

Баскетбол – игра, заставляющая думать!



учащаяся 8Б класса
Ашугян Мария

2015-2016 уч.год

«В движении есть что-то
бесконечно притягательное. Мы
чувствуем это гораздо раньше,
чем начинаем осознавать , что
движущееся — значит живое...»



**Баскетбол – это не просто игра.
Это целый мир!**



1

- БЫСТРОТА

2

- КРАСОТА
- МЫШЛЕНИЕ

3

- ГРАЦИОЗНОСТЬ
- ЛОВКОСТЬ



ЦЕЛЬ:

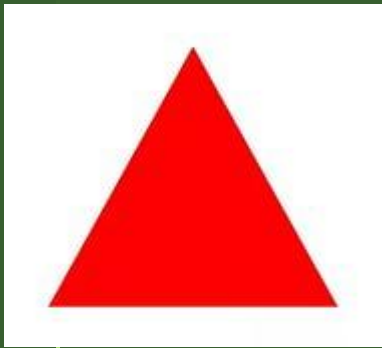
С помощью простых и доступных способов доказать связь баскетбола с другими науками и определить влияние тренировок по баскетболу на организм.

Задачи:

Научиться оценивать уровень физической подготовленности.

Научиться выявлять благоприятные факторы, оказывающие влияние на успешность действий во время игры баскетбол.





Алгебра и
геометрия

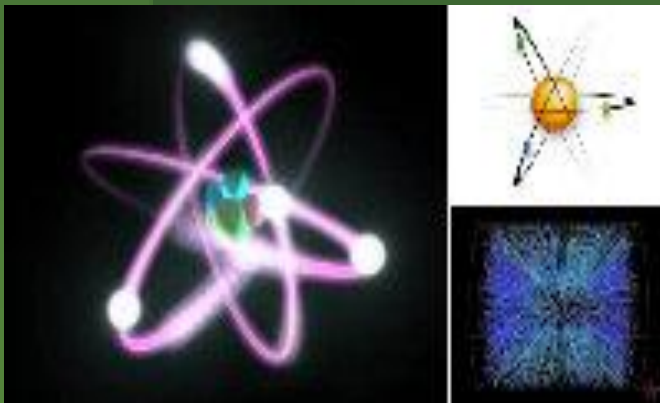


Физика



Химия

Биология и
анатомия



АНАТОМИЯ

С помощью физических упражнений осуществляется биологическое воздействие на организм, изменяющее его физическое состояние.



Сердечнососудистая система

- Сердцебиение во время матча достигает 180-230 ударов в минуту, при этом артериальное давление не превышает 180-200 мм ртутного столба.



