

Міністерство освіти і науки України
Управління молоді і спорту Дніпропетровської обласної державної адміністрації
Управління спорту департаменту гуманітарної політики Дніпровської міської ради
Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту
Дніпропетровське вище училище фізичної культури
Федерація баскетболу Дніпропетровської області
Баскетбольний клуб «Дніпро»
Спеціалізована дитячо-юнацька спортивна школа олімпійського резерву
ім. ЗТУ М.І. Говорунова

БАСКЕТБОЛ: ІСТОРІЯ, СУЧАСНІСТЬ, ПЕРСПЕКТИВИ



**З НАГОДИ СВЯТКУВАННЯ 125-РІЧЧЯ ІСНУВАННЯ
БАСКЕТБОЛУ В СВІТІ**

Матеріали І Всеукраїнської з міжнародною участю
науково-практичної Інтернет-конференції
(20-21 грудня 2016 р.)

м. Дніпро
ДДІФКіС, 2016

**Міністерство освіти і науки України
Управління молоді і спорту Дніпропетровської обласної державної адміністрації
Управління спорту департаменту гуманітарної політики Дніпровської міської ради
Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту
Дніпропетровське вище училище фізичної культури
Федерація баскетболу Дніпропетровської області
Баскетбольний клуб «Дніпро»
Спеціалізована дитячо-юнацька спортивна школа олімпійського резерву
ім. ЗТУ М.І. Говорунова**

БАСКЕТБОЛ: ІСТОРІЯ, СУЧАСНІСТЬ, ПЕРСПЕКТИВИ

**З НАГОДИ СВЯТКУВАННЯ 125-РІЧЧЯ ІСНУВАННЯ
БАСКЕТБОЛУ В СВІТІ**

**Матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю
науково-практичної Інтернет-конференції
(20-21 грудня 2016 р.)**

**м. Дніпро
ДДФКіС, 2016**

ББК 75. 566
УДК 796.323.2
Б 27

Друкується згідно з рішенням вченої ради Дніпропетровського державного інституту фізичної культури (протокол № 5 від 30 листопада 2016 року).

Редакційна колегія та організаційний комітет:

Мітова О.О. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (відповідальний редактор);

Грюкова В.В. – старший викладач кафедри спортивних ігор;

Онищенко В.М. – викладач кафедри спортивних ігор;

Терентьєв С.Л. – викладач кафедри спортивних ігор;

Михайлова Т.В. – старший лаборант кафедри спортивних ігор (технічний редактор).

Рецензент:

Москаленко Н.В. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, проректор з наукової діяльності ДДІФКіС.

Б 27 Баскетбол: історія, сучасність, перспективи : матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції (м. Дніпро, 20-21 грудня) / відповід. ред. О.О. Мітова; тех. ред. Т.В. Михайлова. – [Електронний ресурс] - Дніпро : ДДІФКіС, 2016. – 248 с. – Доступ за посиланням:

<http://infiz.dp.ua/misc-documents/conf-2016-01-basketball.pdf>

Матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної Інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи» містять тези доповідей учасників конференції, а саме: провідних фахівців, науковців, викладачів, аспірантів, студентів вищих навчальних закладів, що висвітлюють різні напрями наукових досліджень та практичних здобутків в баскетболі.

ББК 75. 566
УДК 796.323.2

© ДДІФКіС, 2016

ВІТАННЯ

ректора Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту, доктора педагогічних наук, професора, академіка



Від щирого серця вітаю організаторів і учасників I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи», організованої з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в світі.

Ця конференція організована вперше в нашій області, але баскетбол на Дніпропетровщині має свою історію та традиції. Популяризація та розвиток баскетболу, виховання нового покоління молоді для роботи у сфері баскетболу – є вкрай необхідним заходом для підтримання належного рівня розвитку цього виду спорту, як в нашому регіоні, так і в Україні загалом.

Цікавим також є те, що в тематиці конференції поєднуються питання історії, педагогічних, психологічних, медико-біологічних та інших різноманітних аспектів підготовки баскетболістів різної кваліфікації,

Надихає, що всіх учасників конференції об'єднує не тільки наука, а й безмежна любов до баскетболу – виду спорту, який за 125 років існування захопив серця багатоміліонної кількості людей, що їм займаються й ще більшої аудиторії глядачів. Це означає, що не згасає науковий пошук, є молоді вчені, здатні продовжити дослідницьку діяльність, потрібну нашій області та країні.

Хочу побажати учасникам I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи» плідної роботи, творчого завзяття та нових перемог у подальшій науковій діяльності.

Віктор Савченко



ВІТАННЯ

**Президента Федерації баскетболу Дніпропетровської області,
президента баскетбольного клубу «ДНІПРО»**



Від імені Федерації баскетболу Дніпропетровської області й від себе особисто вітаю учасників І Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи», організованої з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в світі.

Мені приємно відзначити, що ініціатором проведення такого заходу як святкування 125-річчя існування баскетболу в світі та його

організатором є провідний вищий навчальний заклад фізкультурно-спортивної спрямованості – Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, в якому я отримав вищу освіту. В ньому не лише виховують кадри висококваліфікованих фахівців різного профілю – викладачів, тренерів з баскетболу. У даному вищому навчальному закладі отримують вищу освіту баскетболісти високого класу, які гідно виступають за різноманітні вітчизняні та закордонні клуби. Науково обґрунтовується розв’язання актуальних проблем підготовки баскетболістів на різних етапах багаторічного вдосконалення. Вважаю, що взаємодія освіти, науки та практики спорту є важливою складовою у розвитку такого надзвичайного виду спорту, як баскетбол.

Щиро бажаю організаторам та учасникам І Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи» невтомної творчої діяльності й плідного обміну досвідом та інформацією про дослідження і впровадження здобутих наукових результатів у практику.

Валерій Кондратьєв



ВІТАННЯ

**доктора наук з фізичного виховання та спорту, професора кафедри
фізичної реабілітації, спортивної медицини,
фізичного виховання і здоров'я, голови спортивного клубу
Запорізького державного медичного університету**



Щиро вітаю всіх учасників I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи», яка присвячена святкуванню 125-річчя народження баскетболу.

Дніпропетровська область має славетні баскетбольні традиції, що органічно поєднуються з вагомим науковим потенціалом Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту, який протягом багатьох років є визнаним лідером Придніпровського регіону в підготовці висококваліфікованих фахівців з фізичного виховання та спорту взагалі та баскетболу зокрема.

Цей плідний союз вже багато років забезпечує Дніпропетровський баскетбол талановитими спортсменами високої кваліфікації, гравцям команд-майстрів і національних збірних України і висококваліфікованими викладачами – кандидатами і докторами наук. Тому, не випадково, що саме на Дніпропетровщині, в стінах Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту вперше організовано науковий захід, який присвячений 125-річчю баскетболу.

Бажаю учасникам I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи» плідної та творчої роботи, гострих дискусій, що народжують нове знання, вагомих наукових здобутків, які сприятимуть подальшому розвиткулюбимі гри мільйонів прихильників у всьому світі – його величності **БАСКЕТБОЛУ**.

Едуард Дорошенко



ВІТАННЯ

**доктора наук з фізичного виховання та спорту, професора, завідувача
кафедри олімпійського і професійного спорту та спортивних ігор
Харківського національного педагогічного університету імені Г.С.**

Сковороди Жаннети Леонідівни Козіної



Шановні учасники I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи»!

Організація конференції з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в Світі – це велика подія в Світі Баскетболу. Це не випадково, оскільки баскетбол – це не тільки атлетична гра високих людей. Це – здатність мислити і швидко приймати вірні рішення в обставинах, що постійно змінюються. Це – володіння своїм тілом, здатність виконувати висококоординовані точносні рухи в умовах силового опору. Це також уміння виходити за рамки особистого «Я» заради інтересів команди, здатність до взаєморозуміння в складних обставинах і ліміту часу, що так необхідно людям для рішення локальних і глобальних проблем сучасності. Баскетбол – це також високоінтелектуальна гра, а розвиток інтелекту має першочергове значення в світі високих технологій, інформатизації та інтеграції різних галузей сучасного світу.

Особливе значення має науковий підхід до різних аспектів баскетболу. Наука – це крок в невідоме, крок в майбутнє. І тому для кожного, хто ступив на цей шлях, перші кроки в науці в галузі своєї улюбленої справи є кроком до реалізації індивідуальних задатків та розвитку власного не тільки рухового, але і інтелектуального та духовного потенціалу. А крок в науку в галузі баскетболу – це крок до взаєморозуміння, пізнання нового, до гармонізації суспільства, до щастя і натхнення.

Саме тому хочеться всім побажати успіхів в спорті, навчанні, в дослідницькій діяльності, творчості та реалізації особистісного потенціалу.

Жаннета Козіна



ВІТАННЯ

кандидата наук з фізичного виховання та спорту,

Заслуженого майстра спорту України,

чемпіонки Європи

Сушко Руслани Олександрівни



Шановні учасники I Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції з міжнародною участю «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи», дозвольте привітати Вас зі святом **БАСКЕТБОЛУ!**

Улюблена гра мільйонів, котра мала стрімкий шлях до світового визнання святкує 125-річчя, а ми маємо неймовірну нагоду об'єднати зусилля фахівців науки і практики, щоб згадати про баскетбол у історичній ретроспективі розвитку, проаналізувати сучасні проблеми та визначити перспективи з урахуванням досліджень спеціалістів.

Хочу щиро побажати всім учасникам конференції сил у реалізації наукового потенціалу, творчого мислення та цікавих гіпотез, сучасних поглядів та ґрунтовних висновків, а загалом, вагомого внеску у подальший розвиток українського баскетболу.

Окрема подяка оргкомітету конференції за ідею та якісний підхід до організації конференції.

Руслана Сушко



ВІТАННЯ

**кандидата наук з фізичного виховання та спорту, доцента, завідувача
кафедри спортивних ігор Дніпропетровського державного інституту
фізичної культури і спорту**



Я щиро вітаю всіх учасників І Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи».

За 36 років існування Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту підготовлено біля 700 фахівців з баскетболу, а саме спортсменів високої кваліфікації – гравців команд-майстрів та національних збірних України, президентів спортивних клубів, директорів, викладачів та тренерів освітніх закладів, вчених, арбітрів, тележурналістів.

Ідея організації такої вузькоспеціалізованої науково-практичної конференції в Дніпропетровському державному інституті фізичної культури і спорту виникла з одного боку в зв'язку з визначною датою – 125-річчям існування баскетболу в світі, а з іншого боку, й найбільш важливого, - в зв'язку з нагальною необхідністю налагодження взаємозв'язків між науковцями та практиками різних навчальних та спортивних закладів нашої держави й зарубіжжя, а також з метою популяризації та піднесення сфери професійної діяльності, що пов'язана з баскетболом, для студентів та аспірантів.

На мою думку, саме вузькоспеціалізовані науково-практичні конференції сприятимуть науковцям зосередитись на розв'язанні актуальних проблем баскетболу, слугуватимуть підґрунтям для співпраці та взаємозв'язку.

Я дуже вдячна всім учасникам конференції за підтримку нашого започаткування, бажаю, щоб БАСКЕТБОЛ завжди надихав вас на подальший розвиток та досягнення!

Олена Мітова



ЗМІСТ

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ	15
РОЗДІЛ 1. ФІЛОСОФСЬКІ, ІСТОРИЧНІ, ПСИХОЛОГІЧНІ ТА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ БАСКЕТБОЛУ	20
БАТЬКОВСЬКА А. М., ТКАЧЕНКО М. І. Передумови розвитку жіночого баскетболу в Україні	21
ГОЛОВКО Д., ПАСІЧНИК В. Розвиток та становлення баскетболу на Львівщині до 1934 року	25
ГРЮКОВА В.В., РАКОВСКАЯ И. А. Исторические аспекты развития баскетбола в Днепропетровском государственном институте физической культуры и спорта	28
КОНСТАНТИНОВСЬКА Н.О., НАЗАРЕНКО Л.І. Видатні особистості київського баскетболу	32
КРИВЕНКО Ю.О. Історичні тенденції розвитку баскетболу. Баскетбол на олімпійських іграх	35
МІТОВА О.О., СМІРНОВ В. Порівняльний аналіз змагальної діяльності баскетболістів Дніпропетровщини у складі національних збірних команд України протягом 2011-2015 років	39
РОДИНА Ю.Д., ФИЛИМОНОВА К. Исследование коммуникативных и организаторских склонностей у детей 9-10 лет, занимающихся баскетболом	43
СОЛОВЕЙ О.М., СОЛОВЕЙ Д.О. Оцінка участі провідних баскетбольних клубів у єврокубковому турнірі – Євроліга	46
СУШКО Р.О. Порівняльний аналіз міграції спортсменів (на прикладі олімпійських баскетбольних турнірів 1988-2016 рр.)	50
ЧЕКМАРЕВА Н. Г., БЕЗДЕНЕЖНЫХ С.В. Особенности психологической подготовки студентов-баскетболистов на опыте работы с баскетбольной командой Национальной металлургической академии Украины (НМетАУ)	54
ХИЖНЯК Г. Роздуми про сучасність українського баскетболу	59



ЯСІНСЬКА Н.А., ЗАДОРЖНА О.Р.

Особливості маркетингової діяльності у професійному спорті (на прикладі Національної баскетбольної асоціації) 62

**РОЗДІЛ 2. УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ
НА РІЗНИХ ЕТАПАХ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ** 66

ДОРОШЕНКО Е.Ю.

Застосування стретчингу в процесі фізичної реабілітації баскетболістів 67

КУДРЯШОВ Е.В., ЕЛОВИКОВ В.П.

Быстрота и скоростно-силовые качества как факторы лимитирующие становление спортивного мастерства баскетболисток 70

ЛОСЕВА И.В., БАЛАКЛЕЙСКИЙ А.

Специфика реализации программ в системе подготовки спортивного резерва в России 74

ЛОСЕВА И.В., ЛЯКИШЕВА А.

Основы реформирования системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации 77

ЛОСЕВА И.В., МАЛАХАТЬКО Л.

Анализ динамики выступления женской сборной команды России на Чемпионатах мира в период с 2006-2014 годы 81

МЕЛЕШКО В.І., САМОШКІН В.В., МАЛЮТОВА О.М.

Аліментарний і фармакологічний стрес – фактори в системі підготовки баскетболістів команди майстрів суперліги України 84

МИТОВА Е.А., ОНИЩЕНКО В.М., РОГОЗИН В.В.

Компьютерные игры, как средство повышения мотивации к тренировкам по мини-баскетболу 88

НЕСТЕРЕНКО Н.А.

Анализ специальной физической подготовки юных баскетболистов в зависимости от игрового амплуа 91

ОНИЩЕНКО В.М.

Структура та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році навчання в міні-баскетболі 96

РОМАНЧУК І.В., КЛЕНІНА І.Ю.

Зміни показників психомоторної підготовленості юних баскетболісток під впливом тренувальних навантажень коригуючої спрямованості 100



ФРОЛОВА Л.С., ТИМОФЄЄВ А.А.

Інноваційні технології оцінювання мислення юних баскетболістів 106

ШИРОБАКИНА Е.А., ЙОСИПЕНКО К.А.

Обучение студентов физкультурных вузов правилам судейства в баскетболе на основе электронного учебного пособия 109

ШУТОВА С.Є., АБРАСЬОВ О.С.

Показники ігрової діяльності у нападі кваліфікованих баскетболістів 113

117

**РОЗДІЛ 3. ПЛАНУВАННЯ ТА КОНТРОЛЬ В СИСТЕМІ
ПІДГОТОВКИ ТА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ
РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ**

БЕЗМЫЛОВ Н.Н.

Современные технологии контроля соревновательной деятельности баскетболистов в НБА 118

ВОЗНЮК Т.В.

Динаміка ефективності дій кваліфікованих баскетболісток в іграх з різними суперниками 124

ГОЛОВКО А.М., СТРИКАЛЕНКО Є.А., ШАЛАР О.Г., ХРУЛЕНКО І.В.

Показники техніко-тактичних дій нападників NBA 129

ДАВИДОВИЧ Т.Н., ЛАПУХИНА Э.А.

Физическая подготовленность баскетболистов в зависимости от игрового амплуа 135

ДАВИДОВИЧ Т.Н., ЛАПУХИНА Э.А.

Педагогический контроль физической подготовленности квалифицированных баскетболисток 142

ДАВИДОВИЧ Т.Н., ХОРОШИЛОВ К.А.

Контроль технической подготовленности квалифицированных баскетболистов 146

ІВЧЕНКО О.М.

Передумови щодо модифікації тесту «Оцінка відчуття часу» (Сергєєв, 1973) для вдосконалення контролю в баскетболі 151

КОРЯГИН В.М., БЛАВТ О.З., ГРЕБИНКА Г.Я.

Оценка прыгучести и прыжковой выносливости баскетболистов 155

ЛЕБІДЬ Є.О., СТРИКАЛЕНКО Є.А., ШАЛАР О.Г., КРАВЧЕНКО Є.Ю.

Контроль змагальної діяльності баскетболістів європейських клубів 159



ЛИЗОГУБ В.С., ПУСТОВАЛОВ В.О.

Типологічні властивості вищих відділів центральної нервової системи баскетболістів високого рівня кваліфікації 164

МІТОВА О.О.

Стан системи контролю в баскетболі в зв'язку з сучасними тенденціями його розвитку 167

МОІСЕЄНКО О.К., ШИРЯЄВА І.В.

Аналіз показників вестибулярної стійкості баскетболістів груп початкової підготовки 172

СУХОВ В.І., ЛИНЕЦЬ М.М.

Стан проблеми відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг 176

ХАРЧЕНКО Є. С., ПОМЕЩИКОВА І. П.

Аналіз точності кидків м'яча в кошик баскетболістами студентської команди 179

ШАЛЕТРИ О.М., ЧУЧА Н.І.

Ефективність позиційного нападу чоловічої команди України на чемпіонаті Європи 2015 з баскетболу 183

**РОЗДІЛ 4. ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ В
ПАРАЛІМПІЙСЬКИХ, ДЕФЛІМПІЙСЬКИХ ТА
НЕОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДАХ БАСКЕТБОЛУ**

187

КАКОВКИНА О.А., КАКОВКИН С.Г.

Исследование уровня физической подготовленности баскетболистов 15-16 лет с нарушениями слуха 188

КОЗИНА Ж.Л., СОБКО И.Н.

Особенности тренировочного процесса баскетболисток с нарушениями слуха 192

МИШИН М.В.

Особенности и проблемы подготовки в баскетболе на колясках 198

ПІТИН М.П.

Засоби контролю силової та швидкісно-силової підготовленості баскетболістів на візках 202

ШУТОВА С.Е., ЮР В.Р.

Современное состояние и перспективы развития баскетбола 3х3 в Украине 207



РОЗДІЛ 5. БАСКЕТБОЛ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ	212
БОНДАРЧУК Н. Я., ЧЕРНОВ В. Д. Напрями і результати вдосконалення методів і засобів та оптимізації процесу баскетбольної підготовки старшокласників	213
ГРОМОВ О.В., ОНИЩЕНКО В.М., ТЕРЕНТЬЄВ С.Л. Рівень фізичної підготовленості дітей 6-7 років на початку занять у секції з міні-баскетболу	218
ДАВИДОВИЧ Т.Н., ПЕНЬКОВСКИЙ А.С. Обучение детей игре в баскетбол в условиях дошкольного учреждения ...	221
ЄВТУШЕВСЬКА Н.Б. Баскетбол як засіб формування інтересу до уроків фізичної культури	226
КРАСОВА І.О., ПАНГЕЛОВА Н.Є. Особливості навчання технічним прийомам баскетболу дітей молодшого шкільного віку	229
МАСЛОВА О.В., ГОПЕЙ М.М., БАТЬКІВСЬКА А.В. Перспектива корекції засобами стрітболу фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів з вадами слуху	232
ПАСІЧНИК В. М., ПАСІЧНИК В. Р. Теоретичні аспекти використання вправ та ігор з елементами баскетболу у фізичному вихованні дітей дошкільного віку	238
РАЧОК М.М. Баскетбол у системі освіти вищої школи України	242
РУНДЗЯ П.А., ЛОСЕВА И.В. Основы становления и развития студенческого спорта и баскетбола в России	246



ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

Абрасьов О.С. – студент четвертого курсу Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ.

Балакле́йский А. – студент 2 курсу спеціалізації «Баскетбол» Російського державного університету фізичної культури, спорту, менеджменту і туризму, м. Москва.

Батьковська А.М. – студентка четвертого курсу Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ.

Бездєнєжних С.В. – старший викладач Національної металургійної академії.

Безмилов М.М. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри історії і теорії олімпійського спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України.

Блавт О.З. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичного виховання Національного університету «Львівська політехніка».

Бондарчук Н.Я. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Ужгородського національного університету.

Вознюк Т.В. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання та спорту Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського

Головко А.М. – старший викладач кафедри спеціальної фізичної та вогневої підготовки Херсонського факультету одеського державного університету внутрішніх справ.

Головко Д. – студент 3-ого курсу ФС Львівського державного університету фізичної культури ім. І.Боберського.

Гопей М.М. – аспірант кафедри спортивної медицини Національного університету фізичного виховання і спорту України.

Гребінка Г.Я. – старший викладач кафедри фізичного виховання Національного університету «Львівська політехніка».

Громов О.В. – студент групи ФВ-14-2 Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.

Грюкова В.В. – старший викладач кафедри спортивних ігор Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.

Давидович Т.М. – старший викладач кафедри спортивних ігор Білоруського державного університету фізичної культури.

Дорошенко Е.Ю. – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я, голова спортивного клубу Запорізького державного медичного університету.

Євтушевська Н.Б. – викладач фізичної культури Державного навчального закладу «Черкаський професійний ліцей».

Єловіков В.П. – старший викладач кафедри фізичного виховання Пермського державного гуманітарно-педагогічного університету.



Задорожна О.Р. – ст. викл. каф. теорії спорту та фізичної культури, кандидат наук з фіз. виховання та спорту Львівського державного університету фізичної культури.

Івченко О.М. – аспірантка четвертого року навчання Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту

Йосипенко К.А. – магістрант Волгоградської державної академії фізичної культури.

Каковкін С.Г. – Заслужений тренер України, директор СДЮСШОР №5.

Каковкіна О.А. – к.фіз.вих, доцент кафедри педагогіки та психології Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.

Кленіна І. Ю. – головний тренер БК ЛДУФК-СКІФ-Спартак (м. Львів).

Козіна Ж.Л. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, зав. кафедрою олімпійського та професійного спорту та спортивних ігор Харківського національного педагогічного університету ім. Г.С. Сковороди.

Константиновська Н.О. – викладач кафедри спортивних ігор Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ

Корягін В.М. – доктор педагогічних наук, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри фізичного виховання Національного університету «Львівська політехніка».

Кравченко Є. – студент 5 курсу факультету фізичного виховання та спорту Херсонського державного університету.

Красова І.О. – аспірантка першого року навчання Переяслав-Хмельницького Державного Педагогічного університету імені Григорія Сковороди.

Кривенко Ю.О. – кандидат історичних наук, старший викладач кафедри спортивних ігор Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди

Кудряшов Є.В. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання Пермського державного гуманітарно-педагогічного університету.

Лапухіна Е.А. – старший викладач кафедри спортивних ігор Білоруського державного університету фізичної культури.

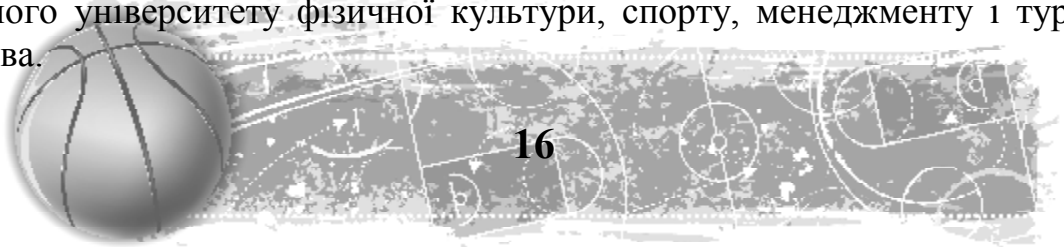
Лебідь Є.О. – викладач кафедри спеціальної фізичної та вогневої підготовки Херсонського факультету одеського державного університету внутрішніх справ.

Лизогуб В.С. – доктор біологічних наук, професор, директор науково-дослідного інституту ім. М. Босого Черкаського національного університету.

Линець М.М. – кандидат педагогічних наук, професор Львівського державного університету фізичної культури і спорту.

Лосєва І.В. – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики баскетболу Російського державного університету фізичної культури, спорту, менеджменту і туризму, м. Москва.

Лякишева А. – студентка 2 курсу, спеціалізації «Баскетбол» Російського державного університету фізичної культури, спорту, менеджменту і туризму, м. Москва.



Малахатко Л. – студент 2 курсу, спеціалізації «Баскетбол» Російського державного університету фізичної культури, спорту, менеджменту і туризму, м. Москва.

Малютова О.М. – викладач кафедри анатомії, біомеханіки і спортивної метрології Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.

Маслова О.В. – доцент кафедри спортивної медицини Національного університету фізичного виховання і спорту України.

Мелешко В.І. – кандидат біологічних наук, доцент кафедри анатомії, біомеханіки і спортивної метрології Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.

Мітова О.О. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри спортивних ігор Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.

Мішин М.В. – старший викладач кафедри олімпійського та професійного спорту Харківської державної академії фізичної культури.

Моїсєєнко О.К. – старший викладач кафедри спортивних та рухливих ігор Харківської державної академії фізичної культури.

Назаренко Л.І. – викладач кафедри спортивних ігор Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ.

Нестеренко Н.А. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри теорії та методики спортивної підготовки Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.

Онищенко В.М. – викладач кафедри спортивних ігор Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.

Пангелова Н.Є. – професор, доктор наук з фізичного виховання і спорту, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту Переяслав-Хмельницького Державного Педагогічного університету імені Григорія Сковороди.

Пасічник В.М. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри спортивних та рекреаційних ігор Львівського державного університету фізичної культури ім. І. Боберського.

Пасічник В.Р. – студентка 2-ого курсу факультету фізичної реабілітації Львівського державного університету фізичної культури ім. І. Боберського.

Пеньковський А.С. – старший викладач кафедри спортивних ігор Білоруського державного університету фізичної культури.

Пітин М.П. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент, професор кафедри теорії спорту та фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури.

Помещикова І.П. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри спортивних і рухливих ігор Харківської державної академії фізичної культури.

Пустовалов В.О. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Черкаського національного університету.



- Раковська І.А.** – старший викладач кафедри спортивних ігор Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.
- Рачок М.М.** – викладач кафедри фізичного виховання Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана.
- Рогозін В.В.** – студент III курсу кафедри спортивних ігор Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.
- Родіна Ю.Д.** – старший викладач кафедри педагогіки та психології Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.
- Романчук І. В.** – старший викладач кафедри спортивних і рекреаційних ігор Львівського державного університету фізичної культури.
- Рундзя П.А.** – студент 4 курсу, спеціалізації «Баскетбол» Російського державного університету фізичної культури, спорту, менеджменту і туризму, м. Москва.
- Самошкін В.В.** – кандидат медичних наук, доцент, завідувач кафедри анатомії, біомеханіки і спортивної метрології Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.
- Смирнов В.** – провідний спеціаліст відділу у справах фізичної культури та спорту Управління молоді і спорту Дніпропетровської обласної державної адміністрації.
- Собко І.М.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, старший викладач кафедри фізичного виховання Харківського національного економічного університету ім. С. Кузнеця.
- Соловей Д.О.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, викладач кафедри спортивних ігор Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.
- Соловей О.М.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, декан факультету фізичного виховання Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.
- Стрикалекно Є.А.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри олімпійського та професійного спорту Херсонського державного університету.
- Сухов В.І.** – студент п'ятого року навчання Львівського державного університету фізичної культури і спорту.
- Сушко Р.О.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, докторант другого року навчання Національного університету фізичного виховання і спорту України.
- Терентьєв С.Л.** – викладач кафедри спортивних ігор Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.
- Тімофєєв А.А.** – викладач Навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту і здоров'я Черкаського національного університету ім. Б. Хмельницького, аспірант другого року навчання.
- Ткаченко М.І.** – викладач кафедри спортивних ігор Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ.



- Філімонова К.** – студентка групи ФВ-14-2 Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту.
- Фролова Л.С.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри ТМФВ та спортивних ігор Черкаського національного університету ім. Б.Хмельницького.
- Харченко Є.С.** – викладач кафедри спортивних і рухливих ігор Харківської державної академії фізичної культури.
- Хорошилов К.А.** – старший викладач кафедри спортивних ігор Білоруського державного університету фізичної культури.
- Хруленко І.** – студент 5 курсу факультету фізичного виховання та спорту Херсонського державного університету.
- Хижняк Г.** – директор по зв'язкам із спільнотою Баскетбольного клубу «Будівельник».
- Чекмарьова Н.Г.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Національної металургійної академії.
- Чернов В.Д.** – кандидат біологічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Ужгородського національного університету.
- Чуча Н.І.** – старший викладач кафедри спортивних та рухливих ігор Харківської державної академії фізичної культури
- Шалар О.Г.** – кандидат педагогічних наук, доцент Херсонського державного університету.
- Шалетрі О.М.** – студент магістратури Харківської державної академії фізичної культури.
- Широбакіна О.О.** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри ЕНДтаІТ Волгоградської державної академії фізичної культури.
- Ширяєва І.В.** – викладач кафедри спортивних та рухливих ігор Харківської державної академії фізичної культури.
- Шутова С.Є.** – к.фіз.вих, доцент, завідувача кафедри спортивних ігор Національного університету фізичного виховання і спорту, м. Київ.
- Юр В.Р.** – студент четвертого курсу Національного університету фізичного виховання і спорту, м. Київ.
- Ясінська Н.А.** – студентка 5 курсу магістратури факультету спорту, Львівського державного університету фізичної культури.



РОЗДІЛ 1.

ФІЛОСОФСЬКІ, ІСТОРИЧНІ, ПСИХОЛОГІЧНІ ТА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ БАСКЕТБОЛУ



ПЕРЕДУМОВИ РОЗВИТКУ ЖІНОЧОГО БАСКЕТБОЛУ В УКРАЇНІ

БАТЬКОВСЬКА А.М. – студентка четвертого курсу
ТКАЧЕНКО М.І. – викладач кафедри спортивних ігор

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Анотація. Тенденції розвитку сучасного жіночого баскетболу, зумовлюються аналізом історичних подій, накопиченим досвідом підготовки спортсменок, відповідно до результатів на міжнародній арені.

Ключові слова: історія, жіночий баскетбол, змагання, передумови.

Вступ. Баскетбол один з видів спорту, що найбільш гармонійно розвивається. Інтенсифікація за принципом «атлетизм плюс швидкість», не є єдиною цілю баскетболу, як виду спорту. Формування ігрового мислення і вдосконалення технічних прийомів є, на сьогодні, найважливішими внутрішніми можливостями розвитку баскетболу, як спортивної гри [2, 4].

Мета дослідження – виявити історичні особливості розвитку та сучасний стан жіночого баскетболу в Україні.

Задачі дослідження.

1. Провести аналіз подій, які вплинули на появу жіночого баскетболу в Україні.
2. Прослідити динаміку результатів українських баскетболісток до сучасності.

Методи дослідження. Теоретичний аналіз та узагальнення наукової методичної і спеціальної літератури даних Інтернет.

Результати дослідження і їх обговорення. Як відмічають спеціалісти в області спорту, баскетбол став відомий в Україні з 1990 року. У цей час були проведені перші показові ігри. Починалося все зі змагань шести команд українських та польських жіночих гімназій.

Український жіночий баскетбол має давні традиції. На західних територіях України він з'явився раніше, ніж в більшості країн Європи. Чоловічі і жіночі секції баскетболу зароджувалися і розвивалися паралельно. Баскетбол впевнено просувався на території Радянської України постійно набуваючи прихильників. З появою в Україні баскетбол придбав змагального характеру, що сприяло підвищенню майстерності провідних гравців і команд [1].

При міських та селищних радах, навчальних закладах, спортивних товариствах, зокрема «Динамо» створювались гуртки з баскетболу, що впливало на масовість та майстерність тих хто займається. Жіночі українські команди показували на всесоюзних змаганнях високу майстерність. Так, при встановлюванні спортивної еліти звань майстрів спорту, першою серед жінок це звання отримала київлянка динамівка Галина Факторова [1, 3].



Дебютувала жіноча збірна СРСР на європейському чемпіонаті у Будапешті 1950 року. Чемпіонками континенту стали три київські динамівки – Юлія Бурдіна, Ніна Пименова та Зоя Стасюк. Також жінки збірної СРСР ставали неодноразовими чемпіонками Всесвітньої універсиади, в склад якої входили українки: Н. Пименова, З. Стасюк, В. Назаренко, Е. Акопян, Ф. Кочергіна, І. Пивоварова. У 1988 р. «Динамо» (Київ) чемпіон Кубка Ліліан Ронкетті [1, 3].

Почесним титулом чемпіонок світу володіла збірна СРСР 1959, 1964, 1967, 1971, 1975 й 1983 рр. (рис. 1).

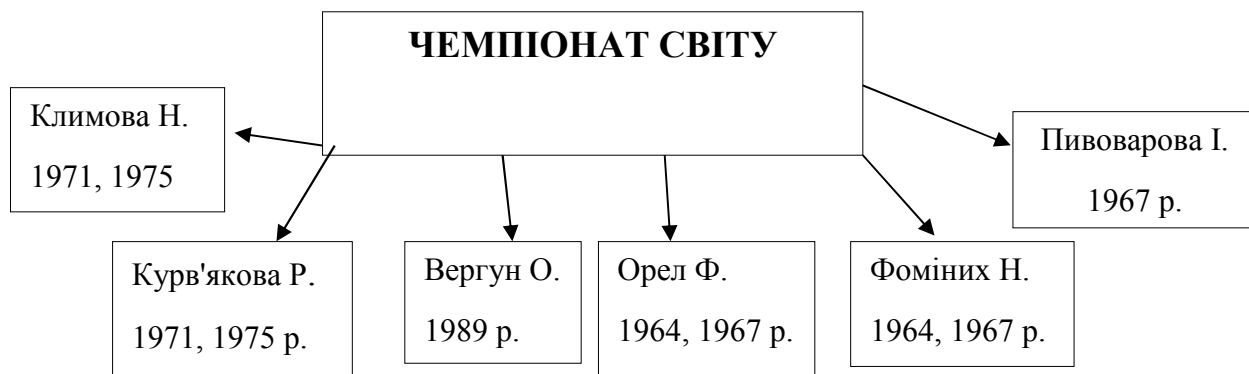


Рис. 1. Самі титуловані баскетболістки України на чемпіонаті світу

В 1976 р. жіноча збірна в Монреалі, під керівництвом Лідії Олексіївни стала першою в історії командою-переможницею олімпійського турніру, як за цим і на Іграх 1980 і 1992 рр., а також призерами в 1996р (рис. 2).



Рис. 2. Самі титуловані баскетболістки України на Олімпійських іграх

1992 р. в історії жіночого баскетболу незалежної України і, зокрема команди «Динамо» (Київ) відзначений такими подіями, як участь у розіграші першого чемпіонату незалежної України де «Динамо» (Київ) посіла перше місце. Головні досягнення національної збірної України – 1995 р. чемпіони Європи м. Брно; 1996 призери Ігор Олімпіади у м. Атланта. Далі до сьогоднішнього дня збірна України приймає участь у кваліфікаційних турнірах та фінальних змаганнях чемпіонатів Європи (табл. 1)



Таблиця 1

Статистичні показники результатів участі українських збірних команд у чемпіонатах Європи

Рік	Змагання	Ігри	Перемоги/поразки	Очки/очки суперника
1993-94	Чемпіонат Європи (Кваліфікація)	3, 5	3 / 0 (100%); 4 / 1 (80%)	227 / 200 (75.7/66.7); 314 / 279 (62.8 / 55.8)
1995	Чемпіонат Європи	9	8 / 1 (89%)	638 / 561 (70.9 / 62.3)
1996	Олімпійські ігри: Турнір для жінок	8	4 / 4 (50%)	529 / 555 (66.1 / 69.4)
1997	Чемпіонат Європи	7	3 / 4 (43%)	528 / 543 (75.4 / 77.6)
1998-2000	Чемпіонат Європи (Кваліфікація)	5, 6, 6	1 / 4 (20%); 6 / 0 (100%); 1 / 2 (33%)	322 / 354 (64.4 / 70.8); 440 / 349 (73.3 / 58.2); 236 / 244 (78.7 / 81.3)
2001-02	Чемпіонат Європи Чемпіонат Європи (Кваліфікація)	7 3, 3	1 / 6 (14%) 1 / 2 (33%), 2 / 1 (67%)	452 / 541 (64.6 / 77.3) 200/205 (66.7/68/3); 178 / 170 (59.3 / 56.7)
2003	Європи Чемпіонат	7	1 / 6 (14%)	476 / 526 (68.0 / 75.1)
2004-08	Чемпіонат Європи (Кваліфікація)	6,8,6,4,8	1 / 5 (17%), 5 / 3 (63%), 3 / 3 (50%), 1 / 3 (25%), 5 / 3 (63%)	438 / 493 (73.0 / 82.2); 617 / 525 (77.1 / 65.6); 481 / 475 (80.2 / 79.2); 254 / 274 (63.5 / 68.5); 580 / 527 (72.5 / 65.9)
2009-10	Чемпіонат Європи Чемпіонат Європи (Кваліфікація)	3 6, 8	0 / 3 (0%) 4 / 2 (67%), 3 / 5 (38%)	191 / 241 (63.7/80.3) 436 / 437 (72.7 / 72.8); 582 / 607 (72.8 / 75.9)
2011	Чемпіонат Європи	5	2 / 3 (40%)	322 / 327 (64.4 / 65.4)
2012	Чемпіонат Європи (Кваліфікація)	8	6 / 2 (75%)	580 / 523 (72.5 / 65.4)
2013	Чемпіонат Європи	11	6 / 5 (55%)	775 / 793 (70.5 / 72.1)
2014	Чемпіонат Європи (Кваліфікація)	6	5 / 1 (83%)	476 / 396 (79.3 / 66.0)
2015	Чемпіонат Європи	4	1 / 3 (25%)	283 / 314 (70.8 / 78.5)
2015 - 2016	Чемпіонат Європи (Кваліфікація)	6	6 / 0 (100%)	492 / 372 (82.0 / 62.0)

Висновки та перспективи подальших досліджень.

Провівши аналіз подій, які вплинули на появу жіночого баскетболу в Україні, слід чітко відмітити, що баскетбол з перших показових ігор викликав велике захоплення у українців, завдяки відомим організаторам і популяризаторам рухливих ігор, у тому числі активісткою жіночого руху М. Герман.

Динаміка результатів виступу українських баскетболісток на міжнародній арені свідчить про те, що за весь період існування жіночого баскетболу в Україні, вона має різнобічний характер – від зльотів до падіння, і навпаки. Тому, враховуючи вищевикладене необхідно розуміти, що ключовими принципами перспектив розвитку баскетболу в Україні повинні бути, окрім правильно спланованої довгострокової підготовки гравця, тренерської освіти,



обов'язково ще те, що дуже важливо – майбутнє гри в баскетбол неможливо без провідної ролі тренерської філософії, збудованої на знаннях історичних аспектів розвитку баскетболу, та виходячи з цього розуміння перспектив вітчизняного баскетболу.

Список використаної літератури.

1. Волошин А.П. Володарі баскетбольних кілець (художньо-документальні нариси) / А.П. Волошин, А.В. Шпак – К.: «МП Леся», 2015. – 464 с.
2. Поплавский Л.Ю. Оптимизация подготовки баскетболистов высокой квалификации на основе объективной оценки показателей их соревновательной деятельности / Л.Ю. Поплавский, С.Є. Шутова // Материалы Международного научного конгресса: «Спорт. Олимпизм. Здоровье». - Т.ІІ / Кишинев, 2016 г. – С. 287-293.
3. Сушко Р.О. Жіночий баскетбол України. Аналітичний погляд крізь призму БК «Динамо» Київ / Р.О. Сушко, А.П. Волошин – К.: «МП Леся», 2012. – 252 с.
4. Шутова С.Е., Батьковская А.М. Баскетбол и его путь к Олимпийским Играм / С.Е. Шутова, А.М. Батьковская // Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту в контексті 25-річчя незалежності України: зб. матеріалів ІV регіональної наук.-практ. інтер.-конф. з міжнародною участю. – Харків: ХДАФК, 2016. – С. 166-171.



РОЗВИТОК ТА СТАНОВЛЕННЯ БАСКЕТБОЛУ НА ЛЬВІВЩИНІ ДО 1934 РОКУ

ГОЛОВКО ДЕНИС – студент 3-ого курсу ФС
ПАСІЧНИК ВІКТОРІЯ – к.фіз.вих., старший викладач кафедри
спортивних та рекреаційних ігор

Львівський державний університет фізичної культури ім. І. Боберського.

Анотація. Розглянуто хронологію подій, які вплинули на розвиток баскетболу на Львівщині у першій половині ХХ століття.

Ключові слова: баскетбол, Львівщина, розвиток, становлення.

