить в интерактивные занятия. При разработке занятий мы учитывали условия, в которых будут находиться воспитанники, поэтому на занятиях не используются удары мяча. Используя материалы по командным тренировкам ведения мяча Sasha Grbich и Damian Cotter, мы разработали свои упражнения по ведению мяча на площадке в зале, где будут на наш взгляд самые эффективные на сегодняшний день.

Учебно-тематический план тренировок секции по баскетболу в МБОУ СОШ №21 представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Учебно-тематический план тренировок секции по баскетболу

№	Название модуля	Время
1	Теоретические занятия	В процессе тренировки
2	Общая физическая подготовка	20
3	Основы техники	28
4	Контрольные игры и соревнования	8
5	Тактическая подготовка	10

Учебно-тематический план интерактивных тренировок с использованием webinar.ru представлен в таблице 2.

Таблица 2 – Учебно-тематический план интерактивных тренировок в webinar

№	Тема занятия	Время, мин
1	Отработка правильного перемещения мяча под ногой	40
2	Отработка правильного перемещения мяча стоя, за ногами	40
3	Отработка движений мяча, в полуприсяди за ногами	40
4	Отработка круговых движений вокруг туловища	40
5	Правильное движение мяча и кисти	40

Учебно-тематический план тренировок в зале представлен в таблице 3.

Таблица 3 - Учебно-тематический план тренировок в зале

№	Названия упражнения	Время, мин
1	В ведении мяча вдоль всей площадки.	25
2	Ведение с преодолением препятствий	25
3	Ведении мяча вдоль всей площадки и бросках в движении	25
4	Ведение мяча вдоль всей площадки с поворотами	25
5	Ведение мяча с поднятой головой	25
6	Ведение, поворот, передача	25
7	Ведение с изменением темпа и с сопротивлением	25
8	Финты при ведении и проходы к корзине	25

Цель занятий в зале: научить воспитанников владеть мячом слабой рукой, не смотреть на мяч, ровно держать спину.

Упражнение 1. Ведение мяча вдоль всей площадки.

Команда делится на три группы с равным количеством игроков в каждой. Первый игрок каждой группы по команде тренера начинает

скоростное ведение и на полной скорости продвигается к противоположному концу площадки. На противоположной лицевой линии он поворачивается кругом и ведет мяч в обратном направлении другой рукой. На лицевой линии он передает мяч следующему игроку в колонне. Мы должны предупредить игроков, чтобы те не передавали мяч или не принимали его, пока игрок не пройдет лицевую линию. Следующий игрок в колонне не должен начинать движение, пока мяч не пересечет лицевую линию. Это отличное упражнение с элементом соревнования, применяемое в случаях, когда нужно поднять энтузиазм игроков.

Упражнение 2. Команда делится на три группы.

Для каждой группы устанавливается пять препятствий (мы предпочитаем использовать стойки, так как их легко положить и поднять). Игроки ведут мяч от одной лицевой линии до другой и обратно, меняя ведущую руку при прохождении каждого препятствия. До первого препятствия они ведут мяч правой рукой, затем переводят его на другую руку и т. д. Вернувшись назад, они передают мяч из рук в руки следующему игроку в колонне. Тренеры контролируют технику ведения мяча. Игроки должны держать голову поднятой. При переводе мяча на другую руку не следует отпускать его далеко от туловища в момент, когда нога, одноименная со стороной ведения, выходит вперед (при переводе мяча справа налево мяч поднимается при опускании правой ноги и толкается влево, когда вперед выходит левая нога). Это эмоциональное упражнение можно использовать, когда игрокам нужен элемент соревнования. Оно помогает разрушить монотонность ежедневных тренировок и особенно полезно при обучении основам ведения в начале тренировочных занятий.

Упражнение 3. Упражнение в ведении мяча вдоль всей площадки и бросках в движении.

Команда делится на две группы. Первый игрок в каждой колонне ведет мяч к боковой корзине, выполняет бросок в движении, подбирает мяч, ведет его к корзине на дальней стороне площадки, выполняет бросок в движении,

подбирает мяч, ведет его к стартовой линии и выполняем заключительный бросок в движении. Следующий игрок в колонне подбирает мяч и повторяет упражнение. Это эмоциональное упражнение, совершенствующее скоростной дриблинг. Мы следят, чтобы голова ведущего мяч игрока все время была поднята и чтобы игроки правильно контролировали мяч. Они также обращают внимание на технику выполнения.

Упражнение 4. Упражнение в ведении мяча вдоль всей площадки с поворотами.

Команда делится на три группы, и помощник устанавливает пять препятствий для каждой группы. Игроки 1, 6 и 11 быстро ведут мяч к первому препятствию, останавливаются справа от него (ведение на месте), выполняют поворот на левой ноге, переводят мяч с правой руки на левую, обходят препятствие слева и продолжают ведение левой рукой. У следующего препятствия игроки останавливаются, поворачиваются на правой ноге, обходят его справа и продолжают движение к третьему препятствию. Затем они снова выполняют поворот на левой ноге и переводят мяч на другую руку, ни на секунду не останавливая ведение. Так они доходят до противоположного конца площадки, обходят последнее препятствие и возвращаются назад, выполняя поворот у каждого препятствия. На стартовой линии занимающиеся передают мяч следующему игроку из рук в руки. На ранних этапах тренировки это упражнение позволяет определить игроков, которые имеют недостатки в ведении и выполнении поворотов. Упражнение особенно полезно для слабых обучающихся которые плохо водят мяч, так как требует хорошего контроля мяча. Игроки любят это упражнение, поэтому его нужно часто использовать на начальных этапах тренировки.

Упражнение 5. Упражнение в ведении мяча с поднятой головой.

Это отличное упражнение для обучения навыку постановки головы во время ведения и для развития периферического зрения. Игроки выстраиваются под корзиной за лицевой линией. Первый игрок в колонне ведет мяч с поднятой головой в направлении тренера, который располагается

на полпути между ближайшим кругом области штрафного броска и центральной линией лицом к дальней корзине. На дальнем конце площадки три игрока обращены лицом к ведущему с мячом — один у левой боковой линии, другой в круге области штрафного броска и третий у правой боковой линии. Как только игрок с мячом проходит мимо тренера, тот указывает на игрока, которому обучающий должен передать мяч. Тренер произвольно выбирает разных игроков. Если он показывает налево, то принимающий игрок на левой стороне площадки начинает движение в сторону обучающего с мячом. Обучающий с мячом немедленно передает мяч этому игроку и двигается навстречу. Затем он принимает передачу из рук в руки, продолжает ведение к корзине и выполняет бросок в движении.

