

## МР-191

**Тема:** Техника передачи баскетбольного мяча в движении.

**Цель урока:** Совершенствование элементов баскетбола.

**Дата:** 30.10.20

**Преподаватель:** Подшибякин В.М.

[podvrn\\_64@mail.ru](mailto:podvrn_64@mail.ru) или страничка в ВК.

На моей страничке **ВКОНТАКТЕ** посмотреть видеоролик для Вашей группы по теме урока.

### ПЕРЕДАЧА МЯЧА В ДВИЖЕНИИ — ДВОЙНОЙ ШАГ

Обучение передачам мяча в движении (двойному шагу) необходимо начинать как можно раньше. Занимающиеся должны владеть передачами с шагом вперед и ловлей мяча в движении с остановкой двумя шагами.

#### *Типичные ошибки:*

- Неточные и очень сильные передачи, которые не дают возможность правильно выполнить «двойной шаг».

#### *Обучающие действия:*

Вначале условия выполнения облегчаются введением неподвижного мяча. Один из занимающихся или учитель держит мяч на вытянутой в сторону руке. Игрок подходит, ставит ногу за полметра до мяча, затем делает шаг и в одноопорном положении берет мяч из рук, только после этого ставит ногу на пол («раз»), делает шаг другой ногой («два») и уже со следующим шагом («три») выполняет передачу. Мяч должен быть выпущен из рук до момента касания ногой пола. Первоначально желательно выполнять эти движения под счет, медленно, с остановками, затем шагом, потом бегом. В последующих упражнениях мяч подбрасывается сначала вверх, затем навстречу партнеру. После этого двойной шаг нужно выполнять после ловли встречной передачи, но когда партнер стоит. Следующим этапом является «двойной шаг» при движении в параллельных колоннах. Желательно выполнять первые упражнения в условиях, когда партнер стоит сбоку и передает мяч. Неточные передачи не позволят правильно выполнять упражнения. Эти упражнения должны обучать занимающихся ловле и передаче мяча справа и слева.

### ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕДАЧИ МЯЧА В ДВИЖЕНИИ:

Встречная передача мяча в движении в игре используется в процессе взаимодействия нападающих при развитии и завершении атаки. Она может выполняться одной или двумя руками от груди, от плеча, от головы (сверху) или снизу.

### ***Типичные ошибки:***

- Несвоевременный выход на мяч. Остановка перед ловлей мяча или замедление скорости движения в момент встречи с мячом.
- Отсутствие удлиненного шага при ловле мяча.

При ловле мяча: встреча мяча согнутыми руками у туловища или наблюдается попытка обхвата мяча ладонями;

### ***Обучающие действия:***

- Объяснение и показ. Выполнение изучаемого способа передачи мяча в движении неподвижно стоящему игроку после двухшажного разбега с места, снимая мяч с кисти руки партнера, вытянутой в сторону;
- То же, но снимая мяч после передвижения ходьбой, а затем бегом.
- То же, но партнер при приближении игрока, выполняющего прием, слегка подбрасывают мяч вертикально вверх.
- Выполнение ловли-передачи в движении, направляя мяч неподвижно стоящему партнеру: мяч набрасывается набегающему игроку в заранее указанную точку площадки, обозначенную линией разметки, набивным мячом и т.п.
- То же, но после встречной передачи партнера с отскоком от пола, выполненной с места по звуковому сигналу набегающего игрока.
- То же, но после встречной передачи партнера по навесной, а затем по прямой траектории.
- Выполнение изучаемого приема в целом при движении занимающихся из встречных колонн: передачи с отскоком от пола при встречном перемещении игроков; передачи по прямой траектории при встречном перемещении игроков. То же, но постоянно варьируя скоростями встречных перемещений.