Вступ. Баскетбол – один з найпопулярніших видів спорту, який несправедливо поступається багатьом іншим видам за кількістю наукових досліджень. Історичні події, що розвивалися на баскетбольних майданчиках, мають привертати особливу увагу науковців спорту, адже аналіз минулого дозволяє вірним шляхом рухатись у майбутнє [1].

Мета дослідження: дослідити хронологічну послідовність історичних подій, які характеризують розвиток баскетболу у першій половині ХХ століття на Львівщині.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних літературних джерел, що стосуються проблематики дослідження.

Результати дослідження та їх обговорення. Честь відкрити баскетбол для Львова, а зрештою для всієї України була надана Марії Германувні. Для поширення баскетболу в Україні велику роль відігравало «Товариство забав рухових», яке профінансувало теоретичну та практичну працю М. Германувни, яка в свою чергу в 1907 році відправляється в Англію для ознайомлення з баскетболом. Мета поїздки полягала в освоєнні правил гри в баскетбол та методики навчання в місцевих центрах [2]. Адже як правило розвиток баскетболу мав в українців хоча і масовий, але по великому рахунку аматорський статус. Постійно баскетбол культивувався в шкільних закладах, а зокрема в УСК(Українські Спортивні Клуби) при Академічній гімназії [2, 3]. З 1907 року починається активне залучення учнів та молоді до ігрових видів спорту, власне і до баскетболу.

Властиво у 1908–1910 роках почалося розповсюдження баскетболу серед жінок Львова. Найважливішим у даному контексті були правила та їх пристосування до реальних умов. *Матч тривав 40-50 хвилин. На полі було по 5 гравців з команди. Розміри майданчику були 15 метрів завдовжки, 6 метрів ширина.*

29 червня 1909 року на відкритті Парку ТЗР(Товариство Забав Рухових)пройшли змагання жіночих дружин ТЗР з баскетболу. Відбулись ігри між шкільними командами за нагороду ТЗР в баскетболі. У турнірі брали участь команди жіночої школи св. Марії Магдалени і жіночої гімназії



ім. Словацького. У Львові тоді існувало декілька команд: «Світ» – гімназія ім. Словацького, «Світязь» – школа св. М. Магдалени, «Ютшека» – школа св. М. Магдалени, «Гражина» [3]. У 1909 році в рамках Товариства Забав Рухових у Львові була створена система навчання баскетболістів. Були створені баскетбольні команди (жіночі та чоловічі), проводилися загальні змагання, передусім серед учнівської молоді львівських шкіл та вищих навчальних закладів.

Першість у розвитку баскетболу займали жінки[3]. В даний період гру в баскетбол особливо культивували різновікові команди жіночої школи св. Магдалени, і приватної жіночої гімназії [3]. Кількісний склад жіночих команд у 1910 році представлено в таблиці 1.

Найбільш дієвою, щодо розвитку баскетболу була львівська школа Рихновської. До цієї школи вступали менш заможні дівчата польської та української національності. Іншим закладом Львова, де пропагувався баскетбол, була Жіноча гімназія королеви Ядвіги [4].

Таблиця 1

Кількісний склад жіночих команд на Львівщині у 1910 році

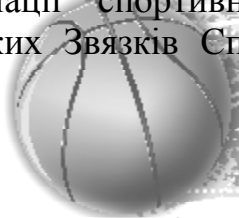
Назва закладу	Кількість учасників
Гімназіум Словацького	150
Приватний Семінаріум вчительського Рихновської	95
Ліцей Королеви Ядвіги	50

За часів активного заняття баскетболом у Львові 1908–1910 рр. з'являються певні проблеми, передусім у практичному аспекті. Для їх подолання потрібно було дещо модифікувати правила. За це взявся Ф. Капалка, саме він був причетний до упорядкування правил в 1911 році. Починаючи з 1910 року починаються формування спортивних секцій з баскетболу, а саме ЛК(Львівський клуб) «Чарні», ЛКС(Львівський клуб спортивний) «Погонь»[3].

Станом на 1912 рік головним осередком поширення баскетболу у Львові було ТЗР (Товариство Забав Рухових). Новий вимір баскетбольного розвитку припав на 1914 рік, коли вийшла книга М. Чеховичуни та В. Сікорського «Ігри та забави рухові». У цій праці подано правила гри в баскетбол. Особливістю цього видання було те, що у ньому обґрунтовувались методичні засади навчання дітей гри в баскетбол. Дане видання набуло небувалого поширення на всіх територіях, де проживали представники польської та української національності. Книга розповсюджувалася у Львові та провінції через осередки польського клубу «Сокіл»[3].

Станом на 1914 рік у Львові діяли декілька українських спортивних об'єднань таких як «Січ», «Сокіл Батько» та «Україна». Саме у цих структурах активно розвивалися ігрові види спорту з м'ячем[5].

Наступний етап відродження баскетболу відбувся після першої світової війни. З 1920 року Львів опиняється під протекторатом Польщі. Для координації спортивного руху державою створюється «ЗПЗС» (Зв'язок Польських Зв'язків Спортивних). Туди входили окружні ліги з різних видів



спорту, в тому числі і баскетбол. В основному баскетбольні змагання були популярні серед молоді різних вікових груп. Львів у той час перестає бути єдиним центром баскетбольного розвитку [3].

Важливе місце у поширенні баскетболу на Львівщині відіграв один з зачинателів цього виду спорту у Львові – Євген Пясецький. Центром повоєнного відновлення баскетболу у Львові стало товариство «Академічний Зв'язок Спортовий». Саме у 1926 році першим з клубів, який організував баскетбольні змагання, був АЗС.

В продовж 1928–1934 років у Львові проходив баскетбольний чемпіонат. Найсильнішою дружиною міста стала команда «Академічного зв'язку спортового», що властиво першою відновила ігри після Першої світової війни і мала вже достатнього досвіду. У 1928–1934 роках чоловічі і жіночі баскетбольні команди АЗС у Львові грали в класі «А» округи Львівської і здобували значні перемоги. Вищеназвана команда неодноразово була чемпіоном Львова і представляла місто у польських змаганнях. В Львівській групі «А» округу грали такі команди як «АЗС», корпус «Кадетів», «Україна», «Дрор» [3].

Висновок. Баскетбол на Львівщині загалом розвивався за рахунок спортивних товариств які існували на той час, а також завдяки пропаганді таких постатей як Марія Германувна, Євген Пясецький та інших. Саме в період першої половини ХХ століття на Львівщині найбільше розвивався жіночий баскетбол.

Список використаної література

1. Волошин А. П. На олімпійській хвилі / А. П. Волошин. – К. : МП Леся, 2008. – 446 с.
2. Газета «Спортові Вісті Львів», – 1933. – Ч. 1. – С.3.
3. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.lwow.com.pl/sport.html> (дата звернення 16.11.2016р.).
4. Нога Олександр. Український Баскетбол 2008 р. – С. 49–165.
5. Шах С. Львів – мсто моєї молодості. – 1955р. – С. 155–173.



ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛА В ДНЕПРОПЕТРОВСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ ИНСТИТУТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

ГРЮКОВА В.В. – старший преподаватель кафедры спортивных игр.

РАКОВСКАЯ И. А. – старший преподаватель кафедры спортивных игр.

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта

Аннотация: В работе представлен анализ достижений студентов и выпускников Днепропетровского государственного института физической культуры и спорта в развитии баскетбола в Украине.

Ключевые слова: студенты, институт физической культуры и спорта, кафедра спортивных игр, баскетбол.

Введение. Город Днепр – всегда был, есть и будет кузницей кадров для отечественного и мирового баскетбола. В городе баскетболом занимается более 3,5 тысяч людей (это дети, студенты, ветераны, игроки команд мастеров, спортсмены-инвалиды, стритболисты).

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта уже более 35 лет играет особенную роль в развитии баскетбола. Ректор института Виктор Григорьевич Савченко – чемпион мира и Европы, призер Олимпийских игр, Заслуженный мастер спорта, доктор педагогических наук, академик, профессор, прошедший сам длинную и успешную дорогу в большом спорте, всячески поддерживает студентов, а особенно спортсменов, которые стремятся добиться высоких результатов.

Цель исследования – проанализировать тенденции развития баскетбола в Днепропетровском государственном институте физической культуры и спорта.

Методы и организация исследования: теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы и Интернет ресурсов, историко-логический, хронологический.

Результаты исследования и их обсуждение. Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта – одно из известнейших учебных заведений в области физического воспитания и спорта. Институт имеет богатую историю, трудовые и спортивные традиции и сделал весомый вклад в развитие физической культуры и спорта Приднпровья, Украины и Советского Союза. История начинается в 1975 году с создания Днепропетровского педагогического факультета Киевского государственного института физической культуры на базе Днепропетровского техникума физической культуры, который в свою очередь был создан в 1930 году. В 1976 году был совершен 1 самостоятельный набор абитуриентов, состоящий из 150 студентов.



Кафедра спортивных игр – это одна из самых крупных кафедр института, За 35 лет существования кафедры ею руководили Лейбов Анатолий Борисович (специализация волейбол); профессор, доктор наук Шамардин Валерий Николаевич (специализация футбол), и с 2009 года доцент, кандидат наук по физическому воспитанию и спорту Митова Елена Александровна (специализация баскетбол).

В разное время на специализации баскетбол работали квалифицированные преподаватели, такие как Гуревич В.А., который возглавлял как тренер команду «Сталь» и сборную Днепропетровска, был тренером команды «Будивельник», а с 1996 года работал в Федерации баскетбола Украины. Полянцева Н.В. – первый кандидат наук которая защитила диссертацию по баскетболу на кафедре и многие другие. На данный момент на кафедре работает 16 преподавателей. Из них: 2 Заслуженных работника ФКиС Украины, 2 Заслуженных тренера Украины, 3 мастера спорта, 6 кандидатов наук и 8 преподавателей со стажем работы более 20 лет. За это время на кафедре было подготовлено более шестисот специалистов, которые смогли реализовать себя в сфере баскетбола в различных видах деятельности.

Днепропетровск по праву может гордиться спортивными успехами выпускников и студентов института физкультуры: олимпийской чемпионкой (1992 год), чемпионкой Европы, многократной чемпионкой Украины, Заслуженным мастером спорта Еленой Жирко; мастером спорта международного класса, чемпионкой Европы (1995год), многократной чемпионкой Украины Натальей Сильяновой; полуфиналистками Олимпийского турнира в Атланте Викторией Лелекой и Викторией Парадиз; мастером спорта международного класса, серебряным призером Всемирной Универсиады 2005 года Владимиром Ковалем. А также достижением женской команды «Днепр», чемпионками Украины 2007 г. (Жирко Е., Лелека В., Войтаник О., Пенченко Я., Жук Ю., Дубровина О.), чемпионками украинской профессиональной баскетбольной лиги 2010 года (Кузмиченко И., Онищенко В., Дубровина О., Ябурова Л., Войналович А.).

Выпускники института Козлов Д., Тимофеев С., Вильховецкий Н., тренеры Журавлев Д., Коваль В. – обладатели Кубка Украины в 2011 году. Козлов Д. – участник Евробаскета в 2011 году. Закурдаев М., Герун В., Смирнов В., Мишула А. – члены юниорской сборной Украины 2011 года. Корниенко М., Мишула А. – МСМК Украины, члены сборной команды Украины, участники чемпионата мира в Испании в 2014 году, участники чемпионатов Европы в Словении (2013 год), Латвии (2015 год).

Студенты Днепропетровского института физкультуры принимали участие во Всемирной Универсиаде в 2011 году в Китае.

Выпускница института Ольга Дубровина – игрок национальной сборной команды Украины по баскетболу. В сезоне 2015/16 выступает за команду Казахстана «Тигры Астаны».

Многие из успешных спортсменов сейчас продолжают свою деятельность в баскетболе, Жирко Е., Жук В., Мирончик В., Черепанов Е., Месяц Ю., работая



тренерами в СДЮСШОР №5, передають свій опыт будущим чемпионам.

Чередниченко А. – главный тренер сборной команды девочек U-16 в 2016 году, главный тренер команды Суперлиги «СДЮСШОР №5 – ДВУФК г. Днепр» сезон 2015 – 2016 гг. Его воспитанницы неоднократно становились чемпионами и призерами чемпионата Украины, чемпионами ВЮБЛ сезона 2015-2016 гг.

Мунтян А. – главный тренер команды Высшей лиги «Днепр-2».

Кузьмиченко И. – главный тренер женской команды «ДВУФК», которая принимает участие в чемпионате Украины.

Марков Д. – работает тренером в Днепропетровском высшем училище физической культуры. Среди его воспитанников такие талантливые спортсмены как: Алексей Лень (выступает за команду «Финикс Санз» в Национальной баскетбольной ассоциации), Владимир Герун (защищает честь испанского клуба «Клавихо»), Владислав Коренюк (выступает за польский клуб «Сталь Остров»), все в разное время учились на кафедре спортивных игр в ДГИФКиС.

Онищенко В., Сович Т. – помощники главного тренера команды команды Суперлиги «СДЮСШОР №5 – ДВУФК г. Днепр» сезона 2015– 2016 гг.

Митова Е., Терентьев С., Грюкова В., Смирнова Н., Нестеренко Н., Ивченко О., Каковкина О., Коваленко В, Безденежных С., Войналович А., работают в высших учебных заведениях города, готовят высококвалифицированных специалистов в различных областях.

Одним из лучших молодых руководителей, который за последние 10 лет внес огромный вклад в развитие баскетбола в Днепропетровске и в Украине в целом, является выпускник 1992 года, мастер спорта Украины по баскетболу Валерий Кондратьев. Именно любовь к баскетболу позволила этому человеку достичь различных успехов в сфере управления баскетбольным движением в Украине. На сегодняшний день он является председателем федерации баскетбола Днепропетровской области, президентом баскетбольного клуба «Днепр».

Необходимо отметить, что в нашем городе главным тренером команды Суперлиги является семикратный чемпион Украины, мастер спорта Советского Союза, один из лучших нападающих национальной сборной страны (с 1991 по 2000 год), Заслуженный тренер Украины Денис Журавлев. Под его руководством команда стала обладателем Кубка Украины в 2011 и 2016 годах, а в 2015 году – чемпионами Суперлиги. Кроме этого, несколько лет подряд Денис Павлович работает со сборными команды страны. В 2009 году – юниорская сборная, в 2010 – молодежная, а в 2011 – помощник тренера национальной сборной.

Также еще один выпускник института физкультуры Ступенчук Георгий работал главным тренером БК «Днепр» и главным тренером БК «Днепр-АЗОТ».

Выпускники Каковкин Станислав (директор ДЮСШОР№5) и Нетера Юрий – Заслуженные тренеры Украины, тренеры Дефлимпийской сборной



команды Украины по баскетболу – призеров чемпионатов мира и Европы, обладателей кубка мира 2016 года.

Современный баскетбол невозможен без средств массовой информации: новости баскетбола во много раз интереснее слушать, когда их освещают люди, разбирающиеся в этом виде спорта. Выпускник Днепропетровского института физкультуры Дмитрий Тимохин нашел применение своей специальности в таком виде деятельности. На сегодняшний день Дмитрий Тимохин главный редактор Днепропетровского областного телерадиоканала, спортивный обозреватель 1-го Национального телеканала Украины, телеведущий спортивных передач и новостей, комментатор баскетбольных матчей.

Вывод. Днепр всегда был и остается ведущим городом в развитии баскетбола в Украине, что подтверждается выдающимися достижениями днепропетровских спортсменов.

Традиции спортивной славы ДГИФКиС складывались на протяжении всего времени его существования, а воспитанников Вуза, которые прославили Днепропетровщину победами на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы, знают во многих странах мира.

Список использованной литературы

1. Ляпин А. Днепропетровский баскетбол – любовь наша / А. Ляпин – Днепропетровск. : Изд.. «ИМА-пресс»., 2009 – 259 с.
2. Мітова О.О. Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання / О.О.Мітова, В.В.Грюкова – Дніпропетровськ. : Вид. «Інновація»., 2016 – 193 с.
3. Мітова О.О. Порівняльний аналіз змагальної діяльності баскетболістів Дніпропетровщини у складі національних збірних команд України протягом 2011-2014 років / О.О. Мітова, В. Смирнов // Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал. – Дніпропетровськ: ДДІФКиС, - №1. – 2015. – С. 132-136.
4. Раковская И. Традиции спортивной славы Днепропетровского государственного института физической культуры и спорта / И. Раковская, В. Рузанов // Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал. – Дніпропетровськ: ДДІФКиС, - №2. – 2016. – С. 245-250.



ВИДАТНІ ОСОБИСТОСТІ КИЇВСЬКОГО БАСКЕТБОЛУ

КОНСТАНТИНОВСЬКА Н.О. – викладач кафедри спортивних ігор

НАЗАРЕНКО Л.І. – викладач кафедри спортивних ігор

Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

Анотація. Надається короткий аналіз діяльності видатних постатей баскетболу, яких об'єднала освіта у Національному університеті фізичного виховання і спорту.

Ключові слова: видатні особистості, тренери, баскетбол.

Вступ. В Україні, за даними робіт видатного спортивного журналіста А.П. Волошина, було підготовлено близько сотні видатних особистостей. По-перше це спортсмени чоловіки та жінки, які досягли високих результатів у баскетболі на світовій арені, а по-друге це їхні тренери, які змогли знайти та виховати великих майстрів з цього виду спорту. Але, окреме місце по значимості внеску баскетбольної еліти в Українську займає Національний університет фізичного виховання і спорту України [1, 3].

Мета дослідження – визначити вклад Національного університету фізичного виховання і спорту України у розвиток баскетболу в Україні.

Задачі дослідження.

3. Виявити видатних тренерів та баскетболістів, які отримали освіту в Національному університеті фізичного виховання і спорту України, и досягли високих результатів у баскетболі.

Методи дослідження. Теоретичний аналіз та узагальнення наукової методичної і спеціальної літератури даних Інтернет.

Результати дослідження і їх обговорення. Українські спортсмени своїми досягненнями на Олімпійських іграх багато в чому завдячують талановитим тренерам, які підготували достойну плеяду вихованців, котрі ставали переможцями і призерами Олімпійських ігор та багатьох міжнародних змагань [2]:

Шаблінський Володимир Олексійович – заслужений тренер УРСР (1967 р.), заслужений тренер СРСР (1969 р.). Працював з чоловічою та жіночою командами СКІФ Київ (1943 -1962). Підготував М. Баглея, срібного призера Ігор XVIII Олімпіади (1964 р.); А. Поливоду, чемпіона Ігор XX Олімпіади (1972 р.); А. Вальтіна, срібного призера Ігор XVII Олімпіади (1960 р.); С. Коваленка, чемпіона Ігор XX Олімпіади (1972 р.); О. Сальникова, бронзового призера Ігор XXI та XXII Олімпіад (1976, 1980 рр.); В. Ткаченка, бронзового призера Ігор XXI та XXII Олімпіад (1976, 1980 рр.) [1, 2].

Леонов Олександр Дмитрович - заслужений тренер України (1965 р.), заслужений тренер СРСР (1991 р.). Працював тренером чоловічої команди СКІФ. Понад 20 років – завідуючий кафедрою спортивних ігор Київського державного інституту фізкультури [1, 2].



Заморський Володимир Степанович – заслужений тренер УРСР (1971 р.). Підготував Н. Климову, заслуженого майстра спорту (1975 р.), чемпіонку Ігор XXI Олімпіади (1976 р.), чемпіонку світу (1971, 1975 рр.), чемпіонку Європи (1972, 1974, 1976 рр.), переможця першості Європи серед юніорів (1969 р.), та О. Вергун чемпіонку Європи (1995) [1, 2].

Вдовиченко Борис Нестерович – заслужений тренер УРСР (1979 р.), заслужений тренер СРСР (1984 р.). Підготував: О. Білостінного, чемпіона Ігор XXIV Олімпіади (1988 р.); О. Волкова, чемпіона Ігор XXIV Олімпіади (1988 р.); В. Ткаченка, бронзового призера Ігор XXI та XXII Олімпіад (1976, 1980 рр.) [1, 2].

Макаревич Володимир Анатолійович - заслужений тренер України і СРСР. Грав у командах «Локомотив» «Динамо» (Київ). Працював у дитячо-юнацьких спортивних школах Києва, Молдови, Білорусі. Підготував видатних спортсменів Л.Назаренко, М.Ткаченко, О.Вехову, С.Синькову (Орехову), І.Цюлюпу (Євтушенку), Н. Оліщук, М. Шульжик [1, 2].

Кочергіна Феодора Григорівна (Орел) – заслужений тренер України (1991) заслужений працівник фізичної культури і спорту України. Чемпіонка світу (Ліма, 1964; Прага, 1967), Європи (м. Мюлуз, Франція, 1962; Будапешт, 1964; м. Клуж, Румунія, 1966), Всесвітніх студентських ігор (Будапешт, 1965) та України (1960–71). Входила до символічної п'ятірки Європи (1966), світу (1967). З 1981 року і до нині тренер-вихователь у Київському ліцеї - інтернаті спортивного профілю. З молодіжними командами ставала призером європейських першостей. Серед вихованок – О. Довгалюк, В. Навроцька, Р. Сушко [1, 2].

Ковянов Віталій Миколаєвич – виступав за команду «Будівельник» (до 1962 – «Скіф» Київ, 1952–1969). Переможець Всесвітньої Універсіади (Софія, 1961), Багаторазовий призер чемпіонатів СРСР та України. Працював у Національному університеті фізичного виховання та спорту України (Київ): деканом спортивного факультету з 1974–96 р. від 1996 – проректор з комерційно-господарської роботи [1, 2].

Вальтін Альберт Іванович – Заслужений майстер спорту СРСР. – срібний призер Олімпіади 1960р. Доцент, кандидат педагогічних наук. Працював на кафедрі спортивних ігор старшим викладачем Київського інституту фізкультури [1, 2].

Гладун Вадим Іванович - Заслужений тренер України (1987), Заслужений майстер спорту СРСР. Бронзовий призер чемпіонату світу 1962, чемпіон Європи 1963. Працював старшим тренером баскетбольної команди «Будівельника» (1974–78), юнацьких збірних Португалії (1981), Болгарії (1988), Іспанії (1989); Київського спортивного ліцею (від 1979). Серед вихованців –В. Гоборов, викладав у НУФВСУ з 1962– 1978р. [1, 2].

Руцинська Галина Степанівна (1935-2006). Заслужений тренер України. Працювала викладачем кафедри спортивних ігор НУФВСУ, з командами «Буревісник», «Динамо», «ТІМ – СКУФ» Київ, збірними України.



Ткаченко Марина Іванівна – Олімпійська Чемпіонка (1992 р., Барселона) Заслужений майстер спорту, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, засновник і Президент жіночого баскетбольного клубу «ТІМ СКУФ» (Київ). Чемпіонка СРСР (1991), СНД (1992), срібний призер Ігор Доброї волі (1991), володарка Кубка ім. Ліліан Ронкетті, чемпіонка Європи серед дівчат(1982), чемпіонка Європи (1991, 1995р.) Чемпіонка Олімпійських ігор(1992),учасниця Олімпійських ігор в Атланті (1996 р. 4 – місце) [1, 2].

Назаренко Людмила Ігорівна – 1986 – Чемпіонка Європи у складі молодіжної збірної СРСР, 1988 – володар Кубка Ліліан Ронкетті, 1990-1991,1991-1992-чемпіонка СРСР, 1995 – чемпіонка Європи у складі збірної команди України, 1996 – 4-місце на Олімпійських Іграх в Атланті. Шестиразова чемпіонка України 1990-1996. С 2016 р. тренер жіночої баскетбольної команди «ТІМ-СКУФ» та викладач кафедри спортивних ігор НУФВСУ [1, 2].

Висновки та перспективи подальших досліджень.

Проаналізувавши літературні данні були виявлені видатні тренери та баскетболісти, яких змогла об'єднати освіта в Національному університеті фізичного виховання і спорту України. Спостерігати за розвитком баскетболу, не можливо без визначення тих людей, які приймали в цьому безпосередню участь. Тільки через оцінку творчої індивідуальності кожного тренера можна формувати думку о цілісній картині досягнень київського баскетболу в Україні. Кожен тренер це унікальна особистість, яка змогла не тільки виховати видатних спортсменів, але і тим самим залучити до баскетболу велику кількість прихильників.

Список використаної літератури.

5. Волошин А.П. Володарі баскетбольних кілець (художньо-документальні нариси) / А.П. Волошин, А.В. Шпак – К.: «МП Леся», 2015. – 464с.
6. Сушко Р.О. Жіночий баскетбол України. Аналітичний погляд крізь призму БК «Динамо» Київ / Р.О. Сушко, А.П. Волошин – К.: «МП Леся», 2012. – 252 с.
7. Шутова С.Е., Батьковская А.М. Баскетбол и его путь к Олимпийским Играм / С.Е. Шутова, А.М. Батьковская // Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту в контексті 25-річчя незалежності України: зб. матеріалів IV регіональної наук.-практ. інтер.-конф. з міжнародною участю. – Харків: ХДАФК, 2016. – С. 166-171.



ІСТОРИЧНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ БАСКЕТБОЛУ. БАСКЕТБОЛ НА ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГРАХ

КРИВЕНКО Ю.О. – к. істор. н., ст. викладач кафедри спортивних ігор

ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

Анотація. У роботі зроблено короткий історичний аналіз виникнення та розвитку баскетболу, проаналізовано виступи чоловічих та жіночих команд на Олімпіадах.

Ключові слова: баскетбол, історія, спортивні ігри, Олімпійські ігри, Міжнародна Федерація баскетбольних асоціацій (FIBA)

Вступ. Баскетбол – спортивна гра, в яку грають дві команди, що намагаються закинути м'яч в корзину суперника. Доволі проста на перший погляд гра має складний історичний шлях розвитку від примітивного протистояння гравців у давні часи до сучасної гри, яка має мільйони прихильників у цілому світі [2].

У гру, схожу на баскетбол, грали індіанці Центральної Америки – майя та ацтеки. На археологічних розкопках, на території Мексики (півострів Юкатан), розчистили цікавий спортивний майданчик. Знахідка відноситься до 10 ст. до н.е. Вчені знайшли залишки майданчика для гри в м'яч, довжиною 147 м. Масивні трибуни для глядачів розташовувалися в ті часи, на висоті 8-8,5 м. Гра носила назву "Пок-Та-Пок". У неї грали литим каучуковим м'ячем. Розмір м'яча був значно меншим ніж сучасний баскетбольний і нагадував людську голову. Гравці могли знаходитися тільки на своїй половині поля, не переходячи лінію, яка розділяла майданчик навпіл. На стінах трибун, на цій же лінії, були вмонтовані два кам'яні кільця, що знаходилися одне навпроти іншого. Граючим необхідно було забити м'яч у кільце. Цікавим фактом було те, що кільце знаходилося на висоті 2,7 м., але розташоване не паралельно земній поверхні, а мало вигляд мішені з отвором діаметром трохи більшим за м'яч. Бити по м'ячу дозволялося ліктем, коліном або битою. Перемагала команда, яка потрапляла в кільце. Так само під час розкопок було виявлено барельєф. Він зображує обезголовленого капітана переможеної команди [5].

У 16 столітті ацтеки грали в подібну гру. Використовувалися каучуковий м'яч і кам'яне кільце. Нагородою за забивання м'яча в кільце, гравцеві був одяг від глядачів. Священники майя та ацтеків розглядали ці ігри як обрядові події. У святкові дні на честь богів постійно проводилися напружені протистояння команд. Деякі відомості про гру схожу на баскетбол можливо було побачити на гравюрі Дітріха Бруїса, яка була виготовлена у 1603 р. На початку XIX ст. була надрукована енциклопедія Фіта, де містився запис про гру з м'ячем жителів Флориди. Головною метою гравців було попасти у закріплене на стовпі кільце [5]. Достеменно не відомо чи являється баскетбол



послідовником цих ігор, але кожна з них мала елементи, які в майбутньому стали його частиною.

Мета: дослідити та проаналізувати історичні аспекти виникнення та розвитку баскетболу, виступи збірних на Олімпіадах.

Завдання дослідження: 1. Визначити передумови виникнення та походження баскетболу. 2. Проаналізувати шляхи розповсюдження баскетболу по всьому світу. 3. Вказати збірні, що перемогли в Олімпійських іграх з баскетболу серед чоловіків та жінок.

Методи дослідження: бібліографічний та ретроспективний аналіз літературних джерел; аналітичне спостереження.

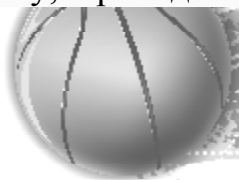
Результати дослідження та їх обговорення. Батьківщиною сучасного баскетболу прийнято вважати Сполучені Штати Америки. Гра була вигадана у навчальному центрі Християнської молодіжної асоціації в Спрінгфілді, штат Массачусетс. Щоб оживити уроки з гімнастики, молодий викладач, уродженець Канади, доктор Джеймс Нейсміт (1861-1939 рр.) придумав нову гру. Прекрасний регбіст і гімнаст, Нейсміт у пошуках збільшення фізичних навантажень студентів в зимовий час, вирішив придумати гру з м'ячем в залі. Він попросив сторожа принести дві порожні коробки, щоб учні, тренуючись у влучності, змогли кидати в них м'ячі. Але не знайшовши коробок, сторож приніс кошики з для збирання персиків. Їх прикріпили в спортивному залі по різні сторони балкону на висоті 3.05 м. [5].

Нейсміт написав правила нової гри 21 грудня 1891 р. Перший баскетбольний матч відбувся у спортивному залі школи у Спрінгфілді. У групі було 18 студентів, тому викладач поділив їх на дві команди по 9 осіб. Перші правила гри склалися з 13 пунктів, більшість з яких діють і зараз [3].

У 1893 р. кошик замінили залізними кільцями з сіткою. Наступного року Джеймс Нейсміт видав перші офіційні правила баскетболу. Модернізація устаткування і еволюція гри продовжилася до початку ХХ ст. У 1895 р. встановили щити і провели перші офіційні змагання з цього виду спорту. У 1897 р. склад команди обмежили 5 гравцями [4].

У той же час баскетбол із США розповсюдився спочатку на Схід – в Японію, Китай, на Філіппіни, а також в Європу і Південну Америку. У 1893 р. француз Мел Ріду після закінчення курсу фізичного виховання Спрінгфілдського коледжу повернувся на батьківщину, де познайомив співвітчизників з основними принципами гри в баскетбол. На тій будівлі, де були проведені перші баскетбольні матчі в Європі, встановлено меморіальну дошку в пам'ять про цю подію. У 1894 р. Боб Гейл познайомив з новою грою жителів Китаю, а Дункан Петтон в тому ж році почав тренувати першу команду в Індії. У вересні 1927 р. в Женеві була відкрита школа фізичного виховання, директором якої був призначений викладач Спрінгфілдського коледжу доктор Елмер Беррі [5]. Завдяки випускникам цієї школи, баскетбол отримав широке поширення в Латвії, Литві, Італії, Франції, Чехословаччині.

У 1920-ті рр. починають активно створюватися національні федерації баскетболу, проводяться перші міжнародні зустрічі. Так, в 1919 р. відбувся



баскетбольний турнір між армійськими командами США, Італії і Франції. У 1923 р. у Франції проводиться перший міжнародний жіночий турнір. Участь в ньому взяли команди трьох країн: Англії, Італії, США. Гра завойовує все більшу популярність і визнання в світі. У різних країнах були створені баскетбольні асоціації. Відсутність єдиної організації у світі, яка б займалася питаннями заважала міжнародним контактам і гальмувала подальший розвиток баскетболу. 18 червня 1932 року в Женеві (Швейцарія) відбулася перша міжнародна конференція національних баскетбольних асоціацій [3]. У ній взяли участь представники національних баскетбольних федерацій Аргентини, Греції, Італії, Латвії, Румунії, Португалії, Чехословаччини та Швейцарії. У ролі спостерігачів були присутні представники Болгарії та Угорщини. Нарада прийняла рішення про створення Міжнародної Федерації баскетбольних асоціацій FIBA, в яку входять 213 національних федерацій (на 2016 р.).

У 1935 р. Міжнародний олімпійський комітет виніс рішення про визнання баскетболу олімпійським видом спорту. На III Олімпіаді в Сент-Луїсі і на IX Олімпійських іграх в Амстердамі були проведені показові матчі з баскетболу за участю американських спортсменів. Олімпійський дебют чоловічого баскетболу відбувся у 1936 р. на Іграх в Берліні [4]. Почесним гостем змагань був доктор Д. Нейсміт. Баскетбольний турнір привернув величезну увагу. У ньому брали участь збірні команди 21 країни. Перемогу здобула американська команда. Срібні медалі виграла збірної Канади, а бронзовими призерами стала команда Мексики. Збірна США виграла всі без винятку олімпійські турніри до 1972 р., при цьому здобувши перемогу в 63 матчах і не програвши жодного. У драматичному фіналі мюнхенської Олімпіади непереможні до цього американці поступилися збірній СРСР. У 1976 р. і 1984 р. американці знову були першими. На олімпійському турнірі в Москві була першою збірна Югославії. У 1988 р. першими знову стали баскетболісти СРСР [4].

Дебют жіночого баскетболу на Олімпійських іграх відбувся у 1976 р. в Монреалі. У турнірі брали участь шість команд. Першими олімпійськими чемпіонами стали баскетболістки збірної СРСР. Вони ще двічі ставала чемпіонками, чотири рази завойовували золоті медалі американські баскетболістки (1984, 1988, 1996, 2000 pp.) [6].

У змаганнях кожна країна може бути представлена однією чоловічий і однієї жіночої командами. У 1989 році, на конгресі FIBA в Мюнхені було прийнято історичне рішення про участь професійних баскетболістів у всіх змаганнях, включаючи Олімпійські ігри. З 1996 р. у змаганнях на Олімпіадах беруть участь 12 чоловічих і 12 жіночих команд. Того року жіноча збірна України вперше виступала на Олімпійських іграх. В боротьбі за бронзові нагороди наші спортсменки поступилися збірній Австралії 56:66. Цей результат (4 місце) був найкращим для нашої збірної на Олімпіадах [6].

Висновки:

1. Викладач фізичного виховання Спрінгфілдського навчального закладу Джеймс Нейсміт вважається родоначальником сучасного баскетболу. Його



винахідливість і неймовірна любов до спорту дала змогу спортсменам всього світу грати у баскетбол. Намагаючись знайти шляхи збільшення фізичних навантажень студентів в зимовий час, Д. Нейсміт вирішив придумати гру з м'ячем в залі. Вважається, що баскетбол є послідовником багатьох старовинних ігор («Пок-Та-Пок», «dack-on-a-rock» та ін.).

2. Важливу роль у розповсюдженні гри мали студенти Спрінгфілду. Випускник Мел Ріду познайомив жителів Франції з баскетболом, куди він приїхав після закінчення курсів у американському навчальному закладі. Боб Гейл навчив китайців грати у цю цікаву гру. А Дункан Петон тренував першу баскетбольну команду Індії. Значну роль у розвитку баскетболу відіграв викладач Спрінгфілдського коледжу Елмер Беррі, який був першим директором школи фізичного виховання у Женеві. Завдяки випускникам цієї школи, баскетбол отримав широке поширення в Латвії, Литві, Італії, Франції, Чехословаччині.

3. У 1936 р. баскетбол був включений в програму Олімпійських ігор. Змагання проводилися лише серед чоловічих команд. Жіночі змагання вперше були проведені на Олімпіаді в Монреалі (1976 р.) Найбільше золотих нагород серед чоловічих і жіночих команд здобули спортсмени США (19 медалей), чотири золотих комплекти здобули збірні СРСР, і по одній перемозі на Олімпіадах мали команди Югославії, Аргентини і Об'єднаної команди (СНД).

Список використаної літератури:

1. Баскетбол. Теория и методика обучения / под общ. ред. Д.С. Нестеровского. – М.: Академия, 2004. – 336 с.
2. Борисов О.О. Загальні основи теорії та методики спортивних ігор / О.О. Борисов В.Г. Курочкін / Навчальний посібник. – К.: вид-во ПП «Люксар», 2004. – 236 с.
3. Бородай С.А. История баскетбола: [сборник научных статей преподавателей и аспирантов] / С.А. Бородай. – Чебоксары: Руссика, 2000. – 57 с.
4. Курочкін В.Г. Основи теорії і методики викладання баскетболу і гандболу / В.Г. Курочкін / Навчальний посібник. – К.: вид-во ПП «Люксар», 2004. – 438 с.
5. Ковалев В.Д. Спортивные игры: ученик для студентов пед. иститутов / В.Д. Ковалев, В.А. Голомазов, С.А. Кераминас. – М.: Просвещение, 1988. – 304.
6. Сушко Р.О. Исторические аспекты участия украинских баскетболисток на Олимпийских играх / Р.О. Сушко, А.П. Волошин. – К.: МП Леся, 2012. – 252 с.



ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ ДНІПРОПЕТРОВЩИНИ У СКЛАДІ НАЦІОНАЛЬНИХ ЗБІРНИХ КОМАНД УКРАЇНИ ПРОТЯГОМ 2011-2015 РОКІВ

МІТОВА О.О. – к. фіз. вих., доцент, завідувач кафедри спортивних ігор
СМИРНОВ В. – провідний спеціаліст відділу у справах фізичної
культури та спорту

*Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту
Управління молоді і спорту Дніпропетровської обласної державної
адміністрації*

Анотація. Здійснено аналіз змагальної діяльності баскетболістів Дніпропетровського регіону, які виступали на міжнародних змаганнях у складі національної збірної України в період з 2011 по 2015 роки.

Ключові слова: баскетболісти високої кваліфікації, національні збірні, техніко-тактичні дії, чемпіонати Європи та світу з баскетболу.

Вступ. Вдосконалення системи централізованої підготовки національних збірних команд для завоювання більш високих місць на чемпіонатах Європи та світу – є одним з головних завдань у системі підготовки баскетболістів нашої країни [1].

Ретроспективний аналіз виступів збірних команд України з боку історичної констатації фактів та «географії» видатних вихованців країни широко представлено в роботах А.П.Волошина, Р.О.Сушко [2]. Окрему увагу приділено й Дніпропетровщині, яка завжди була кузнею кадрів для збірних команд з баскетболу, що підтверджується видатними досягненнями олімпійських чемпіонок, таких як: Раїса Курвякова, Людмила Рогожина та Олена Жирко [3]. Багато видатних спортсменів приймали участь у складі збірних команд різних вікових категорій до 2011 року. Такі традиції регіону зберігаються й у теперішні часи.

Однак необхідно зазначити, що аналіз доступної літератури засвідчив недостатню кількість наукових публікацій, що присвячені порівняльній характеристиці змагальної діяльності баскетболістів окремих регіонів, й зокрема Дніпропетровщини, у складі збірних команд України на змаганнях найвищого рівня протягом 2011-2015 років, тому даний напрямок досліджень є актуальним.

Метою даного етапу дослідження було – здійснити порівняльний аналіз змагальної діяльності баскетболістів Дніпропетровщини у складі чоловічої національної збірної команди на змаганнях високого рівня протягом 2011-2015 рр.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз найяскравішого виступу збірної України на Євробаскеті-2013 (6 місце) й детальний



порівняльний аналіз показників ефективності змагальної діяльності нашої команди та країн-лідерів, а саме, Франції, Литви та Іспанії, які посіли перше, друге і третє місця відповідно, свідчить про те, що поки що українські спортсмени поступаються за показниками ефективності таких техніко-тактичних дій, як: двох-очкові та штрафні кидки, кидки з гри. У той же час за відсотком влучання з три-очкової лінії – займають другу позицію у рейтингу.

Виявлено, що однією з причин, що заважають нашій збірній боротися за медалі вищого ґатунку, є велика кількість помилок (в середньому – 12,6 за одну гру) та недостатня кількість атакуючих передач – 12,5; перехоплення та блокшоти – відповідають показникам лідерів чемпіонату. Аналіз показників підбирань, як одного з важливих елементів, що впливає на успіх команди, показав, що збірна України поступається за загальною сумою підбирань та за підбираннями на своєму щиті, однак на чужому щиті поступається лише команді Франції та займає другу позицію в рейтингу. Ігри чемпіонату Європи 2013 року показали тенденцію до поліпшення ефективності техніко-тактичних дій у порівнянні з попередніми чемпіонатами.

Наступним етапом нашого дослідження було проаналізувати внесок гравців Дніпропетровщини у загальний кількісний склад збірної команди та результат техніко-тактичних показників протягом чемпіонатів Європи 2011, 2013 та 2015 років.

Аналіз проведених нами досліджень свідчить, що у 2013 році, в період нестабільного фінансування баскетболу зусиллями багатьох організацій та тренерів Дніпропетровської області для національної збірної України 2013 було підготовлено 5 гравців, що в 2,5 разів більше, ніж на Євробаскет-2011. Це гравці з міста Дніпропетровська: Максим Корнієнко та Кирило Натяжко – віком 23 роки, Олександр Мішула – 21 рік, а також гравці з Кривого Рогу: Ігор Зайцев – 24 роки та Дмитро Глебов – 25 років. Причому, якщо на Євробаскеті-2011 – представники Дніпропетровська Кирило Фесенко та Данило Козлов були гравцями заміни та загальний їх внесок в результат команди склав всього лише 37 очок (8,9 % від загальної кількості очок команди), то в 2013 році гравці, представники області, проводили в середньому значну кількість часу на майданчику протягом гри: М.Корнієнко (21:30 хв.) й К.Натяжко (21:00 хв.) – це гравці основної п'ятірки, а О.Мішула (12:24 хв.) й І.Зайцев (15:30 хв.), – гравці активної заміни, лише Д.Глебов з'явився на майданчику тільки у трьох іграх (з середнім часом на майданчику – 7:49 хв.). Підсумковий внесок цих гравців 278 очок в результативність команди становить близько 36 % від загальної кількості закинутих очок.

