

**Авторы:**

**Агеев С. Л.**, старший преподаватель кафедры ТиМСД ИФКиС  
г. Оренбурга

**Агеева М. В.**, учитель высшей категории МОУ СОШ № 73  
г. Оренбурга

**Рецензенты:**

**Н. Н. Щербина**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
ТиМСД ИФКиС

**П.П. Тиссен**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиПФВ

В данном пособии дается характеристика общих закономерностей процесса обучения технике броска, передач и ведения мяча в баскетболе. Представленный материал содержит подробное описание методики обучения, комплексы дидактических средств и соответствующих организационно-методических указаний, перечень наиболее встречающихся ошибок.

Игры и упражнения данного пособия направлены на освоение и совершенствование техники различных видов бросков, передач и ведения мяча.

Предназначено студентам факультетов физической культуры педагогических вузов, учителям физической культуры и тренерам по баскетболу.

Отпечатано в типографии фирмы «Копицентр»

## СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ .....	3
Раздел I. ОБУЧЕНИЕ БРОСКАМ.....	4
Глава 1. ОБУЧЕНИЕ ДИСТАНЦИОННЫМ БРОСКАМ.....	7
1.1. Разновидности бросков с места.....	7
1.2. Разновидности бросков в движении.....	27
1.3. Разновидности бросков в прыжке.....	30
Глава 2. УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНИКИ БРОСКОВ В КОЛЬЦО.....	37
2.1. Бросок мяча в кольцо с места.....	38
2.2. Бросок мяча в кольцо в движении .....	48
2.3. Игры и игровые задания.....	50
2.4. Добивание мяча в кольцо.....	54
2.5. Штрафной бросок.....	55
Раздел II. ОБУЧЕНИЕ ПЕРЕДАЧАМ МЯЧА, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ПЕРЕДАЧИ МЯЧА В БАСКЕТБОЛЕ.....	59
1. Передача мяча двумя руками от груди.....	59
2. Передача мяча одной рукой от плеча на месте.....	64
3. Ловля и передача мяча от груди двумя руками и одной рукой от плеча в движении.....	66
4. Передача мяча на месте от головы двумя руками.....	71
5. Передача мяча отскоком от пола.....	72
Раздел III. ОБУЧЕНИЕ ВЕДЕНИЮ МЯЧА.....	74
Глава 1. Методика обучения технике ведения мяча.....	74
1.1. Разновидности ведения мяча.....	76
1.2. Обучение остановкам после ведения мяча.....	82
Глава 2. УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ С ВЕДЕНИЕМ МЯЧА.....	87
Приложение.....	101
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	106