Игрок сам подбирает мяч, ведет его с любой стороны площадки в обратном направлении вдоль боковой линии и передает мяч следующему игроку в колонне. Второй игрок, который начинает упражнение после приема передачи, ведет мяч к тренеру и передает его игроку, указанному тренером. Если тренер хочет, чтобы мяч был передан игроку, расположенному в области штрафного броска, он поднимает руку над головой. Тренер должен указать игрока, принимающего мяч, только после того, как обучающий пройдет мимо него, чтобы он не видел, на кого указывает тренер. Часто игроки пытаются предугадать сигнал тренера и выполняют передачу не тому игроку. Игрокам нравится это упражнение. Тренер должен применять это упражнение от 4 до 5 минут, приглашая разных игроков, чтобы ни один из них долго не стоял на месте. Можно использовать 4 или 5 мячей.

Упражнение 6. Ведение, поворот, передача.

Четыре колонны игроков занимают места с одной стороны площадки. Первый и третий игроки в колоннах владеют мячами. Для каждой колонны на площадке устанавливаются препятствия. Это парное упражнение в ведении, при помощи которого игроки учатся останавливаться, выполнять поворот на «внутренней» ноге (ноге, ближней к препятствию) и передавать мяч игроку, следующему сзади. Игрок, следующий сзади, должен

рассчитывать движения так, чтобы у ведущего игрока с мячом было время увидеть его, перед тем как сделать передачу. Игрок, принявший передачу, быстро ведет мяч к следующему препятствию, выполняет поворот и отдает мяч первому игроку, который к тому времени уже двигается сзади него. Баскетболисты контролируют мяч, ведя его рукой, дальней от препятствия, к которому приближаются. Каждый из двух игроков обходит препятствие со своей стороны. По мере продвижения вдоль площадки первый игрок должен выполнять остановку прыжком перед препятствием, приземляясь так, чтобы опорная нога (нога, ближайшая к препятствию) была расположена сзади или на одном уровне с другой ногой. Когда он выполняет поворот, игрок, следующий сзади, принимает передачу из рук в руки и затем быстро ведет мяч к очередному препятствию дальней от него рукой. Продвигаясь по площадке, один игрок ведет мяч правой рукой, делает остановку, поворачивается на левой ноге и отдает мяч партнеру из рук в руки. Второй игрок ведет мяч левой рукой, останавливается, поворачивается на правой ноге и передает мяч партнеру из рук в руки. Четыре пары начинают упражнение одновременно. Достигнув противоположного конца площадки, игроки ждут, пока остальные закончат упражнение. Чтобы выполнить упражнение в обратном направлении, игроки меняются местами. Это упражнение нужно часто применять в предсезонной тренировке. Игроки учатся вести мяч каждой рукой, поворачиваться на каждой ноге и передавать мяч из рук в руки во всех направлениях.

Упражнение 7. Ведение с изменением темпа и с сопротивлением.

Игроки выстраиваются в четыре колонны так же, как в предыдущем упражнении. Первый игрок выступает в роли защитника, второй — в роли ведущего мяча. Обучающий ведет мяч с сопротивлением защитника, но не пытается обойти его, а просто укрывает мяч. По свистку обучающий останавливается, продолжая ведение на месте и укрывая мяч, затем переводит мяч на другую руку и ведет его до следующего свистка. Тренер должен дать сигнал свистком 3—4 раза во время ведения от одного конца

площадки до другого, останавливая игроков у ближней линии штрафного броска, в середине площадки, у дальней линии штрафного броска и на дальней лицевой линии. При каждой остановке обучающего переводит мяч на другую руку и меняет направление движения. На дальней лицевой линии игроки меняются ролями. В этом упражнении игроки обучаются контролирующему ведению мяча и остановкам в различных частях площадки. Защитники учатся возвращаться в выгодную позицию, если они потеряли ее в результате действий ведущего игрока с мячом. Тренеры обращают внимание на правильную стойку при ведении, на низкий (контролирующий) дриблинг и на правильное перемещение защитника. Если защитник сможет остановить игрока с мячом, тот должен продолжить ведение на месте, а затем снова попытаться пройти вперед, когда свисток разрешит продолжение движения остальным игрокам.

Упражнение 8. Финты при ведении и проходы к корзине.

Команда разбивается на три или четыре группы, выстраивающиеся возле центральной линии. Каждая группа имеет два мяча. Каждый игрок должен вести мяч, выполнить финт, остановку, поворот, изменить направление, изменить темп, пройти к корзине и выполнить бросок в движении, предварительно удостоверившись, что ни один из других игроков не проходит к корзине с противоположной стороны. Можно использовать любые финты, проходы или ведение и начать упражнение с любого места площадки. Нападающие обычно начинают из угла, делая финт на проход в середину или вдоль лицевой линии, выполняют поворот и затем проходят либо в середину, либо вдоль лицевой линии. Центровые могут начинать упражнение у круга области штрафного броска или из своих обычных позиций.

Каждая интерактивная тренировка состоит из пяти этапов: демонстрация мотивирующего ролика, демонстрация упражнения, отработка упражнения воспитанниками и контроль, обратная связь.

Цель интерактивной тренировки «Отработка правильного перемещения мяча под ногой» с использованием webinar.ru обучающихся правильному перемещению мяча в баскетбольной стойки, под ногами.

Цель интерактивной тренировки «Отработка правильного перемещения мяча стоя, за ногами» с использованием webinar.ru: научить обучающихся правильному перемещению мяча стоя, под ногами.

Цель интерактивной тренировки «Отработка движений мяча, в полуприсяди перевод мяча за ногами» с использованием webinar.ru: научить обучающихся правильному движению мяча за ногами.

Цель интерактивной тренировки «Отработка круговых движений вокруг туловища» использованием webinar.ru: научить воспитанников правильному движению мяча вокруг туловища.

Цель интерактивной тренировки «Правильное движение мяча и кисти» с использованием webinar.ru: научить воспитанников правильному движению мяча и кисти.

Преимущества интерактивной тренировки с использованием webinar.ru по сравнению с лекцией о выполнении упражнения:

- Комфортный режим работы в парах или индивидуально;
- Запись вебинара доступна после интерактивной тренировки и воспитанник может обратиться к ключевым моментам;
- Выполнение действия и возможность почувствовать координацию тела при его выполнении.