Такий внесок реалізовано за рахунок правильно обраного напрямку в підготовці резерву збірних команд різних вікових категорій на Дніпропетровщини. Завданнями даного етапу розвитку баскетболу в регіоні завжди було й залишається: виховання спортсменів високої кваліфікації для виступів на міжнародних змаганнях різного рівня, починаючи з Чемпіонатів Європи кадетів з 16 років й закінчуючи виступами гравців клубів на Чемпіонаті світу; виховання висококваліфікованого тренерського складу для майбутньої



роботи у ДЮСШОР та отримання посад в якості головних тренерів й асистентів збірних команд країни різних вікових категорій; популяризація здорового образу життя серед молоді на прикладі видатних баскетболістів області.

Не дивлячись на загальну тенденцію розвитку української суперліги до залучення зарубіжних гравців, для створення конкурентоздатних команд для участі у європейських кубках, баскетбольний клуб Дніпро, є єдиною командою суперліги сезонів 2012-2015 рр., яка не запросила до свого складу ні єдиного легіонера й зробила ставку на накопичення ігрового досвіду саме українських гравців (середній вік команди досить молодий – 24 роки). При цьому виявлено, що з 12 українських спортсменів 11 (92%) є випускниками місцевої СДЮСШОР№5.

Крім того, в Дніпропетровській області було створено найбільшу кількість команд суперліги в Україні (БК Дніпро, БК Дніпро-Азот та БК Кривбас-баскет). Функціонування цих клубів, дозволило перспективним 17-річним випускникам ДЮСШ області поступово долати непростий етап в спортивній кар'єрі, а саме перехід від дитячого до дорослого баскетболу, не виїжджаючи за межі області. У той же час, створення команд-дублів допомагає баскетболістам адаптуватися до спорту вищих досягнень. практично в «домашніх умовах».

Такий підхід призвів до того, що на Чемпіонаті світу з баскетболу 2014 року, що проходив в Іспанії, у складі команди національної збірної України брало участь четверо представників Дніпропетровського регіону. Семеро гравців були з інших регіонів країни (Харківщина – 1 гравець (Олександр Липовий), 2 гравці з Одещини – В'ячеслав Кравцов та Артем Пустовий, по одному представнику з Донеччини (Дмитро Забірченко), Київщини (Максим Пустозвонов) та Миколаївщини (Сергій Гладир), а також – один натуралізований гравець зі Сполучених Штатів Америки (Юджин Джеттер).

Аналіз таких техніко-тактичних дій, як очки, підбирання, перехоплення та передачі дає чітке уявлення про рівень змагальної підготовленості тих чи інших гравців, й виявленні недоліки вказують напрями подальшої підготовки місцевих ДЮСШОР та регіональних училищ фізичної культури на різних етапах багаторічного удосконалення.

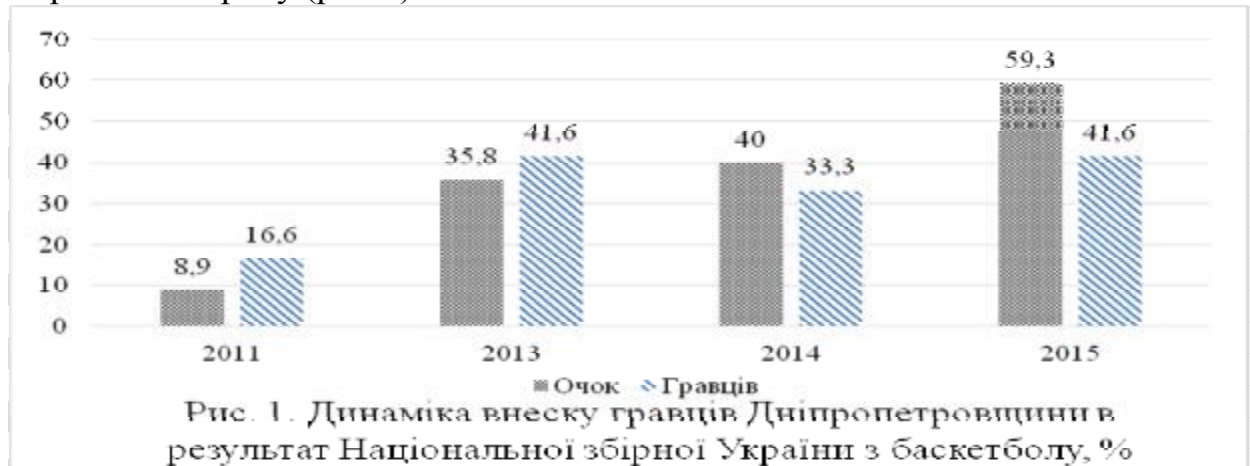
Тому нами було проаналізовано статистичні протоколи ігор збірної України на Чемпіонаті світу в 2014 році (протягом шести зіграних матчів). Результати дослідження свідчать про те, що чотири вихованця з Дніпропетровщини, що становить 33% від загальної кількості гравців, а саме: О. Мішула, І. Зайцев, К. Натяжко, М. Корнієнко, здобули в загальній кількості 137 очок (40% від усього доробку команди за час виступів на змаганнях), при тому що загальна кількість набраних очок становила 344 очка. У той же час, нами було виявлено, що гравці з інших областей здобули у загальній кількості 130 очок (38% від набраних пунктів), а кількість гравців була майже у два рази більшою, ніж гравців Дніпропетровської області. Слід зазначити, що у складі національної збірної України з баскетболу брав участь натуралізований



гравець, що змінив громадянство. Його доробок 77 очок (22%) від загального результату команди.

На Чемпіонаті Європи 2015 року було п'ять представників Дніпропетровщини: Кирило Фесенко, Олександр Мішула, Ігор Зайцев, Станіслав Тимофеєнко та Максим Корнієнко.

Окрім того, відзначається значний внесок цих гравців за кількістю набраних очок у загальний результат команди – 59,3%. Порівняльна характеристика виявила позитивну динаміку в показниках результативності гравців Дніпропетровщини від чемпіонату Європи 2011 року до чемпіонату Європи 2015 року (рис.1).



Висновки. Аналіз внеску гравців Дніпропетровщини у загальний результат національних збірних команд України з баскетболу протягом 2011-2015 рр. свідчить про тенденцію до збільшення кількості представників регіону від 2 до 5 гравців у період з 2011 до 2015 року. Крім того, відзначається покращення результативності за кількістю закинутих очок з кожними змаганнями у відсотковому співвідношенні від 8,9 до 59,3 %. Також дослідження виявили індивідуальні особливості техніко-тактичних показників гравців.

Перспективи подальших досліджень полягають в тому що, буде здійснено порівняльну характеристику техніко-тактичної діяльності гравців Дніпропетровщини та кращих гравців світу залежно від ігрового амплуа та віку баскетболістів.

Список використаної літератури:

1. Волошин А. П. Баскетбол України: монографія / А. П. Волошин, Р.О. Сушко. – К., 2014. – 362с.
2. Дорошенко Э.Ю. Показатели технико-тактических деятельности как фактор управления подготовкой баскетболистов высокой квалификации / Э.Ю.Дорошенко // Наука в олимпийском спорте – К., № 1. - 2014. – С 17-22.
3. Ляпин А. Днепровский баскетбол – любовь наша. / А.Ляпин. – Днепровськ, видавництво «ІМА-прес», 2009. – 206 с.



ИССЛЕДОВАНИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ И ОРГАНИЗАТОРСКИХ СКЛОННОСТЕЙ У ДЕТЕЙ 9-10 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТБОЛОМ

РОДИНА Ю.Д. – старший преподаватель кафедры педагогики и психологии
ФИЛИМОНОВА К. – студентка группы ФВ-14-2

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта

Аннотация. В статье представлены исследования коммуникативных и организаторских склонностей у баскетболистов 9-10 лет. Сделаны выводы о том, что на высоком уровне представлены только коммуникативные свойства, что говорит об отсутствии в данной группе спортсменов с лидерскими качествами, что может негативно сказаться на спортивной деятельности всей команды.

Ключевые слова: психологическая подготовка, юные баскетболисты, коммуникативные способности, организаторские способности.

Введение. Психологическая подготовка есть важной составляющей общей подготовки спортсмена. Для таких видов спорта, как баскетбол важны те ее составляющие, что помогают успешному взаимодействию игроков в команде [1, 3]. Важными будут следующие компоненты [2]:

- практический психологический ум – умение распределять задачи в зависимости от индивидуальных особенностей людей, регулировать психическое состояние в зависимости от условий деятельности и учета взаимоотношений между ними при постановке задач, выдвигаемых перед коллективом в его деятельности;

- коммуникативные способности – это во многом степень успешности использования вербальных и невербальных средств общения, т.к. по словесному каналу передается чистая информация, а по невербальному – отношение к партнеру по общению. Спортсмены в игровых видах спорта довольно быстро научаются приспосабливать свое вербальное поведение к изменяющимся обстоятельствам, что усиливает успешность спортивной деятельности в команде и показывает важность наличия коммуникативных способностей для таких видов спорта, как баскетбол.

Цель: Исследование коммуникативных и организаторских способностей у детей 9-10 лет, занимающихся баскетболом.

Задачами исследования стало исследование специальной литературы, психологическое тестирование детей 9-10 лет, которые занимаются баскетболом, математическая обработка результатов.

Методы и организация исследования:

1. Анализ специальной литературы.
2. Психологическое тестирование (тест на исследование коммуникативных и организаторских склонностей КОС).



4. Математическая обработка.

Исследование было проведено на базе общеобразовательной школы №66 города Днепр (дети 3 и 4 классов, занимающихся в секции баскетбола в количестве 17 чел.

Результаты исследования. В результате проведения исследования были получены данные двух типов:

1 тип представлен на рисунках 1 и 2 (характерен 25 % исследованных).



Рис. 1. Шкала коммуникативных склонностей у исследуемых 1 типа

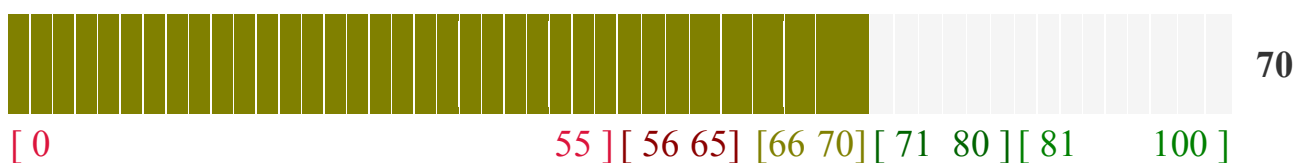


Рис. 2. Шкала организаторских склонностей у исследуемых 1 типа

Испытуемым этого типа характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они стремятся контактам с людьми, не ограничивая круг своих знакомств, отстаивают своё мнение, планируют свою работу, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью.

Рекомендация для тренера: коммуникативные и организаторские склонности необходимо развивать и совершенствовать.

2 тип представлен на рисунках 3 и 4 (характерен 25 % исследованных).



Рис. 3. Шкала коммуникативных склонностей у исследуемых 2 типа



Рис. 4. Шкала организаторских склонностей у исследуемых 2 типа

Испытуемым этого типа характерен высокий уровень проявления коммуникативных и низкий уровень организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким. Но проявление инициативы в общественной деятельности крайне снижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.



Рекомендация для тренера: использовать хорошие коммуникативные склонности не ставить этих ребят на тех позициях, где требуется лидерство.

Выводы.

1. Коммуникативные склонности у исследуемой группы представлены на высоком и среднем уровне.
2. У исследуемой группы не обнаружено высокого уровня организаторских способностей – и типу 1 и типу 2 присущ средний уровень организаторских способностях.
3. Из контингента, занимающихся в секции баскетбола 66 школы нет детей, способных быть лидерами, что может плохо сказаться на выступлениях всей команды.

Перспектива дальнейших исследований

В данной группе необходимо развивать организаторские способности из числа учащихся, которые были отнесены к типу 1, для чего разработать методику развития таких способностей и применять на занятиях, после чего провести повторное обследование.

Список использованной литературы

1. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – Спб.: Питер, 2011. – 352 с.
2. Райгородский Д. Я. Психодиагностика / Д. Я. Райгородский. – М.: Бахрах-М, 2007– 524 с.
3. Сушко Р.О. Змагальна діяльність висококваліфікованих гравців у баскетболі. Навч. Посібник/ Р.О. Сушко, О.О.Мітова, Е.Ю. Дорошенко – Дніпропетровськ: Інновація, 2014. – 162 с.



ОЦІНКА УЧАСТІ ПРОВІДНИХ БАСКЕТБОЛЬНИХ КЛУБІВ У ЄВРОКУБКОВОМУ ТУРНІРІ – ЄВРОЛІГА

СОЛОВЕЙ О.М. – к.фіз.вих., доцент, декан факультету фізичного виховання,
СОЛОВЕЙ Д.О. – к.фіз.вих., викладач кафедри спортивних ігор.

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Анотація. Стаття присвячена аналізу та оцінці виступу клубних команд з баскетболу в Євролізі. Представлені результати і рейтинг провідних команд, які свідчать про співвідношення сил різних шкіл баскетболу на Європейській арені.

Ключові слова: європейський турнір, провідні клуби, переможці та призери змагань, лідери баскетболу.

Вступ. Євроліга чоловічого баскетболу – це постійний взаємопов'язаний і взаємообумовлених процес управління і розвиток гри.

Вона є справжнім оглядом стану і розвитку цієї гри в багатьох країнах європейського континенту, про що свідчать результати змагань.

Баскетбол в Європі протягом багатьох років розвивався і розвивається досить динамічно і плідно. Про це свідчать сторінки історії і досягнення, перш за все провідних баскетбольних країн. У той час, як в деяких регіонах розвиток його в значній мірі став здавати лідируючі позиції, цьому є ряд об'єктивних і суб'єктивних соціально-економічних і інших причин.

Протягом багатьох десятиліть турнір Євроліги утримує авторитет на міжнародному рівні і в цьому висока популярність баскетболу і сильні баскетбольні традиції [5, 6, 7].

Загострення протистояння баскетбольних клубних команд на міжнародній арені вимагає від тренерів обліку всіх аспектів підготовки та участі команди в змаганнях.

Змагання є системоутворюючою ланкою, яка визначає цілісну систему організації та методів підготовки для досягнення спортивних результатів.

Вивчення змагальної діяльності клубів і гравців в сучасному баскетболі дозволяє акцентувати увагу на її провідні характеристики – індивідуальної та командної ефективності техніко-тактичних дій в процесі гри і всього турніру, рейтингової оцінки гравців і команди в цілому. Комплекс цих показників значною мірою зумовлює результативність команди і рівень спортивної майстерності гравців.

Прогнозування майбутнього баскетболу грає важливу роль в обґрунтуванні шляхів його розвитку.

Загальні теоретичні підходи до проблем оптимальної оцінки підготовки команд до Європейських турнірів широко відомі в роботах Е.Ю. Дорошенко (2006, 2013), А. Базілевського, І. Глазіріна (2010), Н. Безмилова, О. Шинкарук (2011).



У літературних виданнях висвітлені історичні події баскетболу в Єврокубкових турнірах, дано аналіз змагальної діяльності, результати окремих фінальних матчів[5, 6, 7].

Характеризуючи діяльність професійних баскетбольних клубів Європи, слід відзначити їх важливу соціальну роль у розвитку і популяризації баскетболу в країнах Європейського континенту. Разом з тим, доводиться констатувати, що команди, які виступають в провідних чемпіонатах і єврокубкових турнірах, укомплектовані як вихованцями своїх клубів так і легіонерами. Для вирішення проблеми розвитку баскетболу необхідні залучення додаткових спонсорських коштів, приватного капіталу.

Аналіз і обґрунтування результатів виступів провідних чоловічих баскетбольних клубів у турнірі Євrolіги є основою нашої роботи.

Мета дослідження – визначити і проаналізувати участь провідних чоловічих баскетбольних клубів у Євrolізі з баскетболу та прогнозувати тенденції його розвитку.

Методи та організація дослідження – аналіз науково-методичної літератури та технічних протоколів в мережі Інтернет; метод системного аналізу; хронологічний метод.

Педагогічний аналіз участі чоловічих баскетбольних клубів був проведений на підставі офіційних даних фінальних турнірів Кубку європейських чемпіонів (1958-2000 років) та Євrolіги (2001-2016 років).

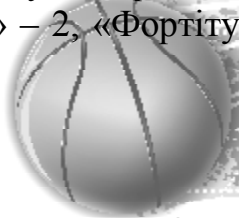
Результати дослідження та їх обговорення. Євrolіга (ліга чемпіонів) – найбільше змагання серед професійних чоловічих баскетбольних клубів в країнах Європи. Вони проводяться під егідою Європейської федерації баскетболу (ФІБА).

Турнір до 2000 року називався Кубком європейських чемпіонів, проводиться щорічно з 1958 року для чоловічих команд. На теперішній час, з 1958 року по 2016 рік проведено розіграш 60 Кубків європейських чемпіонів і Кубків Євrolіги, в яких на різних стадіях розіграшу приймали участь клуби 48 національних федерацій.

У фіналах Кубку чемпіонів і Євrolіги у різні роки приймали участь 29 клубів 14 національних федерацій і тільки 21 клуб 11 країн святкували перемоги, а 23 клуби 10 європейських країн були переможені у фіналах. Слід відмітити, що 14 клубів із 7 країн Європи у різні роки були володарями престижного турніру, а також його фіналістами.

У першому розіграші Кубку чемпіонів на різних стадіях розіграшу приймали участь 23 команд, що представляли великі міста Європи. Фінал за участю баскетболістів СКА (Рига, СРСР) і чемпіоном Болгарії «Академік» (Софія) приніс перемогу команді Радянського Союзу за підсумками двох матчів – 86:81 та 84:71, які стали першими переможцями турніру.

У чоловічих турнірах історично домінують італійські клуби (13 перемог: «Варезе» – 5 перемог, «Мілан» – 3, «Віртус» – 3, «Канту» – 2 перемоги та у 13 фіналах були переможені: «Варезе» – у 5 фіналах, «Віртус» – 3, «Бенеттон» та «Мілан» – 2, «Фортітудо» – в 1 фіналі), а також іспанські клуби (12 перемог:



«Реал» – 9 перемог, «Барселона» – 2, «Ховентут» – 1 перемога і 16 фіналів були програні: «Реал» – 8 фіналів, «Барселона» – 5, «Таугрес» – 2, «Ховентут» – 1 фінал).

Конкуренцію італійським та іспанським клубам складали і складають клуби Греції (9 перемог у 15 фіналах), СРСР (8 перемог у 14 фіналах), Ізраїлю («Маккабі» – 6 перемог у 15 фіналах), Югославії (5 перемог у 6 фіналах), Росії (3 перемоги у 6 фіналах). По одному Кубку здобули клуби Литви, Франції, Сербії та Хорватії, які виходили до фіналу і мали 100 % результат. Ще клуби 3 європейських країн були фіналістами Кубку чемпіонів, це клуби Чехословаччини (3 фінали), Болгарії (2) та Туреччини (1 фінал).

Цікаво зауважити, що більшість фіналів престижного турніру вони розігрували між клубами цих країн. Так, іспанські клуби поділили порівну перемоги із клубами Італії та Греції – по чотири, по одній перемозі мають із «Маккабі» (Ізраїль), мають перевагу над клубами Чехословаччини – дві перемоги у двох фіналах, поступилися клубам Югославії (у 4 фіналах) та СРСР (1 перемога у 4 фіналах). Італійські клуби мають перевагу над клубами Чехословаччини (1 перемога) та СРСР (2 перемоги та 1 поразка), поступилися клубам Франції та Литви (0-1) і розділили перемоги із клубами Іспанії (4-4), Ізраїлю (3-3) та по одній перемозі мають із клубами Югославії та Греції. Клуби Ізраїлю зустрічалися із клубами 5 країн Європи, а саме Італії (3-3), Іспанії (1-1), Югославії (1-0), Греції (1-2) та Росії (0-2). Клуби Греції мають перевагу над клубами Ізраїлю (2-1) та Росії (3-0) і мають порівно перемог із клубами Іспанії (4-4) та Італії (1-1).

Слід відмітити, що у трьох фіналах зустрічалися клуби однієї країни: СКА (Рига, СРСР) та «Динамо» (Тбілісі, СРСР) – 1960 р.; ЦСКА (Москва, СРСР) та СКА (Рига, СРСР) – 1961 р.; «Канту» (Канту, Італія) та «Мілан» (Мілан, Італія) – 1983 рік.

Іспанський клуб «Реал» є беззаперечним лідером в європейському баскетболі по здобуттю Кубків чемпіонів і перемог у Євролізі. Розпочинаючи з 1964 року баскетболісти «Реалу» завоювали 9 Кубків чемпіонів (в тому числі, були переможцями Євроліги у 2015 році), причому в 1964 та 1965 роках і 1967 та 1968 роках по два сезони поспіль Кубок залишався у іспанських спортсменів. Ще в 8 фіналах баскетболісти «Реалу» зазнавали поразки від своїх опонентів. Чотири рази «Реал» у фіналі зустрічався з італійським клубом «Варезе» і здобув дві перемоги, двічі сильнішим був за «Олімпіакос» (Греція) і один раз за ЦСКА (СРСР) у трьох фіналах. В інших фіналах «Реал» здобув 4 перемоги і тричі поступався.

Ізраїльський клуб «Маккабі» приймав участь в 15 фіналах і виборов 2 Кубки чемпіонів і 4 турніри Євроліги, 4 Кубки чемпіонів у 7 фіналів здобули баскетболісти клубу ЦСКА під стягом СРСР та 3 турніри Євроліги у 6 фіналах, під стягом Росії, 6 із 7 – грецький «Панатінаїкос», 5 із 10 – італійський «Варезе». Баскетболісти «Олімпіакосу», «Мілану» та СКА (Рига, СРСР) вибороли по три Кубки чемпіонів, відповідно, у 7, 5 та 4 фіналах.



Українські баскетболісти клубів «Будівельник», «Азовмаш» та «Донецьк» за час незалежності різні роки виступали на європейській арені розіграшу Кубка чемпіонів та турніру Євроліги, але вибували із розіграшу на етапі кваліфікації та на стадіях 1/16 фіналу.

Висновки та перспективи подальших досліджень Сучасний баскетбол розвивається шляхом поглибленої спеціалізації. Все це повинно базуватися на науковій основі з урахуванням антропометричних, функціональних, психофізіологічних та психічних особливостей баскетболістів. У перспективі подальших досліджень є розвиток баскетболу у контексті аналізу виступів національних збірних команд у чемпіонатах Європи.

Список використаної літератури:

1. Базілевський А. Методика контролю тактичного мислення баскетболістів / А. Базілевський, І. Глазирін // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2010. – № 2. – С. 214-216.
2. Бальсевич В.К. Развитие спортивной науки: проблемы и пути решения / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 6. – С. 9-12.
3. Безмылов Н. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации в игровом сезоне / Н. Безмылов, О. Шинкарук // Наука в олимпийском спорте. – 2011. – № 1-2. – С. 45-52.
4. Дорошенко Э.Ю. Управление технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх: [монография] / Э.Ю. Дорошенко. – Запорожье: ООО «ЛИПС» ЛТД, 2013. – 436 с.
5. Євроліга_(баскетбол): офіційний сайт [електронний ресурс]. – режим доступу: <https://ru.wikipedia.org/wiki/>
6. Федерація_баскетболу_України: офіційний сайт [електронний ресурс]. – режим доступу: <https://vk.com/ukrbasket>
7. FIBA EUROPE CUP: офіційний сайт [електронний ресурс]. – режим доступу: <http://www.fibaeurope.com/>



ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ МІГРАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ (НА ПРИКЛАДІ ОЛІМПІЙСЬКИХ БАСКЕТБОЛЬНИХ ТУРНІРІВ 1988-2016 рр.)

СУШКО Р.О. – к.фіз.вих., докторант другого року навчання

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Анотація. В роботі проаналізовано показники спортивної міграції баскетболістів, як основного чинника глобалізації спорту вищих досягнень.

Ключові слова: баскетболісти, спортивна міграція, глобалізація.

Вступ. За узагальненими поглядами науковців [1, 4, 5] сучасний стан розвитку спорту є яскравим прикладом впливу чинників глобалізації на спорт вищих досягнень. У результаті міграції висококваліфікованих спортсменів та їх концентрації в найсильніших світових або регіональних лігах система підготовки і змагальної діяльності в баскетболі набула сталого розвитку [1,2]. В свою чергу, міграція та концентрація висококваліфікованих спортсменів призвела до необхідності стандартизації та уніфікації правил змагань, розробки регламентів зі статусу і трансферу гравців, побудови національних, регіональних і міжнародних систем із розвитку баскетболу [2, 5].

Мета та завдання дослідження – проаналізувати міграцію кращих баскетболістів світу та виявити тенденції її розвитку як чинника глобалізації спорту вищих досягнень.

Методи та організація дослідження: ретроспективний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури і даних мережі «Internet». За офіційними ростерами чоловічих олімпійських збірних команд з баскетболу 1988-2016 років проведено дослідження щодо кількості спортсменів, які на час проведення Олімпійських ігор мали контракти з клубними командами іноземних країн.

Результати дослідження та їх обговорення. Одним із основних чинників глобалізації, що суттєво впливає на спорт вищих досягнень є міграція баскетболістів [3, 5]. Це відбувається тому, що міграція спортсменів набула неконтрольованих форм, важко виявити передумови, які впливають на процес міграції баскетболістів (одні залишають економічно-стабільні країни у пошуках фінансово більш вигідних контрактів навіть в країнах «третього світу», інші погоджуються на досить низький гонорар через пропозиції щодо зміни громадянства і можливості виступу на Олімпійських іграх під прапором іншої держави). Якщо раніше кращі клуби заключали контракти з кращими гравцями, то тепер мігрувати країнами світу баскетболісти починають в достатньо ранньому віці, з різним рівнем кваліфікації та з багатьох причин. Перспективні спортсмени в ранньому віці намагаються разом з отриманням ігрового досвіду отримати можливість навчання в закордонному коледжі; висококваліфіковані гравці змінюють клуби задля більш вигідних умов контракту; кваліфіковані



спортсмени – з метою покращення фінансового становища та перспектив надбання змагальної практики в більш престижних лігах або клубах. Суттєва кількість баскетболістів намагається завдяки переходам обрати країну з метою зміни громадянства; переважна більшість гравців змінює клуби через незадоволення щодо часу, відведеного їм у грі, довіри тренера, неузгодженості дій з партнерами, що заважає продемонструвати високий рівень гри та ін.

В олімпійських турнірах з баскетболу приймають участь команди всіх континентів, їх кількісне представництво залежить від результатів виступу в попередніх олімпійських турнірах. На проаналізованих змаганнях Олімпійських ігор у баскетбольних турнірах взяли участь по 12 команд, у офіційних ростерах яких міститься інформація про 12 баскетболістів (загалом 144). Серед цих спортсменів визначено кількість гравців, що не брали в останньому сезоні участь у національному чемпіонаті країни, а приїхали виступити за збірну команду, як представники клубів НБА (найсильнішої баскетбольної ліги світу) або клубів інших ліг, частіше європейських. Виявлено, що відсоток спортивних мігрантів набув вагомих кількісних характеристик у 1988 році і на кожних наступних Олімпійських іграх прогресував практично до 2016 року. Нижче представлено тенденції стабільного зростання відсотку мігрантів у олімпійських чоловічих баскетбольних турнірах [6]:

- Олімпійські ігри 1988 року (Сеул, Корея) – 11 мігрантів (8 % від загальної кількості заявлених спортсменів);
- Олімпійські ігри 1992 року (Барселона, Іспанія) – 31 мігрант (22 % від загальної кількості заявлених спортсменів);
- Олімпійські ігри 1996 року (Атланта, США) – 42 мігранти (29 % від загальної кількості заявлених спортсменів);
- Олімпійські ігри 2000 року (Сідней, Австралія) – 46 мігрантів (32 % від загальної кількості заявлених спортсменів);
- Олімпійські ігри 2004 року (Афіни, Греція) – 50 мігрантів (34 % від загальної кількості заявлених спортсменів);
- Олімпійські ігри 2008 року (Пекін, Китай) – 51 мігрант (35 % від загальної кількості заявлених спортсменів);
- Олімпійські ігри 2012 року (Лондон, Великобританія) – 75 мігрантів (52 % від загальної кількості заявлених спортсменів);
- Олімпійські ігри 2016 року (Ріо-де-Жанейро, Бразилія) – 72 мігранти (50 % від загальної кількості заявлених спортсменів).

В дослідженні з'ясовано, що лише збірна США формувалась виключно гравцями, що приймають участь у національному чемпіонаті. Якщо на Олімпійських іграх у Сеулі кількість спортивних мігрантів виглядала винятком, то на Олімпійських іграх 2012 року збірна Франції продемонструвала абсолютне представництво – 12 баскетболістів, 10 – у збірній Великобританії, по 9 – у збірній Австралії, Литви, Нігерії. Також за Францією першість по кількості легіонерів, які грають у НБА – 6 гравців, 5 – у збірній Іспанії, по 4 – у збірних Росії, Аргентини і Бразилії. В результаті аналізу результатів змагальної



діяльності можна виявити залежність кількості гравців в НБА до кількості мігрантів у команді, які грають в Національній баскетбольній асоціації. Процеси міграції, які є невід'ємною і подекуди вимушеною частиною кар'єри гравців високого рівня підготовленості. Вивчення спортивної біографії 144 баскетболістів, які представляли на Олімпійських іграх 2012 року свої країни, показало, що переважна більшість спортсменів (близько 80 %) мала досвід виступу в НБА і змінила значну кількість європейських клубів, близько 50 % отримали освіту в американських коледжах, набуваючи там практичний спортивний досвід.

Олімпійський турнір у Ріо-де-Жанейро 2016 року довів стабільність тенденцій міграційного процесу. Окрім збірної Китаю, всі збірні команди олімпійського баскетбольного турніру 2016 року були представлені гравцями з НБА. Винятковий і абсолютний рекорд мігрантів представила збірна команда Нігерії – 12, одинадцять з яких окрім спортивної міграції мають і соціальну (народились або виросли в Сполучених Штатах Америки).

Дослідження громадянства головних тренерів команд вражає демократичністю в цьому питанні, адже з 12 команд-учасниць Олімпіади 2012 року, сім обрали керманичами тренерів з громадянством США, Італії, Аргентини, Ізраїлю та Польщі. Команди, які вибороли медалі найпочеснішого турніру очолювали легіонери: збірну команду США – тренер з подвійним громадянством США і Польщі, збірну Іспанії – італійський фахівець, а збірну Росії – тренер з подвійним громадянством США та Ізраїлю, бразильці обрали аргентинського спеціаліста, а збірні Австралії, Великобританії і Китаю потребували допомоги американських фахівців. На Олімпійському баскетбольному турнірі 2016 року п'ять тренерів мали іноземне або подвійне громадянство (США, Італії, Аргентини, Польщі), окрім того в збірних США, Бразилії, Іспанії та Нігерії тренери залишились очолювати команди ті самі, що і чотири роки тому на Олімпійських іграх в Лондоні, а збірна Венесуели боролась за краще місце в фінальній турнірній таблиці під керівництвом фахівця з Аргентини.

Висновок. З'ясовано, що кількісні показники міграції баскетболістів на матеріалі восьми олімпійських баскетбольних турнірів набули стабільного зростання, що підкреслює збільшення впливу глобалізації на розвиток спорту вищих досягнень. Важливо зрозуміти, що ігнорування важливості процесів планетарного масштабу, що відбуваються, негативно відобразиться на розвитку баскетболу в нашій країні.

Перспективи подальших досліджень ґрунтуються на необхідності поглибленого вивчення впливу чинників глобалізації, до яких належать міграція, професіоналізація, політизація, соціалізація, комерціалізація спорту і концентрація спортсменів у найсильніших лігах світу.

Список використаної літератури

1. Дорошенко Э.Ю. Управление технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх: [монография] / Э.Ю. Дорошенко. – Запорожье,



ООО ЛИПС, 2013. – 436 с.

2. Мітова О.О. Проблеми контролю в сучасних командних спортивних іграх / О.О.Мітова // Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, – №3. – 2015. – С. 89-96.

3. Сушко Р. Глобалізація в сучасному світі та її вплив на спорт вищих досягнень / Р. Сушко, Е. Дорошенко // Спортивний вісник Придніпров'я . – Дніпро: ДДІФКіС, – №2. – 2016. – С. 140-146.

4. Платонов В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к олимпийским играм. Отечественный и зарубежный опыт: история и современность. – Москва: Советский спорт, 2010. – 312 с.

5. Huang F. Globalization and the governance of Chinese sports: the case of professional basketball / Fuhua Huang, Fan Hong // International journal of the history of sport. – 2015. – Volume 32, Issue 8. – P. 1030-1043. doi:10.1080/09523367.2015.1035261

6. Всесвітня федерація баскетболу. Офіційний сайт. Код доступу: <http://www.fiba.com/>



ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ-БАСКЕТБОЛИСТОВ НА ОПЫТЕ РАБОТЫ С БАСКЕТБОЛЬНОЙ КОМАНДОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ МЕТАЛЛУРГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ УКРАИНЫ (НМетАУ)

ЧЕКМАРЕВА Н. Г. – доцент, к.физ.восп.
БЕЗДЕНЕЖНЫХ С.В. – старший преподаватель

Национальная металлургическая академия Украины, г. Днепр

Аннотация. В статье показаны основные психологические особенности подготовки команды студентов-баскетболистов Национальной металлургической академии Украины.

Ключевые слова: баскетбол, психологическая подготовка, студенты, соревнования.

Введение. Баскетбол – одна из самых популярных игр в мире, самый массовый, представительный и зрелищный вид спорта. Он является увлекательной атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания студентов. Это увлекательная игра, способствующая развитию и совершенствованию физических, психических и интеллектуальных качеств человека; овладению игроками профессиональными двигательными умениями и навыками. В настоящее время спорт, в том числе и баскетбол, достиг такой высокой степени развития, что физическая, техническая и тактическая подготовленность сильнейших спортсменов находится примерно на одном уровне, поэтому исход спортивных соревнований определяется в значительной степени психологическими факторами. Игровая деятельность баскетболиста связана со своевременным выбором и реализацией технико-тактических приемов, целесообразных в определенных игровых ситуациях. Специфические особенности техники баскетболистов являются неотъемлемой частью психологической структуры их деятельности. Каждому игровому амплуа, с учетом специфики деятельности баскетболиста, должен соответствовать комплекс высокоразвитых психических функций (моторной, сенсорной, интеллектуальной сферы и др.) [4]. Следовательно, для того, чтобы определить и уточнить круг задач и их содержание в психологической подготовке баскетболистов, необходимо изучить подходы к изучению психологических особенностей деятельности спортсмена в спортивной группе или команде, механизмы взаимовлияния спортсменов в процессе совместной деятельности, проблемы конфликтности, лидерства и руководства занимающихся (Ю. Л. Ханин, Ю. А. Коломейцев, Т. Т. Джамгаров, В. И. Румянцева, О. В. Мальчиков и др.). Знание этих особенностей поможет целенаправленно и планомерно воспитывать те психологические качества баскетболистов, которые важны для успешного выступления в соревнованиях [2, 3].



Цель и задачи исследования. Изучить психологические особенности подготовки студентов-баскетболистов НМетАУ с целью совершенствования спортивного мастерства и повышения результатов соревновательной деятельности.

Результаты исследования и их обсуждение. Психологическая подготовка – это педагогический процесс, успешность которого зависит от выполнения ряда общепедагогических принципов, среди которых следует выделить принципы воспитывающего обучения, сознательности и активности, систематичности и последовательности, всесторонности и прочности [5].

В современной психологии спорта психологическая подготовка спортсменов – это долгий и сложный процесс, включающий общую и специальную психологическую подготовку. Каждый из этих видов направлен на подготовку определенного вида деятельности в спорте, что обуславливает их конкретную цель, содержание и специфику организации [1].

На регулярно проводимых тренером-преподавателем учебно-тренировочных занятиях в Национальной металлургической академии Украины, в процессе спортивной подготовки развиваются и совершенствуются физические, психофизические и нравственные качества личности, способствующие формированию психической устойчивости игроков. Использование во время спортивной подготовки современной методики тренировки, эффективных педагогических и психологических средств восстановления позволяет определить профессиональный уровень психолого-педагогического мастерства тренера-преподавателя, наличие у него системы знаний и навыков, позволяющих успешно организовать учебно-тренировочный процесс.

Эффективность деятельности тренера-преподавателя, его профессионализм, заключается в правильной организации учебно-тренировочного процесса, включающего все стороны спортивной подготовки команды, в том числе, воспитательную и культурно-массовую работу. В его обязанности входит:

- совместное, с администрацией вуза и председателем спортивного клуба НМетАУ создание условий для проведения круглогодичных тренировочных занятий, привитие занимающимся любви, интереса к регулярным занятиям избранным видом спорта и стремления к росту спортивного мастерства;
- обеспечение общей физической подготовки (ОФП) и специальной физической подготовки (СФП) занимающихся в группе спортивного совершенствования, сдачи ими контрольных нормативов и тестов по ОФП и СФП;
- организация в тренировочном процессе систематической воспитательной работы для формирования таких важных качеств, как трудолюбие и дисциплинированность, честность и порядочность, доброжелательность и принципиальность, товарищество и взаимовыручка, способность рационально организовать свой труд и вносить в него элементы

творчества, чувство ответственности за результаты своего труда и коллективизм;

- привитие игрокам навыков соблюдения спортивной этики, принципов морали, любви и преданности своей команде;
- укрепление здоровья занимающихся, соблюдение ими правил личной гигиены, включающей в себя рациональный устойчивый режим спортсмена, уход за телом, гигиену одежды и обуви, а также организацию врачебного контроля;
- систематическое участие и проведение контрольных и товарищеских игр, а также участие в календарных соревнованиях;
- пропаганда и популяризация баскетбола среди студентов.

Опыт работы со студенческой баскетбольной командой НметАУ показывает эффективность таких приемов работы, как показ специально снятого фильма о баскетбольной команде академии в системе телевидения вуза, показ специальных роликов о лучших моментах игр Финальной стадии Студенческой баскетбольной лиги Украины 2016 г. в г.Киеве с участием игроков нашей команды, регулярная публикация материалов в вузовской газете "Кадры металлургии" о подготовке и выступлениях баскетбольной команды в различных соревнованиях, организация с молодежным комитетом академии фотостендов и т.д. Эти проводимые мероприятия значительно повышают, прежде всего, мотивацию к улучшению спортивного мастерства, собственную самооценку, что немаловажно при формировании спортсмена.

Учебно-тренировочные занятия по баскетболу в вузе проводятся, согласно утвержденного председателем спортивного клуба НМетАУ плана спортивной работы на учебный год. Программа годичного тренировочного цикла содержит учебный материал, на основе которого строится планирование учебно-тренировочных занятий, предусматривающее проведение теоретической и практической подготовки игроков.

Необходимая в годичном цикле периодизация учебно-тренировочного процесса проводится с учетом календарного плана соревнований, что позволяет фундаментально подготовиться к играм и наиболее полноценно решать задачи каждого периода подготовки баскетболистов.

В работе с баскетбольной командой академии мы продолжаем использовать такие способы организации годичной подготовки, как проведение коротких 3-4-х дневных сборов в течении периода учебного процесса и летних тренировочных сборов (до 14-ти дней) в спортивно-оздоровительном лагере "Дружба" НМетАУ.

Главная задача тренера-преподавателя в периоде годичного цикла заключается в подготовке баскетбольной команды к успешному выступлению в предстоящих соревнованиях. Основой для развития и совершенствования физических и психофизических качеств занимающихся является оптимальная физическая подготовка игроков, подразделяющаяся на общую подготовку (ОФП) и специальную подготовку (СФП). Специальная физическая подготовка игроков в баскетболе обеспечивается только на базе общей физической



подготовки. Ее задача состоит в совершенствовании специальных качеств игроков, направленных на формирование умений и закрепление навыков игры в баскетбол.

При оптимизации спортивной тренировки, состоящей в постепенном увеличении физической и психофизической нагрузки, возрастает роль тренера в психологической подготовке игроков. Во время проведения тренировочных занятий происходит комплектование состава команды, воспитание волевых качеств игроков, обеспечивающих преодоление трудностей в борьбе с утомлением в соответствии с возрастающими физическими и психоэмоциональными нагрузками. С этой целью для повышения качества психологической подготовки игроков тренер-преподаватель во время тренировки применяет индивидуальные средства подготовки, направленные на развитие смелости и решительности в единоборстве с соперником. Хорошим подспорьем для решения задач, направленных на воспитание волевых качеств является проведение товарищеских игр с командами равными или превосходящими по классу. При проведении турниров и спаррингов с другими командами, мы разделяли сборную академии на две равные команды, что позволяло увеличить общее игровое время каждого спортсмена и способствовало быстрому росту индивидуального мастерства и приобретению игрового опыта.

