

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." ¹

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 мил. 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.