



ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАНЯТИЙ СТРИТБОЛОМ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ.

Мамедов. М.Р

*ассистент кафедры «Общественных наук»
Филиал Казанский (Приволжский) Федеральный Университет
в городе Джизаке Республики Узбекистан*

Сафин. Д.А

*ассистент кафедры «Общественных наук»
Филиал Казанский (Приволжский) Федеральный Университет
в городе Джизаке Республики Узбекистан.*

Аллаев. Ш.А

*ассистент кафедры «Общественных наук»
Филиал Казанский (Приволжский) Федеральный Университет
в городе Джизаке Республики Узбекистан.*

Аннотация - В статье описывается история развития стритбола и его значение как самостоятельной дисциплины в системе высшего профессионального образования, описаны правила игры в стритбол, развитие физических качеств необходимых спортсменам для игры в стритбол, описывается методика организации и проведения занятий в высших учебных заведениях как самостоятельной дисциплины место занимаемое в системе физической культуры и спорта.

Ключевые слова: __история развития, физические качества, стритбол, методика организации занятий, система высшего образования.

Annotatsiya – Maqolada stritbolning rivojlanish tarixi va uning oliy kasbiy ta'lim tizimidagi mustaqil fan sifatidagi ahamiyati yoritilgan, stritbol o'ynash qoidalari, sportchilarda stritbol o'ynash uchun zarur bo'lgan jismoniy fazilatlarni rivojlantirish, metodologiyasi tavsiflangan. oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport tizimidagi mustaqil fan sifatida mashg'ulotlarni tashkil etish va o'tkazish uchun.

Kalit so'zlar: rivojlanish tarixi, jismoniy sifatlar, stritbol, darslarni tashkil etish usullari, oliy ta'lim tizimi.

Abstract - The article describes the history of the development of streetball and its significance as an independent discipline in the system of higher professional education, describes the rules of playing streetball, the development of the physical qualities necessary for athletes to play streetball, describes the methodology for organizing and conducting classes in higher educational institutions as an independent discipline. occupied in the system of physical culture and sports.

Key words: history of development, physical qualities, streetball, methods of organizing classes, higher education system.



Введение

В статье описывается о развитии стритбола, истории и правилах игры. Стритбол как вид Баскетбола во многом схожи, экипировка игроков, правила игры, расхождения только в размерах площадки и в количестве игроков. В статье особое место уделено развитию уличного баскетбола на спортивных площадках где поиграть в стритбол может каждый желающий. Из истории известно что стритбол начал развиваться в бедных районах США где молодёжь не имела возможности посещать спортивные секции из за того что им не чем было оплатить занятия с тренером, значительно позже стритбол приобретет популярность среди населения всего мира а в отдельных высших учебных заведениях его вводят в учебную программу как самостоятельную дисциплину, в Узбекистане стритбол это ещё малоизвестный вид спорта который только-только начинает развиваться как самостоятельный вид спорта, цель этой статьи ознакомить студентов с таким видом спорта как стритбол. Необходимо отметить что стритбол раньше использовали для отработки техники ведения и бросков в кольцо, ведения и передвижения по площадке, отработке различных дриблингов и финтов. Методика тренировок в стритболе по многим параметрам схожа с методикой тренировок в баскетболе и основывается на развитии физических качеств таких как ловкости, выносливости, быстроты. В настоящее время существует несколько вариантов правил игры в стритбол. По нашему мнению, такое положение объясняется отсутствием международной федерации по уличному баскетболу и признания данной игры Олимпийским видом спорта. Совокупность данных обстоятельств обусловлена популяризацией стритбола среди населения в большей степени как вида оздоровительно-рекреативной физической культуры и в меньшей степени как вида спорта.

2. История развития стритбола.

Стритбол (англ. Streetball) – в переводе с английского языка это уличный баскетбол. По мнению большинства авторов стритбол возник в бедных негритянских районах американских мегаполисов в 1891 году, когда канадский преподаватель Джеймс Нейсмит придумал для своих учеников новую игру: попадать мячом (англ. Ball) в корзину (англ. Basket) с выломанным дном, подвешенную на высоте 10 футов (3 м. 48 см.). До 50-х годов XX века стритбол был лишь забавой для мастеров традиционного баскетбола и особой популярностью среди широких масс населения не пользовался. Лишь во второй половине XX века стритбол превратился из обычной в очень популярную молодежную игру. Количество играющих на улице ребят стало расти благодаря желанию темнокожих парней из бедных районов попасть в NBA. На тот момент выбор для большинства из них был не велик: криминал или спорт. Так улица стала для многих своего рода