Соревновательный период состоит из нескольких циклов, начиная с участия команды в соревнованиях на первенство города, проводимых различных турнирах, в соревнованиях на первенство вузов, проводимых в зачет областной универсиады и, как завершение сезона, участие в Зональных и Финальных играх Студенческой баскетбольной лиги Украины (СБЛУ). В этом периоде особое внимание нужно уделять созданию сплоченного и сыгранного коллектива, совершенствованию технического и тактического мастерства игроков, сохранению и улучшению спортивной формы и устранению имеющихся недостатков в игре команды, а также дальнейшему совершенствованию волевой и психологической подготовки команды.

Выводы. Знание психологических особенностей поможет целенаправленно и планомерно воспитывать те психологические качества баскетболиста, которые необходимы для совершенствования спортивного мастерства и успешного выступления в соревнованиях.

Перспективы дальнейших исследований. Определить личностные качества тренера, которые способствуют его успешной деятельности.

Список использованной литературы

1. Воронова В. І. Психологія спорту. Навчальний посібник. – К. : Олімпійська література, 2007. – 298 с.
2. Гомельский А. Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А. Я. Гомельский. – М.: Гранд – Фаир, 2003, – 352 с.
3. Гомельский В. А. НБА / В. А. Гомельский. – М.: Городец, 2007. – 224 с.



4. Губа В. П. Особенности отбора в баскетболе / В. П. Губа, С. Г. Фомин, С. В. Чернов. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 144 с.
5. Кузенков О. Особенности психологической подготовки студентов-баскетболистов перед соревнованиями / О. Кузенков // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. – Вінниця: ВДПУ ім. М. Коцюбинського, 2014. – Вип. 17. – С. 754-759.



РОЗДУМИ ПРО СУЧАСНІСТЬ УКРАЇНСЬКОГО БАСКЕТБОЛУ

ХИЖНЯК ГРИГОРІЙ – директор по зв'язкам із спільнотою

Баскетбольний клуб «Будівельник»

Актуальність. Хотілося б поговорити про баскетбол: трохи про наш, трохи про зарубіжний... Все те, що я напишу нижче, є суб'єктивні думки, які спираються на досвід перебування в баскетбольній «кухні», як вітчизняній, так і зарубіжній... В нашому житті все взаємопов'язано. Взаємопов'язано все і в спорті, зокрема, в баскетболі.

З дитинства, перед батьками, і перед дітьми, стоїть вибір - в яку секцію піти, чим би зайняти дитину? І ось малеча обирає для себе баскетбол – динамічну, цікаву, захоплюючу гру. За часів Радянського Союзу (я ще застав цей час), в нас був міні баскетбол: кошики були нижче за стандартні, м'ячі менше оригінальних (зараз, наче, тільки м'ячі є для дівчат, і для малюків, за розмірами – можу помилятись). Чим краще, наполегливіше дитина тренувалась, тим більше в неї шансів було потрапити, спочатку, до збірної міста, де вона мешкала; потім республіки, ну і верхівка успіху - збірна СРСР...

Наша Рідна Ненька Україна була Багата на таланти. Дуже сильні школи були в Дніпропетровську, Харкові, в Києві, які видали «на гора» як цілі команди, так і поодинокі зірки того часу в юнацькому, так і в дорослому баскетболі. Та і з інших міст нашої країни були відомі майстри помаранчевої кулі. Працювала система ДЮСШ, інтернати. Хлопці і дівчата мали постійну тренувальну та ігрову практику... Але була і невеличка проблема... Коли дитина закінчувала школу, ставало питання подальшої кар'єри: або йдеш в інститут, і баскетбол, майже, закінчується (хіба що в вишах, де були баскетбольні команди, був варіант пограти на нормальному рівні). Або, якщо потрапляв до Збройних Сил, але непогано грав, – могли забрати до лав Спортивного Клубу Армії (СКА). Плюс, якщо ти непогано граєш, то у інституті трохи допомагали з навчанням. За часів Союзу у молоді не було усього того, чим багатий теперішній світ: Інтернет, гаджети, різновиди спортивного взуття і можливість його придбання. Тоді хлопці та дівчата були сконцентровані на тренуваннях та іграх. Так, була, так звана, радянська система – система «на виживання», але, як відомо, у кожної медалі є два боки. Ось ми і мали, з одного боку: дуже сильних гравців, ментально, психологічно та фізично.. А з іншого боку – багато хлопців та дівчат, які не змогли впоратись з навантаженням, ані фізичним, ані психологічним... Тоді в нас були якісь цінності, незважаючи на конкуренцію... В підсумку-баскетбол того часу дав нам багато імен, які й досі на слуху.

Після розвалу СРСР ми отримали самостійність і в баскетболі – в нас з'явилася своя Федерація Баскетболу, ми стали повноправними членами ФІБА (Міжнародної Федерації Баскетболу). Тепер ми могли і можемо відправляти свої команди баскетбольні на різні міжнародні баскетбольні форуми.. Але для



цих форумів треба бути готовими. Взяти, наприклад, команди з колишньої Югославії (яка так само, як і СРСР, розділилась на кілька республік). Вони, як і за часів соціалізму-комунізму, так і зараз, тримають свою «марку». Якщо ми подивимось на провідні європейські клуби, основні гравці в багатьох з них – балканці (з колишньої Югославії), тренерські штаби – так само... Чому? Бо в них залишилась система підготовки, за якою гравець чітко розуміє і виконує все те, що йому каже тренер... Плюс гравці і тренери усвідомлюють, що чим краще і якісніше буде результат їхньої співпраці, тим більше шансів в них попрацювати і пограти в кращих клубах Європи та НБА. Навіть литовці, які були разом з нами у Союзі, зараз на провідних баскетбольних ролях у Європі. І це не тільки тому, що баскетбол для них-спорт №1. В нас теж футбол-спорт №1, але, я думаю, багато хто з футбольних вболівальників хотів би, щоб в нашій країні футбол був би на такому рівні, як баскетбол в Литві... В Сербії, в Іспанії, в Литві молоді гравці бачать перед собою Приклади: Богдан Богдановіч, Мілош Теодосіч, Пау Газоль, Рікі Рубіо, Йонас Мачуліс, Йонас Валанчунас, і мріють стати схожими на них. Вони, в свою чергу, мріяли стати Сабонісами, Хомічусами, Дівацами і т.д. В нас, нажаль, такого немає... Тут теж цілий комплекс - починаючи від патріотизму і закінчуючи самим баскетболом з його нюансами... тому, ми зараз маємо таку картину: у більшості своєї, наші гравці не віддаються повністю на тренуваннях, відповідно – такий результат і на іграх. Тренери, в свою чергу, в більшості своїй, мало приділяють уваги розвитку гравців і самих себе. Як результат – для країни з населенням, майже, у 42млн людей, успіхом є, коли молодіжні та юнацькі збірні виходять з дивізіону «Б» до дивізіону «А» континентальної першості. А національна збірна за 25 років Незалежності спромоглася лише 1 раз потрапити на Чемпіонат Світу.

Тому, в провідних європейських країнах клубні команди грають у майже заповнених залах. Причому в залах на 10-15 тис. глядачів. У нас, по-перше, таких залів немає, по друге, навіть, якщо і були б, - люди ходять на гру і хочуть бачити гру, а не тяжку працю... Гравці з тренерами мають розуміти, що вони грають не для себе, а для глядачів... Але таке враження, що команди, виходячи на гру, інколи забувають, що вони баскетболісти (регбісти, легкоатлети-хто завгодно...), і що глядачі витратили час та гроші для того, щоб подивитись на гру, а не на тяжку працю... При всьому тому, що європейський баскетбол зараз у перебудові, рівень трохи впав, але ментально і психологічно він відрізняється від нашого (про НБА ми і не згадуємо). Наші гравці мають усвідомити одне правило, яке підкріплено прикладами: «Напад виграє ігри, захист виграє титули». Нажаль, в багатьох гравців не така сильна індивідуальна підготовленість, щоб вони могли вирішувати «питання» на майданчику нападом. Напад – це мікс таланта й майстерності... Захист – це перш за все, бажання гравця, потім все інше. Розберемо такий приклад (з ним зустрічається багато гравців, особливо молодих). Виходить гравець на заміну, запрограмувавши собі, що він зараз наб'є своєму опоненту «повний кошик». Поки він з такими думками бігає у нападі, отримуючи м'яча і не влучаючи, його опонент робить все навпаки – нормально захищається, і, відповідно,



забиває, оскільки у нашого «героя» думки в захисті про напад: «Зараз точно закину». Дві-три таких атаки, і він знов сідає на лаву запасних... Або він не зрозумів, що гра починається з захисту, або тренер не довів цього до тієї міри, щоб це було аксіомою... Тому, наших гравців майже немає в провідних європейських чемпіонатах. А якщо і є, то не в топових командах, не в топових дивізіонах, і не на головних ролях...

Нажаль, майже така сама ситуація і з баскетболом для людей з обмеженими можливостями. Немає спеціальних умов (засобів, пристроїв, інвентарю), щоб ці люди могли так само грати у свою улюблену гру і відчувати, і отримувати ті емоції, які надає ця чудова гра.. Можна було б проводити спільні зустрічі гравців провідних команд з гравцями, обмеженими у своїх фізичних можливостях. Моя думка – вони б пішли на користь. Люди, що за збігом обставин, не можуть повноцінно грати у баскетбол, отримували б теоретичну, і, десь, практичну підготовку, а провідні гравці побачили Бажання, Спрагу до гри, до емоцій... Також треба проводити семінари або щось таке подібне, щоб люди відчували увагу, повагу до себе...

А в принципі, баскетбол - настільки цікава і динамічна гра, що її можна вводити з дитячого віку (у дитсадках). І тоді ми матимемо: 1) Здорову Націю; 2) розвинутих дітей; 3) підготовлене покоління гравців... І тоді, ми можемо сподіватись на те, що нашу країну у Європі представлятимуть не одиниці, а десятки висококласних гравців у провідних лігах світу.

Висновок. У баскетболі, як і у житті, все індивідуально та взаємопов'язано. І, якщо не створювати «новий велосипед» у вихованні і підготовці гравців, а брати досвід провідних країн світу, то наша країна, баскетболом, отримає більші дивіденди, ніж досяг наш футбол. Так, у футболі більше грошей. Так, зараз непроста ситуація в країні, але, на початку 90-х, в колишній Югославії теж була така ж ситуація (якщо не гірше). І нічого, люди тренували, тренувалися, грали... Тому все залежить тільки від нас. Було б Бажання... Бережіть себе і любіть спорт, особливо баскетбол. Він-один з найкращих видів спорту....

Будь-яка справа починається з основ, як в житті, так і в спорті. Сподіваюсь, я з висоти свого невеличкого досвіду, трохи показав деякі основні моменти гри...



ОСОБЛИВОСТІ МАРКЕТИНГОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ПРОФЕСІЙНОМУ СПОРТІ (НА ПРИКЛАДІ НАЦІОНАЛЬНОЇ БАСКЕТБОЛЬНОЇ АСОЦІАЦІЇ)

ЯСІНСЬКА Н.А. – студентка 5 курсу

ЗАДОРЖНА О.Р. – ст. викл. каф. теорії спорту та фізичної культури,
кандидат наук з фіз. виховання та спорту

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. В роботі виявлено, що просування бренду, марки, продукту через соціальні мережі на сьогодні є світовою тенденцією. Спортивні ліги, в тому числі НБА в даний час використовують все більше соціальних мереж. Поруч з тим, у науково-методичній літературі, присвяченій професійному спорту, підходи до використання Інтернет-ресурсів як основних маркетингових інструментів, на наш погляд, є недостатньо науково-обґрунтованими.

Ключові слова: маркетинг, професійний спорт, Національна баскетбольна асоціація, Інтернет – ресурси.

Вступ. Спорт – це одне з найважливіших явищ сучасного суспільства, яке все більше проникає у повсякденне життя людей. В якості специфічної сфери підприємницької діяльності спорт притягує мільйони людей, сприяючи задоволенню ряду потреб, в тому числі відновленню трудового та емоційного потенціалу, переключення на інші види діяльності, отримання нових знань та вмінь [2]. Підтвердженням цього є те, що міжнародний бізнес у спорті входить до двадцятки найпривабливіших галузей світового господарства за ефективністю вкладення капіталу, а також є одним з найбільш ефективних каналів комунікації просування товарів і послуг, оскільки за перебігом подій у найпрестижніших змаганнях світового рівня спостерігають мільйони глядачів.

Протягом тривалого часу взірцем ведення бізнесу у професійному спорті вважалася Національна баскетбольна асоціація (США) – значною мірою, завдяки реалізації ефективної маркетингової стратегії [5]. Тож, вивчення особливостей маркетингової діяльності, завдяки яким НБА протягом останніх десятиріч демонструвала найвищі темпи економічного розвитку (її прибутки всього за 20 років зросли більше ніж у 18 разів), та визначення можливостей їх використання у спортивному маркетингу у професійному спорті, в тому числі на території України є актуальним.

Мета дослідження: визначити напрями маркетингової діяльності у спорті на прикладі Національної баскетбольної асоціації (НБА, США)

Завдання дослідження:

1. Визначити місце маркетингу у професійному спорті.
2. Визначити напрями спортивного маркетингу НБА (Національної



баскетбольної асоціації).

Методи та організація дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення.

Результати дослідження та їх обговорення. Поняття "маркетинг" зародилося у Сполучених Штатах Америки, де у 30 – х роках місцеві фермери шукали ринок збуту для своєї продукції. Йшлося про оволодіння ринком – "market getting", а пізніше в результаті з'єднання цих двох слів виникло одне – "маркетинг" [2].

Класичне визначення маркетингу дав Ф. Котлер: "Маркетинг – це вид людської діяльності, спрямований на задоволення потреб і потреб людей за допомогою обміну".

Маркетинг, як філософія бізнесу, означає орієнтацію всієї діяльності фірми від проектування до виробництва товарів, їх збуту – на задоволення попиту споживачів, вироблення товарів, що задовольняють певні потреби споживачів. Отже, ще до того, як товар з'явиться в макеті чи ескізі, конструктор або технолог цеху, працівники служб постачання та відділів збуту, майстер і генеральний директор повинні уявляти майбутнього споживача свого товару : хто він, який стиль його життя, яке місце займатиме товар в його повсякденні або урочистостях, яку потребу задовольнятиме [2,5].

Спортивний маркетинг як наука і практичний інструментарій став формуватися до середини ХХ ст., коли виробництво і споживання спортивних товарів і послуг значно розширилися, а суперництво за клієнтуру і збут загострилося [2]. Боротьба за споживача в цей період досягає такої стадії, коли забезпечити своєму товару збут виробник міг тільки завдяки маркетинговим заходам. Покупці за рахунок розширення вибору надаються їм товарів і послуг стали більш розбірливими та вимогливими; саме вони почали диктувати виробникам свої умови, а не навпаки. [2,5].

Яскравим прикладом успішної маркетингової діяльності є Національна баскетбольна асоціація. Її маркетингова діяльність здійснюється відповідно до традиційних маркетингових інструментів, які використовуються як всіх сферах бізнесу. Проте, є відмінності, завдяки яким спорт як продукт просувається на ринок індустрії розваг [5].

До кінця 1970-х років НБА як головна баскетбольна ліга США досягла стелі у своєму розвитку: їй належали права на всіх кращих гравців, кращі клуби світу грали на найбільших спортивних аренах по всій країні, зі Східного узбережжя до Західного. Проте, цей постійний процес розростання (тільки в середині 1970-х в асоціацію вступили сім нових клубів) і мінімальне висвітлення матчів на телебаченні не сприяли якісному зростанню популярності і фінансового процвітання. НБА перебувала в кризі, для виходу з якої були потрібні нові, нестандартні рішення та нові обличчя. Ніхто не міг уявити, що сорокарічний випускник Колумбійської школи права змусить говорити про НБА як про одну з найвидатніших організацій світу, а через двадцять років досвід побудови її бізнес-моделі будуть вивчати в багатьох провідних вузах Сполучених Штатів Америки [4, 3].

На початку 90-х ніхто не міг передбачити майбутнє Інтернету. Одного разу топ-менеджери НБА на нараді обговорювали можливість зареєструвати сайт NBA.com. Д. Стерн погодив цю пропозицію, і разом з тим були зареєстровані сайти команд такі як : Bulls.com, Lakers.com, Kings.com . Проте, ніхто на той час ще не розумів, що саме з ними робити. Але через роки Інтернет став головним способом спілкування ліги з вболівальниками. Таким чином, NBA стала першою зі спортивних ліг, яка вийшла до Всесвітньої мережі [1,4,5].

Коли Стерн став комісіонером, у гравців не було персональних контрактів. В результаті, Д. Стерн став «продавати» образ своїх зірок. Він говорив: «Ви можете не дивитись NBA, але вам, напевно, хочеться купити нові модні кросівки від Джордана. Ви можете не знати, хто такий Грант Хілл, але ви ж п'єте «Спрайт». І ви можете не захоплюватись баскетболом, але фільми з Шакілом О'Нілом все одно бачили» [3]. Таким чином, зірки НБА оточували Америку з усіх боків, і популярність ліги, яка заснована на маркетингу кращих гравців тільки росла [4].

З кожним роком для спортивного бізнесу відкриваються нові широкі перспективи у сфері надання різноманітних послуг у сфері дистанційного продажу вхідних квитків, Інтернет-торгівлі, засобів масової інформації, взаємодії з вболівальниками та спонсорами [5]. Однією з основних властивостей Інтернету як маркетингового інструменту є його гіпермедійна природа, що характеризується високою ефективністю у поданні та засвоєнні інформації. Це значно підвищує можливості маркетингу в посиленні взаємозв'язку між підприємствами і споживачами.

Така платформа як Twitter надає аудиторії двосторонній інструмент, який пропонує оновлення щохвилини та генерування взаємодії між аудиторією. Тому багато команд NBA відзначили, що використання Twitter є ефективним у їхній маркетинговій діяльності [3]. Для прикладу, команда Сакраменто Кінгз досягла успіху у створенні свого бренду для сезону 2011-2012 навколо хештегу #KingsAllDay. Завдяки цьому хештегу, вболівальники у продовж сезону могли легко шукати інформацію про улюблену команду.

Висновки.

1. Маркетинг в професійному спорті є складовою частиною загального маркетингу, що має свої специфічні риси та особливості. Зокрема, в поле зору потрапляють такі особливі об'єкти і відносини, як вболівальники, спонсори, купівля-продаж спортсменів, спортивний бізнес, здоровий спосіб життя і багато іншого

2. Команди NBA використовують соціальні мережі в першу чергу як брендинг і маркетинговий інструмент, завдяки якому можна легко дістатися до своїх шанувальників. Зростаючий цифровий простір став цінним у розвитку спільноти вболівальників та у просуванні взаємодії «онлайн» і «офлайн».

3. Бізнес в НБА прагне більшою мірою адаптуватися і більше покладатись на соціальні мережі. Команди залежать від участі у засобах



масової інформації, які забезпечують швидке і економічно ефективно середовище для взаємодії із зацікавленими сторонами.

Перспективи подальших досліджень. Написання дипломної роботи, планується отримати дані, які можуть бути використанні при плануванні маркетингової діяльності професійних клубів на території України, зокрема баскетболу, а також для удосконалення матеріалів лекцій з дисципліни «Професійний спорт».

Список використаної літератури

1. Douglas Idugboe «The History of Sports and Marketing»- 2012.
2. Демьянов, С.А. Спортивный менеджмент и маркетинг: учебно-методическое пособие / С.А. Демьянов, В.П. Колесникович. – Пинск: ПолесГУ, 2013. – 72 с.
3. Gorman, Jerry and Kirk Calhoun. 1994. The Name of the Game: The Business of Sports. New York: John Wiley & Sons.
4. Mark Wysocki. 2012. The Role of Social Media in Sports Communication: An Analysis of NBA Teams' Strategy.
5. Золотарьов В. С. Спортивний маркетинг як прогресивна технологія просування / В. С. Золотарьов, Н. П. Скригун // Aktualne problemy nowoczesnych nauk – 2010 : Materialy VI miedzynarodowej naukow-praktycznej konferencji. – Przemyśl : Nauka i studia, 2010. – Volume 7. Ekonomiczne nauki. – S. 15–17.



РОЗДІЛ 2.

УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ



ЗАСТОСУВАННЯ СТРЕТЧИНГУ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ БАСКЕТБОЛІСТІВ

ДОРОШЕНКО Е.Ю. – д.фіз.вих. професор кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я, голова спортивного клубу Запорізького державного медичного університету

Запорізький державний медичний університет

Анотація. Розглянуто застосування стретчингу в процесі фізичної реабілітації баскетболістів для профілактики травм.

Ключові слова: стретчинг, баскетболісти, фізична реабілітація

Вступ. Змагальна діяльність баскетболістів характеризується значними фізичними навантаженнями і швидкою зміною ігрових ситуацій. Це значно підвищує ризик отримання ушкоджень і травм. Спортивні ігри за оцінками багатьох дослідників є одним з найбільш травмонебезпечних видів спорту [5]. За оцінками фахівців до 60% спортивних травм, які вимагають клінічного лікування, безпосередньо пов'язані з навчально-тренувальною і змагальною діяльністю в спортивних іграх [3]. Виявлення ефективних засобів відновлення рухових функцій, підвищення функціональних можливостей нервово-м'язового апарату, профілактика травм і рецидивних ушкоджень у кваліфікованих баскетболістів є актуальною проблемою сучасної науки.

Узагальнені теоретичні та методичні підходи до фізичної реабілітації спортсменів на матеріалі командних спортивних ігор викладено авторами [4]. Роботи містять сучасні погляди на процес фізичної реабілітації, стислу характеристику хвороб і ушкоджень, з клініко-фізіологічних позицій обґрунтовують необхідність використання засобів фізичної реабілітації у відновному процесі. Авторами описано показання і протипоказання, терміни, послідовність і особливості застосування лікувальної фізичної культури, лікувального масажу та ін. Ці дослідження дають змогу фахівцям галузі фізичного виховання та спорту розробляти спрямовані комплекси заходів фізичної реабілітації та ефективно використовувати їх при пошкодженнях і травмах у спортсменів різної статі, віку, кваліфікації, амплуа та ін.

В даному дослідженні засоби стретчингу розглянуто в якості додаткового неспецифічного компоненту в процесі комплексної фізичної реабілітації баскетболістів з ушкодженням кінцівок, проаналізована їх ефективність, варіанти використання в навчально-тренувальному процесі та при фізичній реабілітації.

Контингент дослідження склали баскетболісти студентського спортивного клубу «Медик» Запорізького державного медичного університету – багаторазові призери міських та обласних змагань (42 спортсмени):

Протягом сезону 2014/2015 рр. в навчально-тренувальний процес і змагальну діяльність (першість Запорізької області серед ВНЗ 3-4 рівнів



акредитації) баскетболістів ССК «Медик» (Запоріжжя) інтегровано комплекси вправ стретчингу, які рекомендовано авторитетними фахівцями, які працюють в галузі спортивних ігор[1]. Крім того, ці вправи використано спортсменами, які проходили курс комплексної фізичної реабілітації після ушкоджень кінцівок.

Вправи типу «стретчинг», застосовуються для послідовного напруження конкретних м'язових груп, їхнього розслаблення і розтягування. Це дозволяє збільшити рухливість суглобів на 5-12% і зберегти її протягом баскетбольного матчу (близько 40 хвилин «чистого» часу з перервами). Крім цього, засоби стретчингу позитивно впливають на показники еластичності та пружності м'язів, дозволяють незначно збільшувати фізичну працездатність баскетболістів[2]. За поглядами фахівців[6], систематичне використання засобів стретчингу в тренувальному процесі ґрунтується на наступних принципах:

- вправи стретчингу є суттєвим додатком до відомих форм кондиційного тренування, що дозволяють перешкоджати накопиченню стомлення в результаті фізичних навантажень швидко-силової спрямованості, що характерні для навчально-тренувальної та змагальної діяльності в баскетболі;
- еластичність м'язових і сполучних тканин є важливою передумовою для якісного розвитку специфічних рухових навичок баскетболістів.

В нашому дослідженні вправи стретчингу застосовувались в навчально-тренувальному процесі та при фізичній реабілітації баскетболістів ССК «Медик» (Запоріжжя) з ушкодженнями верхніх або нижніх кінцівок. Результати досліджень, які представлені в таблиці 1, дозволяють констатувати, що застосування вправ стретчингу має позитивний вплив на кількісні показники пошкоджень. Найбільший вплив зафіксовано у баскетболістів амплуа «розігравач» і «важкий форвард» у сезоні 2014-2015 рр. зафіксовано 5 випадків пошкоджень, в сезоні 2015-2016 рр. – 1 і 2 випадки відповідно. У гравців амплуа «легкий форвард» зафіксовано 4 і 2 випадки ушкоджень у сезонах 2014-2015 і 2015-2016 років відповідно.

Таблиця 1

Кількісні та якісні показники пошкоджень баскетболістів ССК «Медик» (Запоріжжя) в сезонах 2014-2015 і 2015-2016 років, n=18

Амплуа	Показники пошкоджень кінцівок			
	сезон 2014-2015 рр.		сезон 2015-2016 рр.	
	n ₁	%	n ₁	%
розігравач	5	27,78	1	12,5
атакувальний захисник	2	11,11	1	12,5
легкий форвард	4	22,22	2	25
важкий форвард	5	27,78	2	25
центровий	2	11,11	2	25
всього	18	100	8	100

Примітки: n – кількість ігор, n₁ – кількість пошкоджень кінцівок.



В даному дослідженні вправи стретчингу розглянуто в якості додаткового неспецифічного компоненту в процесі фізичної реабілітації баскетболістів з пошкодженнями верхніх і нижніх кінцівок та в навчально-тренувальному процесі. Отримані показники є допоміжними засобами, які покращують загальний стан здоров'я баскетболістів і створюють загальний позитивний фон при застосуванні спеціальних засобів фізичної реабілітації.

Висновки.

1. Застосування засобів стретчингу у навчально-тренувальному процесі та при фізичній реабілітації баскетболістів з пошкодженнями кінцівок доцільне в якості додаткового неспецифічного компоненту, який стимулює відновні процеси та покращує загальний фізичний стан організму.

2. Узагальнення стосовно прямого впливу засобів стретчингу на процес фізичної реабілітації баскетболістів з ушкодженнями кінцівок потребують більш ґрунтовних і деталізованих досліджень.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі ґрунтуються на дослідженнях ефективності фізичної реабілітації баскетболістів з ушкодженнями кінцівок при комплексному застосуванні традиційних і нетрадиційних методів, визначенні їх раціонального співвідношення в процесі фізичної реабілітації та його оптимізації з метою якісного відновлення, уникнення рецидивів, тощо.

Список використаної літератури:

1. Кадер М.Х.М.А. Использование плиометрической тренировки в физической реабилитации спортсменов игровых видов спорта с повреждением капсульно-связочного аппарата коленного сустава/ М.Х.М.А. Кадер, М.Р.Париш, А.К. Никаноров// Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 5. – С. 89 – 91.
2. Левенець В.М. Спортивна травматологія / В.М. Левенець. – Київ: Олімпійська література, 2008. – 215 с
3. Мохд Х. Особенности построения программы физической реабилитации спортсменов игровых видов спорта с повреждением медиального мениска коленного сустава / Х. Мохд, М. Париш// Физическое воспитание студентов. – 2012. – № 5. – С. 69 – 73.
4. Мухін В.М. Фізична реабілітація: навчальний посібник / В.М. Мухін. – К.: Олімпійська література, 2005. – 470 с.
5. Ніканоров О. Методичні аспекти фізичної реабілітації спортсменів ігрових видів спорту з ушкодженням передньої хрестоподібної зв'язки колінного суглоба / О. Ніканоров// Молодіжний науковий вісник СНУ імені Лесі Українки . – 2013. – № 11. – С. 56 – 61.
6. Ренстрем П.А.Ф.Х. Спортивные травмы. Клиническая практика предупреждения и лечения. – Киев: Олимпийская литература, 2003. – 431 с.



БЫСТРОТА И СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА КАК ФАКТОРЫ ЛИМИТИРУЮЩИЕ СТАНОВЛЕНИЕ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА БАСКЕТБОЛИСТОК

КУДРЯШОВ Е.В. – к.физ.восп., доцент кафедры физического воспитания

ЕЛОВИКОВ В.П. – ст. преподаватель кафедры физического воспитания

*Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет,
г. Пермь*

Аннотация. Представленная работа посвящена изучению показателей, позволяющих контролировать уровень развития отдельных физических качеств баскетболисток.

Ключевые слова: баскетбол, показатели, быстрота, скоростно-силовые качества, спортивные разряды.

Введение. В последние годы наблюдается все большее повышение конкуренции на международной спортивной арене в различных видах спорта. Предельные для организма человека нагрузки требуют более качественной организации процесса подготовки, научного обеспечения тренировочной деятельности, моделирования выступлений на соревнованиях. Не является исключением и современный баскетбол. Как известно, баскетболистки должны обладать большим запасом двигательных умений и навыков, быть всесторонне подготовленными к различным видам мышечной деятельности [1-3].

Успех в многолетней подготовке спортсмена, может быть обеспечен лишь при условии реализации принципа соразмерности развития основных физических качеств. Для решения задач оптимального управления подготовкой спортивных резервов необходимо систематически оценивать изменения уровня подготовленности, соответствие тренировочных нагрузок адаптационным возможностям спортсменок в течение всего периода подготовки [4].

Информацию об этих изменениях можно получить, применяя научно обоснованную систему контрольных испытаний и нормативов, показателей функционального состояния, позволяющих контролировать уровень развития как отдельных физических качеств, так и различных сторон подготовленности спортсменок в целом [3; 4].

Учитывая, что эффективность технико-тактических действий баскетболисток, наряду с другими сторонами многогранного процесса спортивной подготовленности, лимитируется показателями уровня развития быстроты и скоростно-силовых качеств, было избрано направление для проведения исследований [3].

Указанное направление является актуальным и своевременным для современной спортивной науки и практики и требует пристального внимания специалистов.



На рис. 1 видно, что с ростом квалификации заметна динамика прироста в беге на 20 м с высокого старта от 4,9 с у спортсменок III разряда до 4,3 с у перворазрядниц. Такая же закономерность наблюдается и в других тестах, характеризующих уровень скоростных способностей. Так, показатели в слаломе 2x9 м улучшились с 6,85 с до 6,22 с, у спортсменок от III до I спортивного разряда, соответственно.

Результаты в 4-кратном слаломе характеризовались следующими изменениями: у спортсменок с квалификацией III спортивный разряд показатели составили в среднем 28,5 с, у второразрядниц – 27,5 с, а баскетболисток III разряда 26,4 с. Так же, улучшились показатели быстроты перемещений в беге «елочка» с 32,5 с. у спортсменок III разряда до 30,17 с. у спортсменок I разряда.

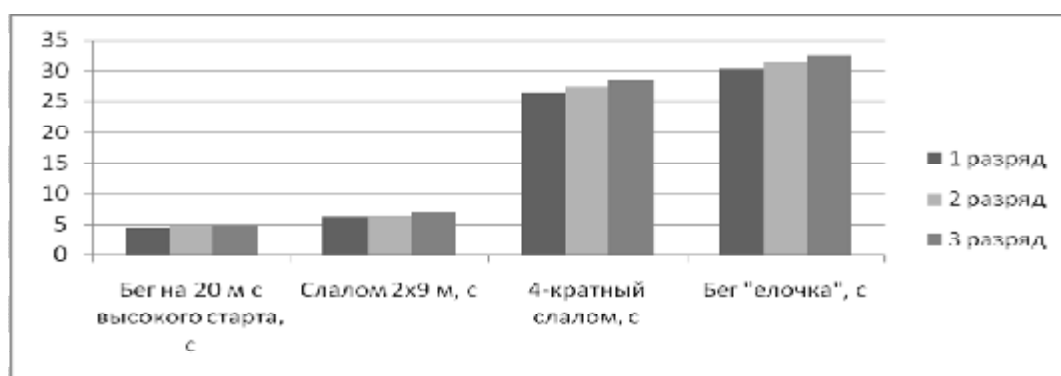


Рис. 1. Динамика изменения показателей скоростных качеств у баскетболисток III, II и I спортивных разрядов.

Исследования уровня развития скоростно-силовых качеств дали такие результаты: метание набивного мяча сидя показало статистически значимое улучшение от III до I спортивного разряда, наибольший прирост в этом контрольном испытании замечен на уровне от III до II разряда и менее значимо изменяется от II до I спортивного разряда. Подобная закономерность наблюдается и в следующем тесте: «метание набивного мяча в прыжке» (рис. 2).

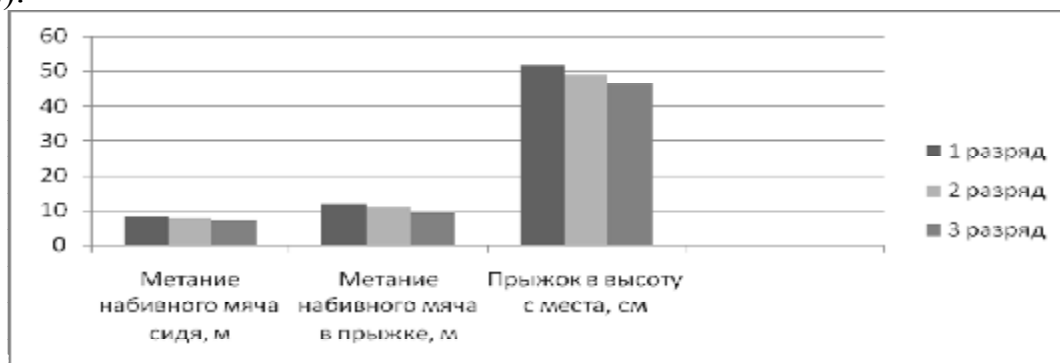


Рис. 2. Динамика изменения показателей скоростно-силовых качеств у баскетболисток III, II и I спортивных разрядов.



Характеризуя контрольное испытание «прыжок в высоту с места» нужно отметить такие особенности: от III до II спортивного разряда происходит закономерный рост с 46 см до 49 см, а к уровню I разряда этот показатель достигает 51,5 см.

Выводы. Проведенные исследования позволяют отметить определенные закономерности в уровне развития отдельных двигательных качеств баскетболисток на разных этапах подготовки:

1. В ходе тестирования подтверждена тесная взаимосвязь уровня развития быстроты и скоростно-силовых качеств со спортивным результатом баскетболисток на этапах от III до I спортивного разряда.

2. Представленные результаты могут служить ориентирами развития быстроты и скоростно-силовых качеств при подготовке баскетболисток указанного уровня квалификации и осуществлять как текущий, так и этапный контроль за уровнем подготовленности спортсменок.

Перспективы дальнейших исследований. Дальнейшие исследования планируются провести в направлении более досконального изучения проблем относительно различных сторон подготовленности баскетболисток.

Список использованной литературы:

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. – 3-е изд. – М. : Советский спорт, 2013. – 216 с. : ил.
2. Корягин, В.М. Актуальные проблемы физической и технической подготовки баскетболисток высокой квалификации в процессе многолетней тренировки / В.М. Корягин // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2001. – №5. – С. 6-13.
3. Кудряшов, Е.В. Моделирование силовой подготовленности спортсменок в баскетболе и футзале (статья) / Теория и практика физической культуры. – 2016. – №1.
4. Кудряшов, Е.В. Показатели развития силовых качеств у баскетболисток массовых разрядов / Е.В. Кудряшов, В.Д. Паначев, Ю.А. Корепанов / Материалы Междунар. науч.-практ. конф., 26-27 февраля 2015 г. – Набережные Челны: Изд-во НФ Поволжской ГАФКСиТ, 2015. – С. 192-194.



СПЕЦИФИКА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В РОССИИ

ЛОСЕВА И.В. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики баскетбола
БАЛАКЛЕЙСКИЙ А. – студент 2 курса, специализации «Баскетбол»

Российский государственный университет физической культуры, спорта, менеджмента и туризма, г. Москва.

Аннотация. В результате, проводимой в нашей стране, реформы системы подготовки спортивного резерва были оптимизированы программы, реализуемые учреждениями спортивной направленности. В нашей работе мы представляем основы и особенности реализации программ подготовки спортивного резерва в Российской Федерации.

Ключевые слова: система подготовки спортивного резерва, СШОР, СШ, программы спортивной подготовки, образовательные программы в области ФК и С.

Введение. Результаты выступления наших молодежных сборных команд страны на мировой арене за последнее десятилетие заставляют обратить особое внимание на качество и эффективность подготовки резерва для будущих основных национальных сборных России. Анализ этих выступлений показывает, что уровень подготовленности и мастерства молодых спортсменов недостаточно высок для того, чтобы конкурировать на международных соревнованиях с мировыми баскетбольными державами и претендовать на призовые места. Стремительный рост достижений и высокая конкуренция в мировом спорте и в баскетболе, в частности, требует постоянного поиска новых, более эффективных средств и методов подготовки спортивного резерва. Поэтому стало необходимым четко и оперативно обозначить основные задачи и направления развития физической культуры и спорта в стране. Определить подготовку спортивного резерва приоритетным направлением деятельности и разработать, принять, единые для всей страны, программы подготовки спортивного резерва, наметив пути их реализации. Все это легло в основу организации и внедрения в практику реформы по модернизации и оптимизации системы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации, которая началась в 2013 году по инициативе и под руководством Министерства спорта России. Планом, проводимой реформы, были предусмотрены 5 этапов переходного периода, время реализации – с 2013 по 2017 годы. Одно из основных направлений: постепенный перевод действующих организаций дополнительного образования спортивной направленности в организации нового типа – организации спортивной подготовки.

Было: ДЮСШ и СДЮСШОР являлись фундаментом, основой для подготовки спортивного резерва. После модернизации эти учреждения поменяли названия и направленность, перейдя от организаций дополнительного



образования детей физкультурно-спортивной направленности в организации нового типа - спортивной подготовки.

Стало: Спортивная школа (далее – СШ) и спортивная школа олимпийского резерва (далее – СШОР) обеспечивает подготовку спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации путем осуществления спортивной подготовки на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства. Данные учреждения были переведены на программы спортивной подготовки.

Минспортом России были разработаны и представлены основные программы, которые будут реализовываться в физкультурно-спортивных учреждениях.

К ним относятся:

1. Образовательные программы:

- общеразвивающие программы – реализуются только на спортивно-оздоровительном этапе, как для детей, так и для лиц старше 17 лет. Разрабатываются на основе приказа Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и приказа Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» [1];
- предпрофессиональные программы – реализуются только для детей, то есть лиц до 18 лет на этапах, начиная с начальной подготовки до этапа совершенствования спортивного мастерства. Данные программы разрабатываются организацией на основании федеральных государственных требований, утвержденных приказом Минспорта России от 12.09.2013 № 730.

2. Программы спортивной подготовки – реализуются на всех этапах спортивной подготовки, кроме спортивно-оздоровительного. Основываются на федеральных стандартах спортивной подготовки по виду спорта, утвержденных Минспортом России. По баскетболу стандарты спортивной подготовки были утверждены приказом Министерства спорта Российской Федерации от 10.04.2013 № 114 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол» (с изменениями) [1,2,3]. Минимальный возраст занимающихся по программам спортивной подготовки зависит от вида спорта и утвержден федеральными стандартами по виду спорта (в баскетболе минимальный возраст занимающихся – 8 лет [2,3]), сроки реализации программ спортивной подготовки без ограничений для всех видов спорта.

Программы спортивной подготовки, направлены и сконцентрированы строго на достижение наивысшего спортивного результата и подготовку спортивного резерва для сборных команд страны.



Только совместные усилия всех специалистов отрасли, аккумулярование научного и кадрового потенциала, создание единой, стройной системы федеральных учреждений для спортивно одаренных детей и молодежи позволит преодолеть негативные тенденции снижения результативности в спорте, обеспечить устойчивое, эффективное развитие системы подготовки спортивного резерва и повышение конкурентоспособности российских спортсменов на международной спортивной арене. Концепция должна служить ориентиром для федеральных и региональных структур, отвечающих за подготовку спортивного резерва, органов государственной власти и управления, а также для органов местного самоуправления и муниципальных учреждений при решении вопросов, касающихся подготовки спортивного резерва, а также являться основой для создания целевых программ развития системы подготовки спортивного резерва.

Список использованной литературы:

1. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации/Министерство спорта РФ. – М.: Советский спорт, 2014. – 132 с.
2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 10.04.2013 № 114 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол» (зарегистрирован в Минюсте России 10.06.2013, регистрационный № 28777).
3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 23.07.2014 № 620 «О внесении изменений в Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 10.04.2013 № 114 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол» (зарегистрирован в Минюсте России 14.08.2014, регистрационный № 33587).
4. <http://www.minsport.gov.ru> (Минспорт России)



ОСНОВЫ РЕФОРМИРОВАНИЯ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ЛОСЕВА И.В. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики баскетбола
ЛЯКИШЕВА А. – студентка 2 курса, специализации «Баскетбол»

*Российский государственный университет физической культуры,
спорта, менеджмента и туризма, г. Москва.*

Аннотация. Проблема подготовки спортивного резерва остается важным и приоритетным направлением в области физической культуры и спорта. После проведенного анализа нами были выявлены особенности проведения реформ в системе подготовки спортивного резерва в Российской Федерации.