Таблица 4 – План интерактивной тренировки «Отработка правильного перемещения мяча под ногой»

Этап (время)	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
Демонстрация мотивирующего ролика (10 минут)	Посмотреть видео «Лучшие переводы под ногой», https://www.youtube.com/watch?v=O4IxmTUG6Ds . Выделить основные моменты, особенности и техники.	Обсуждение увиденного. В ходе выполнения упражнения работают большие ягодичные, икроножные и четырёхглавые мышцы.	Тренер мотивирует воспитанников на ответ наводящими вопросами и подсказками
Демонстрация упражнения (10 минут)	Посмотреть на выполнение упражнения тренером. Выделить, какие мышцы работают, за счёт чего данное упражнение успешно выполняется. Сформулировать критерии правильности выполнения упражнения.	Воспитанники пишут ответы в чат. В ходе выполнения упражнения работают большие ягодичные, икроножные и четырёхглавые мышцы. Данное упражнение успешно выполняется за счёт хорошей координации движений. Критерии: правильная стойка (прямая спина, полусогнутые ноги, плавные повороты корпуса).	Тренер мотивирует учащихся на ответ наводящими вопросами и подсказками.

Окончание таблицы 4

Этап (время)	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
<p>Отработка упражнения участниками и контроль (15 минут)</p>	<p>Повторить за тренером демонстрируемого упражнения (перевод мяча под ногами без его удара об пол). Чувствовать движение мяча через ногу, добиваться фиксирования правильной стойки.</p>	<p>1. Правильно ли я выполняю упражнение? Почему такие лёгкие упражнения? 2. Воспитанники выполняют упражнения с согнутой спиной, неправильным движением ног, неправильным поворотом голеностопа.</p>	<p>Если воспитанник выполняет упражнение без ошибок, то к нему нет замечаний, а если нет, то сразу на месте идёт объяснение и разбор ошибок</p>
<p>Обратная связь (10 минут)</p>	<p>Задание на выяснение результативности занятия: Что получилось? За счёт чего получилось? Что не получилось? За счёт чего не получилось?</p>	<p>Воспитанники представляют свои ответы. Сегодня получилось правильное движение ногами, но при этом не получается ровно держать спину. Получилось за счёт грамотного объяснения тренера и наглядного примера. Не получилось потому, что мало выполняю упражнение</p>	<p>Тренер фиксирует ответы воспитанников в блокнот и делает пометки для того, чтобы после отработать в зале.</p>

Таблица 5 – План интерактивной тренировки «Отработка правильного перемещения мяча стоя, за ногами»

Этап (время)	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
Демонстрация мотивирующего ролика	<p>Посмотреть видео «На пути к самому лучшему», https://www.youtube.com/watch?v=8NqmHOc7kCA.</p> <p>Выделить основные моменты, особенности и техники.</p>	<p>Воспитанники пишут ответы в чат.</p> <p>Обсуждение увиденного.</p> <p>В ходе выполнения упражнения работают мышцы: четырехглавые мышцы бедра, ягодичные мышцы, задняя группа мышц бедра, икроножные мышцы. Данное упражнение успешно выполняется за счёт хорошей координации движений.</p>	<p>Тренер мотивирует учащихся на ответ наводящими вопросами и подсказками. мотивирует на ответ.</p>
Демонстрация упражнения	<p>Посмотреть на выполнение данного упражнения тренером.</p> <p>Выделить, какие мышцы работают, за счёт чего данное упражнение успешно выполняется.</p> <p>Сформулировать критерии правильности выполнения упражнения.</p>	<p>Выделяют критерии правильности выполнения упражнения. В ходе выполнения упражнения работают мышцы: четырехглавые мышцы бедра, ягодичные мышцы, задняя группа мышц бедра, икроножные мышцы. Данное упражнение успешно выполняется за счёт хорошей координации движений.</p> <p>Критерии: Прямая спина, плавные подымания ног, правильное перемещения мяча).</p>	<p>Воспитанники пишут ответы в чат.</p> <p>Тренер мотивирует учащихся на ответ наводящими вопросами и подсказками.</p>

Окончание таблицы 5

Этап (время)	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
Отработка упражнения участниками и контроль	<p>Повторить за тренером демонстрируемого упражнения (перемещения мяча стоя, за ногами без скучания мяча).</p> <p>Чувствовать движение мяча через ногу, добиваться фиксирования правильной стойки. Держания правильно спину.</p>	<p>1. Правильно ли я выполняю упражнение?</p> <p>2. Почему такие лёгкие упражнения?</p> <p>Воспитанники выполняют упражнения с прямыми ногами, согнутой спиной, неправильным движением ног.</p>	<p>Если воспитанники выполняет упражнение без ошибок, то к нему нет замечаний, а если нет, то сразу на месте идёт объяснение и разбор ошибок.</p>
Обратная связь	<p>Задание на выяснение результативности занятия:</p> <p>Что получилось?</p> <p>За счёт чего получилось?</p> <p>Что не получилось?</p> <p>За счёт чего не получилось?</p>	<p>Воспитанники представляют свои ответы.</p> <p>Сегодня получилось правильное движение ногами, но при этом не получается ровно держать спину.</p> <p>Получилось за счёт грамотного объяснения тренера и наглядного примера.</p> <p>Не получилось за счёт недостатка тренировок.</p>	<p>Тренер фиксирует ответы учащихся в блокнот и делает пометки.</p>

Таблица 6 – План интерактивной тренировки «Отработка движений мяча, в полуприсяде перевод мяча за ногами»

Этап	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
Демонстрация мотивирующего ролика	Посмотреть видео «Переводы под ногой», https://www.youtube.com/watch?v=i-3NGv6NK5s Выделить основные моменты, особенности и техники.	Обсуждение увиденного. В ходе выполнения упражнения работают мышцы: четырехглавые мышцы бедра, ягодичные мышцы, задняя группа мышц бедра, икроножные мышцы.	воспитанники пишут ответы в чат. Тренер мотивирует учащихся на ответ наводящими вопросами и подсказками. мотивирует на ответ?
Демонстрация упражнения	Посмотреть на выполнение данного упражнения тренером. Выделить, какие мышцы работают, за счёт чего данное упражнение успешно выполняется. Сформулировать критерии правильности выполнения упражнения.	Воспитанники представляют свои ответы. В ходе выполнения упражнения работают мышцы: четырехглавые мышцы бедра, ягодичные мышцы, задняя группа мышц бедра, икроножные мышцы. Критерии: полусогнутые ноги, ровная спина, передвижение мяча.	воспитанники отвечают голосовым сообщениям. Тренер мотивирует учащихся на ответ наводящими вопросами и подсказками.

