

УДК 796.1/3
ББК 75.566
Р60

Рецензенты:

Ю. Д. Железняк – доктор педагогических наук, профессор, заслуженный тренер России и СССР, заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания и спорта Московского государственного областного университета;

О. Е. Лихачев – кандидат педагогических наук, профессор, заслуженный тренер России, заведующий кафедрой теории и методики спортивных игр Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма.

Родин А. В., Губа Д. В.
Р60 Баскетбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст] : учебн. пособие / А. В. Родин, Д. В. Губа. – М. : Советский спорт, 2009. – 168 с.
ISBN 978-5-9718-0380-5

В учебном пособии излагаются теоретико-методические основы баскетбола, его роль и место в системе физического воспитания студентов вузов, а также основы педагогического управления студенческим спортом, в том числе через создание спортивных клубов.

Может быть полезно при проведении учебных и факультативных занятий в вузе, самостоятельной теоретической подготовке студентов, при написании рефератов.

Пособие предназначено также для преподавателей и тренеров высших учебных заведений с целью эффективного проведения учебных занятий по курсу «баскетбол» и для формирования и подготовки сборных команд вуза.

**УДК 796.1/3
ББК 75.566**

ISBN 978-5-9718-0380-5

© А. В. Родин, Д. В. Губа, 2009
© Оформление. ОАО «Издательство
«Советский спорт»», 2009

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Глава 1 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ УПРАВЛЕНИЕ СТУДЕНЧЕСКИМ СПОРТОМ И СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНОГО КЛУБА	4
1.1. Сущность студенческого спорта, его педагогические и организационные особенности	4
1.2. Условия и особенности создания спортивных клубов на базе высших учебных заведений	8
1.3. Правовая и программно-нормативная база создания и управления спортивным клубом	13
Глава 2 ИСТОРИЧЕСКИЙ ОЧЕРК	19
2.1. Возникновение и развитие баскетбола	19
2.2. Распространение и развитие баскетбола в СССР и России	22
Глава 3 БАСКЕТБОЛ В РОССИЙСКОЙ СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	33
3.1. Специфические особенности баскетбола	33
3.2. Основные понятия и терминология	35
3.3. Программные требования по баскетболу	38
Глава 4 КРИТЕРИИ СПОРТИВНОГО ОТБОРА БАСКЕТБОЛИСТОВ-ЛЮБИТЕЛЕЙ	41
4.1. Особенности спортивного отбора при комплектовании любительских команд	41
4.2. Особенности спортивного отбора по морфометрическим признакам	42
4.3. Особенности спортивного отбора по признакам физической и технической подготовленности	44
Глава 5 ТЕХНИКА ИГРЫ И ЕЕ КЛАССИФИКАЦИЯ	48
5.1. Основные положения	48
5.2. Техника нападения	50
5.3. Техника защиты	64
	165

Содержание

Глава 6	
ТАКТИКА ИГРЫ И ЕЕ КЛАССИФИКАЦИЯ	70
6.1. Основные положения	70
6.2. Тактика нападения	72
6.3. Тактика защиты	84
Глава 7	
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БАСКЕТБОЛИСТОВ	94
7.1. Основные положения	94
7.2. Развитие общих физических качеств	95
7.3. Специальная физическая подготовка	100
Глава 8	
ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИМ ПРИЕМАМ ИГРЫ	107
8.1. Основные положения	107
8.2. Начальная постановка техники	108
8.3. Стабилизация и совершенствование техники	119
8.4. Достижение высшего спортивного мастерства	126
Глава 9	
ОБУЧЕНИЕ ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ИГРЫ	127
9.1. Основные положения	127
9.2. Индивидуальные действия в нападении и защите: овладение и совершенствование	128
9.3. Групповые действия в нападении и защите: овладение и совершенствование	130
9.4. Командные действия в нападении и защите: овладение и совершенствование	131
Глава 10	
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ И УЧЕТ В ПОДГОТОВКЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ-ЛЮБИТЕЛЕЙ	135
10.1. Основные формы и методы педагогического контроля	135
10.2. Значение и виды педагогического учета в спортивной деятельности	139
Глава 11	
ОСНОВЫ ОФИЦИАЛЬНЫХ БАСКЕТБОЛЬНЫХ ПРАВИЛ	141
11.1. Содержание игры	141
11.2. Судьи, их обязанности и права	150
11.3. Приложения к правилам	153
Приложение. Единая всероссийская спортивная классификация 2006–2009. Баскетбол	158
Литература	162