Ключевые слова: система подготовки спортивного резерва, федеральные стандарты спортивной подготовки, спортивные организации нового типа, программы спортивной подготовки, федеральные государственные требования.

Введение. В связи со сложившейся обстановкой в российском спорте, большинство специалистов считают, что первостепенной задачей на настоящем этапе во всех видах спорта является улучшение качества подготовки спортивных резервов. Небывалый рост объемов и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок и высокий уровень конкуренции при формировании национальных сборных и других команд предъявляет особые, повышенные требования ко всем сторонам подготовленности спортсмена-баскетболиста.

Появляется надежда на то, что, проводимая Министерством спорта России реформа по модернизации и оптимизации существующей системы подготовки спортивного резерва в нашей стране, позволит планировать и совершенствовать тренировочный процесс, направленный на развитие спортивного потенциала, а не на достижение результата любой ценой.

В предыдущие годы главной целью системы подготовки резерва являлось массовое вовлечение детей и подростков в систематические занятия спортом. А в связи с профессионализацией современного спорта в настоящее время стало необходимым провести:

• модернизацию в системе подготовки резерва с целью оптимального вовлечения и подготовки одаренных юных спортсменов, способных к достижению высоких спортивных результатов;

• перевод действующих детско-юношеских учреждений в организации нового типа спортивной подготовки: СШ – спортивная школа, СШОР – спортивная школа олимпийского резерва;

• разработку нормативно-правового и методического обеспечения спортивной подготовки на муниципальном уровне, основываясь на федеральное и региональное законодательство [1].



По данным Федерального Центра подготовки спортивного резерва в России действуют 5062 организации, осуществляющие подготовку спортивного резерва, в том числе – 56 УОРов (11 федеральных, 45 региональных), ЦСП – 171 (129 региональных, 7 муниципальных, 1 частный), 1055 СДЮСШОР (1025 - в системе ФКиС, 15 – в системе образования, 15 – другие), ДЮСШ – 3780, из них 1767 – в системе ФКиС, 1918 – в системе образования, 95-другие.

Всего занимающихся – 3.278048 человек, с которыми работают 99250 тренеров и – 130973 административного персонала.

Переходный период включал 5 этапов, время проведения реформы – 2013-2017 годы.

На 1 этапе в 2013 году был осуществлен переход организаций дополнительного образования спортивной направленности в организации нового типа – спортивной подготовки.

Срок реализации программ дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности установлен до 1 января 2017 года.

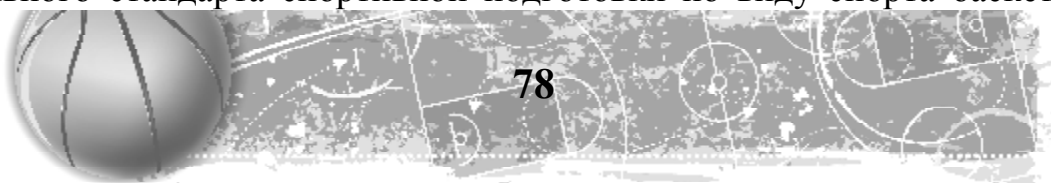
На 2 этапе в 2014 г. планировалось внедрить и апробировать разработанные федеральные стандарты спортивной подготовки (ФССП) по видам спорта (всего для разработки в 2014 году 76), профессиональные стандарты тренера, инструктора методиста и спортсмена, федеральные требования к образовательным программам.

Третий этап переходного периода предусматривал работу по формированию нормативно-правового и методического обеспечения спортивной подготовки.

«Федеральный центр подготовки спортивного резерва» разработал план мероприятий по методическому обеспечению и поручил разным субъектам Российской Федерации провести работу по созданию федеральных экспериментальных площадок по вопросам совершенствования системы подготовки спортивного резерва. Работа была признана эффективной, в результате 85 субъектов РФ перешли на реализацию программ спортивной подготовки.

В Москве на базе детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (11 государственных, 1 – муниципальное и 1 федеральное автономное учреждение) с 2013 года была создана федеральная экспериментальная площадка по созданию организаций спортивной подготовки, в их число входят и спортивные организации, осуществляющие подготовку спортивного резерва в баскетболе. Были внесены соответствующие изменения в Устав учреждений и разработаны программы спортивной подготовки по видам спорта, которые стали основным документом для эффективного построения многолетней подготовки спортсменов.

Программа спортивной подготовки по виду спорта баскетбол в физкультурно-спортивных организациях, а также организациях дополнительного образования в области физической культуры и спорта, имеющих отделения по баскетболу, основывается на требованиях федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол и



содержит следующие разделы: нормативная часть, методическая часть, система контроля и зачетные требования, перечень информационного обеспечения, план физкультурных и спортивных мероприятий (организации, осуществляющей спортивную подготовку) [4].

Основная цель реализации программы осуществление подготовки спортсменов, которые должны соответствовать параметрам командных и индивидуальных мировых баскетбольных моделей и обладать необходимой спортивно-игровой конкурентоспособностью, обеспечивающей наивысшие достижения на международной арене.

В данной программе отражены все этапы, виды и направления спортивной подготовки, определены цели, задачи, планируемые результаты, содержание тренировочного процесса, представлены требования к минимальному возрасту занимающихся, объему тренировочной и соревновательной нагрузки по этапам и периодам спортивной подготовки, даны наполняемость групп и продолжительность каждого этапа [4].

В раздел «Система контроля и зачетные требования» включены обязательные, установленные ФССП, нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления занимающихся на соответствующие этапы спортивной подготовки [2, 3].

На 4 этапе в 2016 году были внесены изменения в законодательство по исключению организаций дополнительного образования из перечня организаций, которые смогут осуществлять спортивную подготовку. На последнем этапе в 2017 году планируется завершение модернизации системы подготовки спортивного резерва.

Вывод. Процесс подготовки спортивного резерва всегда был в центре внимания научных исследований в области физической культуры и спорта. Однако, анализируя последние события и состояние российского баскетбола, необходимо отметить, что пришло время выстроить постоянный и непрерывный процесс подготовки спортивного резерва, учитывающий современный уровень и тенденции развития мирового спорта. Именно для этого и нужна модернизация всей системы физического воспитания детей, необходимы единые требования и подходы к подготовке спортивного резерва, к организации спортивной подготовки.

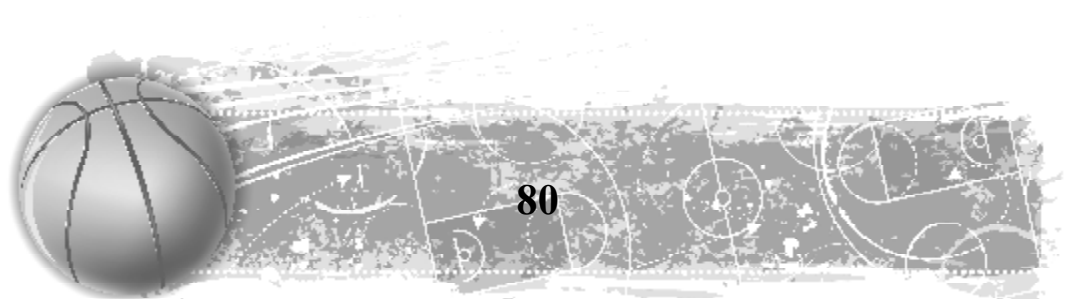
Список использованной литературы:

1. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации/Министерство спорта РФ. – М.: Советский спорт, 2014. – 132 с.
2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 10.04.2013 № 114 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол» (зарегистрирован в Минюсте России 10.06.2013, регистрационный № 28777).
3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 23.07.2014 № 620 «О внесении изменений в Приказ Министерства спорта Российской



Федерации от 10.04.2013 № 114 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол» (зарегистрирован в Минюсте России 14.08.2014, регистрационный № 33587).

4. Программа спортивной подготовки по виду спорта баскетбол. Методическое пособие/ И.В.Лосева, В.В.Баринов. М.: Федеральный центр подготовки спортивного резерва, 2015. 88 с.



АНАЛИЗ ДИНАМИКИ ВЫСТУПЛЕНИЯ ЖЕНСКОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ РОССИИ НА ЧЕМПИОНАТАХ МИРА В ПЕРИОД С 2006-2014 ГОДЫ

ЛОСЕВА И.В. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики баскетбола
МАЛАХАТЬКО Л. – студент 2 курса, специализации «Баскетбол»

*Российский государственный университет физической культуры,
спорта, менеджмента и туризма, г. Москва.*

Аннотация. За последние годы наблюдается снижение показателей выступления национальных сборных команд России на международных официальных соревнованиях. В нашей работе представлен анализ динамики выступления нашей национальной сборной команды на последних трех Чемпионатах мира.

Ключевые слова: система подготовки сборных команд страны, Чемпионат мира, показатели эффективности, соревновательная деятельность, результаты выступления.

Введение. Баскетбол – один из самых массовых видов спорта. В России 213004 человека осваивают эту спортивную игру на различных этапах тренировочного процесса. В нашей стране функционируют 1532 отделения по виду спорта баскетбол (134 их них являются специализированными), работу с детьми и молодежью ведут 6227 тренеров, 65 из них имеют высшее звание «Заслуженный тренер России». Однако массовость не порождает качества. Качество и эффективность игровых действий, а, следовательно, и результативность соревновательной деятельности, формируются и совершенствуются в процессе специальной подготовки баскетболистов [1].

Цель исследования – осуществить анализ динамики выступления женской сборной команды России на чемпионатах мира в период с 2006-2014 годы.

Результаты исследования и их обсуждение. Уровень спортивных достижений на Чемпионатах Мира, Европы, Олимпийских Играх, как правило, очень высокий и, чтобы завоевывать медали высшей пробы, необходимо формировать единую, перспективную систему организации подготовки спортивного резерва в соответствии с современными требованиями и условиями соревновательной деятельности.

Сегодня рост спортивных достижений все в большей степени зависит не столько от одаренности и природных данных самого спортсмена, сколько от эффективности, слаженности системы многолетней подготовки резерва, как рационально организованного процесса обучения, воспитания и тренировки детей, подростков, юношей и девушек. Небывалый рост объемов и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок и высокий уровень конкуренции при формировании национальных сборных и других



команд предъявляет особые повышенные требования ко всем сторонам подготовленности спортсмена-баскетболиста.

Между тем, в последнее время, наблюдается снижение показателей результативности и эффективности выступления наших национальных сборных команд страны на международной арене. Мы проанализировали показатели выступления женской сборной команды России на Чемпионатах мира с 2006-2014 г.г. Результаты показателей представлены в таблице 1.

Таблица 1

Год выступления	Занятое место	Количество игр	Количество побед	Число поражений
2006	2	9	5	4
2010	7	9	7	2
2014	Не вошли	-	-	-

Чемпионат мира 2006: Чемпионат мира 2006 года проводился в Бразилии, где Россия заняла 2 место. Команда проиграла только одну игру сборной Австралии со счетом 74:91 (разница 17 очков) [2].

Сборная России на этом Чемпионате выигрывает у сборной команды США, с 1994 года сборная США не проиграла ни одного крупного турнира, ни одного официального матча. В состав сборной России входили: Артешина Ольга, Рахматулина Оксана, Водопьянова Наталья, Деагина Екатерина, Абросимова Светлана, Щеголева Татьяна, Корстин Илона, Степанова Мария, Карпунина Марина, Карпова Елена, Осипова Ирина, Лисина Екатерина [2].

Главным тренером команды был назначен Игорь Грудин.

Чемпионат мира 2010: Чемпионат мира проводился в Чехии, где Россия заняла уже 7 место. Проиграв в четвертьфинале команде Белоруссии (70:53), уступает австралийкам в матчах за 5-8 места со счетом 73:78 (разница 5 очков), сборная России смогла бороться лишь за седьмое-восьмое места.

В состав сборной входили: Артешина Ольга, Жедик Наталья, Данилочкина Елена, Кузина Марина, Хэммон Бекки, Виеру Наталья, Корстин Илона, Абросимова Светлана, Видмер Татьяна, Степанова Мария, Осипова Ирина, Соколовская Ирина. Тренером был: Борис Соколовский [2].

Если проводить параллель между составами, представленными на этих двух Чемпионатах, можно увидеть, что состав частично обновился, но остались ведущие игроки, занимающие лидирующие позиции в сборной, и в нем появились опытные легионеры. Что это, простое невезение, реальные погрешности в системе подготовки игроков и комплектования команды или ошибки, допущенные тренерским штабом, в организации и управлении соревновательной деятельностью? Был ли сделан или не сделан анализ динамики этих трех основных показателей успешности выступления национальных сборных команд, получил ли следующий кандидат на место главного тренера сборной команды задачи, целевые установки и требования по результатам и участи в Чемпионате мира 2014. Возможно, таковые имели место быть, но, к сожалению, нашей женской сборной команды на этом Чемпионате,

мы так и не увидели. Женская сборная России, провалившись на Евробаскете-2013, не выступила на Чемпионате мира-2014 в Турции. Подопечные Альфредаса Вайнаускаса (вновь назначенный на должность главного тренера сборной) на 1-м групповом турнире уступили Испании и Швеции, а также не сумели победить Италию с нужной разницей "+7". Заняв четвертое место в группе, россиянки не вошли в число 12 команд, которые продолжили борьбу за место в плей-офф.

Впервые в истории Российские баскетболистки не смогли преодолеть первый групповой этап Чемпионата Европы и лишились возможности выступить на Чемпионате мира.

Выводы. Для того чтобы конкурировать с мировыми баскетбольными державами и бороться за призовые места на международных соревнованиях, необходимо планировать процесс подготовки игроков и комплектования национальных сборных команд с учетом современных условий и состояния мирового баскетбола.

Вернуть лидирующие позиции женской сборной команде Российской Федерации по баскетболу и стабилизировать их на мировой арене возможно, если подготовительная работа будет носить стратегический характер, а процесс комплектования и подготовки команд планомерным и управляемым. Побеждать будет тот, кто сочетает славные традиции с новыми подходами.

Список использованной литературы:

1. Программа спортивной подготовки по виду спорта баскетбол. Методическое пособие/ И.В.Лосева, В.В.Баринев. М.: Федеральный центр подготовки спортивного резерва, 2015. 88 с.
2. <https://ru.wikipedia.org/wiki/> Чемпионат мира по баскетболу среди женщин.



АЛІМЕНТАРНИЙ І ФАРМАКОЛОГІЧНИЙ СТРЕС – ФАКТОРИ В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ КОМАНДИ МАЙСТРІВ СУПЕРЛІГИ УКРАЇНИ

МЕЛЕШКО В.І. – к.б.н., доцент кафедри анатомії, біомеханіки і спортивної метрології

САМОШКІН В.В. – к.мед.н., доцент, завідувач кафедри анатомії, біомеханіки і спортивної метрології

МАЛЮТОВА О.М. – викладач кафедри анатомії, біомеханіки і спортивної метрології

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Анотація. В роботі представлена комплексна система харчової (аліментарної) і фармакологічної підтримки професійних баскетболістів у відновлювальному, підготовчому, передзмагальному і змагальному періодах.

Ключові слова: харчування, ергогенні засоби, нутрітивна підтримка.

Вступ. Для досягнення високих спортивних результатів необхідна адекватна програма харчування, яка повинна виходити із специфіки виду спорту, поставлених завдань, а також із розуміння того, що харчування є невід'ємною частиною навчально-тренувального процесу. Використання в ергогенній дієтетиці різних харчових продуктів і окремих нутрієнтів повинне забезпечувати спрямований вплив на ключові ланцюги обміну речовин, що обмежують роботоздатність людини, і сприяти підвищенню спортивних результатів. Це і визначає актуальність проведеного дослідження.

Особливості харчування спортсменів були предметом дослідження багатьох відомих вчених різних галузей науки. У фаховому середовищі ґрунтовно проаналізовані принципи раціонального харчування спортсменів різних спеціалізацій, юних спортсменів та при заняттях масовою фізичною культурою. Запропоновані різні схеми харчування для розвитку певних фізичних якостей на різних етапах річного циклу тренувань, збільшення м'язової маси, корегування ваги та компонентного складу тіла представників різного віку та статі. Всебічно описані проблеми спортивної фармакології і дієтології, ергогенні та ерголітичні засоби спортивного тренування тощо[1,2].

Сучасний спосіб організації харчування при заняттях спортом – індивідуалізація. Тому розробка оптимальних індивідуальних схем харчування спортсменів для різних режимів навчально-тренувального процесу представляє безсумнівний інтерес.

Мета дослідження – запропонувати комплексну систему харчової (аліментарної) і фармакологічної підтримки баскетболістів на різних етапах багаторічної підготовки.

Задачі дослідження: 1. Визначити спрямованість дієти професійних баскетболістів у відновлювальному, підготовчому, передзмагальному і



змагальному періодах. 2. Запропонувати схеми використання ергогенних засобів для нутритивної підтримки спортсменів команди майстрів.

Методи та організація дослідження: аналіз сучасної науково-методичної і спеціальної літератури, спеціалізованих веб-сайтів мережі «Інтернет», вивчення та узагальнення досвіду передової спортивної практики. Матеріали даної роботи отримані в результаті сумісної діяльності авторів з колективом баскетбольного клубу «Дніпро» (м.Дніпропетровськ).

Результати дослідження та їх обговорення. Речовини чи явища, які покращують спортивну діяльність і не заборонені Всесвітнім антидопінговим агентством – WADA, називаються засобами підвищення роботоздатності – ергогенними засобами. Речовини, які негативно впливають на м'язову діяльність і заборонені WADA, називаються ерголітичними субстанціями.

Харчування – це: надходження їжі в організм, тобто її травлення і всмоктування (продукти травлення компонентів їжі називають нутрієнтами чи нутріногенами); перетворення нутрієнтів у внутрішніх середовищах організму; забезпечення енергетичних і пластичних потреб організму і запитів в незамінних речовинах.

У відновлювальний період рекомендується дієта багата вуглеводами і жирами, в меншій мірі це відноситься до білків. Абсолютно необхідна присутність в раціоні свіжих фруктів та овочів, соків, а також продуктів підвищеної біологічної цінності. Особливу увагу необхідно звернути на вагу спортсмена, яка не повинна перевищувати в цей період звичайної (так званої „бойової“ ваги) більш чим на 2-3 кг.

В другій половині відновлювального періоду рекомендується прийом імуномодуляторів, переважно неспецифічних, таких як мумійо, мед, перга, препарати квіткового пилку, „Політабс“, „Цернелтон“ (Швеція). Лікарські препарати з групи імуномодуляторів (левамізол, Т-активін і інші) можуть призначатися лише за медичними показниками.

Спрямованість дієти в підготовчому періоді – білково-вуглеводна. В їжі повинна бути присутньою достатня кількість повноцінного білка (м'ясо, риба, творог, сир, бобові), вітамінів і мікроелементів. Із білково-вуглеводних сумішей рекомендується „Мультикрафт“ (70, 80, 85 чи 90 % вмісту білка) по 50-70 г в день, „Штаркпротеїн“ (джерело незамінних амінокислот) по 6-8 капсул в день, білок „Бодрось“ по 10-12 пігулок в день і інші. Кількість білка, що отримується додатково до того, який надходить з їжею, не повинна перевищувати 40-50 г (в перерахунку на чистий протеїн).

Спрямованість дієти в передзмагальному періоді підготовки – переважно вуглеводна, при цьому найбільш доцільно споживати фруктозу. Рекомендується наступний спосіб вуглеводного насичення для спортсменів. За 10-12 днів до старту розпочинають знижувати споживання вуглеводів з їжею і до 5 дня доводять їх споживання до мінімуму. Потім плавно збільшують споживання вуглеводів (краще фруктози) до максимуму в день старту.

До чисто змагальних фармакологічних засобів відносяться актопротектори (від лат. „actus“ – рух). Це фармакологічний клас засобів



метаболічного невичерпуючого типу дії, який використовується для підтримування високої рухової активності організму в екстремальних умовах, а також підвищення фізичної роботоздатності і ефективності фізичної роботи без зростання споживання кисню і теплопродукції. Вони спричиняють додатково антигіпоксичний, а також ноотропний, антиоксидантний, репаративний, імуностимулюючий і інші ефекти.

Від антигіпоксантів актопротектори відрізняються тим, що вони первинно впливають на синтез протеїнів і більш помітно підвищують роботоздатність. Препарати особливо ефективні при гіпоксії, яка розвивається під час фізичного навантаження не стільки із-за дефіциту кисню в тканинах, скільки внаслідок нездатності мітохондрій окислити потужний потік тих субстратів, які надходять під час навантажень. Специфіка механізму цієї, по суті зверхутилізаційної гіпоксії і визначила необхідність створення препаратів з особливим механізмом дії – актопротекторів. До групи цих препаратів відносяться: сукцинат натрію, лимонна кислота, лимонар (похідна лимонної і янтарної кислот), бромантан (заборонений), бемітил. Бемітил виробляється в пігулках по 100 мг і призначається від 2 до 4 пігулок на добу. Так як препарат має здатність накопичуватися в організмі, то його дозволяється приймати не більше шести днів підряд, після чого робиться триденна перерва [3, 5].

Відмітна риса баскетболу – великий обсяг аеробної діяльності, тобто переміщень з різною, часто мінливою швидкістю, і періодичні силові дії.

В ході матчу задіяні різні механізми енергозабезпечення м'язової діяльності, при яких основними енергетичними субстратами служать і вуглеводи, і жири. В ході найбільш інтенсивних моментів гри енергетичні запити організму задовольняються за рахунок використання креатинфосфату (КрФ), м'язового глікогену і іноді глюкози крові в якості джерела енергії. Внаслідок змінного характеру фізичної активності часткове відновлення глікогену і КрФ відбувається вже по ходу матчу.

Високий внесок аеробного механізму енергозабезпечення м'язової діяльності. У періоди відпочинку після інтенсивного фізичного навантаження зберігається високе споживання кисню, що визначає середню інтенсивність фізичного навантаження в баскетболі близько 70% від рівня максимального споживання кисню. Основними енергетичними субстратами при цьому є внутрішньом'язові тригліцериди.

Баскетбол характеризується великим фізичним і нервово-психологічним навантаженням, наявністю складнокоординаційних рухів, елементів єдиноборств на тлі інтенсивного ігрового мислення при значному навантаженні на суглоби і опорно-руховий апарат кінцівок, а також постійним чергуванням інтенсивної м'язової діяльності і відпочинку. Головною функціональною системою є кардіореспіраторна, забезпечуючу – нервово-м'язовий апарат, зоровий аналізатор, а також оперативне ігрове мислення. Основні завдання нутритивної підтримки пов'язані з корекцією процесів відновлення, компенсації енергії, поліпшення обмінних процесів в головному мозку.



Оптимальним співвідношенням макронутрієнтів є білки: жири: вуглеводи = 1: 0,9: 5. При цьому 60-65% калорійності має покриватися за рахунок вуглеводів, 20-25% за рахунок жирів, 10-15% за рахунок білків. Однак ці цифри не абсолютні, оскільки багато що залежить від особливостей організму спортсмена і інтенсивності матчу.

Середня калорійність раціону гравців складає в середньому 5500-6000 ккал. Для підтримки великої сили м'язів і забезпечення їх відновлення гравцям потрібна достатня кількість білка. Фахівці рекомендують від 1,5- 1,8 г до 2,4-2,6 г білка на 1 кг маси тіла. Необхідно забезпечити підвищене споживання вітамінів, особливо групи В і антиоксидантів - С, А, Е. Потреба у вітамінах може бути підвищена в 4-5 разів. Слід також збільшити і споживання мінеральних речовин [4].

Висновки. 1. Отримані дані дозволяють зробити висновок про те, що структура і режим традиційного харчування не забезпечують фізіологічної потреби організму баскетболістів в підтримці метаболічного фону в процесі розвитку працездатності та спеціальної витривалості. 2. Переведення спортсменів на систему індивідуалізованого харчування, а в ідеалі - конкретного спортсмена, дозволить створити умови, при яких відбувається оптимальне відшкодування витрачених при систематичних тренуваннях енергетичних і пластичних ресурсів організму атлетів на різних етапах багаторічної підготовки.

Перспективи подальших досліджень полягають у створенні комплексної системи ергогенної дієтетики і збалансованого харчування в спортивних іграх.

Список використаної літератури

1. Мелешко Віктор. Деякі аспекти ергогенної дієтетики в системі підготовки спортсменів / Віктор Мелешко, Владлен Самошкін // Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014. - № 3. – С.67-71.
2. Питание спортсменов /[под ред. Кристин А. Розенблум]. - Киев: Олимпийская литература, 2006, 2014. - 536 с.
3. Самошкін В.В. Ергогенна дієтетика і збалансоване харчування при підготовці спортсменів: [навчальний посібник] / В.В.Самошкін, В.І.Мелешко. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014. – 214 с.
4. Токаев Э.С. Система комплексной нутритивной поддержки профессиональных спортсменов: [методические рекомендации] / Э.С.Токаев, А.А.Хасанов, Е.А.Некрасов. – Москва: Инновационная компания «Академия – Т», 2013. – 64 с.
5. Цыганенко Олег. Современное спортивное питание: направления развития, проблемы и их решения / Олег Цыганенко, Ярослав Першегуба, Наталя Скларова, Людмила Оксамытна// Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2015. - № 3. – С.302-306.



КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ, КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ К ТРЕНИРОВКАМ ПО МИНИ-БАСКЕТБОЛУ

МИТОВА Е.А. – к.физ.восп., доцент, заведующая кафедрой спортивных игр
ОНИЩЕНКО В.М. – преподаватель кафедры спортивных игр
РОГОЗИН В.В. – студент III курса кафедры спортивных игр

*Днепропетровский государственный институт физической культуры и
спорта*

Аннотация. В работе проанализированы компьютерные игры, как вспомогательное средство повышения мотивации к тренировкам по мини-баскетболу у детей на этапе начальной подготовки.

Ключевые слова: мини-баскетбол, компьютерные технологии, игры, этап начальной подготовки.

Введение. Одной из тенденций современного баскетбола является ранняя специализация, а именно уменьшение возраста начала занятий спортивными играми с 9-11 до 6-7 лет [1, 2].

Мини-баскетбол – это разновидность баскетбола, предназначенная для детей 6-12 летнего возраста. Условия и правила мини-баскетбола соответствуют особенностям физического развития детей дошкольного возраста и младших школьников. Игра способствует разностороннему развитию детского организма [4, 5, 6]. В основном тренеры акцентируют внимание на развитии физических качеств, обучении детей умениям и навыкам основных элементов, однако недостаточно внимания уделяется формированию мотивации к осознанным занятиям мини-баскетболом.

Мотивация, так же как и волевые качества, формируется длительное время. Проблемы ее воспитания должны решаться еще на этапе начальной спортивной подготовки. Так как в это время характерна недостаточная осознанность потребностей, в их основе, неустойчивость, неопределенность и взаимозаменяемость различных способов удовлетворения. Их содержание и сила определяется тем, как ребенок включается в новый двигательный режим, в новый стиль жизни, происходит адаптация к физическим нагрузкам и отношениям в спортивном коллективе. По сути, все мотивы этой стадии направлены на определение того, является ли спортивная тренировка необходимой и желанной для ребенка [3].

Поэтому поиск средств и методов формирования мотивации у детей на этапе начальной подготовке является актуальным направлением научных исследований.

Цель исследования – охарактеризовать компьютерные игры, как вспомогательное средство повышения мотивации к тренировкам по мини-баскетболу.



Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних літературних джерел, а також ресурсів мережі Інтернет.

Результати дослідження і їх обговорення.

За останні роки надзвичайно стрімко і масштабно відбувається застосування комп'ютерних технологій у спорті. Сучасні інформаційні технології, які дозволяють створювати, зберігати, обробляти інформацію і забезпечувати ефективні способи її подання споживачу, стали важливим фактором спорту і засобом підвищення ефективності функціонування всіх складових тренувальної і змагальної діяльності.

Питання використання комп'ютерних технологій у сфері фізичної культури і спорту розглядаються у роботах В.Ю. Волкова (2001), І.Т. Богданова (2014), В.О. Кашуби (2015) і др. Особливу увагу приділяється комп'ютерним програмам, які здійснюють контроль фізичного стану школярів різних вікових груп (Н.М. Гончарова, 2009; Ю.Ю. Борисова, 2009). Вчені підкреслюють необхідність використання комп'ютерних технологій у системі навчання руховим навичкам і навикам, діагностування біомеханічних характеристик рухової функції школярів, для визначення рівня теоретичних знань (О.В. Скалій, 2002; П.В. Петренко, 2014; Є.М. Хоменко, 2014).

Однак, використання комп'ютерних ігор, як допоміжного засобу формування мотивації до занять міні-баскетболом у дітей 6-7 років вивчено ще недостатньо.

Виконаний нами аналіз різних зарубіжних сайтів по міні-баскетболу показав, що за кордоном вже давно використовують у підготовці юних баскетболістів комп'ютерні ігри. Нами знайдені рекомендації щодо використання комп'ютерних ігор у підготовці баскетболістів на сайті федерації міні-баскетболу Чехії. Однак в Україні, це напрям ще не має широкого впровадження у навчально-тренувальний процес дітей на етапі початкової підготовки.

Нами були проаналізовані комп'ютерні ігри доступні в мережі Інтернет, їх спрямованість як наглядного методу для навчання юних баскетболістів. Результати дослідження представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

Характеристика комп'ютерних ігор, пов'язаних з елементами баскетболу, для дітей

Назва гри	Сайт	Основна спрямованість гри
Basketball Horse	http://www.minibasketbal.cz	Навчить правильній траєкторії польоту м'яча в момент кидка.
Best Dunk.	http://www.minibasketbal.cz	Показ високого вибуху в баскетболі.
Mini Basketball Arcade.	https://play.google.com	Розвиває швидкість і реакцію

NBA 2K17.	http://support.2k.com	Знакомство с лучшими игроками мира.
NBA JAM by EA SPORTS™	https://help.ea.com	Игра направлена на командную работу.
МИНИ БАСКЕТБОЛ.	http://www.flashplayer.ru	Учит правильной траектории полета мяча во время броска.
World Basketball Championship.	http://www.1001guru.ru	Игра учит стремиться к победам Знакомит детей с другими странами мира.
Shootin Hoops.	http://www.1001guru.ru	Игра показывает, что нужно делать во время игры в баскетбол .
Groovy Hoops!	http://www.1001guru.ru	Учит правильной траектории полета мяча во время броска.

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Анализ компьютерных игр, которые существуют в сети Интернет и доступны к загрузке на смартфоны и гаджеты, свидетельствуют о том, что они могут служить вспомогательным средством повышения мотивации к тренировках по мини-баскетболу у детей на этапе начальной подготовки. Такой подход позволит тренерам способом, который очень нравится современным детям, увлекать детей в баскетбольную тематику.

Список использованной литературы:

1. Мітова О.О. Сучасні проблеми розвитку міні-баскетболу в Україні / О.О. Мітова, В.М. Онищенко // Молода спортивна наука України. Збічник наукових праць галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів: ЛДУФК. –2014. - Випуск №18. Том 1.- С. 150-155.
2. Онищенко В. Структура та зміст навчально-тренувального процесу в міні-баскетболі на першому році навчання / В. Онищенко // Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К.:Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2016. – Випуск 4 (74) 16, С. 69-74.
3. Мотивация детей к занятиям спортом. Режим доступа: <http://www.list7i.ru/?mod=boards&id=560>
4. Česká asociace minibasketbalu. Mini-basketbal [Електронний ресурс]. – 2016. <http://www.minibasketbal.cz/home.html>
5. Spencer M. Mini Basketball. A guide to teaching and coaching. Written and Compiled By Martin Spencer / M. Spencer. - FIBA Mini-Basketball.–2011.–255 p.
6. Zollner M. Mini-basketball Program in Berlin / M. Zollner // Mini-basketball, school games and activities. Fiba assist magazine. – 2004, № 10. - P. 63-65.



АНАЛИЗ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИГРОВОГО АМПЛУА

НЕСТЕРЕНКО Н.А. – к.физ.восп., ст. преподаватель кафедры теории и методики спортивной подготовки

*Днепропетровский государственный институт физической культуры
и спорта*

Аннотация. В работе выявлено, что программы для ДЮСШ и СДЮСШОР, которыми руководствуются тренеры, не дают полного представления о системе развития скоростно-силовых качеств юных баскетболистов в зависимости от игрового амплуа.

Ключевые слова: специальная физическая подготовка, юные баскетболисты.

Введение. В современном юношеском баскетболе особое значение приобретает скоростно-силовая подготовка – один из важных факторов повышения мастерства и специальной работоспособности игроков. (Ю.В. Верхошанский, 1988, 1998, 2005, Ю.В. Корягина, 2003, 2010). В последнее время актуализируется ряд аспектов, касающихся оптимального соотношения нагрузок различной направленности, последовательности их включения в скоростно-силовую подготовку баскетболистов разного уровня мастерства и подготовленности (В.М. Зациорский 2009).

Многие современные программы и рекомендации (В.М. Колос 1994, В.М. Корягин 1998, Ж.Л.Козина 2010) разработаны с расчетом на баскетболистов высокой квалификации. В большинстве из них не учтены особенности морфофункционального развития, характерные для большинства баскетболистов, поэтому их использование в тренировочном процессе возможно только после существенной предварительной переработки. В настоящее время еще не получила научного обоснования методика развития скоростно-силовых способностей с учетом возрастных особенностей развития организма игроков и игрового амплуа в условиях многолетнего процесса спортивной тренировки, слабо отслежена динамика уровня развития скоростно-силовых способностей у юных баскетболистов разных игровых амплуа, что не способствует повышению качества учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности.

Следовательно, все вышеперечисленные работы, подтверждают необходимость создания научно обоснованной методики по специальной физической подготовке юных баскетболистов в зависимости от игрового амплуа, которые помогут увеличить результаты соревновательной деятельности.



Цель исследования: проанализировать современное состояние проблемы повышения эффективности специальной физической подготовки юных баскетболистов в зависимости от игрового амплуа.

Методы исследования: анализ и обобщение научно-методических литературных источников. Обобщение опыта практической работы по системе подготовки юных баскетболистов.

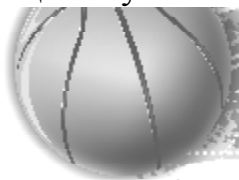
Результаты исследования и их обсуждение. Сложным и очень важным в процессе становления спортсмена является распределение учебного материала и направленности нагрузки по годам и этапам подготовки. За время занятий в ДЮСШ и СДЮШОР юные спортсмены должны усвоить основной материал по технике и тактике игры, приобрести теоретические знания и практические навыки, повысить уровень физической подготовленности, выполнить контрольные нормативы, подойти к началу выступления на соревнованиях в хорошей спортивной форме. Этого можно достичь только с помощью рационального планирования всех видов подготовки. Вся система подготовки в спортивной школе строится с учётом возраста и физического развития занимающихся.

Учебный материал, предусмотренный программами для ДЮСШ и СДЮШОР, распределяется по учебным группам в определённой последовательности с постепенным возрастанием трудности, в соответствии с возрастом занимающихся, их общей и специальной подготовленностью. Цель настоящих программ – помочь тренерам ДЮСШ и СДЮШОР с максимальной эффективностью готовить высококвалифицированных баскетболистов.

Огромное внимание в данных программах уделяется физическому развитию баскетболистов. Физическая подготовка делится на общую и специальную подготовку. Далее в программах даётся перечень упражнений направленных на воспитание компонентов входящих в общую и специальную физическую подготовку. Так же в программы включаются нормативные требования, которые учащиеся должны выполнить в конце каждого года. В заключении программ даются методические указания, направленные на повышение эффективности учебно-тренировочного процесса.

В программах в недостаточно полном объёме рассматривается методика воспитания скоростно-силовых качеств, а также, несомненно мало говорится о методах, при помощи которых решаются задачи скоростно-силовой подготовки.

Направленность тренировочных упражнений обусловлена степенью воздействия на развитие того или иного физического качества. В баскетболе эти качества проявляются комплексно. Однако чтобы эффективно воздействовать на развитие какого-либо конкретного физического качества, целесообразно учитывать также компоненты тренировочной нагрузки: объем и интенсивность выполняемого упражнения, продолжительность интервалов отдыха между выполнением упражнений и характер отдыха в пределах этих интервалов, число повторений упражнения, количество серий, координационную сложность упражнения, количество игроков выполняющих



упражнение. Регулирование величин этих компонентов создаёт возможность избирательно воздействовать на развитие физических качеств, что, бесспорно, ведёт к оптимизации учебно-тренировочного процесса. В тоже время, анализируя программы для ДЮСШ и СДЮШОР, мы ясно видим, что почти все эти компоненты недостаточно полно освещены вышеперечисленными программами. В связи с этим тренерам зачастую, в учебно-тренировочном процессе, приходится опираться на собственную интуицию и личный опыт, а следовательно, действовать скорее интуитивно-вероятностно, чем научно-обоснованно. На основе анализа рабочей документации тренеров СДЮШОР № 5 г. Днепропетровска, была выявлена динамика объёмов скоростно-силовой подготовки баскетболистов в системе их многолетних занятий в СДЮШОР (рис. 1).

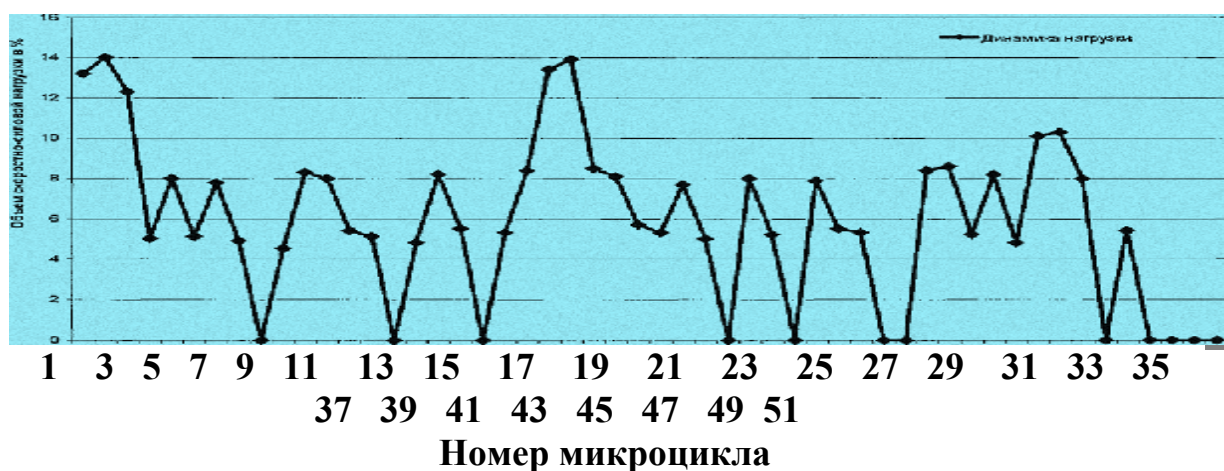


Рис. 1 Динамика скоростно-силовой подготовки баскетболистов в годичном цикле

Анализируя данный рисунок, мы видим, что объём скоростно-силовой нагрузки плавно возрастает, начиная от групп начальной подготовки (10% от общего объёма физической подготовки) и заканчивая группами спортивного совершенствования (50% от общего объёма физической подготовки). Параметры объёмов скоростно-силовой подготовки во всех группах СДЮШОР были определены тренерами эмпирически, в соответствии с требованиями, предъявляемыми к уровню скоростно-силовой подготовки баскетболистов на каждом из этапов. Правомерность этих объёмов скоростно-силовой работы подтверждается результатами тестирования баскетболистов по итогам каждого года (рис. 2).

В результате анализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности баскетболистов выявлено, что скоростно-силовая подготовка является одной из основополагающих для данного вида спорта. Исходя из этого, становится совершенно очевидным, что игроки при переходе из ДЮСШ и СДЮШОР в команды высшей и суперлиги должны обладать необходимым уровнем скоростно-силовой подготовленности.



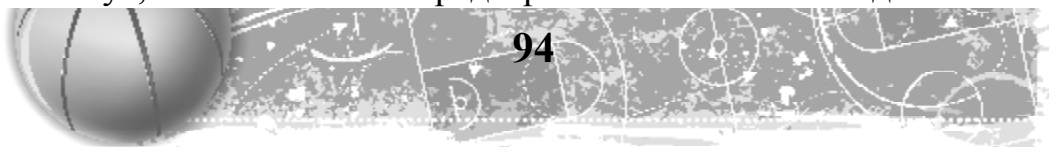
Рис. 2 Об'єми швидко-силової навантаження баскетболістів у системі багаторічної підготовки ДЮСШ і СДЮШОР

Следовательно, особенно важно сконцентрировать внимание тренеров на воспитании швидко-силовых качеств в том возрасте, в котором закладывается фундамент спортивного мастерства баскетболистов. Но обратить внимание тренеров на данную проблему – это одна сторона медали, другая это вооружить тренеров более совершенными методиками направленными на развитие швидко-силовых качеств. Материалы программно-нормативного характера, которыми руководствуются тренеры, то есть программы для ДЮСШ и СДЮШОР, не дают полного представления о системе воспитания швидко-силовых качеств юных баскетболистов. В настоящих программах нет разделения средств и методов подготовки избирательно для девушек и юношей, не предлагаются даже примерные об'ємы швидко-силовых навантажок рекомендуемых для каждой возрастной группы, кроме требований по выполнению контрольных нормативов. Также нет дифференцированного подхода к воспитанию швидко-силовых качеств игроков в зависимости от игрового амплуа, начиная с этапа предварительной базовой подготовки, а это необходимо поскольку навантаження выполняемая игроками в соревновательной деятельности является различной.