Окончание таблицы 6

Этап	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
Отработка упражнения участниками и контроль	<p>Повторить за тренером демонстрируемого упражнения (движений мяча, в полуприсяде за ногами).</p> <p>Чувствовать движение мяча за ногами, добиваться фиксирования правильной стойки. Держания правильно спину. Взгляд должен не быть зафиксирован на мяч.</p>	<p>1. Правильно ли я выполняю упражнение? Почему такие лёгкие упражнения?</p> <p>2. Воспитанники выполняют упражнения с согнутой спиной, не правильно движения мяча, не правильно держат спину, взгляд фокусирован на мяч.</p>	<p>Если воспитанники выполняет упражнение без ошибок, то к нему нет замечаний, а если нет, то сразу на месте идёт объяснение и разбор ошибок.</p>
Обратная связь	<p>Задание на выяснение результативности занятия:</p> <p>Что получилось?</p> <p>За счёт чего получилось?</p> <p>Что не получилось?</p> <p>За счёт чего не получилось?</p>	<p>Воспитанники представляют свои ответы:</p> <p>Сегодня получилось правильное держать спину</p> <p>Получилось за счёт грамотного объяснения тренера и наглядного примера.</p> <p>Не получилось за счёт недостатка тренировок.</p>	<p>Тренер фиксирует ответы учащихся в блокнот и делает пометки.</p>

Таблица 7 – План интерактивной тренировки «Отработка круговых движений вокруг туловища» с использованием webinar.ru.

Этап	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
Демонстрация мотивирующего ролика	Посмотреть видео «Как обойти соперника с помощью переводом за спиной», https://www.youtube.com/watch?v=KV24Yw8GjHk Выделить основные моменты, особенности и техники.	Обсуждение увиденного. Данное упражнение успешно выполняется за счёт хорошей координации движений.	Воспитанники пишут ответы в чат. Тренер мотивирует учащихся на ответ наводящими вопросами и подсказками. мотивирует на ответ? Как мотивирует на ответ?
Демонстрация упражнения	Посмотреть на выполнение данного упражнения тренером. Выделить, какие мышцы работают, за счёт чего данное упражнение успешно выполняется. Сформулировать критерии правильности выполнения упражнения.	В ходе выполнения упражнения работают мышцы: грудь, плечи, руки, спина. Данное упражнение успешно выполняется за счёт хорошей координации движений. Критерии: мяч не должен выпадывать из рук, медленно делать крутящие моменты.	Воспитанники отвечают голосовым сообщением. Тренер мотивирует учащихся на ответ наводящими вопросами и подсказками.

Окончание таблицы 7

Этап	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
Отработка упражнения участниками и контроль	Повторить за тренером демонстрируемого упражнения (Отработка круговых движений вокруг туловища). Чувствовать движение мяча за спиной, добиваться. Взгляд должен не быть зафиксирован на мяч.	Правильно ли я выполняю упражнение? Почему такие лёгкие упражнения? Воспитанники выполняют упражнения довольное легкое, теряют мячи, при быстром выполнении, должны чувствовать мяч, взгляд фокусирован на мяч.	Если воспитанники выполняет упражнение без ошибок, то к нему нет замечаний, а если нет, то сразу на месте идёт объяснение и разбор ошибок.
Обратная связь	Задание на выяснение результативности занятия: Что получилось? За счёт чего получилось? Что не получилось? За счёт чего не получилось?	Воспитанники представляют свои ответы: Сегодня получилось правильное держать спину Получилось за счёт грамотного объяснения тренера и наглядного примера.	Тренер фиксирует ответы воспитанников в блокнот и делает пометки.

Таблица 8- Правильное движение мяча и кисти

Этап	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
Демонстрация мотивирующего ролика	<p>Посмотреть видео «Ведения мяча в баскетболе», https://www.youtube.com/watch?v=Lnfa-ZQgJ6Y Выделить основные моменты, особенности и техники</p>	Обсуждение увиденного	<p>Воспитанники пишут ответы в чат. Тренер мотивирует учащихся на ответ наводящими вопросами и подсказками. мотивирует на ответ? Как мотивирует на ответ?</p>
Демонстрация упражнения	<p>Посмотреть на выполнение данного упражнения тренером. Выделить, какие мышцы работают, за счёт чего данное упражнение успешно выполняется. Сформулировать критерии правильности выполнения упражнения.</p>	<p>В ходе выполнения упражнения работают мышцы: лучевое сгибание мышц, локтевые сгибательные запястья. Данное упражнение успешно выполняется за счёт хорошей концентрации. Критерии: мяч не должен выпадывать, Должны быть фиксация мяча.</p>	<p>Воспитанники отвечают голосовым сообщениям. Тренер мотивирует воспитанников на ответ наводящими вопросами и подсказками.</p>

Окончание таблицы 8

Этап	Задание	Действия воспитанников	Действия тренера
Отработка упражнения участниками и контроль	Повторить за тренером демонстрируемого упражнения (Правильное движение мяча и кисти). Чувствовать мяч в кисти. Взгляд должен не быть зафиксирован на мяч	Правильно ли я выполняю упражнение? Почему такие лёгкие упражнения? Воспитанники выполняют упражнения довольное легкое, не должны терять мячи,	Если воспитанники выполняет упражнение без ошибок, то к нему нет замечаний, а если нет, то сразу на месте идёт объяснение и разбор ошибок.
Обратная связь	Задание на выяснение результативности занятия: Что получилось? За счёт чего получилось? Что не получилось? За счёт чего не получилось?	Воспитанники представляют свои ответы: Сегодня получилось правильное держать мяч в руке Получилось за счёт грамотного объяснения тренера и наглядного примера.	Тренер фиксирует ответы воспитанников в блокнот и делает пометки.

2.2 Апробация серии занятий по обучению навыкам ведения мяча с использованием webinar.ru.

Автор работы во время прохождения практики был назначен на должность помощника тренера секции баскетбола МБОУ СОШ №21 г.Красноярска к тренеру Михайлову Егору Николаевичу. У тренера уже была группа из 10 человек 9 классов.

Воспитанники к моменту начала webinar обладают только навыком ведения мяча перед собой, ведения его только «сильной» рукой, т.е. ведущей, выполняют ведение с согнутой спиной, смотрят в пол.