До тренировки

После
тренировки



Давление
108/75

Пульс 73

Давление
128/82

Пульс 95

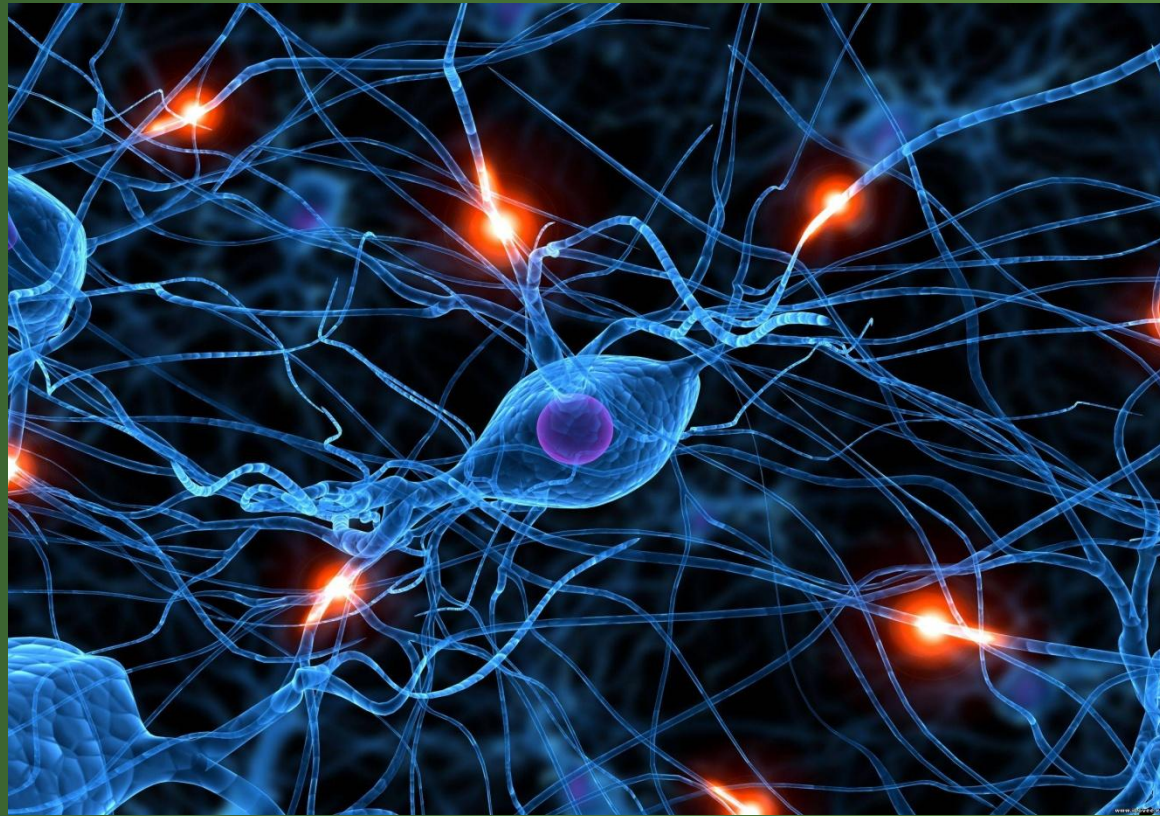
Изменения в дыхательной системе

- во время игры в баскетбол частота дыхательных движений достигает 50 — 60 циклов за 1 минуту с объёмом в пределах 120-150 литров