Объём навантажок выполняемый игроками в процессе соревновательной деятельности, в командах высшей и суперлиги значительно отличается от навантажок выполняемых в ДЮСШ и СДЮШОР.

Выводы. Беря во внимание всё вышесказанное, можно сделать вывод о том, что для обеспечения наиболее совершенного перехода игроков из ДЮСШ и СДЮШОР в команды высшей и суперлиги и дальнейшего повышения эффективности их соревновательной деятельности необходимо:

- специализированная программа воспитания физических качеств юных баскетболистов, в том числе и швидко-силовой подготовки.
- распределение объёма швидко-силовых навантажок для каждой возрастной группы.
- дифференцированный подход к развитию швидко-силовых качеств в учебно-тренировочном процессе для игроков в зависимости от игрового амплуа, начиная с этапа предварительной базовой подготовки.



Перспективи дальнейших исследований. На основе полученных данных можно теоретически и практически обоснованно выбирать средства для целенаправленного развития и коррекции скоростно-силовых способностей юных баскетболистов разного игрового амплуа.

Список использованной литературы:

1. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву та шкіл вищої майстерності (навчально-тренувальні гусита груп спортивного удосконалення) / Л.Ю. Поплавський, В.Г. Окіпняк. – Київ, 1999. – 123с.
2. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. 3-е изд. / В.М. Зациорский. – М.: Советский спорт, 2009. – 200 с.
3. Козина Ж.Л. Теоретико-методические основы индивидуализации учебно-тренировочного процесса спортсменов в игровых видах спорта: автореф. дисс. ... доктора наук по ФВиС: спец. 24.00.01 «Олимпийский и профессиональный спорт» / Ж.Л.Козина. – К.: 2010. – 45 с.
4. Корягин В.М. Теоретико-методические основы системы подготовки юных баскетболистов / В.М. Корягин // Теорія та методика фізичного виховання. - Харків, - 2010. - № 10. – С. 3 - 7.



СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ НА ПЕРШОМУ РОЦІ НАВЧАННЯ В МІНІ-БАСКЕТБОЛІ

ОНИЩЕНКО В.М. – викладач кафедри спортивних ігор

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Анотація. В роботі представлено авторську структуру та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році навчання в міні-баскетболі.

Ключові слова: структура та зміст, міні-баскетбол, перший рік навчання.

Вступ. Багаторічними дослідженнями провідних фахівців спорту [2] обґрунтовано фундаментальні положення теорії та методики спортивної підготовки. При цьому для багатьох спортивних ігор не вирішеною залишається низка питань, пов'язаних з побудовою та змістом тренувального процесу на етапі початкової підготовки в зв'язку зі світовою тенденцією до ранньої спеціалізації у спорті [2, 3].

Планування підготовки дітей 7-8 років на першому році занять міні-тенісом представлено в роботі Лазарчук О.В. (2010). Значну увагу закордонні науковці (Л. Костікова, 2002; В. Лепьошкін, 2011; Н. Сортел, 2002; П. Баррел, П. Патрик, 2008; Х.М. Бусета, 2000, Спенсер, 2011 та ін.) приділили розвитку міні-баскетболу не тільки на рівні країни, але й на міжнародному рівні. Питанням відбору в баскетболі займалися такі вітчизняні та зарубіжні науковці як – А. Ніколич, Ю. Параносіч, (1984); Л. Костікова, (2002); Л. Волков, (2003); В.Г. Губа, С.Г. Фомин., С.В. Чернов, (2009) та ін., розробкою та впровадженням методик або технологій навчання спортивним іграм у дошкільних та шкільних закладах займалися такі вчені, як: Е.Й. Адашкявичене, 1983, 2001; Г.З. Максимів, 2007; О.Г. Лахно, 2013; О.О. Конох, 2014. але робіт присвячених науковому обґрунтуванню структури та змісту навчально-тренувального процесу протягом першого року занять міні-баскетболом для дітей 6-7 років не знайдено. Тому дана тема дослідження є актуальною.

Мета дослідження – науково обґрунтувати структуру та зміст навчально-тренувального процесу на першому році занять в міні-баскетболі для дітей 6-7 років.

Методи та організація дослідження: аналіз науково-методичної літератури та Інтернет джерел, синтезу та узагальнення інформації; педагогічний експеримент.

Результати дослідження та їх обговорення. Розроблена структура та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році навчання міні-баскетболом ґрунтувалися на врахуванні: сучасних тенденцій до ранньої спеціалізації у командних спортивних іграх; зарубіжного досвіду популярності міні-баскетболу; даних анкетування тренерів; результатів



констатувального експерименту. Були спрямовані на розв'язання завдань етапу початкової підготовки: зміцнення здоров'я, усунення недоліків фізичного розвитку, розвиток фізичної підготовленості дітей, залучання дітей до систематичних занять спортом. Заняття проводилися з дотриманням основних принципів: дидактичних (науковості, систематичності та послідовності, свідомого ставлення до занять та активності, самостійності, наочності, доступності та індивідуалізації, різноманітності та новизни) і специфічних (спрямованості на досягнення найвищих результатів, співвідношення норм часу в різних заняттях загального часу режиму дня юного спортсмена, поступового зростання навантажень протягом року, єдності загальної та спеціальної підготовки, оптимізації співвідношення тренувальних засобів протягом року); перерозподіл співвідношення сторін підготовки; поступове збільшення часу тренувань, обсягу й інтенсивності виконання фізичного навантаження. Структура та зміст навчально-тренувального процесу була розроблена з урахуванням: наукових досліджень останнього десятиріччя; приклад провідних баскетбольних країн, сучасні світові тенденції розвитку міні-баскетболу з урахуванням вікових особливостей дітей 6-7 років; коригуючих вправ для профілактики порушень розвитку хребта та зв'язково-м'язового апарату; психолого-педагогічних принципів спрямованих на розвиток мотивації у дитини до занять фізичною культурою і спортом; теоретичної підготовки щодо знань про здоровий спосіб життя та успіх в житті через баскетбол; сенситивних періодів розвитку фізичних якостей.

Запропонована структура навчально-тренувального процесу складалась з 4-х блоків, які за тривалістю відповідали термінам чотирьох чвертей у СЗОШ: 1 блок «знайомство» (вересень-жовтень), 2 блок «інтерес» (листопад-грудень), 3 блок «адаптація» (січень-березень), 4 блок «звичка» (квітень-травень), які було запропоновано з урахуванням адаптаційних процесів до фізичних навантажень. До кожного з блоків було запропоновано розподіл обсягу компонентів підготовки у годинах та відсотках, розроблено план-конспекти навчально-тренувальних занять, з розподілом засобів та методів теоретичного, практичного, мотиваційного та контрольного розділів у межах одного тренувального заняття з діаграмою допустимих для дітей 6-7 років норм ЧСС. Заняття проводилися тричі на тиждень тривалістю 60 хвилин.

Зміст навчально-тренувального процесу протягом першого року занять міні-баскетболом було розподілено на чотири розділи підготовки таких як: теоретичний, практичний, мотиваційний та контрольний, кожен з яких вирішував різні завдання. Загальний обсяг роботи складав 108 годин, із розрахунку 3 заняття на тиждень по 60 хвилин. Теоретичний розділ протягом року складав 10 годин (9,26%) й сприяв підвищенню рівня теоретичних знань про міні-баскетбол. Реалізовувався при допомозі розроблених посібника «Теоретичні аспекти з міні-баскетболу для тренерів початкової підготовки (розраховано на дітей 6-7 років)» та для дітей зошита «Теоретичний практикум з міні-баскетболу для дітей 6-7 років». Практичний розділ складав 70 годин (64,81%) й був спрямований на розвиток фізичної підготовленості (28 год.

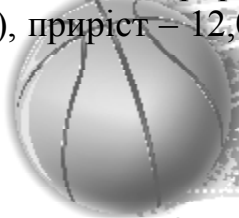


25,93%), опанування вміннями та навичками (26 год. 24,07%), зміцнення фізичного здоров'я (16 год. 14,81%). Мотиваційний розділ складав 18 год. (16,66%). Контрольний розділ 10 год. (9,26%). Для кожного з розділів було підібрано форми, засоби та методи.

Критеріями оцінювання ефективності впровадження структури та змісту навчально-тренувального процесу юних баскетболістів було визначення: рівня фізичної підготовленості, фізичного здоров'я, фізичного розвитку, теоретичних знань з міні-баскетболу, рівня оволодіння життєво важливими руховими уміннями і навичками, інтересу дітей до занять після першого року занять міні-баскетболом та порівняння з показниками дітей 6-7 років контрольної групи, які займалися за адаптованою навчальною програмою з баскетболу для груп початкової підготовки.

В ході формувального експерименту визначено, що застосування в експериментальній групі структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років, які займаються міні-баскетболом на першому році занять сприяло істотному приросту показників рівня фізичної підготовленості у порівнянні з контрольною: швидкісно-силових якостей – у тесті «Стрибок у довжину з місця» у юнаків відбулося покращення на 5,87 см. ($p < 0,001$), приріст становить – 5,56%; «Стрибок у висоту з місця» у юнаків покращення на 2,75 см. ($p < 0,001$), приріст – 13,02%, у дівчат – 3,38 см. ($p < 0,001$), приріст – 16,31%; координаційних здібностей – у тесті «Проба Ромберга» у юнаків результат покращився 4,63 с. ($p < 0,001$), приріст – 35,43%, у дівчат – на 3,60 с. ($p < 0,05$), приріст – 30,51%; гнучкості – у тесті «Нахил тулуба вперед з положення сидячи» у дівчат – на 3,63 см. ($p < 0,05$), приріст – 53,21%; достовірний приріст спостерігався у тестах, які визначають рівень розвитку спеціальних фізичних якостей (просторо-часових параметрів - «Човниковий біг 3x10 м. з оббіганням набивних м'ячів» – у юнаків покращення становило – 0,93 с. ($p < 0,001$), приріст – 8,16 %, у дівчат на 1,05 с. ($p < 0,001$), приріст – 9,08 %; спритності - «Човниковий біг 4x9 м.» – у юнаків покращення на 1,29 с. ($p < 0,001$), приріст – 9,06%, у дівчат на 0,97 с. ($p < 0,001$), приріст – 7,06%; орієнтація тіла у просторі – «Біг до пронумерованих набивних м'ячів» - у хлопців покращення результатів становило – 1,59 с. ($p < 0,001$), приріст – 11,46%, у дівчат – покращення на 1,22 с. ($p < 0,01$), приріст – 8,91%; швидкість у дівчат покращилась на 0,11с. ($p < 0,05$), приріст – 3,67%.

Впровадження змісту практичного розділу щодо зміцнення фізичного здоров'я свідчить, що загальний рівень фізичного здоров'я у хлопців та дівчат 6-7 років майже не змінився, але у всіх тестах спостерігалась тенденція до покращення. Після формувального експерименту тестування показало наявність достовірних приростів у хлопців та дівчат експериментальної групи: у хлопців у індексі Робінсона та індексі Руф'є при $p < 0,05-0,001$, приріст складав – 8,02% та 15,53% відповідно, у дівчат в тих же тестах при $p < 0,05-0,001$, приріст складав – 5,75% та 13,11% відповідно. В контрольній групі хлопців та дівчат приріст спостерігається лише в показнику індексу Руф'є (при $p < 0,001$), приріст – 12,08% та 9,02% у хлопців та дівчат відповідно. Визначено,



позитивний вплив розробленої структури та змісту на процеси дихальної та серцево-судинної системи.

Ефективність теоретичного розділу навчально-тренувального процесу підтверджується тим, що у дітей експериментальної групи після експерименту визначено вірогідний приріст показників рівня теоретичної підготовленості дівчат експериментальної групи у порівнянні з контрольною (при $p < 0,05$): з історії баскетболу з 12,5% до 100%; правил гри - з 6,25% до 81,25%; баскетбольні терміни - з 25% до 62,5%; у хлопців – з історії баскетболу – з 12,5% до 100%, з правил гри – 6,25% до 81,25%, терміни – 18,75% до 68,75%.

Виявлено, що впровадження змісту мотиваційного розділу у навчально-тренувальний процес сприяло підвищенню мотивації дітей до занять міні-баскетболом, що позначилося на стабільності відвідування тренувань протягом першого року, підвищився інтерес до занять.

Висновки. Застосування розроблених структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом сприяло покращенню показників фізичної та теоретичної підготовленості, функціонального стану, мотивації до занять міні-баскетболом, стабільності відвідування дітьми тренувальних занять, що дає підставу для її практичного впровадження у системі підготовки спортсменів на етапі початкової підготовки в зв'язку зі світовою тенденцією до ранньої спеціалізації.

Перспективами подальших досліджень полягають у розробці комп'ютерної версії структури та змісту навчально-тренувального процесу на першому році навчання для сайту федерації баскетболу України.

Список використаної літератури:

1. Онищенко В.М. Вплив занять міні-баскетболом на рівень фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей 6-7 років на першому році навчання / В.М. Онищенко // Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал ДДІФКіС. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2015. – С. 102-106.
2. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 680 с.
3. Spencer M. Mini Basketball. A guide to teaching and coaching. Written and Compiled By Martin Spencer / M. Spencer. - FIBA Mini-Basketball.–2011.–255 p.



ЗМІНИ ПОКАЗНИКІВ ПСИХОМОТОРНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТОК ПІД ВПЛИВОМ ТРЕНУВАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ КОРИГУЮЧОЇ СПРЯМОВАНOSTІ

РОМАНЧУК І. В. – старший викладач кафедри спортивних і рекреаційних ігор
КЛЕНІНА І. Ю. – головний тренер БК ЛДУФК-СКІФ-Спартак (м. Львів)

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. В роботі показано динаміку різниці показників психомоторної підготовленості сторін опорно-рухового апарату спортсменок та згладжування асиметрії показників психомоторної підготовленості юних баскетболісток в результаті застосування експериментальної методики дозувань тренувальних навантажень в річному циклі навчально – тренувальної групи другого року навчання на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Ключові слова: психомоторна підготовленість, етап спеціалізованої базової підготовки, рухова асиметрія.

Вступ. Психологічні стани – найбільш рухомий елемент психології спортсменів. Уміла психодіагностика стану спортсмена може багато сказати про ступінь його змагальної надійності, дає можливість прогнозувати поведінку спортсмена в екстремальних умовах, внести корективи в його перед змагальну підготовку [3]. Враховуючи, що психічні реакції, виникаючі у спортсменів в умовах тренувальної та змагальної діяльності, обумовлені, перш за все, змінами психофізіологічних функцій, перед науковцями постає завдання психофізіологічної діагностики функціональних станів спортсменів [2, 4].

Ефективність виконання гравцями технічних прийомів в переважній більшості випадків обумовлює високі спортивні результати команди під час змагань. В свою чергу, результативність ігрових дій тісно пов'язана з показниками психомоторного стану спортсменок [1, 2].

У спортивних іграх, зокрема у баскетболі, боротьба проходить в умовах активного опору супротивника й характеризується швидкоплинністю ситуацій, що постійно змінюються, підпорядковуючи вибір тактичних рішень обмеженому ліміту часу. Правильне рішення, прийняте із запізненням, стає помилковим. У зв'язку з цим, на перший план виступають вимоги до оперативного мислення спортсмена, причому, в першу чергу, до скорочення часу ухвалення рішення. "Швидкісна" діяльність вимагає від спортсмена не тільки добре тренованого локомоторного апарату й здатності до швидких і безпомилкових почуттєво-наочних сприйняття об'єктів, але й здатності до настільки ж швидкої розумової діяльності у формі оцінки ситуації, прийняття рішення, зміни прийнятої стратегії й тактики свого поведіння [1, 5].

Процес вдосконалення психомоторної діяльності являє собою розгортання моторної програми у просторі та часі та відповідний контроль цієї програми. Цей процес представляє не тільки науковий, а і практичний інтерес



для досліджень. У зв'язку з цим у баскетболі важливого значення набувають психодіагностичні методи досліджень, розраховані на вивчення психомоторного розвитку, спеціальних здібностей, психічних станів баскетболісток, зокрема стану психічної готовності до змагання, стану тренуваності та ін. [3].

Дослідження виконано згідно плану науково-дослідної роботи кафедри спортивних та рекреаційних ігор Львівського державного університету фізичної культури за темою "Оптимізація процесу підготовки спортсменів в ігрових видах спорту із врахуванням індивідуальних особливостей у відповідності до стилів діяльності". Напрямок дослідження відповідає темі Зведеного плану НДР державного комітету з питань фізичної культури і спорту на 2011-2015 роки "Теоретико-методичні основи індивідуалізації навчально-тренувального процесу в ігрових видах спорту", номер державної реєстрації 0112U002001.

Мета роботи: виявити вплив тренувальних навантажень спеціальної спрямованості на зміни асиметрії показників психомоторної підготовленості юних баскетболісток.

Завдання роботи.

1. Визначити величину показників психомоторної підготовленості баскетболісток навчально – тренувальної групи другого року навчання етапу спеціалізованої базової підготовки.

2. Оцінити зміни показників психомоторної підготовленості юних баскетболісток під впливом експериментальної методики проведення навчально – тренувальних занять з урахуванням рухової асиметрії спортсменок.

Методи та організація дослідження:

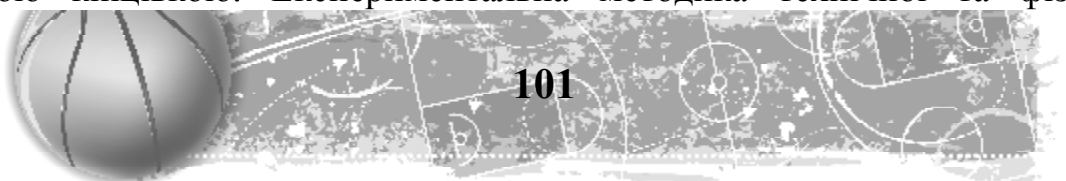
1. Теоретичний аналіз й узагальнення літературних джерел.
2. Тестові випробування для дослідження рівня оперативного мислення.

Для цього застосовувалась програма дослідження сенсомоторних та інтелектуальних якостей " ДИАГНОСТИК ". Досліджувалися такі показники:

а) проста реакція на появу квадрата на екрані;
б) перцептивна антиципація (складна реакція на рухомий об'єкт):
- по дисплею в горизонтальному напрямі рухається мітка, перетинаючи у визначеному місці вертикальну лінію. Завдання випробовуваного – передбачити момент перетину мітки та лінії і натиснути клавішу.

Фіксувалося виконання вправ окремо правою та лівою рукою, визначалася провідна рука.

3. Педагогічний експеримент. Дослідження проводилося в період з 1.09.2014 року по 31.05.2015 року. В експерименті приймали участь спортсменки навчально – тренувальних груп другого року навчання етапу спеціалізованої базової підготовки ОДЮСШ м. Львова та ДЮСШ м. Самбора. В експерименті навантаження на непровідну сторону опорно-рухового апарату пропонувалося в обсязі плюс 10 % до того, котре спортсменки виконували провідною кінцівкою. Експериментальна методика технічної та фізичної



підготовки юних баскетболісток використовувалася протягом навчального року, тобто протягом підготовчого й змагального періодів. Навчально – тренувальні заняття проводилися відповідно до річного навчального плану для навчально – тренувальної групи 2-го року навчання етапу спеціалізованої базової підготовки..

4. Методи математичної статистики. Визначалися середнє арифметичне та стандартна похибка середнього арифметичного ($\bar{X} \pm m$), середня різниця показників (\bar{d}). Для визначення вірогідності різниці показників тестувань використовувався t – критерій Стюдента.

Результати дослідження та їх обговорення. В табл. 1 висвітлені дані, що характеризують вплив експериментальної методики на якість виконання контрольних техніко-тактичних вправ.

Таблиця 1

Величина показників психомоторної підготовленості сторін ОРА юних баскетболісток на різних етапах обстеження

Тестові вправи	Сторона	Етапи обстеження	Група					
			Контрольна			Експериментальна		
			$\bar{X} \pm m$	t	p	$\bar{X} \pm m$	t	p
Проста реакція, мс	Провідна	Попередній	244,3±46,78	5,66	<0,01	289,26±48,8	6,36	<0,01
		Підсумковий	186,9±60,42			223,5±48,54		
	Непровідна	Попередній	268,0±55,12	5,64	<0,01	295,18±51,65	6,44	<0,01
		Підсумковий	205,4±59,72			223,84±52,52		
Реакція на рухомий об'єкт, мс	Провідна	Попередній	94,22±33,37	5,62	<0,01	103,3±39,19	5,46	<0,01
		Підсумковий	85,8±37,5			85,89±40,45		
	Непровідна	Попередній	96,02±34,21	5,53	<0,01	105,84±35,22	5,79	<0,01
		Підсумковий	88,29±35,02			83,4±36,45		

За результатами підсумкового тестування психомоторної підготовленості баскетболісток виявлене достовірне зниження часу оперативного реагування у роботі обох кінцівок всіх спортсменок.

Підсумковий тест для визначення простої реакції виявив для провідної руки в контрольній групі (КГ) $\bar{d} = 186,9 \pm 60,42$ мс, а в експериментальній групі (ЕГ) $\bar{d} = 223,5 \pm 48,54$ мс. Для непровідної руки цей показник складає: в КГ $\bar{d} = 205,4 \pm 59,72$ мс, та в ЕГ $\bar{d} = 223,84 \pm 52,52$ мс.

Результати підсумкового тестування реакції на рухомий об'єкт виявили, що на реагування провідною рукою дівчата КГ витрачають в середньому $85,8 \pm 37,5$ мс, в ЕГ – $85,89 \pm 40,45$ мс. Для непровідної руки в КГ цей час складає в середньому $88,29 \pm 35,02$ мс, в ЕГ – $83,4 \pm 36,45$ мс.

Аналіз отриманих результатів показав, що у спортсменок експериментальної групи у всіх контрольних вправах, що виконувалися провідною й неповідною руками, результати достовірно покращилися. У спортсменок контрольної групи спостерігається істотне покращення результатів при тестуванні простої реакції, а в тестуванні складної реакції покращення результатів незначне і пов'язане, на нашу думку, з природним поступальним розвитком, характерним для підлітків 14 - 16 років, а також пояснюється загальним зростанням кваліфікації юних спортсменок.

Про ефективність впливу методики корекції рухової асиметрії на психомоторну підготовленість спортсменок можна судити за даними табл. 2 і рис. 1.

Таблиця 2

Динаміка різниці показників психомоторної підготовленості сторін ОРА юних баскетболісток

Тестові вправи	Етапи обстеження	Група					
		Контрольна			Експериментальна		
		d	t	p	d	t	p
Проста реакція, мс	Попередній	39,07	5,42	<0,01	26,28	5,29	<0,01
	Підсумковий	31,74	5,63	<0,01	20,62	7,32	<0,01
Реакція на рух об'єкт, мс	Попередній	9,84	4,13	<0,01	14,88	4,42	<0,01
	Підсумковий	10,04	4,59	<0,01	6,46	4,14	<0,01

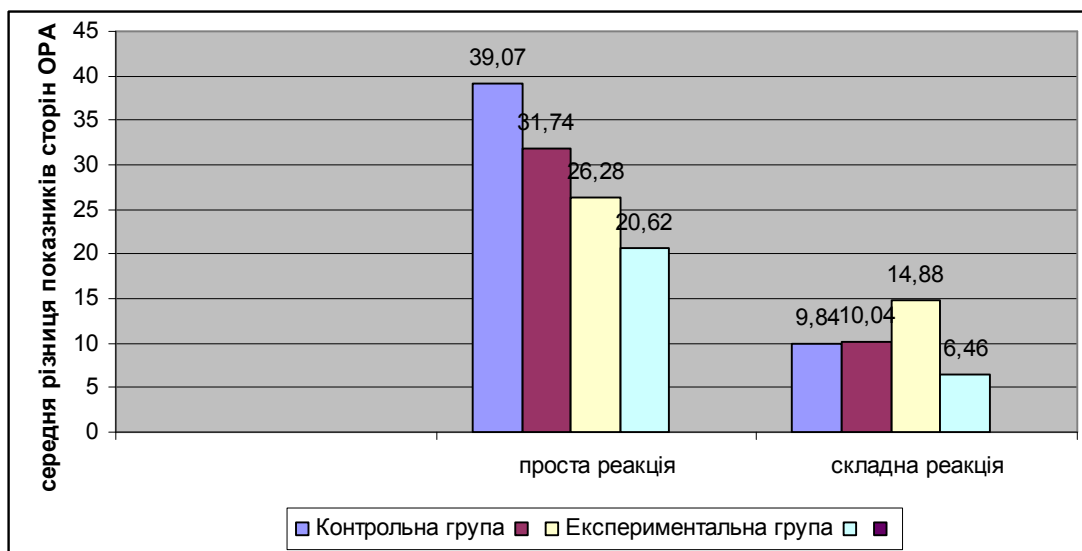


Рис. 1. Динаміка середньої різниці показників психомоторної підготовленості сторін ОРА у юних баскетболісток.

У баскетболісток експериментальної групи після річного використання методики виявлене достовірне зниження величини середньої різниці результатів виконання контрольних тестів психомоторної підготовленості



провідною й непровідною руками ($P < 0,01$). Особливо яскраво це проявилось під час тестування складної реакції на рухомий об'єкт (мал.1).

У контрольній групі результати підсумкового обстеження свідчать про достовірне збільшення показника асиметрії при виконанні тестувань провідною й непровідною рукою в тестуванні реакції на рухомий об'єкт. Зниження часу простої реакції пов'язане, на наш погляд, із загальним підвищенням спортивної майстерності юних спортсменок.

Як видно з таблиці 2, результати підсумкового тестування простої реакції вказують на достовірне зменшення величини середньої різниці між результатами двох рук у баскетболісток обох груп, яка склала після педагогічного експерименту в ЕГ 20,62 мс ($t = 7,32$), тоді як у попередньому дослідженні ця різниця становила 26,28 мс ($t = 5,29$). У КГ зменшення різниці результатів також істотне: 31,74 мс ($t = 5,63$) проти 39,07 мс ($t = 5,42$) в попередньому дослідженні. В обох групах різниця показників статистично достовірна ($p < 0,01$).

В підсумковому тестуванні складної реакції на рухомий об'єкт після використання методики згладжування рухової асиметрії у юних баскетболісток ЕГ величина середньої різниці показників різних сторін ОРА достовірно зменшилася на 8,42 мс та склала 6,46 мс ($t = 4,14$; $p < 0,01$). У КГ внаслідок частішого виконання вправ провідною рукою, даний показник збільшився з 9,84 мс до 10,04 мс ($t = 4,59$; $p < 0,01$).

Висновки.

1. В експериментальній групі приріст психомоторних здібностей за показниками тестувань виявився вищим при виконанні контрольних вправ непровідною рукою. Очевидно, прояв даної особливості відбувся під впливом додаткового навантаження під час навчально - тренувальних занять на непровідну сторону.

2. У роботі непровідної руки в спортсменок контрольної групи зниження часу оперативного реагування дещо нижче, ніж в експериментальній групі, хоча й достовірне. Вірогідність покращення оперативної реакції у цій групі спортсменок, імовірно, можна пояснити також загальним зростанням кваліфікації юних спортсменок..

3. Результати підсумкового тестування психомоторних здібностей засвідчили достовірне зменшення середньої різниці показників реагування провідної та непровідної рук в експериментальній групі. В контрольній групі виявилася негативна динаміка: величина середньої різниці вимірів збільшилася у тестуванні складної реакції на рухомий об'єкт.

4. Запропоноване експериментальною методикою дозування вправ технічної та фізичної підготовки в навчально-тренувальному процесі експериментальної групи на провідну й непровідну кінцівки опорно-рухового апарату виявилось ефективним у підвищенні психомоторної підготовленості спортсменок і згладжуванні рухової асиметрії в цих показниках.

Список використаної літератури:



1. Данилов В.А. Повышение эффективности игровых действий в баскетболе: Дис .д-ра пед. наук. - М., 1996.-379 с.
2. Дрюков В.О. Психофізіологічна діагностика у спорті вищих досягнень:Метод.рек. для тренерів, спортсменів, співробітників комплексних наукових груп / В.О. Дрюков, Г.В.Коробейніков, Ю.О.Павленко та ін. – К.: Наук. світ, 2004. – 29 с.
3. Мітова О. О. Методи наукових досліджень у баскетболі [навч. посіб.] / О. О. Мітова, Р. О. Сушко. - Д. :Інновація, 2015. – 216 с.
4. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. - К.: Олімпійська література, 2001.- 440 с.
5. Степанов В.С. Асимметрия двигательных действий спортсменов в трехмерном пространстве: Автореферат дисс... на соиск. уч. степ. док. пед. наук. - Майкоп, 2001.- 48 с.



ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ОЦІНЮВАННЯ МИСЛЕННЯ ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ

ФРОЛОВА Л. С. – к.фіз.вих., доцент кафедри ТМФВ та спортивних ігор
ТИМОФЄЄВ А. А. – викладач, аспірант другого року навчання

*Черкаський національний університет ім. Б. Хмельницького
Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту і здоров'я.*

Анотація. У статті розглядається технологія оцінки кількісних і якісних показників різних видів мислення юних баскетболістів. На основі аналізу літератури встановлено, що існує проблема наявності норми, за якою можна було б визначити рівень розвитку (з урахуванням часу прийняття рішення і коефіцієнта) кожного виду мислення окремо взятого юного баскетболіста в загальній групі. Пропонується оцінювати розвиток мислення баскетболістів 9-15 років, нормуючи за рівнями в певних вікових групах, що дозволить планувати тактичну підготовку відповідно до здібностей спортсменів.

Ключові слова: інноваційні технології, оцінка, мислення, юні баскетболісти.

Вступ. Успішність змагальної діяльності в спортивних іграх тісно пов'язана з тактичним мисленням, яке складається з багатьох компонентів, включаючи різні види мислення [1, 2]. Складовими тактичного мислення баскетболістів є абстрактне, логічне та операційне [4].

Ми згодні з М. Kempea, А. Grunza, D. Memmerta [3], Г. В. Коробейниковим [1], Л. С. Фроловою [2], що окремі види мислення можуть бути важливими складовими при формуванні саме тактичного мислення, проте, на наш погляд, при розгляді впливу мислення як категорії загальних здібностей спортсменів, необхідно спиратися на узагальнені дані з урахуванням і кількісних і якісних параметрів усіх його видів. Виникла проблема наявності норми, за якою можна було б визначити рівень розвитку кожного виду мислення окремо взятого юного баскетболіста в загальній групі, а також визначити рівень за комплексними показниками часу прийняття рішення і відсотка правильних відповідей всіх видів мислення разом узятих.

Мета та завдання дослідження: Нормування показників різновидів мислення на основі їх кількісних та якісних параметрів баскетболістів 9-15 років, а також визначення рівня розвитку здібностей окремо взятого баскетболіста у загальній групі спортсменів відповідної вікової категорії.

Методи та організація дослідження: Різновиди мислення баскетболістів визначалися з використанням автоматизованої методики «Інтест». Як навантаження для переробки інформації застосовуються предметні (геометричні фігури) та словесні (назви рослин і неживих предметів) символи. Досліджувалися 9-15-річні баскетболісти у кількості 57 осіб. Аналіз результатів дослідження проводився у вікових категоріях 9-11, 12-13 та 14-15 років.



Результати дослідження та їх обговорення. Для того щоб визначити рівень розвитку кожного виду мислення окремо взятого юного баскетболіста в загальній групі досліджуваних, необхідно було розробити шкали оцінювання. При цьому розробка шкал здійснювалася окремо для кожної вікової групи, оскільки місце кожного випробуваного залежить від того, на тлі якої групи його оцінюють. Для оцінки параметрів використовувалися сигмоподібні шкали (з наступними градаціями - до $\bar{x} - 2s$; від $\bar{x} - s$ до $\bar{x} + s$; більше $\bar{x} + 2s$). За результатами тестування були визначені, середні, мінімальні і максимальні значення кількісних і якісних показників різновидів мислення кожної вікової групи юних баскетболістів. Таким чином, мислення, відповідно до представлених шкал оцінювання рівнів розвитку, має п'ять градацій. Виходячи з результатів дослідження, були побудовані шкали оцінювання кількісних і якісних параметрів різних видів мислення юних баскетболістів в своїх вікових категоріях, які буде розглянуто на прикладі 9-10-річних спортсменів (табл. 1).

Таблиця 1

Шкала оцінювання мислення баскетболістів 9-11 років

Різновиди мислення		Рівні					Мін	Макс.	Сер.
		Н	НС	С	ВС	В			
		Бали	2	4	6	8			
АБ	Середній час прийняття рішення (с)	≥19.4	19.3-15.0	14.9-10.6	10.5-6.1	≤6.0	21.7 1	5.31	12.0±1.0
	Коефіцієнт (%)	20≥	30-40	50-60	70-80	90≤	30	80	55.5±3.6
АС	Середній час прийняття рішення (с)	≥26.8	26.7-21.9	21.8-14.0	13.9-6.1	≤6.0	39.3 5	5.87	15.5±1.7
	Коефіцієнт (%)	20≥	30-40	50-60	70-80	90≤	10	50	32.5±2.6
Л	Середній час прийняття рішення (с)	≥11.4	11.3-9.3	9.2-7.2	7.1-5.1	≤5.0	11.7 6	4.42	7.4±0.4
	Коефіцієнт (%)	20≥	30-40	50-60	70-80	90≤	60	100	88.0±2.9
ОП	Середній час прийняття рішення (с)	≥14.0	13.9-11.7	11.6-9.4	9.3-5.1	≤5.0	21.0 8	4.71	10.4±1.0
	Коефіцієнт (%)	20≥	30-40	50-60	70-80	90≤	30	100	83.0±4.3
ПР	Середній час прийняття рішення (с)	≥33.8	33.7-25.8	25.7-17.2	17.1-9.6	≤9.5	27.6 4	9.01	24.6±2.8
	Коефіцієнт (%)	20≥	30-40	50-60	70-80	90≤	0	100	40.0±7.9
Сумарна оцінка		20	20	40	60	80	100		

Примітка: АБ - абстрактне мислення; АС - асоціативне мислення; Л - логічне мислення; ОП - операційний мислення; ПР - просторове мислення; Н - низький рівень; НС - рівень нижче середнього; С - середній рівень; ВС - рівень вище середнього; В - високий рівень.

Для того, щоб привести параметри мислення до однієї норми, ми перевели показники в бали. Це означає, що низький рівень (Н) оцінюється в 2 бали, рівень нижче середнього (НС) – в 4 бали, середній рівень (С) – в 6 балів, рівень

вище середнього (BC) – в 8 балів, а високий рівень (B) – в 10 балів. Для визначення рівня розвитку всіх разом узятих видів мислення за комплексними показниками середнього часу прийняття рішення і коефіцієнта, також використано нормування в балах. Ми пропонуємо наступну відповідність: якщо спортсмен з усіх видів мислення в кількісних і якісних показниках отримає 2 бали, то в сумі буде 20 (рівень низький), відповідно по 4 бали - в сумі 40 (рівень нижче середнього), по 6 балів – у сумі 60 (середній рівень), по 8 балів – в сумі 80 (рівень вище середнього) і по 10 балів – в сумі 100 (високий рівень).

Висновки. Встановлено кількісні та якісні параметри різних видів мислення баскетболістів 9-15 років за середнім часом прийняття рішення та відсотком правильних відповідей і здійснено оцінку за рівнями розвитку. Розраховано відсотковий розподіл кожної вікової категорії юних баскетболістів, де 95% баскетболістів 9-11 років мають середній рівень розвитку мислення, 5% – з рівнем нижче середнього, при цьому рівень вище середнього і високий – відсутні. На відміну від них все баскетболісти групи 12-13-річних мають середній рівень розвитку мислення (100%), а в групі найстарших досліджуваних баскетболістів віком 14-15 років 85% показали середній рівень розвитку мислення, 15% - рівень нижче середнього за відсутності рівня вище середнього і високого.

Перспективи подальших: дослідження будуть спрямовані на розробку шкал оцінювання для психофізіологічних показників, таких як біоенергетика та нейродинаміка.

Список використаної літератури:

1. Коробейніков Г. В. Прояв інтуїтивного мислення в умовах змагальної діяльності у спортсменів в залежності від психофізіологічного стану / Г. В. Коробейніков, Ю. А. Радченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХОВНОКУ. – 2012. – № 06. – С. 87-90.
2. Фролова Л. С. Прояв властивостей ігрового і тактичного мислення у гандболісток різної кваліфікації / Л. С. Фролова, І. Д. Глазирін, Ю. О. Петренко, Я. О. Харченко, А. А. Тімофеев, О. М. Гончаренко, О. В. Гарячук. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХОВНОКУ. – 2013. – № 01. – С. 107-113.
3. Kempea M. Detecting tactical patterns in basketball: Comparison of merge self-organising maps and dynamic controlled neural networks [Electronic resource] / M. Kempea, A. Grunza, D. Memmerta // European Journal of Sport Science. – 2014. – 04 Jul. – S. 1-7. – The access mode: <http://dx.doi.org/10.1080/17461391.2014.933882>.
4. Smyk F. Programming PF equipmentIn IDA Tactical AKTONS BASKETBOLL IN USING TCE Lateral THINKING METNOD. [Electronic resource] / M. Skvortsova, F. Smyk // GISAP: Culturology, Sports and Art History. – 2015. – No 5. – S. 26-29. – The access mode: <http://journals.gisap.eu/index.php/Culture/article/view/905/866>.



ОБУЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ВУЗОВ ПРАВИЛАМ СУДЕЙСТВА В БАСКЕТБОЛЕ НА ОСНОВЕ ЭЛЕКТРОННОГО УЧЕБНОГО ПОСОБИЯ

ШИРОБАКИНА Е.А. – к.п.н., доцент кафедры ЕНДиИТ,
ЙОСИПЕНКО К.А. – магистрантка второго года обучения

Волгоградская государственная академия физической культуры

Аннотация. Качество судейства в баскетболе напрямую зависит от теоретической подготовки судей. В настоящее время начинающие судьи и студенты физкультурных вузов должны изучать правила, их интерпретации самостоятельно. Формирование судейской компетентности является обязательным для выпускников физкультурных вузов. Разработанное авторское электронное учебное пособие «Правила судейства в баскетболе» направлено на формирование судейской компетентности, в настоящее время пособие готовится к внедрению в учебный процесс ФГБОУ ВО «ВГАФК».

Ключевые слова: студенты, правила судейства в баскетболе, начинающий судья, арбитр, электронное учебное пособие.

Введение. В настоящее время не вызывает сомнений важность роли судейства, особенно в игровых видах спорта, характеризующихся высокой степенью влияния субъективных факторов, полный и адекватный учет которых не возможен. Увеличение числа массовых соревнований по баскетболу привело к необходимости привлечения большого количества квалифицированных спортивных арбитров для судейства различного уровня соревнований. Анализ научной и учебно-методической литературы показывает, что вопросам повышения качества начальной судейской подготовки по баскетболу уделяется недостаточно внимания в отличие от судейства в профессиональном спорте (В.А. Кунянский, 2002; М.А. Давыдов, С.Д. Ерофеев; Ф.Б. Дмитриев, 2012), при этом система подготовки молодых судейских кадров действует недостаточно интенсивно и эффективно (В.Е. Ковригин, 2012). Судейская компетентность является важнейшей составляющей профессиональной компетентности бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура». Судейская компетентность будущих тренеров по баскетболу определяется нами как «вид профессиональной компетентности, включающий систему знаний правил соревнований по баскетболу, умений оценивать и принимать адекватные и быстрые решения в различных игровых ситуациях спортивного соревнования» (П.К. Петров, 2014).

Современное информационное общество предполагает новое восприятие знания, расширение спектра способов его получения и представления информации. Поэтому использование информационных технологий является необходимым условием формирования судейской компетентности не только для обучения студентов, повышения квалификации специалистов в области



ФКиС, но и организации систематических занятий с выпускниками школ (школа молодого арбитра) и средних профессиональных заведений спортивной направленности по профильным дисциплинам. Данный подход позволяет включить в традиционные формы обучения информационные дистанционные технологии, повысив при этом доступность обучения будущих абитуриентов в различных регионах и тем самым увеличить количество выпускников, которые в будущем могут стать студентами вуза, сделать более доступным возможность обучения для абитуриентов из регионов. Одним из эффективных элементов для осуществления дистанционного обучения является внедрение электронных учебных пособий с использованием мультимедийных обучающих программ.

Цель и задачи исследования. Целью исследования является разработка модели и создание электронного учебного пособия для обучения баскетбольных арбитров начальной подготовки и формирования судейской компетентности по баскетболу у студентов физкультурных вузов.

Методы и организация исследования. Анализ и обобщение научно-методической литературы, диагностическое тестирование, моделирование, визуализация.

Результаты исследования и их обсуждение.