По результатам наблюдений за воспитанниками во время тренировок в зале очевидно, что необходимо отработать упражнение со «слабой» рукой и потренироваться над переводами: под ногой, за спиной. Во время выполнения ведения мяча обучающимся необходимо держать ровно спину, смотреть не на мяч, а на площадку.

Вебинары посвящены обучению воспитанников технике ведения мяча. Организованы циклично: показ мотивирующего видеоролика, обсуждение увиденного, демонстрация тренером правильного выполнения упражнения, попытка обучающихся повторить показанное упражнение, разбор ошибок в индивидуальном порядке, анализ.

Для успешного проведения вебинара требовалось, чтобы у каждого участника были в наличии: видеокамера на компьютере или на телефоне, баскетбольный мяч. Воспитанникам необходимо зарегистрироваться на сайте <https://webinar.ru> по имени и фамилии. Преподаватель может высылать обучающимся приглашение на вебинар.

Вебинар «Отработка правильного перемещения мяча под ногой»

Во время проведения первого вебинара воспитанники не могли понять, как заходить на webinar.ru, были некоторые проблемы с интернет соединением.

После того, как все обучающиеся подключились к конференции, их вниманию был представлен мотивирующий видеоролик по теме вебинара. По окончании просмотра было проведено обсуждение увиденного и выделение существенных характеристик выполнения упражнения. Воспитанники легко обозначили ключевые действия которые выполняет тренер.

Далее, приступили к упражнениям. Обучающимся было показано упражнение правильного перемещения мяча под ногой. Продемонстрировано на рисунке 1.



Рисунок 1 - Отработка правильного перемещения мяча под ногой.

После демонстрации обучающиеся выполняли упражнение. В это время тренер наблюдал за ходом выполнения упражнения. У обучающихся были выявлены одинаковые ошибки. Выполнение на рисунке 2.

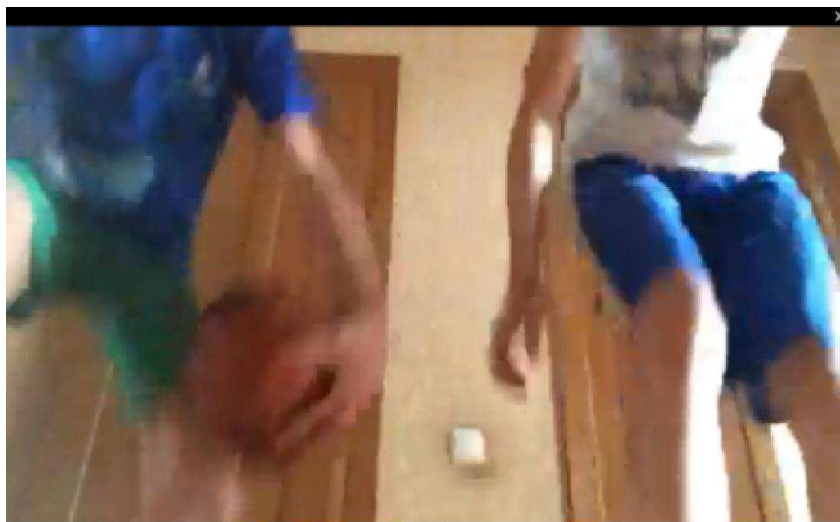


Рисунок 2 - Выполнение упражнения

Типичные ошибки при выполнении упражнения: неправильная стойка, глаза опущены в пол, ноги неправильно согнуты, неправильные повороты корпуса.

Во время анализа производился контроль за обучающимися через камеру. Ошибки каждого озвучивались тренером.

На втором занятии «Отработка правильного перемещения мяча стоя, за ногами» обучающиеся уже знали как заходить в вебинара, не было затруднений со входом и подключением. Было показано мотивирующее видео на тему урока. Тренером было продемонстрировано упражнение правильного перемещения мяча стоя, за ногами. Продемонстрировано на рисунке 3.



Рисунок 3 - Показ упражнения

После демонстрации упражнение обучающиеся приступили к пробе его выполнения. В это время тренер наблюдал за ходом выполнения упражнения. Типичные ошибки при выполнении упражнения: неправильная стойка, глаза опущены в пол, ноги неправильно поднята (рисунке 4).

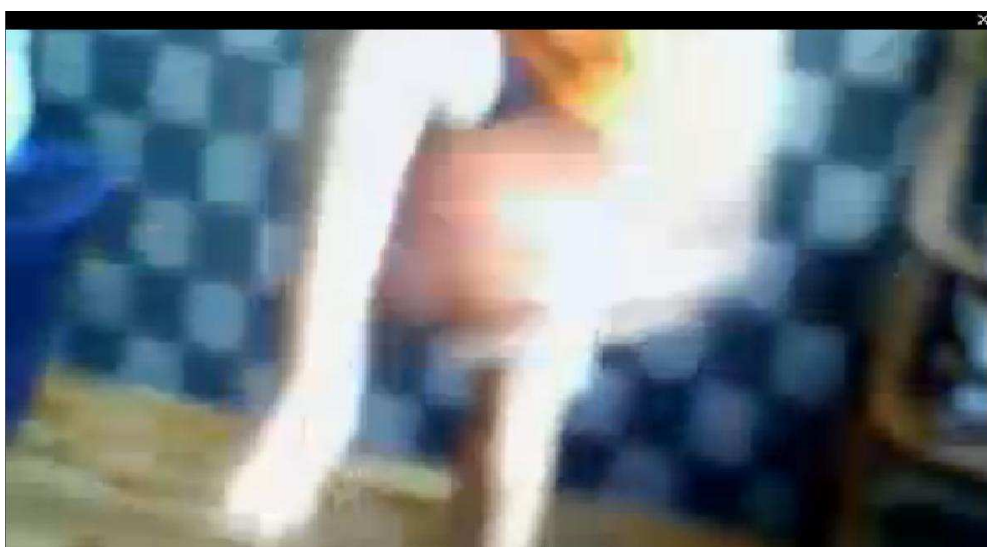


Рисунок 4 - Повторение обучающегося

Во время анализа воспитанники ответили, что удалось почувствовать напряжение спины, поднятие ноги, которое используется из ведения в два шага. Ошибки каждого озвучивались тренером.

Во время проведения третьего занятия «Отработка движений мяча, в полуприсяди за ногами», с входом никаких проблем не возникло. В начале проведения вебинара был представлен мотивирующий видеоролик. С обучающимися было проведено обсуждение увиденного, названы приёмы, с помощью которых можно уходить от защитника.