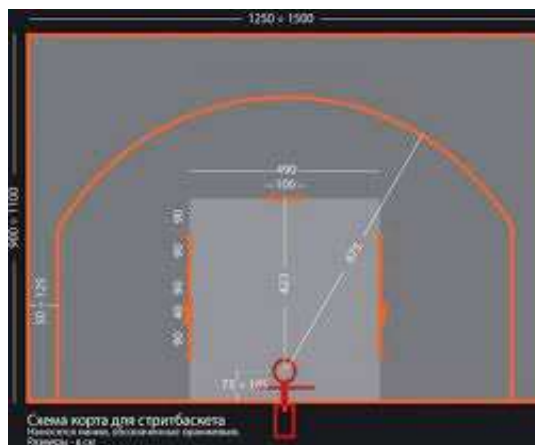


тренировочной базой, а уличный баскетбол (стритбол) – «путёвкой в жизнь». До 50-х годов XX века стритбол был лишь забавой для мастеров традиционного баскетбола и особой популярностью среди широких масс населения не пользовался. Количество играющих на улице ребят стало расти благодаря желанию темнокожих парней из бедных районов попасть в NBA. На тот момент выбор для большинства из них был не велик: криминал или спорт. Так улица стала для многих своего рода тренировочной базой, а уличный баскетбол (стритбол) – «путёвкой в жизнь».

3. Оборудование мест занятий и инвентарь.

Оборудование мест для игры в стритбол с оздоровительно-рекреативной направленностью достаточно просто и не требуют для организации занятий особых условий, наличия дорогостоящего оборудования и инвентаря. Подобные занятия можно проводить как в закрытых помещениях (залах, манежах и др.) так и на открытом воздухе (стадион, парк и др.). Во время проведения занятий на открытом воздухе оздоровительное воздействие повышается за счет положительного влияния естественных сил природы на организм занимающихся.

Для игры в стритбол необходима площадка с твердым покрытием, без каких либо препятствий размером не менее 7-7.5 X 12.5-15 м. Как правило, для игры используется половина баскетбольной площадки, либо специализированная площадка для игры в стритбол, щит с кольцом, баскетбольный либо стритбольный мяч.



Если для игры в стритбол с оздоровительной направленностью используется какая-либо часть существующей баскетбольной площадки то, исходя из официальных правил ФИБА, она должна иметь следующие параметры. Длина (боковая линия) – 14 м, ширина (лицевая линия) – 15 м, центральный круг – радиус 1,80 м, область двух очкового (одного очкового) броска ограничена двумя параллельными линиями, начинающимся с лицевой линии на расстоянии 6.25 м от точки на площадке, полученной на пересечении с ней перпендикуляра, опущенного из центра корзины.



Полукругом радиусом 6.25 м до внешнего края его линии с центром в той же точке, что указана выше, до соединения с параллельными линиями. Исходя из рекомендаций разработанных Российской ассоциацией уличного баскетбола, при оборудовании либо использовании существующих специальных площадок для игры в стритбол, игровая площадка должна иметь следующие параметры Длина (боковая линия) – 8.5-10 м, ширина (лицевая линия) – 12.5-15 м, расстояние до двух очковой (трех очковой) линии до перпендикуляра, опущенного из центра кольца – 6.25 м, до линии штрафного броска – 4.23 м, кольцо располагается на расстоянии 0.75-1.65 м от лицевой линии. Подобные площадки для игры в стритбол нашли широкое применение в Российской Федерации.

4. Правила игры в Стритбол.

Строго регламентированных правил игры в стритбол не существует. В настоящее время существует несколько вариантов правил игры в стритбол. По нашему мнению, такое положение объясняется отсутствием международной федерации по уличному баскетболу и признания данной игры Олимпийским видом спорта. Совокупность данных обстоятельств обусловлена популяризацией стритбола среди населения в большей степени как вида оздоровительно-рекреативной физической культуры и в меньшей степени как вида спорта.

1. Состав команды. Команда состоит из 4 игроков (3 полевых и 1 запасной). Во время турнира нельзя изменять заявленный состав команды.

2. Начало игры. Игра начинается вбрасыванием из-за ограничительной линии, противоположной от кольца. Право начать игру определяется жребием.

3. Окончание игры. Окончание игры имеет следующие варианты:

- по истечении 20 минут игрового времени;
- когда одна из команд набирает 16 очков
- когда разница в счете составляет 8 очков.

Примечание 1: В случае ничейного счета по истечении 20 минут игра продолжается до первого заброшенного мяча. Примечание 2: В случае проведения игр в подгруппах за победу

команда получает 2 очка, за поражение - 1 очко, за победу с разницей 8 и более очков - 3 очка. За неявку команда получает 0 очков, а ее соперник - 2 очка.

Примечание 3: Капитан победившей команды отвечает за доставку протокола игры в судейскую коллегию.

4. Заброшенные мячи:

- за каждый результативный бросок с игры из зоны ближе шестиметровой линии (6,2м) и за штрафной бросок команде



засчитывается 1 очко. За бросок из-за шестиметровой линии засчитывается 2 очка.

- после каждого попадания мяч передается оборонявшейся команде и игра возобновляется.

- для того, чтобы мяч был засчитан, его после вбрасывания должны коснуться два игрока атакующей команды.

- после перехвата мяч выводится за шестиметровую линию. Если мяч не выведен, набранное очко не засчитывается и мяч передается противоположной команде.

5. Замены. Количество замен не ограничено. Запасной игрок может вступить в игру только после заброшенного мяча или перед вбрасыванием. После замены игра возобновляется.