Спортвысших достижений в настоящее время является полноправным видом трудовой деятельности, а судейская деятельность – особой профессией. Подготовка к успешному осуществлению этой деятельности судей – это процесс создания готовности человека к продуктивному участию в ней. Поэтому в настоящее время Российская федерация баскетбола, судейский комитет и департамент по проведению соревнований стали уделять судейству особое внимание [1,2]. С одной стороны, для организации и проведения большого количества соревнований необходимо иметь немалый штат сотрудников, обслуживающих подобные мероприятия. С другой, возрастает напряженность и сложность соревновательной борьбы, поэтому для современного спорта роль спортивного судьи становится все более значимой. Впервую очередь это актуально в видах спорта с субъективной оценкой результатов соревнований, к которым относятся спортивные игры, в том числе и баскетбол [3].

В современных трудах отечественных и зарубежных ученых подчеркиваются, что развитие мыслительных способностей обучаемых можно осуществить средствами информационных технологий. В связи с тем, что используемые в настоящее время средства, методы, способы и приемы освоения знаний правил по баскетболу не обеспечивают достижения поставленной педагогической цели за минимально возможное время, возникла необходимость в компьютерной технологии, позволяющей решить данную проблему. Именно самосовершенствование специалиста по ФКиС, выполняемая ими в индивидуальном темпе работы обеспечивает выход каждой личности на свой уровень развития, способствует открытию в себе новых возможностей, самореализации своего потенциала [4,5,6].



Одним из способов для решения обозначенной проблемы является создание электронных учебных пособий (ЭУП). ЭУП содержит структурированный материал, представленный в виде последовательности интерактивных кадров, содержащих помимо текста статические или динамические иллюстрации, видео и др. Изучаемый материал в электронном учебном пособии позволяет реализовать нелинейный способ получения информации, таким образом, создавая возможность осуществлять индивидуальную траекторию получения знаний. ЭУП, как правило, дополнительно содержит навигацию, глоссарий, тестовые вопросы для осуществления сценариев ветвления и тестирующую систему контроля итоговых знаний. При разработке структуры и содержания ЭУП требуется соблюдение определенных принципов: приоритетности педагогического подхода; распределенности учебного материала; модульности; полноты; наглядности; ветвления; регулирования; адаптивности; собираемости. Для реализации электронных учебных пособий используется различное программное обеспечение от традиционных алгоритмических языков до специальных инструментов, например, интегрированных в PowerPoint для создания электронных курсов (в том числе, дистанционных).

Учитывая вышеизложенное была разработана модель электронного учебного пособия «Правила судейства в баскетболе», в котором информация представляется в мультимедийном формате. ЭУП содержит гиперссылки по каждому изучаемому вопросу, которые обеспечивают студентам возможности навигации и самостоятельного выбора последовательности изучения материала. В качестве учебного материала выступают Официальные правила баскетбола, официальные интерпретации и баскетбольное оборудование. ЭУП «Правила судейства в баскетболе» содержит следующие теоретические разделы: «Основные сведения», «Фолы», «Жесты судей». Для отображения каждого из них на слайде используются различные способы визуализации: выделение текста, схемоязык, элементы инфографики, картинки, видеофрагменты. ЭУП включает тестовую систему «Контроль знаний», которая позволяет оценить уровень знаний правил судейства в баскетболе. Она включает девять типов вопросов, разделенных на четыре уровня сложности, каждый из них оценивается разным количеством баллов, суммирующихся при ответе (за частично правильные ответы начисляется меньшее количество баллов):  Верно/Неверно ;  Одиночный выбор ;  Множественный выбор ;  Ввод строки ;  Соответствие ;  Порядок ;  Пропуски ;  Вложенные ответы ;  Банк слов . Чтобы уровень итогового теста для каждого студента был одинаковым, система выбирает вопросы, имеющие в сумме одинаковое, строго заданное количество баллов. Глоссарий содержит все упоминаемые в Правилах термины, некоторые из них дополнены иллюстративным материалом.

Выводы. Спроектированное и разработанное авторское электронное учебное пособие «Правила судейства в баскетболе» соответствует всем требованиям к данному виду электронного образовательного ресурса. Оно обладает всеми свойствами, делающими его необходимым и полезным для

студентов. Внедрение ЭУП в учебный процесс дает возможность обучающимся самостоятельно управлять процессом освоения теоретических знаний Правил судейства в баскетболе, в том числе дома или на сборах. Данное пособие можно использовать на любых устройствах: компьютерах и ноутбуках, Android и Windows-устройствах, iPad и iPhone.

Перспективы дальнейших исследований. Продолжить разработку электронных учебных пособий по баскетболу для студентов физкультурных вузов.

Список использованной литературы:

1. Дмитриев, Ф.Б. Методические основы подготовки судей по баскетболу [Текст]: Учебно-методическое пособие / Под редакцией И.К. Латыпова, Ф.Б. Дмитриева. – М., 2012. – 260 с.
2. Кропотухина, О.С., Методика судейства в баскетболе [Текст]: учеб.-метод. пособие / О.С. Кропотухина. – Екатеринбург: Изд-во ФГАОУ ВПО «Рос. Проф.-пед. ун-т», 2009. – 73 с.
3. Кунянский, В.А. О судьях и судействе / Кунянский В.А. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 87 с.
4. Сандирова, М.Н. К вопросу об использовании компьютерных программ в работе специалистов по спортивным играм / М.Н. Сандирова // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: сб. научн. тр. – Смоленск, 2005. – С. 246-252.
5. Широбакина, Е.А. Методика обучения общеразвивающим гимнастическим упражнениям на основе использования информационных технологий: Автореферат дисс. ...канд. пед. наук / Елена Александровна Широбакина. – Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2010. – 25 с.
6. Широбакина, Е.А. Формирование навыков эффективной работы с информацией и информационными потоками / Е.А. Широбакина, Н.В. Стеценко // Теория и практика физической культуры. – 2016. – №2. – С. 74.



ПОКАЗНИКИ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У НАПАДІ КВАЛІФІКОВАНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ

ШУТОВА С.Є. – доцент, к.фіз.фих., завідувач кафедри спортивних ігор
АБРАСЬОВ О.С. – студент четвертого курсу

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Анотація. Виявлені показники ефективності атакуючої діяльності кваліфікованих баскетболістів, враховуючи тактичну складову підготовки, особливості комплектації команд, дозволяють правильно організувати навчально-тренувальний процес у баскетболі.

Ключові слова: ефективність, атакуюча діяльність, кваліфіковані баскетболісти.

Вступ. Стратегія сучасної підготовки кваліфікованих баскетболістів техніко-тактичну підготовку розглядає як основний системоутворюючий елемент всієї багатогранної структури навчально-тренувального процесу [1, 3].

Розширене і поглиблене вивчення проблеми особливостей ефективної атакуючої діяльності команд Вищої ліги дозволить мати орієнтири при підготовці кваліфікованих гравців, розкрити їх нові потенційні можливості [2, 4].

Мета дослідження: Виявити показники атакуючої діяльності кваліфікованих баскетболістів, що визначають ефективність видів нападу.

Завдання дослідження:

1. Вивчити особливості атакуючої діяльності кваліфікованих баскетболістів (на прикладі команд Вищої ліги).
2. Виявити співвідношення показників видів нападу і їх внесок у формування результату гри обумовлених кваліфікацією баскетболістів.

Методи та організація дослідження: аналіз науково – методичної літератури та інтернет ресурсів, педагогічні спостереження, хронометрія, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення.

Дослідження проведені на підставі ігор двох команд вищої ліги: БК "Азовмаш-2" та "Вовча зграя" другого кола чемпіонату України. Бнали участь у дослідженні 24 особи, 12 гравців від кожної команди, заявлених на участь в чемпіонаті України. У команді Вищої ліги БК "Азовмаш-2": Заслужений тренер України Москаленко С. М., 12 гравців – 1 майстер спорту, 7 – кандидатів у майстри спорту, решта – першорозрядники. Зріст баскетболістів – від 179 см до 207 см, вік – від 17 до 21 років. У команді Вищої ліги "Вовча зграя": тренер Цимбал О. В., 12 гравців – 5 кандидатів у майстри спорту, решта – першорозрядники. Зріст баскетболістів – від 176 см до 208 см, вік – від 16 до 20 року.



Результати дослідження свідчать про те, що атакуюча діяльність команд БК "Азовмаш-2" та "Вовча зграя" обумовлюється наступними варіантами видів нападу:

Швидкий прорив:

а) після оволодіння м'ячем, що відскочив від щита (підбір на своєму щиті);

б) після перехоплення м'яча.

Позиційний напад:

Обидві команди використовують гру з центровим гравцем, та переважно кожна:

а) БК "Азовмаш-2" – систему гри з двома центровими;

б) "Вовча зграя" – систему гри без центрових.

Аналіз протоколів чемпіонату України Вищої ліги, які фіксують ігрову діяльність баскетболістів в нападі, аналіз відеозаписів цих ігор і щоденників тренерів команд БК "Азовмаш-2" та "Вовча зграя", дозволив визначити не тільки особливості, але і показники ефективності атакуючих дій баскетболістів.

Зафіксувавши частоту застосування швидкого прориву і його реалізації в 14 іграх першості України (Вища ліга) бачимо, що команда БК "Азовмаш-2" застосувала 199 спроб швидкого прориву, а реалізувала 142 спроби, що становить 71,4 %. Команда "Вовча зграя" застосувала 168 швидких проривів, реалізувала – 118 спроб, що складає 70,2 %. Зазначаємо, що відсоток реалізації швидкого прориву знаходиться практично на одному рівні, з невеликою різницею у показниках - 1,9 %. Таким чином, команди показали досить високий відсоток реалізації швидкого прориву, що достатньо чітко демонструє прагнення обох команд до швидкісного нападу. Цьому сприяли: підготовка передумов для проведення швидкого прориву в багатьох типових ситуаціях, котрих команда може оволодіти м'ячем, і у тих випадках, коли команда вкидає м'яч у гру; ефективна організація початкових переміщень гравців за визначеною системою; своєчасна боротьба за досягнення чисельної переваги на ранній стадії розвитку атаки і т. і.

Також, отримані результати свідчать про зниження, з ростом спортивної майстерності, кількості атак позиційного нападу. Команда БК "Азовмаш-2" застосувала 975 атак, що на 25 атак менше, ніж команда "Вовча зграя" – 1000 атак. І що найголовніше, відсоток реалізації вище на 5,6 % у команди БК "Азовмаш-2" – 47,1 %. Більш досвідчена команда БК "Азовмаш-2" має кращий показник в реалізації атак, ніж молода команда "Вовча зграя" (табл. 1).

У ході дослідження виявлено, що обидві команди використовують систему позиційного нападу з одним центровим гравцем. Кількість атак і їх реалізація вище (на 84 атаки більше і 54 реалізованих) у команди БК "Азовмаш-2".

Характерною рисою цієї команди є система нападу з 2 центровими гравцями. Застосувавши 393 атаки гравці БК "Азовмаш-2" реалізували 205 атак, що становило 52,2 %. Особливості ведення гри командою "Вовча зграя" є гра без центрових. Застосувавши 502 атаки, вони реалізували – 214 разів, що



становило 42% як бачимо, відсоток реалізації вище за всіма показниками у команди БК "Азовмаш-2". Встановивши співвідношення видів нападу і їх внесок у формування результату гри бачимо, що основний результат ігор формується за рахунок позиційного нападу.

Таблиця 1

Співвідношення показників різних видів позиційного нападу

Кількість ігор	Команди	Позиційний напад з двома центровими			Позиційний напад з одним центровим			Позиційний напад без центрових			Усього %		
		Кількість	Кількість реалізованих атак	Ефективність %	Кількість	Кількість реалізованих атак	Ефективність %	Кількість	Кількість реалізованих атак	Ефективність %	Кількість	Кількість реалізованих атак	Ефективність %
14	Азовмаш - 2	393	205	52,2	582	255	43,8	-	-	-	975	460	47,1
	Вовча зграя	-	-	-	498	201	40,3	502	214	42	1000	415	41,5
X	Азовмаш - 2	28,1	14,7	52,2	41,6	18,2	44,8	-	-	-	69,6	32,8	47,1
	Вовча зграя	-	-	-	35,5	14,4	42,3	35,9	15,3	43,1	71,4	29,6	41,4

За гру команда БК "Азовмаш-2" застосовує в середньому 69,6 атак позиційного нападу з реалізацією 32,8, а швидким проривом – 10 успішних атак з 15, що становить 66,6 %. Команда "Вовча зграя" застосовує в середньому за гру 71,4 атак позиційного нападу, успішно реалізуючи 29,6 атак, що становить 41,4 %, швидким проривом команда "Вовча зграя" атакує в середньому за гру 13 разів, успішно реалізуючи 9 спроб, що становить 69,2 %. Різниця в показниках наступна: кількість атак у позиційному нападі і швидкому прориві у команди БК "Азовмаш-2" ненабагато вище, ніж у команди "Вовча зграя" (0,2 за кількістю атак, 0,7 за кількістю реалізованих атак, що становить 0,6 % ефективності реалізації атак).

Висновки та перспективи подальших досліджень.

1. Таким чином, аналіз структури атакуючої діяльності баскетболістів високої кваліфікації дозволив встановити, що незважаючи на існування значних розходжень у співвідношенні видів нападу, обумовлених кваліфікацією спортсменів, основним видом атакуючої діяльності є позиційний напад.

2. Вивчення та аналіз розглянутого експериментального матеріалу дозволяє стверджувати, що ми не встановили достовірних відмінностей аналізованих показників з урахуванням кваліфікаційних відмінностей гравців і команд. Однак проглядається стійка тенденція до зменшення кількості атак з

підвищенням кваліфікації спортсменів і збільшення "очкової" вартості однієї атаки.

3. Виявлені в ході пошукового експерименту кількісні показники, що відображають зміст позиційного нападу, необхідно враховувати при реалізації тактичної підготовки спортсменів різної кваліфікації, що, безсумнівно, впливає на формування результату в ході гри та змагань.

Список використаної літератури:

8. Дорошенко Е. Ю. Теоретико-методичні основи управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх: автореф. дис. на здобуття наук, ступеня докт. наук з фіз. вих. і спорту : [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / Е. Ю. Дорошенко. - Київ, 2014. - 44 с.

9. Поплавський Л.Ю. Баскетбол / Л.Ю. Поплавський – К.: Олімпійська література. – 2004. – С. 257-283.

10. Поплавский Л.Ю. Оптимизация подготовки баскетболистов высокой квалификации на основе объективной оценки показателей их соревновательной деятельности / Л.Ю. Поплавский, С.Є. Шутова // Материалы Международного научного конгресса: «Спорт. Олимпизм. Здоровье». - Т.ІІ / Кишинев, 2016 г. – С. 287-293.

11. Сушко Р. О. Модельні характеристики кваліфікованих баскетболісток на основі врахування ігрового амплуа / Р. О.Сушко // Слобожанський науково-спортивний вісник. - 2011. - № 1. - С. 45 - 52.



РОЗДІЛ 3.

ПЛАНУВАННЯ ТА КОНТРОЛЬ В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ ТА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ



СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КОНТРОЛЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ В НБА

БЕЗМЫЛОВ Н.Н. – к. физ. восп., доцент кафедры истории и теории олимпийского спорта

Національний університет фізического виховання і спорту України

Аннотация. В статье рассматриваются особенности применения системы видеоанализа соревновательной деятельности «Player Tracking, для оценивания количественно-качественных характеристик игровых действий баскетболистов в НБА. Систематизированы основные показатели, которые регистрируются автоматизированной системой в процессе видеоанализа.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, контроль, технико-тактические действия, информационные технологии.

Введение. Совершенствование процесса управления соревновательной деятельности на основе объективизации знаний о ее структуре и компонентах обеспечения, является важной задачей совершенствования системы подготовки спортсменов в разных видах спорта [3,4]. Учитывая престижность и популярность спортивных игр, высокий уровень конкуренции на международной спортивной арене и значимость спортивного результата, актуальность вопросов, связанных с повышением эффективности соревновательной деятельности в спортивных играх является очевидной и не вызывает сомнений [1,5].

Однако эффективность процесса управления соревновательной деятельности невозможна без наличия точных и объективных данных, отражающих особенности игровых действий баскетболистов в матче и информативных критериев их оценки [1,2,6].

С целью определения эффективности соревновательной деятельности в баскетболе в последние десятилетия принято анализировать эффективность реализации технико-тактических действий в матче. Многими специалистами разработаны модельные характеристики реализации технико-тактических действий в матче для спортсменов с учетом их игрового амплуа, квалификации, гендерных особенностей и др. [1,5]. Получившие сегодня популярность интегральные индексы оценивания в баскетболе (КПД, EFF и др.), также базируются на учете выполненных технико-тактических действий, среди суммарного числа которых определяют соотношение положительных и отрицательных действий игрока и команды в матче. Однако необходимо понимать, что соревновательная деятельность баскетболистов в матче не ограничивается лишь выполнением отдельных технико-тактических приемов, которые, как правило, завершают систему действий игроков, спортсмены выполняют множество организационных и комбинационно-тактических



действий, единоборств, которые, играют важную роль в процессе ведения соревновательной деятельности. Неслучайным, на наш взгляд, является тот факт, что наиболее успешными баскетболистами, признаются экспертами игроки, которые имеют не самые высокие коэффициенты КПД и реализации технико-тактических действий.

Использование современных информационных технологий, позволяет гораздо расширить спектр изучаемых показателей и действий в матче, многие из которых никогда ранее не были доступными для анализа специалистами по баскетболу. Американский профессиональный баскетбол, часто играл роль новатора внедрения прогрессивных технологий и служит надежным индикатором практической целесообразности использования тех или иных нововведений, целью которых является постоянное стремление к повышению зрелищности и популярности игры. Впервые в американском баскетболе было внедрено правило лимита на проведение атаки в 24 секунды и организован первый матч “всех звезд” (“All Star Game”), установлена традиция определения наиболее ценного игрока “MVP” и проведены соревнования по системе игр плей-офф и многое другое. Практически все эти нововведения были со временем заимствованы во многих странах и международных баскетбольных соревнованиях.

В сезоне 2009-2010 годов, Национальная баскетбольная ассоциация, впервые в истории профессионального спорта США, заключила контракт с компанией STATS на закупку и внедрение системы видеоанализа соревновательной деятельности матчей NBA – SportVU «Player Tracking». Уже первый полноценный сезон (2013-2014 гг.) использования системы видеоанализа в сильнейшей баскетбольной лиге мира, вызвал необычайный интерес со стороны специалистов и зрителей, а регистрируемые при этом данные, показали высокую информативность и полезность для понимания игры. После столь удачного опыта внедрения системы «Player Tracking» в NBA, заинтересованность в использовании данной технологии проявили руководители NXL. Интересным, на наш взгляд, представлялось изучение предыстории создания системы видеоанализа матчей, выявление особенностей ее функционирования и определение перечня показателей, которые регистрируются для оценки соревновательной деятельности баскетболистов.

Цель работы: изучить предпосылки внедрения и особенности использования системы видеоанализа соревновательной деятельности баскетболистов в NBA.

Методы работы: анализ специальной научно-методической литературы, анализ данных Internet, педагогическое наблюдение, анализ соревновательной деятельности.

Задачи исследований: 1) Изучить исторические предпосылки внедрения автоматизированных систем с целью контроля соревновательной деятельности в спортивных играх. 2) Дать характеристику принципам работы системы видеоанализа соревновательной деятельности баскетболистов в NBA «Player Tracking». 3) Систематизировать основные игровые показатели, которые



реєструються при допомозі технології відеоаналіза змагальної діяльності «Player Tracking».

Результати роботи: Основоположником системи відеоаналіза SportVU, прийнято вважати ізраїльського ученого Микки Тамира, який первісно створював технологію відеоаналіза траєкторії польоту і розпізнавання снарядів для оборонної промисловості. Внаслідок автор використовував елементи цієї системи для аналізу переміщень футболістів в матчах чемпіонату Ізраїля. Першими, хто всерйоз зацікавився розробкою і зміг передбачити користь від її застосування, були представники NBA. Американська компанія STATS викупила технологію SportVU в 2008 році і адаптувала її під специфіку проведення баскетбольних змагань. Необхідно відзначити, що інші популярні види спорту в США (бейсбол, американський футбол) також були готові до революційних технологічних нововведень, однак, як показали попередні спроби впровадження, значительна кількість гравців і складність їх відслідковування на невеличких ділянках поля, не дозволяли досягти ефективності роботи системи. Баскетбол підходив ідеально для функціонування системи Player Tracking, так як в процесі гри необхідно було відслідковувати всього десятих спортсменів і рух м'яча (11 об'єктів).

Одним з основних елементів системи SportVU є робота шести камер, закріплених на підвісних конструкціях зали, по три з кожної половини площадки (рис.1).

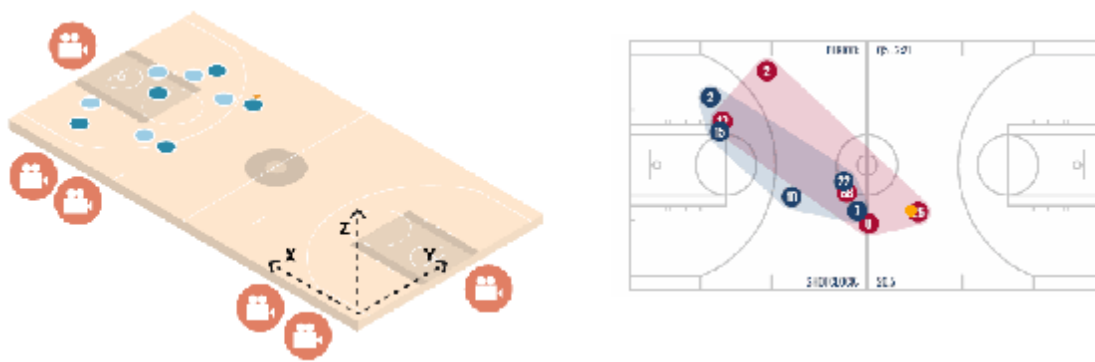


Рис 1. Розташування шести камер системи SportVU «Player Tracking» на аренах в NBA і представлення отримуваних даних про переміщення гравців

Шість синхронно працюючих камер, дозволяють з частотою 25 кадрів в секунду, створювати в тривимірній площині неперервну картину переміщень баскетболістів і м'яча впродовж всього матчу. Враховуючи той факт, що загальна тривалість баскетбольного матчу в NBA становить 48 хвилин, система SportVU «Player Tracking» встигає зробити 72000 кадрів за гру. Кожен кадр автоматично передається на комп'ютер, який накопичує дані і видає інформацію про переміщеннях гравців і виконаних ними діях. Алгоритм роботи системи SportVU «Player Tracking» отримав назву ICE Platform. Завдяки оперативності роботи



системы и доступности получаемых данных, тренеры и игроки могут в режиме игры получать ценную информацию о своих действиях и действиях соперника в матче, используя при этом компьютер или iPad.

Внедрение системы видеоанализа в NBA осуществлялось поэтапно. С целью обучения и экспериментальной оценки работы, система SportVU “Player Tracking” была установлена, в сезоне 2009-2010 годов, на четырех аренах (Dallas Mavericks, Houston Rockets, Oklahoma City and San Antonio Spurs). В следующем сезоне, к ним присоединились еще две команды – Boston Celtics и Golden State Warriors. В сезоне 2013-2014 гг., на всех 30 аренах NBA, было установлено необходимое оборудование для функционирования системы видеоанализа соревновательной деятельности.

Система SportVU “Player Tracking” позволяет собирать большое количество разнообразных данных о перемещениях, единоборствах и игровых приемах баскетболистов. С целью систематизации регистрируемых показателей мы условно разделили их на три относительно самостоятельные группы с учетом схожести показателей в них вошедших (рис.2).



Рис. 2. Группы показателей, регистрируемых для анализа соревновательной деятельности с помощью системы SportVU “Player Tracking”

К первой группе показателей, можно отнести характеристики перемещений баскетболистов (скорость, дистанция, траектория, точки выполнения бросков мяча и др.). Показатели, которые отражают владение мячом (время владения, ведение мяча и др.), могут быть отнесены ко второй группе. К третьей группе, на наш взгляд, следует отнести текущие технико-тактические действия баскетболистов и единоборства (борьба за подборы мяча,



передачі м'яча, броски після ведення, кількість заблокованих спроб атаки кошика і др.). Вказані на рисунку 2 показники не висчерпують весь той спектр даних, які можуть бути зареєстровані при допомозі впроваджені технології. Однак і цій інформації цілком достатньо для того щоб підприємати спробу вивчити особливості змагальної діяльності баскетболістів завдяки тим показникам, які до нинішнього часу залишалися в полі зору вчених. Інтересним представляються дослідження, направлені на виявлення особливостей переміщень гравців різного амплуа і кваліфікації в матчі, їх швидкості руху, впливу віку гравців на характер їх гри, встановлення залежності між структурою функціональної підготовленості і руховою активністю гравців в матчах і багато інше.

Висновки. Вивчення змагальної діяльності в баскетболі, встановлення її основних компонентів забезпечення і реалізації, є актуальною проблемою в теорії і практиці баскетболу. Використання сучасних інформаційних технологій, дозволяє розширити діапазон аналізованих показників, підвищити кількість і якість реєстрованих даних, необхідних для розуміння процесу гри.

Опыт внедрения системы видеонализа соревновательной деятельности SportVU "Player Tracking" в NBA показал высокую эффективность используемой технологии. Учитывая доступность разработки, интересным представляется широкомасштабное использование подобной технологии на других баскетбольных соревнованиях национального, регионального и континентального уровня. Данные собранные при помощи системы видеонализа могут быть использованы как тренерами и спортсменами для анализа и коррекции игры, так и учеными для выявления закономерностей соревновательной деятельности и других исследований.

Перспективи дальніших досліджень пов'язані з розробкою модельних характеристик для баскетболістів високого класу різного ігрового амплуа, по ряду, недоступних раніше для аналізу, ігрових показників (швидкість переміщення, пройдена дистанція за матч і др.) з наступним використанням їх в цілях спортивного відбору і орієнтації на різних етапах багаторічного вдосконалення.

Список использованной литературы:

1. Безмылов Н.Н. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне: монография / Н.Н. Безмылов, О.А. Шинкарук. – К., 2013. – 144 с.: ил., табл. – Библиография.: с. 139-143.
2. Мітова О.О. Проблеми контролю в сучасних командних спортивних іграх / О.О. Мітова // Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал. – Дніпропетровськ: ДНДІФКіС, - №2. – 2015. – С. 166-171.



3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – кн. 1. – 680с.
4. Bompa T.O., Carrera M. Periodization training for sports, Champaign, Human Kinetics, 2005, 259 p.
5. Erčulj F. An analysis of basketball players movements in the slovenian basketball league play-off using the sagit tracing system // Facta universitatis: Scientific paper. Series: Phisycal Education and Sport / F. Erčulj, B. Dežman, G. Vučovič, J. Perљ, M. Perљe, M. Kristan. – Vol. 6. - № 1. – 2008. – P. 75-84.
6. Trninić S. Dizdar D Performance Evaluation Criteria. Coll. Antropol. 24 (2000) 1: 217–234.



ДИНАМІКА ЕФЕКТИВНОСТІ ДІЙ КВАЛІФІКОВАНИХ БАСКЕТБОЛІСТОК В ІГРАХ З РІЗНИМИ СУПЕРНИКАМИ

ВОЗНЮК Т.В. – доцент, к.н. з фіз..вих. і спорту

Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського

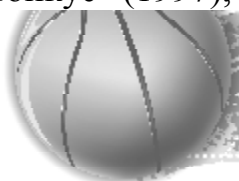
Анотація. У статті представлений аналіз ігрових показників кваліфікованих баскетболісток, визначених за 2-х хвилинними інтервалами в іграх з різними за силами суперниками.

Ключові слова: змагальна діяльність, коефіцієнт ефективності, баскетбол

Вступ. Одним із напрямів удосконалення системи підготовки спортсменів високого класу є вдосконалення управління тренувальним процесом на основі об'єктивізації знань про структуру змагальної діяльності [4]. Відомо, що система управління передбачає наявність прямого і зворотного зв'язків між керуючою і керованою підсистемами, в спорті керуючою підсистемою є тренер, а керованою окремий спортсмен або цілком команда. Прямий зв'язок це система педагогічних впливів, що здійснюються на різних етапах підготовки, або оперативно у процесі тренувань і змагань. Отримання об'єктивної інформації у процесі спостереження за змагальною діяльністю є одним із каналів зворотного зв'язку, а її аналіз та узагальнення отриманих даних, розробка й прийняття управлінських рішень відповідно до цих результатів сприяє підвищенню ефективності ігрової діяльності як керованої підсистеми [2, 5].

Регулярні зміни в правилах змагань в баскетболі відбивають сучасні тенденції гри, які свідчать про збільшення інтенсивності, швидкості та силової міцності гравців, використання у процесі гри активних форм захисту, швидких атак. Контроль змагальної діяльності кваліфікованих баскетболісток за невеликими часовими інтервалами дозволяє більш досконало вивчити процеси адаптації до ігрової діяльності, визначити закономірності гри певної команди, знайти залежність ефективності дій від окремих чинників.

У зв'язку з тим, що результативність у спортивних іграх загалом, та баскетболі зокрема, визначається впливом багатьох чинників, то виникає проблема комплексного дослідження структури змагальної діяльності []. Зацікавленість цією проблемою проявляється значною кількістю наукових доробок. Так, вивченням техніко-тактичної структури ігрової діяльності у баскетболі займалися Е.Ю.Дорошенко (2005), Ж.Л. Козина (2008), Н.С. Ніязова (2009) та ін.; розробкою та обрахуванням коефіцієнтів змагальної діяльності Е.Р. Яхонтов (1977), Ю.І. Портних (1982), Н.Н. Безмилов (2010 - 2013) та ін.; вивченню психологічних складових гри присвячені праці Є.С.Жарикова (1988), В.І. Воронової (2001-2014), Є.С. Загузова (2011) та ін.; структури рухової діяльності та визначенням активних та пасивних фаз гри А.Д. Леонов (1991), С.С. Стонкус (1997), В.М. Корягин (2002) та ін.; залежності результатів



змагальної діяльності від функціональних резервів організму спортсменів В.С. Мищенко (1990), Є.Я. Гомельський (1997), В. Пшибильський (2004), Ф.А. Йорданська (2006) та ін.

Дослідження динаміки ефективності ігрових дій в 2-х хвилинних інтервалах у процесі гри з різним за силою суперником у баскетболі доповнить існуючі наукові дані та дозволить розробити нові підходи щодо корекції тренувального процесу.

Метою нашого дослідження було визначення динаміки кількісних та якісних показників техніко-тактичної діяльності кваліфікованих баскетболісток упродовж гри з різним суперником із урахуванням часу їх виконання.

Методи та організація дослідження. Розроблена нами методика спостереження за змагальною діяльністю передбачає стенографічний запис техніко-тактичних дій в спеціальний протокол, який був розбитий на 2-ох хвилинні інтервали реального часу гри [1].

Для оцінки техніко-тактичної майстерності ми використовували коефіцієнт ефективності, який являє собою відношення прийомів виконаних вдало до загального числа виконаних дій за визначений проміжок часу.

Було проаналізовано дані дев'яти ігор жіночої команди Суперліги «Вінницькі блискавки» в чемпіонаті України сезону 2016-2017 рр.

Результати дослідження та їх обговорення. Фіксація ігрових показників (кидки з різної відстані, підбір м'яча, ефективність швидкого прориву, перехоплення, втрати м'яча, результативні передачі, фоли гравців, штрафні кидки) за 2-х хвилинними інтервалами реального часу дає можливість визначити динаміку показника ефективності ігрових дій упродовж кожного тайму гри. Зазначимо, що «чистий» час гри команд (10 хв.) у окремих таймах тривав у реальності від 14 до 20 хв. у залежності від зупинок матчу на порушення, заміни та пробиття штрафних кидків, взятих тайм-аутів. Для аналізу були обрані ігри з різними за силами суперниками (слабким, рівним за силами, сильним).

Отримані результати свідчать, що кожен з таймів гри має свої особливості, що пов'язані з ходом змагальної боротьби, однак можемо відзначити і загальні тенденції, які в свою чергу також відбиваються на результаті гри.

1-й тайм в грі з рівним суперником має нестабільну динаміку показника ефективності ігрових дій і характеризується пристосуванням суперників до гри один одного, не визначеністю лідеру поєдинку. 2-х хвилинні інтервали гри з низьким коефіцієнтом ефективності (КЕ) (0,24-0,38 ум.од.) чергуються з достатньо середнім значенням КЕ від 0,46 до 0,56 ум.од. (рис. 1). В грі з слабким суперником процес адаптації тривав лише близько 4-х хв., після чого можна спостерігати позитивну динаміку ефективності дій з 0,38 до 0,8 ум.од.



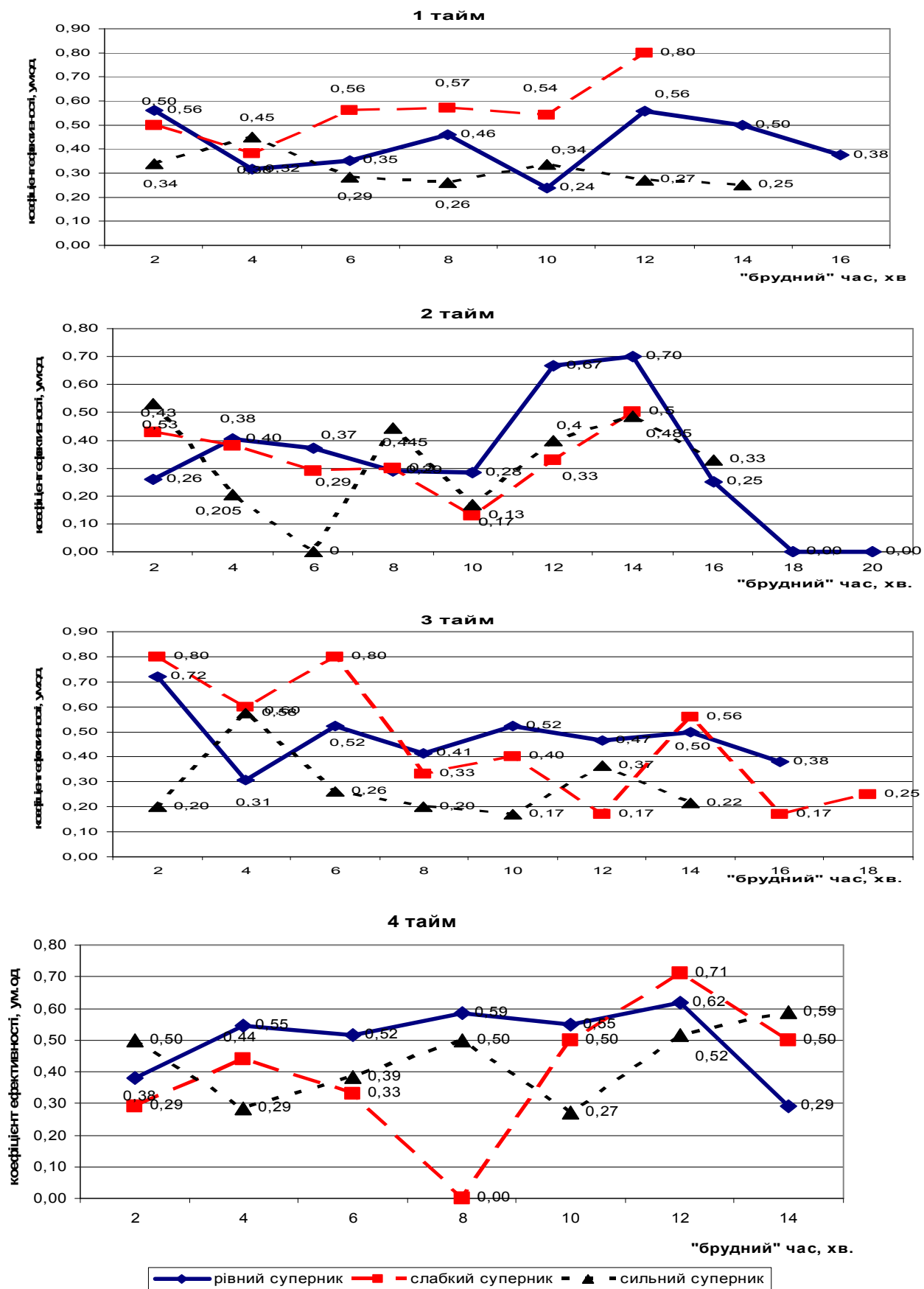


Рис. 1. Динаміка коефіцієнта ефективності ігрових дій висококваліфікованих баскетболісток упродовж гри



Гра з сильним суперником лише на перших 4-х хвилинах гри мала позитивну динаміку з 0,34 до 0,45 ум.од., упродовж всього іншого часу перевага за силами команди суперника відбилася на якості виконуваних дій, КЕ упродовж всього тайму коливався в межах 0,25-0,34 ум.од.

У 2-му таймі гри з рівним суперником спостерігається найбільш висхідна тенденція покращення КЕ з 0,26 до 0,70 ум.од. до 12-14 хв. зустрічі з наступним різким спадом показника до кінця гри, при чому чим більше буде тривати цей період тим гірше ефективність. Що стосується інших ігор (з сильним та слабким суперником), то в них спостерігається приблизно однакова ефективність, проте викликана різними чинниками. Можемо припустити, що сильний суперник не дає можливості для кращої гри, а слабкий не стимулює до більш ефективних дій.

3-й тайм гри з рівним суперником є дзеркальним відображенням 1-го тайму, за баскетбольним сленгом «гра починається з чистого листа». Висока ефективність протягом перших 2-х хв. на рівні 0,72 ум.од., змінюється її різким спадом в наступний часовий інтервал до 0,31 ум.од. та стабілізацією показника до кінця тайму на середньому рівні 0,38-0,56 ум.од.

Значна перевага на початку 3-го тайму гри з слабким суперником відзначилася високою ефективністю дій команди, проте вже після 6-ї хвилини реального часу, якісні показники значно зменшилися і за невеликим виключенням (12-14 хвилини) мали низхідну динаміку. В грі з сильним суперником початок 3-го тайму характеризується намаганням спротиву гравців за рахунок більш ефективних дій, проте вже після 4-ї хвилини КЕ був досить низьким (у середньому на рівні 0,28 ум.од.).

4-й тайм зазвичай найбільш напружений, адже саме в ньому вирішується доля поєдинку. Важливість цього тайму вимагає максимальної мобілізації в діях з будь-яким суперником, тому й особливої різниці в динаміці показників не виявлено, а ефективність дій знаходилася на середньому рівні в середньому в межах 0,4-0,6 ум.од. Можемо констатувати, що саме в цьому таймі високі показники КЕ надають перевагу і впевненість у власних силах, що допомагає команді здобути перемогу в грі.

Порівнявши криву показника КЕ в окремих таймах ігор відзначимо такі загальні риси:

1. Найбільш низькі значення коефіцієнту ефективності визначені на початку (з рівним за силами суперником), на 10-й хв. реального часу та в кінці тайму.

2. Висхідна динаміка показника КЕ спостерігається в другій половині кожної чверті матчу до 12-14 хв. (приблизно 7-ма хвилина «чистого» часу гри у таймі), як наслідок намагання гравців виправити попередні низькі показники ефективності та вирівняти, або набуті більшої переваги наприкінці тайму.

3. В іграх з рівним за силами і більш слабкими суперниками на початку 1-го та 3-го тайму (після тривалої перерви) визначені більш високі значення КЕ, ніж у 2-му та 4-му таймі, перед якими перерва складає лише 2 хв. В той же час,



початкові показники КЕ в 2-му і 4-му таймі не набагато відрізняються від тих, що були виявлені наприкінці попередніх чвертей гри.

Таким чином можемо констатувати, що адаптація гравців до змагальних умов відбувається упродовж перших 4-6 хв. (2-3 хв. чистого часу), приблизно до 12-14 хв. (7 хв. чистого часу) результати стабілізуються, після чого ефективність дій гравців погіршується під впливом фізичних та емоційних навантажень не зважаючи на кінцевий рахунок зустрічі.

Висновки. Статистична обробка даних змагальної діяльності в баскетболі дозволяє ретельно проаналізувати гру команди та внесок окремих гравців у загальний результат поєдинку. Чим менший відрізок гри аналізується, тим більше інформації щодо закономірностей ходу гри можна отримати. Отримані дані свідчать, що в баскетболі не буває нічого випадкового, кінцевий результат залежить від ефективності гри команди упродовж всіх таймів. Низькі показники коефіцієнту ефективності дій на початку та в кінці таймів вказують на те, що структура змагальної діяльності в баскетболі пред'являє специфічні вимоги до функціонального забезпечення роботи спортсменів, і як наслідок, до структури функціональної підготовленості баскетболісток.

Результати такого аналізу можуть бути використані з метою внесення нових педагогічних впливів у підготовку команди з урахуванням основних тенденцій у ході гри.

Перспективою подальших досліджень в цьому напрямку є визначення окремих закономірностей, що можуть з великою вірогідністю моделювати кінцевий результат матчу.