После обсуждения, обучающимся было продемонстрировано упражнение, над которым необходимо работать, Продемонстрировано на рисунке 5.



Рисунок 5 - Демонстрация упражнения

После демонстрации, обучающиеся приступили к упражнению. В это время я наблюдал за выполнением упражнения воспитанниками (рисунке 6).

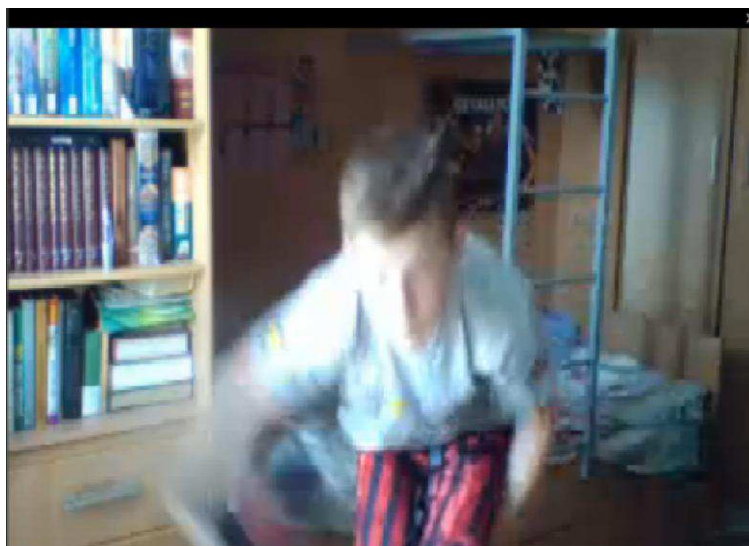


Рисунок 6 - Выполнение упражнения воспитанником

При выполнении упражнения обучающимися были допущены следующие ошибки: мяч выпадал из рук, не держали спину, взгляд был сконцентрирован на мяче, не полностью сгибали ноги.

Во время анализа воспитанники отметили, что получилось держать спину, почувствовать как сгибать ноги при выполнении прыжка из ведения. Ошибки каждого озвучивались тренером.

На четвертом занятии «Отработка круговых движений вокруг туловища» не возникло никаких проблем с проведением вебинара, обучающимся был представлен мотивирующий ролик по теме webinar, затем проводилось обсуждение увиденного.

Обучающимся было продемонстрировано упражнение представлено на рисунке 7.



Рисунок 7 - Демонстрация упражнения

После демонстрации, обучающие приступили к упражнению. В это время тренер наблюдал за выполнением упражнения. Выполнение упражнения воспитанником представлено на рисунке 8.

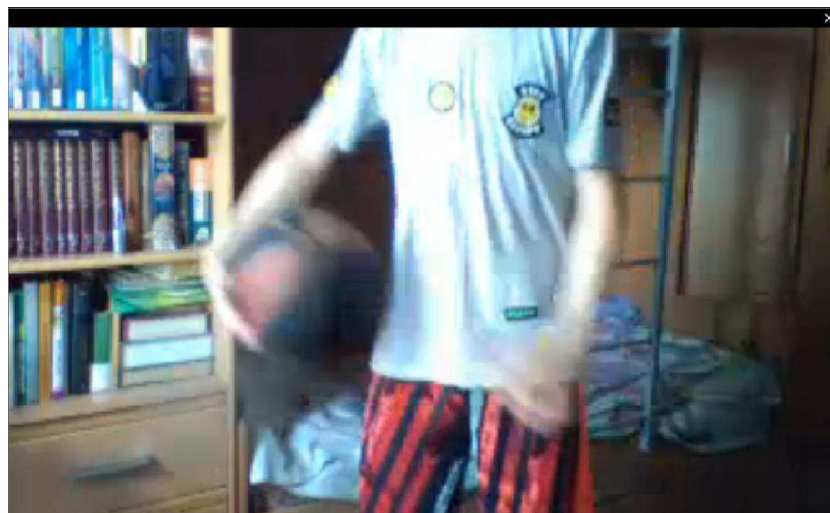


Рисунок 8 - Воспитанник выполняет упражнение

Упражнение было достаточно легким, и обучающиеся его выполнили без ошибок. Во время анализа никаких проблем не возникло, воспитанники делали упражнение без ошибок, отметили, что стали не фокусироваться на мяче, и мяч не выпадал из рук и при увеличении скорости выполнения. Смотрел на каждого и говорил ошибки, которые допускали обучающиеся.

На пятом занятии «Правильное движение мяча и кисти» не было никаких проблем с входом в вебинар. Связь была хорошая, участников было

хорошо видно. Перед занятием обучающимся было показано мотивирующее видео по данной теме. После просмотра видео было проведено обсуждение увиденного. Обучающимся было дано упражнение (Рисунке 9).



Рисунок 9 -Демонстрация упражнения

После демонстрации, обучающие приступили к упражнению. В это время я наблюдал за выполнением упражнения. Выполнения на рисунке 10.



Рисунок 10 - Выполнение воспитанниками упражнения

Обучающиеся выполнили данное упражнение без всяких сложностей. Во время анализа во время анализа никаких проблем не возникло, воспитанники делали упражнение без ошибок, отметили, что для них стало ясно, как захватывать мяч при ведении.

Отзывы воспитанников о проведенном семинаре.

Петя: «Вебинары – Для меня данная форма проведения занятия непривычна, но было необычно и интересно».

Вася: «Вау! Круто, я наконец-то понял, как движется рука в этом финте»

Никита: «Мне все понравилось, все было круто»

Андрей: «Все проходило в режиме онлайн, удобно было заниматься дома и получать наставления от тренера «здесь и сейчас»».

Антон: «Я не мог понять смысл данного вида тренировок, так как они мне казались очень легкими и обычными».

Эффективность вебинара подтверждается динамикой выполнения воспитанниками тестовых упражнений. После интерактивных занятий, проведенных в январе – феврале, время выполнения упражнения в марте резко изменилось (Таблица 9). Тестовое упражнение: исходное – баскетбольная стойка, мяч в правой руке, одновременно с шагом левой ноги удар в него правой рукой, потом под ногу назад поймать мяч левой, потом все упражнения выполняются зеркально. Оставаться на согнутых ногах, пока делаем – немного отступаем.

