

## ВВЕДЕНИЕ

Физическое воспитание учащейся молодежи в период строительства коммунизма в нашей стране имеет исключительное значение. Воспитание подрастающего поколения, сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту, физическое совершенство и крепкое здоровье — это одна из главных задач, поставленных нашей Коммунистической партией, удел её постоянных забот и внимания.

"Для каждого человека, да и для общества нет большей ценности, чем здоровье, — отмечал в докладе на XXVII съезде КПСС тов. М. С. Горбачёв. — Охрана и укрепление здоровья людей — дело первостепенной важности," и далее, "Будущее во многом определяется тем, товарищи, какую молодежь мы воспитываем сегодня."<sup>1</sup>

Существенное значение в решении столь важных задач имеет физическая культура и спорт.

Среди большого арсенала современных средств физической культуры и спорта игра в баскетбол занимает одно из ведущих направлений и пользуется большой популярностью.

Последнее обусловлено высокой динамичностью и эмоциональной насыщенностью этой игры, ее увлекательностью и тем высоким накалом спортивных страстей, который возникает во время игры. Все это особенно характерно для детского и юношеского возраста и поэтому с таким увлечением молодежь все больше и больше приобщается к занятиям баскетболом. В школе баскетбол стал применяться значительно шире и играют в него уже дети более младшего возраста (мини-баскетбол). Появились специализированные общеобразовательные школы по баскетболу, культивирующие эту игру как основной вид спорта, созданы ДЮСШ, готовящие спортсменов высокого класса, начиная с детского возраста. Сейчас в стране насчитывается свыше 4 млн. спортсменов, занимающихся этой увлекательной спортивной игрой. Естественно, что такая огромная армия баскетболистов требует к себе большего внимания к разработке эффективных средств тренировки, совершенствования организационных форм спортивной подготовки.

С точки зрения функционального воздействия на организм занимающихся, баскетбол имеет исключительно важное значение. Занятия баскетболом способствует успешному формированию двигательных

УДК 796.323.

Черемисин В. П., Ермолаев Ю. А., Гаптов В. А. Начальная подготовка юных баскетболистов. — Учебное пособие. — Малаховка: МОГИФК, 1986.

В учебном пособии рассматриваются морфо-функциональные и психические особенности юных баскетболистов, даётся методика и содержание учебно-тренировочных занятий на начальном этапе подготовки в условиях повышенного двигательного режима. В заключение описываются подвижные игры, с высокой моторной плотностью, применяемые в процессе подготовки юных баскетболистов.

Рецензенты: к. п. н., доцент В. А. Какузин, к. п. н., доцент В. Н. Тихонов.

©

— Московский областной Государственный институт физической культуры, 1986

1. Горбачев М. С. Политический доклад Центрального Комитета КПСС XXVII съезду Коммунистической партии Советского Союза, газета "Правда" от 25.02.86г., с. 6 и 7.