6) Вбрасывание

После заброшенного мяча игра возобновляется из-за шестиметровой линии. Нападающий должен дать коснуться мяча игроку обороняющейся команды. Таким же образом мяч вводится в игру после фола, после штрафного броска, после нарушения правил атакующей командой. После аута мяч вводится в игру путем вбрасывания в точке, ближайшей к той, где мяч покинул площадку.

7. Нарушения. Применяются следующие правила: пробежка, двойное ведение, прыжок с мячом, правило 5-ти секунд, правило 30-ти секунд. После нарушения мяч передается противоположной команде, и игра возобновляется. За бросок сверху - дисквалификация игрока. (Мяч не засчитывается и назначается штрафной).

8. Спорный мяч. В случае возникновения в игре спорной ситуации порядок владения мячом определяется жребием. В случае возникновения разногласий, только капитан команды может выступать от имени своей команды, подавать жалобы и протесты. Разногласия считаются разрешенными после возобновления игры.

9. Фолы и штрафные бросок.

Фолы объявляются игроком, против которого совершен фол. После фола мяч передается команде, против которой нарушены правила. После 6 командных фолов за любое нарушение в нападении назначается 1 штрафной бросок, после которого мяч передается провинившейся команде. При этом пострадавший игрок имеет право выбора между штрафным броском и владением мячом. В случае умышленного или грубого фола назначается 1 штрафной бросок (вне зависимости от количества командных фолов) и мяч остается у пострадавшей команды. Игрок, совершивший 2 умышленных фола, дисквалифицируется до окончания игры. Если после фола мяч попадает в кольцо, то засчитывается очко и записывается фол, штрафной бросок



пробивается только после 6 командных фолов или в случае умышленного фолла. После фолла и штрафных бросков игра возобновляется согласно п.

6.1. В случае применения силы обе команды дисквалифицируются и выбывают из соревнований.

10. Тайм-ауты. Команда имеет право на два 30-ти секундных тайм-аута. Время игры останавливается только, если тайм-аут взят в последние 3 минуты игры.

11. Судья-наблюдатель. Судья-наблюдатель засекает время, ведет протокол игры и разрешает спорные ситуации. Судья-наблюдатель сам определяет умышленные фолы. Другие нарушения и фолы он лишь подтверждает. В случае необходимости он может взять судейство игры полностью на себя. При организации занятий стритболом с оздоровительно-рекреативной направленностью, допускается упрощение предложенных выше правил с учетом возраста и уровня физической подготовленности занимающихся, с целью профилактики переутомления и возможности возникновения травматизма. Рациональное упрощение правил с учетом особенностей привлеченного к игре контингента, позволяет достичь высокого оздоровительно-рекреативного эффекта.

Экипировка. Форма игрока должна быть удобной и комфортной, соответствовать погодным условиям, времени и месту проведения соревнований. Основной задачей спортивного костюма является обеспечение необходимого температурного режима тела спортсмена, что особенно важно при тренировках в холодную погоду, когда переохлаждение может привести к травме или простуде. Важным элементом формы спортсмена является выбор носков, так как это в значительной мере позволяет избежать травм голеностопного сустава.

Заключение

У стритбола - есть будущее! С каждым годом этот вид спорта становится все более популярней. Тому подтверждение слова руководства ФИБА о том, что в ближайшее время будет рассмотрено предложение о включении игры 3 на 3 в олимпийские игры 2016 года. Подводя итог, мы считаем стритбол социальным явлением, средством для физического и культурного воспитания молодого поколения, а также реальной альтернативой многим социальным порокам. Уличный баскетбол, как и любой уличный любительский спорт - ни много ни мало один из факторов побед на олимпиадах и чемпионатах мира в будущем. Профессиональный спорт без прочной базы любительского попросту не имеет будущего. Низкие требования к финансовым и временным затратам, использование приспособленных площадок для игры позволяют заниматься этим видом спорта, практически, повсеместно, используя игру как для 25 активного отдыха, так и в спортивно - массовых мероприятиях образовательных учреждений и муниципалитетов. Организация соревнований



по стритболу на различных уровнях, является неотъемлемой частью в комплексных мероприятиях по продвижению и популяризации игры, привлечению максимального количества населения к занятиям физической культурой и спортом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Андреев С.Е. Спортивные игры. Спб.: Просвет. – 2010
2. Зимин А.А. Уличный баскетбол. М.: Спорт. – 2009
3. Куинджи А.И. Стритбол. М.: Новый стиль. – 2009
4. Гулевич Г.В. Баскетбол. Наука. – 2011
5. Steetbasket. Правила 3x3 основные (АУБ) // <http://www.streetbasket.ru/ru/rus/2/rules/sbarules/>
6. Тер-Ованесян А. А. Педагогические основы физического воспитания. М.: Физкультура и спорт - 1980.
7. Портнов Ю.М. Баскетбол. М.: ФИС – 1988.
8. Колычев Н.Е. Руководство для судей. Волгоград: ИРВИТ – 1998.
9. Андрюшенко Л.Б., Боковой В.Е. Методические рекомендации по практике судейства. Волгоград: Перемена – 2002