Таблица 9. Тестирование каждый месяц

Месяц	Перевод	Минуты, секунды
Сентябрь	20	2 минуты 15 секунды
Октябрь	16	1 минуту 50 секунды
Ноябрь	14	1 минута 30 секунды
Декабрь	14	1 минута 26 секунды
Январь	16	1 минута 40 секунды
Февраль	15	1 минута 32 секунды

Продолжение таблицы 9

Месяц	Перевод	Минуты, секунды
Март	12	1 минута
Апрель	9	57 секунды
Май	7	50 секунды

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эффективность тренировочного процесса во многом зависит не только от спортсменов, но и от тренера, а также от применяемых методов обучения. На сегодняшний день, в секции баскетбола для школьников 15–16 лет, в которой я работаю помощником тренера, мало времени уделяется отработке индивидуальных навыков ведения мяча. Целью выпускной работы было разработать комплекс занятий по формированию навыков ведения мяча в баскетболе с использованием информационно-коммуникационных технологий (вебинара) для старших школьников.

В рамках решения первой задачи даны характеристики понятия «навык ведения мяча» в баскетболе. К ним относятся: ведения мяча с остановкой, обхождение стойки с помощью финта, броски с ведения, выполнения двух шагов с ведения.

Для решения второй задачи было описано содержание обучения старших школьников ведению мяча в баскетболе. Основная часть тренировочного процесса строится на общих принципах и на тактических указаниях по ходу игры, в то время как знание старшеклассниками своих индивидуальных особенностей координационных движений могут улучшить качество игры команды.

В рамках решения третьей задачи был разработан комплекс занятий по обучению ведения мяча с использованием сервиса Webinar.ru. В работе представлено пять занятий. Каждое из них состоит из следующих частей: демонстрация мотивирующего ролика; демонстрация упражнения; отработка упражнения участниками и контроль; обратная связь.

Апробация комплекса занятий состоялась в секции по баскетболу при МБОУ СОШ №21 г. Красноярска. Воспитанники участвовали на соревнованиях Октябрьского района, где заняли 2 место. Разработанные интерактивные занятия по ведению мяча имеют экспертную оценку тренера

баскетбольной команды клуба БК «Енисей», что подтверждает приемлемость и эффективность разработанного комплекса.

Результаты, полученные в процессе работы подтверждают целесообразность гипотезы о том, что комплекс занятий для старших школьников по формированию навыков ведения мяча в баскетболе с использованием вебинара будет способствовать отработке индивидуальных навыков ведения мяча, если в его структуру включено мотивационное задание и презентация тренером упражнения ведения мяча в баскетболе; организована обратная связь с обучающимися, включающая самооценку и анализ выполнения ими движений ведения мяча тренером.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Кожевников, В. А. Методические особенности развития скоростных и координационных способностей баскетболистов 14-15 лет / Кожевников, В. А. // Физическая культура, спорта - наука и практики. – 2016. – 1. – С. 62-72.
2. Львова, Г. Л. Совершенствование координационных способностей различными вариантами круговой тренировки у баскетболистов / Львова Г. Л. // Проблемы теории и практики развития физической культуры и спорта на современном этапе: материалы VI Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – 2016. – 1. – С. 105-108.
3. Аверясова, О. Ю. Программированная тактическая подготовка женских баскетбольных команд / Аверясова, О. Ю. // ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры». – 2016. – 3. – С. 11-17.
4. Аксарин, И. В. Анализ рациональности и результативности выполнения технических приемов юных баскетболистами с учетной функциональной асимметрии в соревновательной деятельности / Аксарин, И.В. // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. – 2017. – 1. – С. 1-23.
5. Андриющенко, О. Н. Организация учебно-тренировочного процесса по баскетболу на основе интерактивных технологий обучения / Андриющенко, О. Н. // Инновационные технологии в науке и образовании. – 2016. – 1-1. – С. 101-104.
6. Аракчеев, А. Д. Развитие двигательных способностей у студентов посредством игры в баскетбол / Аракчеев, А. Д. // Электронный сборник статей по материалам XV студенческой международной заочной научно-практической конференции. – 2014. – 8. – С. 55-61.

7. Березина, А. Л. Методика обучения элементами техники игры в баскетбол / Березина, А. Л. // Учебное пособие. – 2015. – 4. – С. 36-45.
8. Бондарь, А. А. Основные компоненты формирования технико-тактической подготовленности баскетболистов 17-20 лет / Бондарь, А. А. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – 3. – С. 19-22.
9. Бондарь, А. А. Особенности организации и методики учебнотренировочного процесса студенческих баскетбольных команд с использованием средств и методов компьютерных технологий / Бондарь, А. А. // Национальные программы формирования здорового образа жизни: Международный научно-практический конгресс: в 4 томах. – 2014. – 3. – С. 26-32.
10. Иванов, Ю. И. Упражнения сопряженного воздействия как средство воспитания двигательскокоординационных способностей юных баскетболистов / Иванов, Ю. И. // Сборник научно-методических материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2015. – 1. – С. 23-30.
11. Каинов А. Н., Курьерова Г. И. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А. А. Зданевича/авт.-сост. А. И. Каинов, Г. И. Курьерова. - Изд. 3-е, испр. - Волгоград: Учитель, 2016. - 160 с.
12. Козин, В. В. Комплексное тестирование подготовленности юных баскетболистов к преодолению противодействий защитников / Козин, В. В. // Омский научный вестник. – 2013. – 1. – С. 177-201.
13. Козин, В. В. Требование к визуально-программному комплексу в формировании обратных связей при обучении игровым приемам баскетболистов / Козин, В. В. // Доклады Томского государственного университета систем управления и радиоэлектроники. – 2014. – 6. – С. 247-251.

14. Колесникова, А. Е. Повышение эффективности ведения мяча у баскетболистов групп начальной подготовки / Колесникова, А. Е. // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2014. – 1. – С. 187-188.
15. Крайнюкова, С. О. Инновационные технологии подготовки баскетбольной команд / Крайнюкова, С. О. // Сборник научно-методических материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2014. – 1. – С. 62-69.
16. Кудрявцев, М. Д. Методика обучения младших школьников двигательным действиям в баскетболе и формирование у них двигательных навыков в учебном процессе / Кудрявцев, М. Д. // Ежемесячный научно методический журнал. – 2004. – 4. – С. 8-11.
17. Кузницова, Т. Ю. Проектирование тренировочного процесса старшеклассников в секционных занятиях по баскетболу / Кузницова, Т. Ю. // Нижегородский государственный педагогический университет им. Козьмы Минина. – 2016. – 4. – С. 38-42.
18. Лосева, И. В. Программа спортивной подготовки по виду спорта баскетбол: методическое пособие / Лосева, И.В. // Федеральный центр подготовки спортивного резерва. – 2015. – 1-1. – С. 88.
19. Малюков, Г. И. Дополнительная предпрофессиональная программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» / Малюков, Г.И. // Муниципальное казенное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Терновская детско-юношеская спортивная школа». – 2016. – 1. – С. 37-40.
20. Нестеровский, И. Д. Теоретико-методический аспекты обучения игровой деятельности юных баскетболистов / Нестеровский, И. Д. // Вестник Пензенского государственного университета. – 2017. – 1. – С. 3-9.