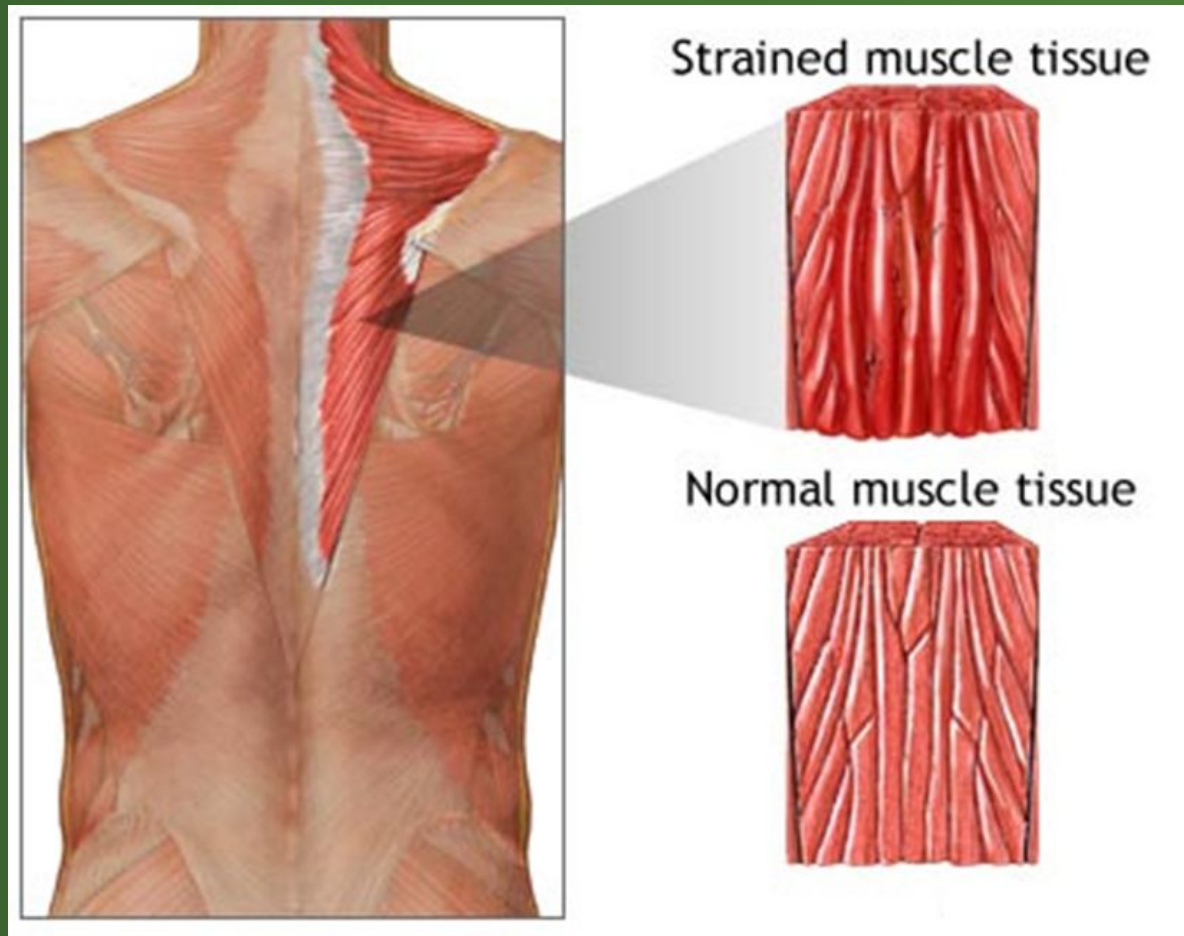


Нервная система

- Скорость нервных процессов увеличивается на 40%

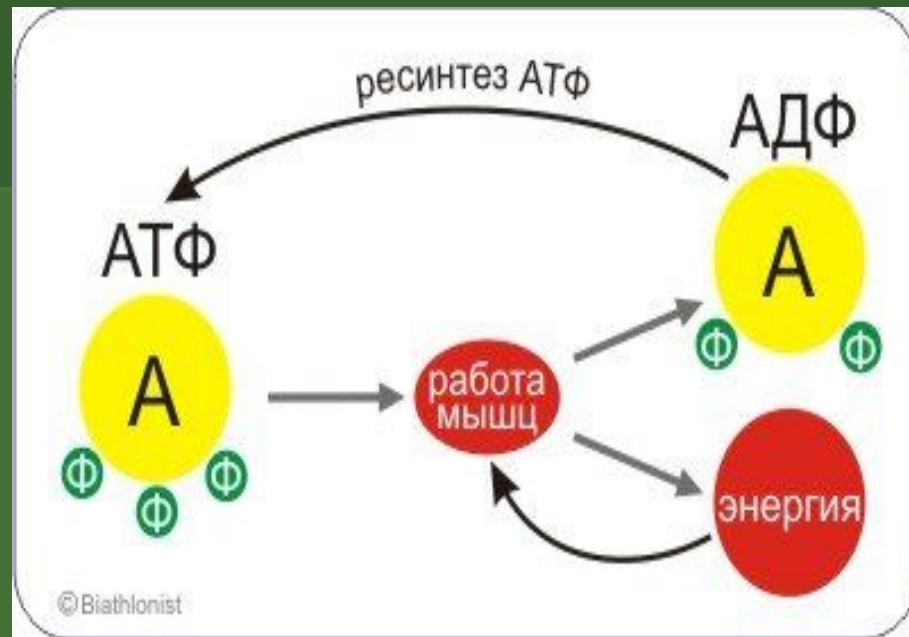


Закономерности биохимической адаптации в процессе систематической тренировки

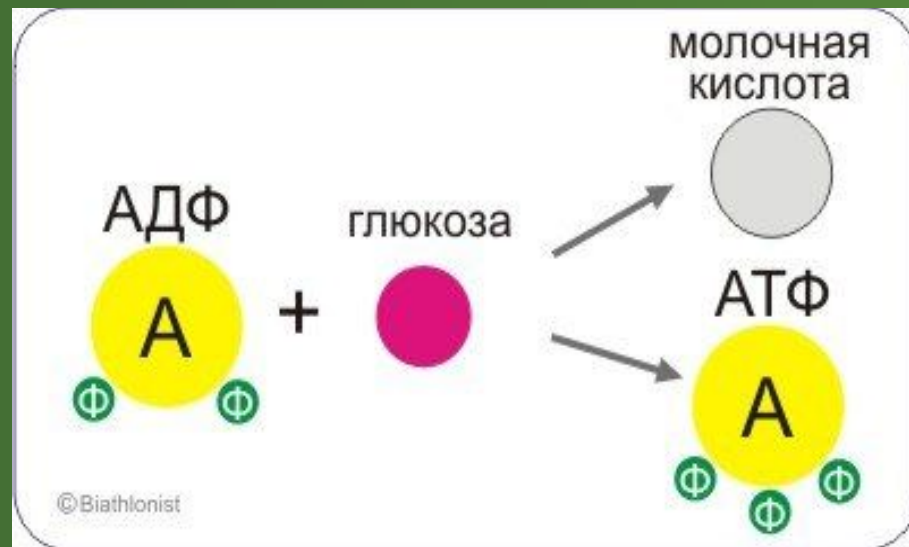