21. Полевщиков, М. М. Технология интерактивной тренировки / Полевщиков, М. М. // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2014. – 1. – С. 70-74.
22. Сапего, Е. К. Баскетбол как средство совершенствования координационных способностей учащихся старшего школьного возраста / Сапего, Е. К. // Виртуаль 26. – 2015. – 26. – С. 171-174.
23. Соколов, М. А. Обучение технике ведения мяча баскетболе / Соколов, М. А. // В сборнике: Перспективные научные исследования и разработки в кооперативном секторе экономики материалы Международной научно-практической конференции в рамках ежегодных Чаяновских чтений: в 2-х частях. – 2015. – 2. – С. 293-298.
24. Соловьев, Е. К. Методика обучения базовым техническим приемам баскетбола студентов вузу физической культуры с использованием информационных технологий / Соловьев, Е. К. // МЦИИ «ОМЕГА САЙНС». – 2017. – 1. – С. 153-155.
25. Соловьев, К. Е. Методика обучения студентов вузов физической культуры базовым техническим элементам баскетбола с использованием информационных технологий / Соловьев, К. Е. // Вестник высшей школы. – 2017. – 5. – С. 79-82.
26. Солодянников, В. А. Совершенствование технико-тактической подготовленности баскетболистов 16-18 лет на базе развития специальных физических качеств / Солодянников, В. А. // Сборник научно-методических материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт.. – 2017. – 1. – С. 23-30.
27. Степанова, М. М. Обучение технике игры в баскетбол / Степанова, М.М. // Изд-во ЮУрГГПУ. – 2017. – 26. – С. 50.

28. Фирсин, А. С. Баскетбол. Теория и методика обучения: Учебное пособие / Фирсин, А. С. // Учебное пособие для студентов всех специальностей ИЭФ. – 2016. – 1. – С. 127-131.
29. Шмаюн. А. С. Анализ медиа-ресурсов по баскетболу / Шмаюн, А. С. // Сборник научно-методических материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2017. – 1. – С. 127-131.
30. Шумилова, Н. О. Информационные технологии в преподавании физической культуре в контексте научно-педагогического подхода и практического опыта / Шумилова, Н. О. // В сборнике: Перспективные научные исследования и разработки в кооперативном секторе экономики материалы Международной научно-практической конференции в рамках ежегодных Чаяновских чтений: в 2-х частях. – 2015. – 5. – С. 429.
31. Яворская, Е. Е. Повышение эффективности обучения технике ведения мяча девушек 9-11 классов, занимающихся баскетболом в школьной секции / Яворская, Е. Е. // Физическая культура, спорта - наука и практики. – 2017. – 1-1. – С. 31-35.
32. Zhaowei Kong, Fengxue Qi, Qingde Shi / The influence of basketball dribbling on repeated high-intensity intermittent runs //Journal of Exercise Science & Fitness.-2015. - 1 - С. 1-15.
33. Bryn Evans,Richard Fitzgerald / The categorial and sequential work of ‘embodied mapping’ in basketball coaching // Journal of Pragmatics.- 2017. – 2 - С. 15-24.
34. Hantau Cezar,Nae Cristina,Hantau Cristina,Neagu Narcis / Study to Develope a Training Syllabus for the Universitary Basketball Teams // Procedia - Social and Behavioral Sciences. -2013.-1- С. 28-66.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Условия использования вебинаров

Название	My Own Conference	Etutorium	Webinar.ru	Mirapolis Virtual Room
Цена в месяц	€21.99 - €249.99	3295 Р - 4450 Р	3995 Р - 11995 Р	2990 Р - 19 990 Р
Пробный период	Один месяц	14 дней	Есть, бессрочный	10 дней
Количество спикеров	До 10 человек	Один или двое ведущих	до 8 человек	до 15 человек
Число участников	от 20 до 1500 в платной версии	от 10 до 1000, более 1000 по индивидуальному запросу	от 10 до 300 человек	от 10 до 1000 человек
Демонстрация медиаконтента	Да	Да	Да	Да
Возможность записи вебинара	Да	Да	Да	Да
Облачное хранение записей вебинара	Да	Да	Да	Да
Поддержка иностранных языков	15 языков	4 языка	Английский	Английский
Закрытые вебинары	Да	Да	Да	Да
Отслеживание статистики посещаемости	Да	Да	Да	Да
Мобильные версии в App Store и Google	Да	Нет	Да	Да

Play				
------	--	--	--	--

Окончание приложения А

Название	My Own Conference	Etutorium	Webinar.ru	Mirapolis Virtual Room
Демонстрация экрана и инструменты рисования	Да	Да	Да	Да
Создание опросов и тестов	Да	Да	Да	Да
Чат	Да	Да	Да	Да
Подробный FAQ	25 видеоуроков по пользованию платформой	Сборник видеоуроков по пользованию сервисом	Обучающий вебинар	Видео-урок
Поддержка	Онлайн	Онлайн	Онлайн	Онлайн
Демонстрация экрана и инструменты рисования	Да	Да	Да	Да
Уведомления о мероприятиях	Да	Да	Да	Да
Возможность загрузки информации о участниках	Да	Да	Да	Да
Проверка скорости интернета и работы камеры и микрофона	Да	Да	Да	Да

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт педагогики, психологии и социологии
Кафедра информационных технологий обучения и непрерывного
образования

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой



О.Г. Смолянинова
« 18 » 06 2018 г

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА
44.03.01 Педагогическое образование

44.03.01.09 Информатика и информационные технологии в
образовании

**Комплекс занятий для старших школьников по формированию навыков
ведения мяча в баскетболе с использованием ИКТ**

Руководитель

доц. каф ИТОиНО, канд. пед. наук

К.А. Руцкая

Выпускник

К.О. Огурцов

Красноярск 2018