Биохимия физической работы

- *Процессы
в мышцах*

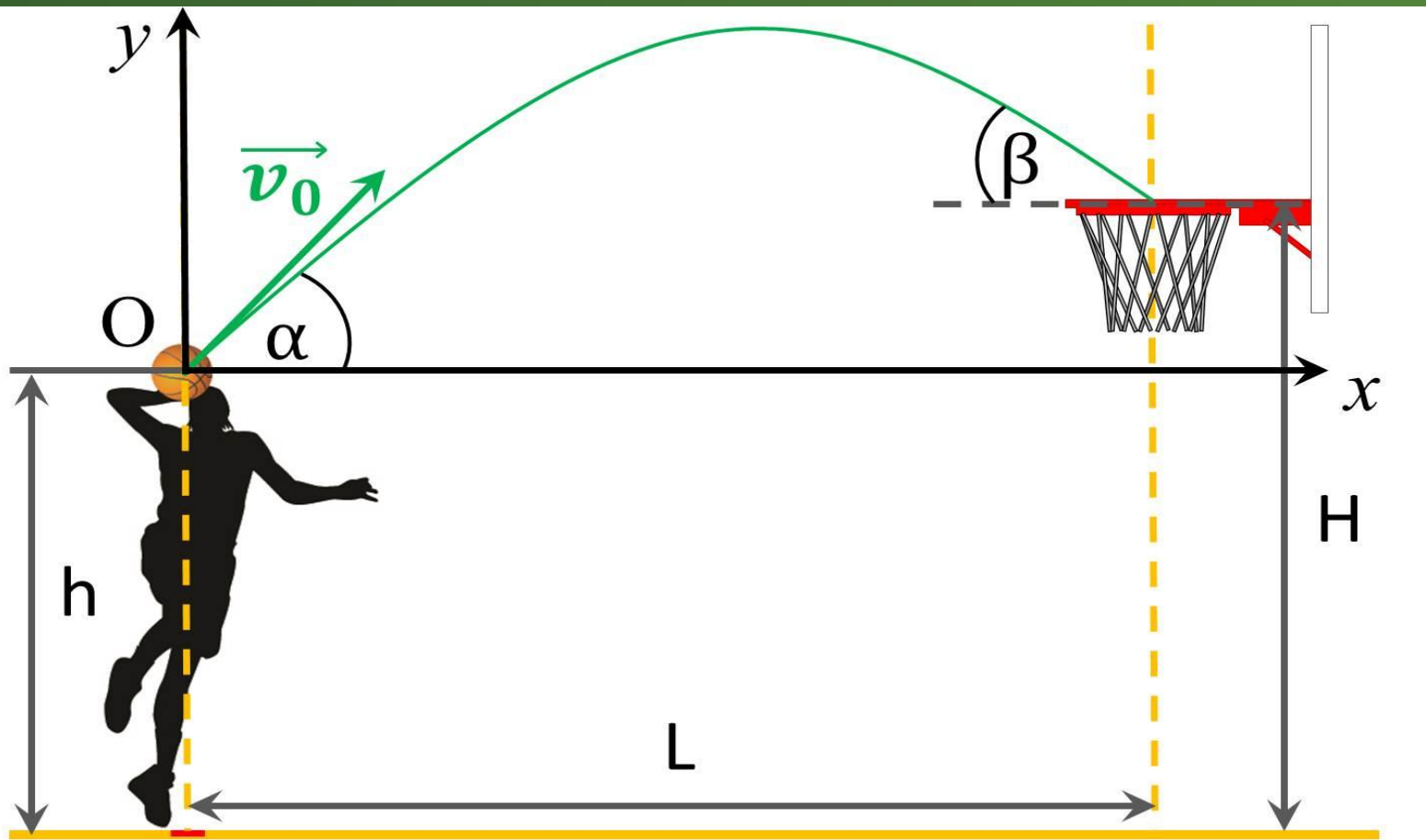


- *Анаэробный
гликолиз*



Геометрия броска

$$\operatorname{tg} \alpha = \operatorname{tg} \beta + \frac{2(H - h)}{L}$$

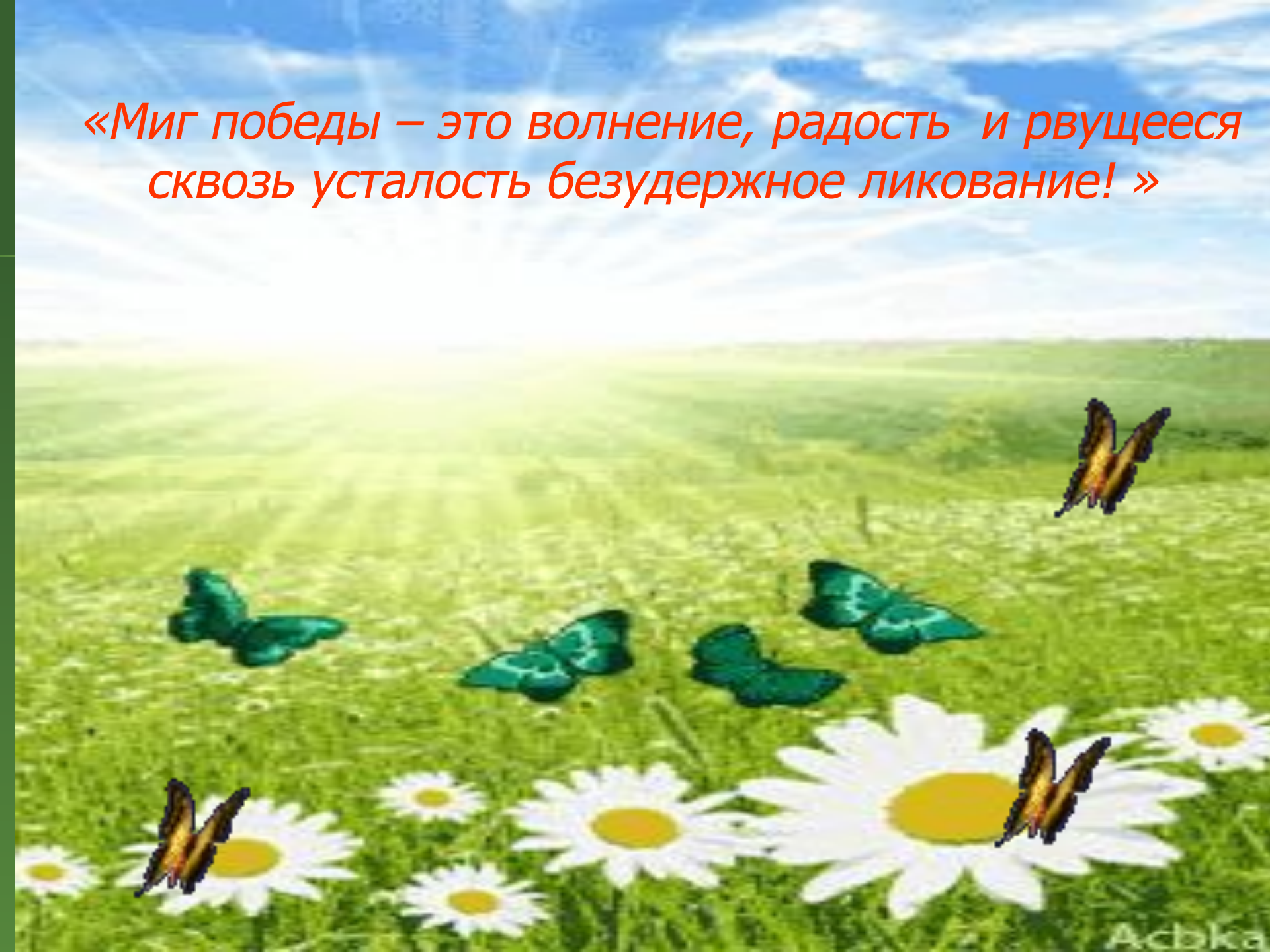


Физика в броске

$$E_{\text{к}} = \frac{mv^2}{2},$$



*«Миг победы – это волнение, радость и рвущееся
сквозь усталость безудержное ликование! »*





Мой вид спорта
не может оставить
равнодушным никого!



учит преодолевать
трудности,
справляться с
негативными
эмоциями,
самовыражаться в
движении.





Всем спасибо!