Список використаної літератури:

1. Вознюк Т.В. Контроль змагальної діяльності в баскетболі за часовими інтервалами // Т.В. Вознюк, А.І. Драчук. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації – 2016. – Вип. 1. – С. 305-310.
2. Елевич С. Н. Управление состоянием соревновательной готовности высококвалифицированных баскетболистов в процессе многолетней спортивной подготовки : автореф. на соискание ученой степени доктора пед. наук / С. Н. Елевич. – С.-Пт., 2009. – 40 с.
3. Дорошенко Э.Ю. Управление технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх : [монография] / Э. Ю. Дорошенко. – Запорожье : ООО «ЛИПС ЛТД», 2013. – 436 с.
4. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. / В. М. Костюкевич. – Вінниця : Планер, 2014. – 616 с.
5. Robertson Sam A method to assess the influence of individual player performance distribution on match outcome in team sports / Sam Robertson, Ritu Gupta & Sam McIntosh // Journal of Sports Sciences – 2016. – Vol. 34. – Issue 19. – P. 1893-1900.



ПОКАЗНИКИ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ НАПАДНИКІВ NBA

ГОЛОВКО А.М. – старший викладач кафедри спеціальної фізичної та вогневої підготовки

СТРИКАЛЕНКО Є.А. – к.фіз.вих., доцент, завідувач кафедри олімпійського та професійного спорту

ШАЛАР О.Г. – к.пед.н., доцент

ХРУЛЕНКО І.В. – студент 5 курсу факультету фізичного виховання та спорту

Херсонський державний університет

Херсонський факультет одеського державного університету внутрішніх справ

Анотація. У статті проаналізовано техніко-тактичні дії форвардів, що виступають в клубах національної баскетбольної асоціації. Доведено, що на показники техніко-тактичних дій впливають анатомо-фізіологічні особливості організму; тривалість проведення сезону, що дає можливість обрання більшого досвіду, який впливає на стиль гри форвардів; фізична, технічна та індивідуальна підготовка баскетболістів.

Ключові слова: баскетбол, оцінка, кидки, передачі м'яча, перехоплення, підбирання м'яча, фоли, втрати м'яча.

Вступ. Сучасний баскетбол знаходиться в стадії бурхливого творчого підйому, направлено на активізацію дій, як в нападі, так і в захисті. Техніка гри в баскетбол різноманітна. Найважливішим технічним прийомом є кидки. Від точності кидка, в кінцевому рахунку, залежить успіх у грі. Основними гравцями в баскетболі які багато кидають та вміють майже все є гравці нападаючого плану, це такі позиції як атакуючий захисник (АЗ) та легкий форвард (ЛФ). Атакуючий захисник – це той гравець, який має і вміє атакувати, і набирати очки. Часто атакуючий захисник кращий снайпер команди. Захист завжди прагне зупинити кращих снайперів, тому стягнувши на себе увагу захисту, атакуючий захисник може легко знайти передачею партнера. Вміння захисника віддати результативну передачу – серйозна якість, що робить гравця набагато ціннішим та сильнішим. Легкий форвард – основним завданням для такого гравця, як і для атакуючого захисника є набір очок, але на відміну від захисників, гравці нападу володіють більш високим зростом отже, краще підбирають м'яч і блокують кидки. Легкі форварди, як правило, володіють хорошим кидком практично з усіх дистанцій [1, 2, 3].

Мета дослідження: дослідити техніко-тактичні дії форвардів, що виступають в командах NBA.

Методи та організація дослідження. В ході дослідження ми спостерігали всі техніко-тактичні дії нападників як в нападі так і в захисті та обрали ті між якими в ході дослідження відбувалось порівняння (кидок, підбирання, результативна передача, фол, перехоплення, втрата, блок-шот, очки). За допомогою методів математичної статистики, ми прорахували середні



показники по вище перерахованим техніко-тактичним діям за підсумками всіх проаналізованих ігор.

До контингенту досліджування було обрано з NBA 4 кращих нападники з 4-х різних команд які займають провідні місця в своїх конференціях та дивізіонах. Всі баскетболісти мають приблизно однакові антропометричні дані. Так в ході дослідження ми спостерігали за форвардами команд зі сходу – Атланта «Хоукс» та Клівленд «Кавальєрс», із заходу Голден-Стейт «Ворріорс» та Сан-Антоніо «Сперс». З кожної команди було обрано по одному гравцю. З Атланти – Пол Міллсеп, з Клівленда – Леброн Джеймс, з Голден-Стейт – Клей Томпсон, з Сан-Антоніо – Кауай Леонард.

Результати дослідження та їх обговорення. Протягом подальшого дослідження ми визначили такі техніко-тактичні дії гравців як підбирання та результативна передача, які наведені на рисунку 1.

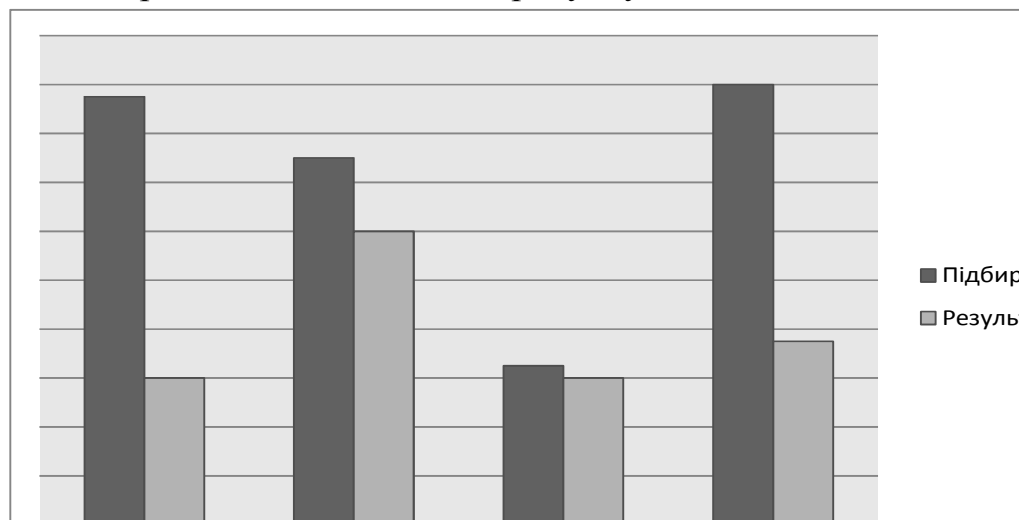


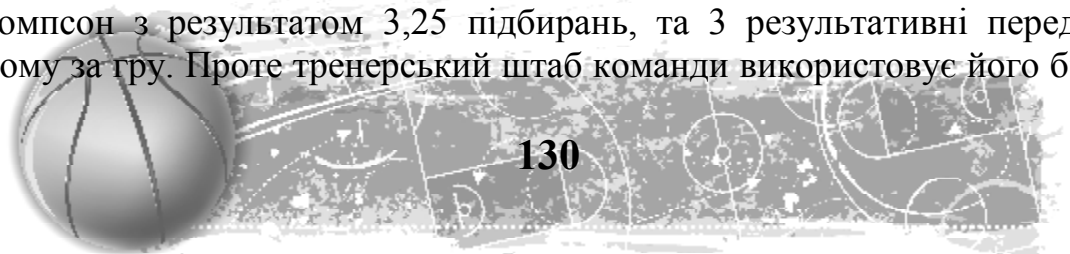
Рис. 1. Статистичні показники кількості підбирань та результативних передач форвардів NBA

Аналізуючи дані показники ми бачимо, що лідером за підбиранням є наймолодший гравець, з досліджуваного контингенту, Кауай Леонард з результатом у 9 підбирань, який в свою чергу виконує доволі таки не поганий показник по результативним передачам – 3,75.

Дещо нижчі показники підбирань м'яча має гравець з команди Атланта «Хоукс» – Пол Міллсеп, який протягом гри в середньому робить 8,75 підбирань за гру, та віддає 3 результативні передачі.

Один з провідних гравців сучасності, який неодноразово отримував титул найкориснішого гравця NBA, Леброн Джеймс в середньому за гру робить 7,5 підбирання при чому більшість з яких припадає на підбирання в нападі. Стосовно побудови дій команди в нападі зазначимо, що після 6 передач виконаних Джеймсом м'яч потрапляє у кошик, що для форвардів є доволі непоганим показником.

Наймінімальніші показники за даними техніко-тактичними діями показав Клей Томпсон з результатом 3,25 підбирань, та 3 результативні передачі в середньому за гру. Проте тренерський штаб команди використовує його більше



як 2-го номера (атакуючого захисника), що вимагає суттєвого відсунення його від кошика. Також необхідно зазначити, що даний гравець має відмінний показник влучання з дальньої дистанції.

В ході подальшого дослідження нами були визначені такі техніко-тактичні дії гравців як перехоплення та блок-шот, які наведені на рисунку 2.

Перехоплення та блок-шот є одними з основних техніко-тактичних показників в захисних діях команди. Аналізуючи отримані в ході дослідження дані зазначимо, що по 2,5 перехоплень має Леброн Джеймс, та молодий, перспективний гравець, який вже має в своєму активі приз MVP (Most Valuable Player) в фіналі – Кауай Леонард.

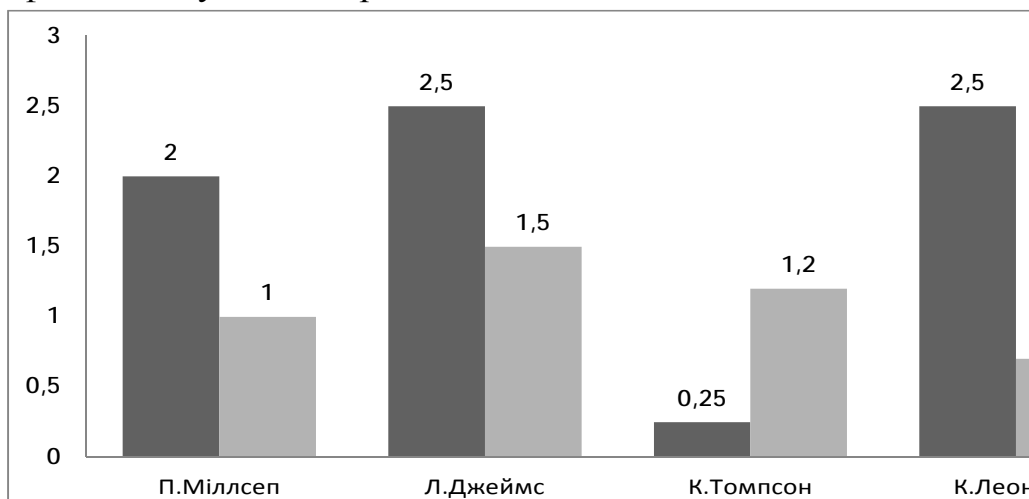


Рис. 2. Статистичні показники кількості перехоплень та блок-шотів форвардів NBA

Пол Мілсеп характеризується незначно меншими показниками по перехопленням – в середньому 2 за гру. Взагалі 2 і більше перехоплень за гру дуже добрий результат, адже кращий показник за всю історію NBA має Елвін Робертсон – 2,71 перехоплень за всю кар'єру.

Подібно до попередніх порівнянь найменший показник за перехопленнями має Клей Томпсон з результатом – 0,25 раз за гру.

Блок-шоти за виконанням найбільш складні та ефективні технічні прийоми. Для ефективного їх застосування необхідна гарна фізична підготовленість, розуміння моменту який найбільш сприятливий для виконання стрибка та майстерність його виконання.

Лідером за блоками є Леброн Джеймс, який виділяється у всій лізі своїми антропометричними даними в поєднанні з фізичною підготовленістю, виконуючи при цьому 1,5 блоки за гру, що є не поганим результатом. К. Томпсон має 1,2 блоки за гру, П.Мілсеп 1 блок-шот за гру. Та виконуючи приблизно майже 1 блок за гру, а точніше 0,7 блоків – К. Леонард.



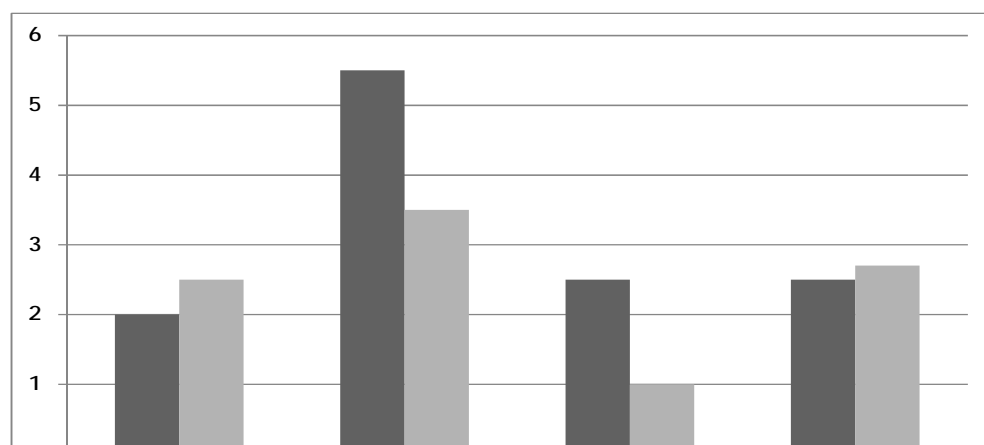


Рис. 3. Статистичні показники кількості втрат та фолів нападників NBA

Аналізуючи кількісні результати за втратами м'яча та кількістю отриманих фолів зазначимо, що Леброн Джеймс має в своєму активі 5,5 втрат м'яча за гру. Проте це обумовлено тим, що на його плечі майже в кожному матчі покладено велику відповідальність, буває навіть, що Леброн може всю гру грати на позиції 1-го (розігруючого захисника) номера, тобто виконувати функції поинтфорварда, що потребує великої відповідальності та відповідних навичок.

Інші досліджувані мають середній показник втрат по лізі: Клей Томпсон і Хауай Леонард здійснюють по 2,5 втрати м'яча в середньому за гру, а Пол Мілсеп 2 втрати, що притаманно при його стилі гри.

Найбільше на своїх суперниках порушує правила гри Леброн Джеймс в активі якого 3,5 фоли за гру. Практично однакові показники мають Кауай Леонард (2,7 фоли за гру) та Пол Мілсеп (2,5 фоли). Найбільш дисциплінованим баскетболістом на майданчику з числа тих хто приймав участь в дослідженні є К. Томпсон, здійснюючи приблизно всього 1 фол в середньому за гру.

В ході подальшого дослідження ми визначили кількість набраних очок за гру та середній час проведений на майданчику, які наведені на рисунку 4.

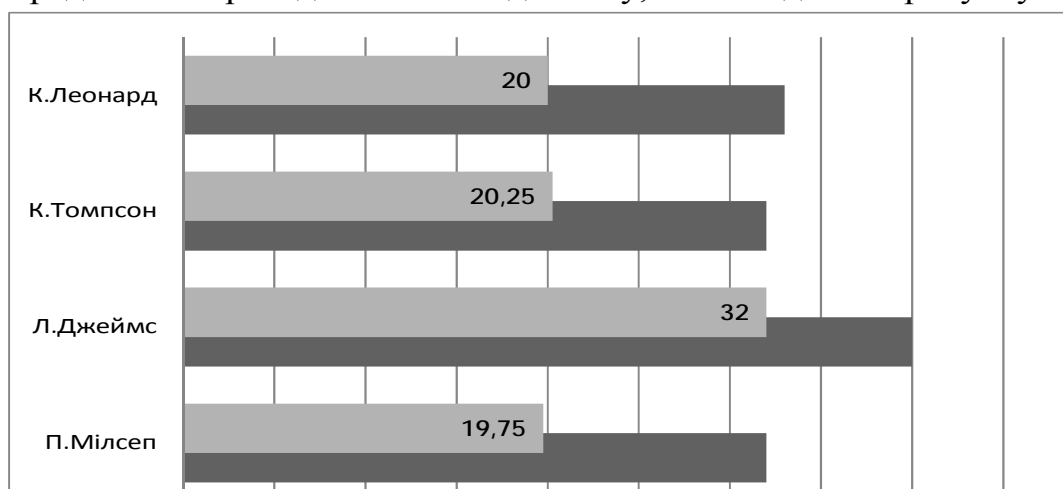


Рис. 4. Статистичні показники кількості очок та зіграних хвилин нападників NBA



В ході дослідження встановлено, що найбільше частину часу відведеного для гри на майданчику, отримує один з найцінніших гравців ліги Леброн Джеймс. За 40:03 хв. відведених йому, він встигає набрати 32 очки в середньому за гру, що вважається відмінним результатом. Кауай Леонард за 33:12 хв. в середньому за проведення часу на майданчику, відмічається в середньому 20 очками за гру. Майже однаковий час гри мають Пол Мілсеп – 32:04 хв. та Клей Томпсон – 32:01 хв. Мілсеп за цей час встигає накидати в середньому 19,75 очок в кошик суперника, а Клей незважаючи на менший час проведення на майданчику встигає набрати 20,25 очок в середньому за гру.

В ході подальшого дослідження ми визначили відсоток влучання, з-за триочкової лінії, середній кидок та штрафні, які наведені на рисунку 3.5.

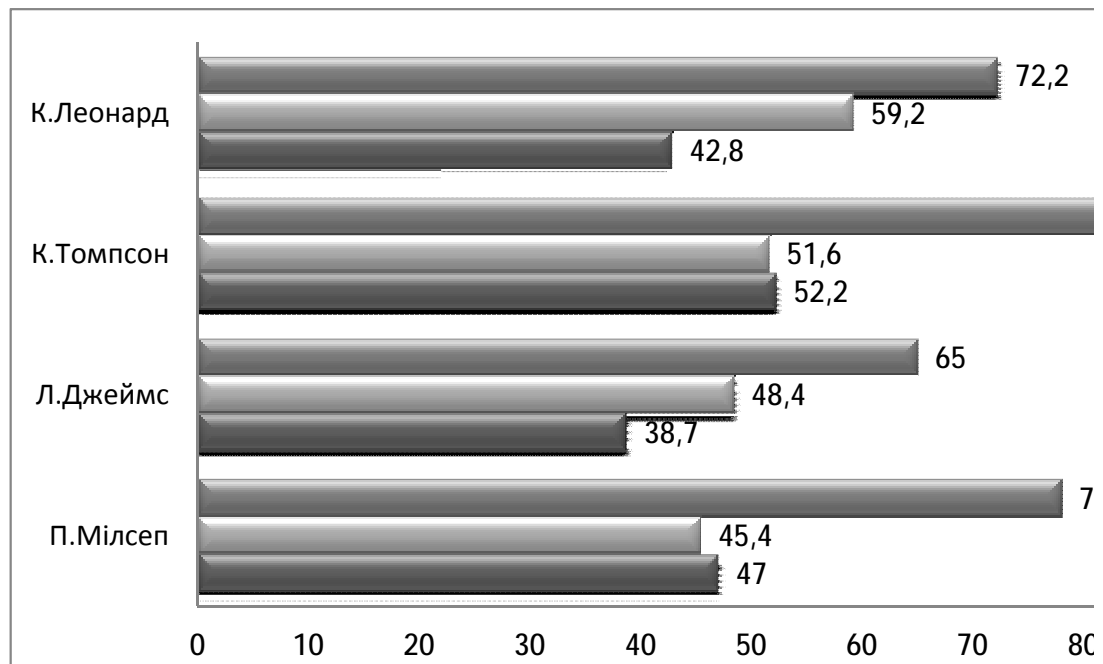


Рис. 5. Показники реалізації кидків з різної дистанції нападників NBA

Аналізуючи результати видно, що відсоток влучань м'яча в кошик з різних дистанцій відрізняється. З дальньої дистанції (7,25м) найкращий відсоток має Клей Томпсон, який реалізує 52,2%, що вважається відмінним результатом. 47% влучань з-за трьох очкової лінії відмічається в грі Пола Мілсеп. Не поганий відсоток влучань демонструє Кауай Леонард реалізувавши 42,8% з усіх кидків з дальньої дистанції в середньому за гру. Найменший відсоток влучань з-за трьох очкової лінії має Леброн Джеймс. Йому завжди надають право вирішального кидка, якщо в грі трапилася така ситуація.

З середньої дистанції та з-під кошика найкращим відсотком володіє К. Леонард – 59,2%, що вважається відмінним результатом. 51,6% влучань в своєму активі має К. Томпсон, який виконує кидки з середньої дистанції інколи рідше ніж з-за трьох очкової лінії. Л. Джеймс реалізує 48,4% кидків з середньої дистанції, в основному з проходів під кошик. 45,4% має П. Мілсеп, який більшу кількість очок набирає в жорсткій боротьбі під кошиком.

З штрафної лінії, з якої за одне влучання дається 1 очко, найкращий відсоток влучань має Клей Томпсон з показником у 83,3%. Пол Мілсеп реалізує

78% штрафних кидків, що є дуже важливим саме для його стиля гри. Найнижчі показники відмічені в Кауая Ленарда (72,2 %) та у Леброна Джеймса – 65% влучань з штрафної лінії.

Висновок. Найголовнішими аспектами в роботі з баскетболістами високого класу є техніко-тактична підготовка та висока тренованість організму. До складу техніко-тактичних показників протягом змагальної діяльності належать: кидок, ведення, передача, захист, тактика нападу. Дослідивши дані баскетболістів зазначимо, що: по-перше, на показники техніко-тактичних дій впливають анатомо-фізіологічні особливості організму; по-друге, тривалість проведення сезону, що дає можливість обрання більшого досвіду, який впливає на стиль гри баскетболіста; по-третє, на показники впливає фізична та індивідуальна підготовка баскетболістів.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з визначенням особливостей техніко-тактичних дій гравців інших ігрових амплуа, вивченням змісту підготовки нападаючих гравців в баскетболі як в американському так і в європейському чемпіонаті.

Список використаної літератури.

1. Гомельский А.Я. Все о баскетболе / А.Я. Гомельский. - М.: Академия, 2000. – 289 с.
2. Данилов В.А. Повышения эффективности игровых действий в баскетболе: Автореферат дис. на получение науч. степ. доктора пед. наук / В.А. Данилов. — М.: ФАИР, 2000. – 43 с.
3. Джон Р. Вуден Современный баскетбол / Вуден Р. Джон. — М.: Физкультура и спорт, 1989. – 256 с.
4. Кочубей Ю.О., Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г. Аналіз фізичної підготовленості баскетболістів високого класу // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт/» 36. наукових праць/ За ред.. Г.М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. – Випуск 6 (49) 14. – С. 55-63



ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ БАСКЕТБОЛИСТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИГРОВОГО АМПЛУА

ДАВИДОВИЧ Т.Н. – старший преподаватель кафедры спортивных игр
ЛАПУХИНА Э.А. – старший преподаватель кафедры спортивных игр

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. В работе проведены исследования, направленные на изучение особенностей физической подготовленности баскетболистов в зависимости от игрового амплуа.

Ключевые слова: баскетболисты, физическая подготовленность, амплуа

Как известно, в последние 25–30 лет стали появляться различные взгляды, порой крайне противоречивые, по изменению традиционных теоретико-методических положений построения подготовки сильнейших спортсменов мира. Это касается как полугодичных и годичных, так и многолетних тренировочных циклов.

Возникновение таких взглядов применительно к современной системе подготовки спортсменов явление закономерное и неизбежное, так как в развитии спорта высших достижений в последние годы наблюдается непрерывное стремление к профессионализации и коммерциализации. Профессионализация и коммерциализация спорта выражается в увеличении соревновательной практики у спортсменов. При этом увеличение количества соревнований влечет за собой сокращение времени на подготовку к ним и, как следствие, снижает качество подготовленности спортсменов.

Оценка и анализ системы подготовки и результатов выступления сильнейших спортсменов мира во многих видах спорта показывают, что спортивные рекорды и выдающиеся успехи достигаются лишь в результате многолетней тренировки, тогда, когда необходимая для этого база создается уже в детском возрасте [9].

Эффективность многолетней подготовки спортсменов в баскетболе определяется рядом таких основных, относительно самостоятельных методических положений: возрастом начала занятий баскетболом; структурой и содержанием тренировочного процесса; закономерностями роста и становления различных сторон спортивного мастерства баскетболистов; индивидуализацией подготовки спортсменов в зависимости от их пола, возраста, физического развития, игрового амплуа, личностных качеств; наличием нетрадиционных методов тренировки, высокого уровня медико-биологического обеспечения и восстановления.

В связи с этим становится очевидным, что многолетняя спортивная тренировка (от новичка до спортсмена высокого класса) представляет собой процесс, который протекает в соответствии с закономерностями развития



фізических можливостей, оволодіння технікою даного виду спорту, спортивної моторики, інтелектуальних і психічних здібностей і якостей. Наукове обґрунтування цих закономірностей забезпечить можливість ефективно готувати баскетболістів високого класу в процесі багаторічної тренувальності [8].

Одна з складових ефективного управління тренувальним процесом в системі багаторічної тренувальності – визначення провідних факторів, які в найбільшій ступені впливають на досягнення високого спортивного результату. Особливо важливо це в спортивних іграх, і в частині в баскетболі, оскільки успіх тут залежить від сукупності багатьох факторів і їх місця в системі багаторічної підготовки. Значительную роль в процесі багаторічної тренувальності грає встановлення факторної структури фізическої і техніческої підготовленності баскетболістів різного віку, знання якої дозволить підвищити ефективність тренувальності і підготовки висококваліфіцированих баскетболістів в системі багаторічної тренувальності.

Важливішою метою підготовки баскетболістів є збереження оптимального рівня працездатності гравців і команди на протязі змагального періоду. Ситуація ускладнюється ще і тим, що при підготовці команд в ігрових видах спорту слід враховувати неодноразовість досягнення стану спортивної форми окремими гравцями і командою в цілому [4].

Сучасний баскетбол – це атлетическа гра і вимоги, пред'являемі до баскетболістів, найвищі. Щоб досягти високого техніко-тактичесеского майстерства, спортсмену, перш за все, необхідно високий рівень розвитку фізических якостей. Одним з найважливіших питань тренувальності баскетболістів є їх фізическа підготовка

В сучасному елітному баскетболі фізическа підготовка грає особливу роль. Це визначається зростаючим темпом ведення гри, підвищенням жорсткості ігрових протидій, а також зростаючим удільним вагою дій «на другому етапі», т.е. при боротьбі на щиті.

Головна мета фізическої підготовки – різностороннє розвиток, підвищення функціональних можливостей, створення передумов для удосконалення спеціальних баскетбольних навичок, таких, як стартовий ривок, високий стрибок, високоскоростні, довгі переміщення по площадці з різкою зміною швидкості і напрямку – все це потребує високого рівня спеціальної фізическої підготовленності. В даному випадку необхідний рівень фізическої підготовленності баскетболіста – це умова, визначаюча і техніческе майстерство, і реалізацію тактичесеских задумів, і психіческу стійкість спортсмена, ґрунтовану на впевненості в своїх фізических кондиціях [6,7].

До нинішнього часу засоби і методи фізическої підготовки висококваліфіцированих баскетболістів не диференцированы в залежності від завдань і об'єкта підготовки. Недостатньо конкретних



методических рекомендаций по дифференцированному применению средств и методов физической подготовки по отношению к баскетболистам с различными индивидуальными особенностями. Без учета таких особенностей нельзя достигнуть необходимого эффекта в применении отдельных тренировочных средств. Все это делает проблему научно обоснованного совершенствования индивидуализированной физической подготовки. До настоящего времени средства и методы физической подготовки высококвалифицированных баскетболистов не дифференцированы в зависимости от задач и объекта подготовки. Недостаточно конкретных методических рекомендаций по дифференцированному применению средств и методов физической подготовки по отношению к баскетболистам с различными индивидуальными особенностями. Без учета таких особенностей нельзя достигнуть необходимого эффекта в применении отдельных тренировочных средств. Все это делает проблему научно обоснованного совершенствования индивидуализированной физической подготовки квалифицированных баскетболистов чрезвычайно актуальной [2,3].

Знание динамики развития физических качеств юных баскетболистов помогает тренеру планировать процесс их становления наиболее эффективно. Тем более, знание различий и схожих черт в подготовленности юных игроков, выполняющих разные функции в игре, даст возможность направить их совершенствование по специфическому для каждого амплуа направлению [1,5].

Исходя из вышеизложенного нами была определена цель нашего исследования: изучение особенностей физической подготовленности баскетболистов в зависимости от игрового амплуа.

Непосредственными исследовательскими задачами в работе стали:

- 1) рассмотреть понятие физической подготовленности и изучить современные подходы к физической подготовке баскетболистов, провести классификацию средств и методов общей и специальной физической подготовки баскетболистов.
- 2) определить морфофункциональные особенности юных баскетболистов 14 лет с целью их ранней внутривидовой ориентации и выявить эффективные контрольные упражнения для оценки физических качеств, специальных двигательных способностей юных баскетболистов 14 лет;
- 3) экспериментально исследовать показатели таких качеств физической подготовленности баскетболистов как сила, выносливость, ловкость, быстрота и гибкость.

Для сбора научных данных нами были применены следующие группы методов исследования:

- 1) методы теоретического анализа и обобщения;
- 2) спортивно-педагогическое тестирование для оценки уровня физической подготовленности спортсменов,
- 3) математико-статистические методы количественного анализа полученных данных.



Исследование проводилось в сентябре 2015 г. В исследовании приняли участие юные баскетболисты 14 лет СДЮШОР БК «Минск 2006». Всего было тестировано 18 баскетболистов УТГ-3: в их составе находились 6 игроков, выполняющих в команде амплуа нападающих, 6 защитников и 6 центровых. В исследовании принимали участие юные баскетболисты, наиболее успешно выступающие в соревнованиях.

Результаты спортивно-педагогического тестирования по индексу выносливости баскетболистов 14 лет различного игрового амплуа представлены в таблице 1.

Таблица 1

Индекс выносливости по результатам забегов на дистанции 100 м и 2000 м

№	ФИ	t дистанция 100 м (с)	t дистанция 2000 м (с)	ИВ
Защитники				
1	СМ	14,8	507,2	211,2
2	БЖ	14,3	439,5	153,5
3	АН	13,5	439,8	169,8
4	КС	15,1	517,4	215,4
5	ИИ	14,8	456,3	160,3
6	ОР	14,3	503,9	217,9
Хср.				188,0
Ср. квадрат.отклон.				29,91
Нападающие				
7	ЕА	14,8	458,5	162,5
8	АС	15,1	467,6	165,6
9	СЕ	13,9	470,1	192,1
10	БН	14,2	448,6	164,6
11	ДБ	14,1	422,2	140,2
12	АЗ	15,1	459,1	157,1
Хср.				163,7
Ср. квадрат.отклон				16,78
Центровые				
13	ЕЗ	15,5	440,1	130,1
14	ФК	14,6	462,8	170,8
15	ИШ	15,1	444,6	142,6
16	ПТ	14,8	451,3	155,3
17	ВП	14,6	472,2	180,2
18	ИБ	14,0	441,8	161,8
Хср.				156,8
Ср. квадрат.отклон				18,36

Анализ данных рисунка 3.1 выявил отличия в показателях индекса выносливости баскетболистов 14-ти лет различного амплуа. Наиболее выносливыми оказались защитники (ИВ=188) по сравнению с нападающими (ИВ=163,7) и центровыми (ИВ=156,8).

Сила правой кисти центровых также больше, чем у этот же показатель у защитников. По показателям динамометрии левой кисти (таблица 2) только



захисники поступають нападаючим з високим коефіцієнтом значимості і центровим з меншим коефіцієнтом.

Динамометрія правої кисті баскетболістів 14-ти років різного амплуа має деякі суттєві відмінності. Найбільш сильними виявились нападаючі порівняно з захисниками і центровими. Сила правої кисті центрових значно більша, ніж у захисників.

По показателях динамометрії лівої кисті тільки захисники поступають центровим з високим коефіцієнтом значимості і нападаючим з меншим коефіцієнтом.

Таблиця 2

Показатели силовой подготовленности баскетболистов 14 лет различного игрового амплуа

АМПУА	Нападающий	Защитник	Центровой
Показатели	n =6	n=6	N= 6
Динамометрия правой кисти, кг			
Хср.	41,5	33,4	40,7
Динамометрия левой кисти, кг			
Хср.	35,4	29,9	36,5
Становая сила, кг			
Хср.	106,5	96,4	111,7
Развитие мышц спины, %			
Хср.	171	168	188
Общий силовой показатель, усл ед.			
Хср.	3,12	2,89	2,91

По показателям становой силы защитники в значительной степени уступают центровым и чуть меньше нападающим.

Показатель развития силы мышц спины хуже всех у защитников – всего 168 %, чуть лучше у нападающих – 171 %. Центровые имеют самый высокий показатель, а именно 188%.

Общий силовой показатель выше у нападающих и составляет 3,12 усл. ед. У баскетболистов других игровых амплуа почти равные показатели: центровые – 2,91, защитники – 2,89.

Исходя из данных таблицы 3 очевидно, что по показателям ловкости защитники (9,98с) опережают как центровых (10,98), так и нападающих (10,51). Возможно, это непосредственно связано с антропометрическими данными, т.к. более высокорослым игрокам тяжело координировать свои действия с учетом пространственно-временных характеристик.

Анализируя показатели быстроты баскетболистов (таблица 3.3) следует отметить, преимущество в показателях этого двигательного качества баскетболистов защитного амплуа – 8,4 (с).

Таблиця 3



**Показатели ловкости, быстроты и гибкости баскетболистов 14 лет
различного игрового амплуа**

АМПУА	Нападающий	Защитник	Центровой
Показатели	n =6	n=6	N= 6
Челночный бег 4х9м (с)			
Хср.	10,51	9,98	10,98
Бег 60 м(с)			
Хср.	8,7	8,4	9,2
Гибкость (баллы)			
Хср.	2,4	2,6	1,9

В показателях гибкости были выявлены незначительные различия: наиболее пластичными оказались защитники, сложнее всего это упражнение удавалось выполнить центровым.

По показателям силы защитники несколько отстают от игроков других амплуа; но по другим показателям они более подготовлены. Наиболее сбалансированными в физической подготовленности, на наш взгляд являются нападающие. Игроки амплуа «центровой» не столь хорошо физически подготовлены: несмотря на значительное преимущество в показателях абсолютной силы, физическая подготовленность по другим показателям оставляет желать лучшего.

На наш взгляд, необходимо обратить внимание на слабое развитие мышц спины у избранного нами контингента баскетболистов. В учебно-тренировочных группах юным баскетболистам нападающим и центровым особенно необходимы локальные упражнения силового характера для укрепления мышц спины. За развитием силы мышц спины должен вестись постоянный контроль.

Итак, исходя из вышеизложенного, мы пришли к выводу, что в учебно-тренировочном процессе, помимо планомерного развития двигательных способностей, следует применять индивидуальный подход с учетом амплуа игрока. Особенно в работе с центровыми игроками.

Список использованной литературы:

1. Власов, А.М. Комплексный контроль физической подготовленности и морфофункционального состояния юных баскетболистов 12 – 15 лет: Автореф. дис...канд. пед. наук / А.М. Власов. – М.: 2004. – 22с.
2. Горбашев, И.А. Дифференцированное совершенствование скоростно-силовой подготовленности баскетболистов разного игрового амплуа: Автореф. дис...канд. пед. наук / И.А. Горбашев. – М.,1984. – 24 с.
3. Дрижика, А.Г. Индивидуализация совершенствования спортивного мастерства / А.Г. Дрижика. – Ростовна-Дону: Изд-во РПГУ, 1997. – 150 с.
4. Корягин, В.М. Подготовка высококвалифицированных баскетболистов: учебник для вузов физического воспитания / В.М. Корягин – Львов, 1998. – 190 с.



5. Костикова, Л.В. Система контроля в подготовке баскетболистов высокой квалификации: методическая разработка для студентов / Л.В. Костикова. – М.: ГЦОЛИФК, 1986. – 26 с.
6. Костикова, Л.В. Баскетбол. (Азбука спорта) / Л.В. Костикова. – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.
7. Кузин, В.В. Баскетбол. Начальный этап обучения. (Спорт в рисунках) / В.В. Кузин, С.А. Полиевский. – 2-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 136 с.
8. Уроки физической культуры и здоровья. Баскетбол. 5-11 класс: Электронное учебно-методическое пособие. – ГрГУ им. Я.Купалы, Гродно, 2009. – 37 с.
9. Филин, В.П. Основы юношеского спорта: учебное пособие для ИФК / В.П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 200с.



ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БАСКЕТБОЛИСТОК

ДАВИДОВИЧ Т.Н. – старший преподаватель кафедры спортивных игр

ЛАПУХИНА Э.А. – старший преподаватель кафедры спортивных игр

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. В работе приведены результаты экспериментального метрологического обоснования добротности (аутентичности) средств педагогического контроля (тестов и нормативов) общей физической подготовленности баскетболисток 14-15 лет.

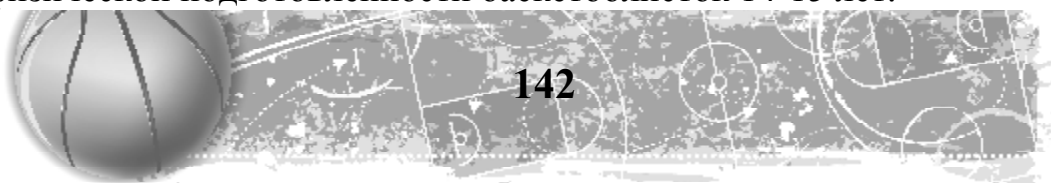
Ключевые слова: баскетболисты, педагогический контроль, средства педагогического контроля, физическая подготовленность.

Как спортивная дисциплина баскетбол – это прежде всего соревновательная деятельность спортсменов, насыщенная большим разнообразием двигательных действий, эффективность выполнения которых требует от баскетболистов высокого уровня их физического развития и разносторонней (общей и специальной) физической подготовленности.

С учетом названных требований систему подготовки баскетболистов составляют разные разделы этой подготовки (теоретическая, физическая, технико-тактическая и психологическая подготовка). Особое значение в баскетболе, как и во многих других видах спорта, соревновательная деятельность в которых протекает в условиях большой двигательной активности спортсменов, имеет физическая подготовка, поскольку эффективность этой деятельности напрямую зависит от уровня развития у баскетболистов физических качеств и двигательных способностей [3].

Учитывая важность физической подготовки баскетболистов, в ряде методических разработок по этому виду спорта, включая программы для ДЮСШ и СДЮШОР, авторы рекомендуют применять определенные средства контроля (тесты и нормативы). Однако, как показал проведенный нами анализ этих рекомендаций, во многих из них предлагается использовать сомнительной надежности тесты, что связано с тем, что авторы таких рекомендаций не приводят сведений о показателях воспроизводимости тестов, выполняемых определенными возрастными и квалификационными группами баскетболистов и баскетболисток, хотя проверка такой воспроизводимости является, как известно, обязательной метрологической операцией [4,5].

С учетом охарактеризованного состояния вопроса в нашей работе осуществлено экспериментальное метрологическое обоснование добротности (аутентичности) средств педагогического контроля (тестов и нормативов) общей физической подготовленности баскетболисток 14-15 лет.



Используя названные средства, в работе осуществлена также практическая апробация возможности их использования для оценки общей физической подготовленности баскетболисток названного возраста – учащихся ГУ ФКиС «Баскетбольный клуб Минск – 2006». Кроме охарактеризованного выше, в работе в меру прикладной целесообразности дана характеристика общих теоретико-методических основ педагогического контроля как важной составляющей системы управления подготовкой спортсменов.

Исследование проводилось с целью определения метрологически добротных средств педагогического контроля общей физической подготовленности баскетболисток 14 – 15 лет.

Были применены следующие методы исследования: 1) анализ и обобщение данных специальной литературы; 2) спортивно-педагогическое тестирование общей физической подготовленности испытуемых; 3) методы математической статистики.

Как отмечалось, при помощи анализа данных специальной литературы для оценки общей физической подготовленности баскетболисток 14 – 15 лет нами была отобрана следующая батарея логически информативных тестов: 1) для оценки быстроты – бег 10 м с высокого старта; 2) для оценки уровня развития скоростно-силовых качеств: а) прыжок в длину с места, б) прыжок вверх с места; 3) для оценки ловкости – прыжки с «добавками»; 4) для оценки выносливости: а) челночный бег, б) бег 5 мин.; 5) для оценки силы – сгибание и разгибание рук в упоре лежа; 6) для оценки гибкости – наклон вперед [1].

Двойное тестирование при помощи этой батареи контрольных упражнений юных баскетболисток 14 лет ГУ ФКиС «Баскетбольный клуб Минск – 2006» показало, что воспроизводимость названных тестов применительно к данному контингенту характеризуется следующими значениями: бег 10 м – 0,89; бег 5 мин – 0,94; челночный бег 10 м – 0,92; прыжок в длину – 0,96; прыжок вверх – 0,98; прыжки с добавками – 0,85; сгибание и разгибание рук в упоре лежа – 0,80; наклон вперед – 0,95.

Близкими к охарактеризованным выше значениям оказались и коэффициенты воспроизводимости, установленные в результате тестирования общей физической подготовленности баскетболисток 15 лет. Применительно к этому возрасту баскетболисток в нашем исследовании установлены следующие показатели воспроизводимости результатов тестирования: бег 10 м – 0,90; бег 5 мин – 0,89; челночный бег 10 м – 0,92; прыжок в длину – 0,95; прыжок вверх – 0,96; прыжки с добавками – 0,85; сгибание и разгибание рук в упоре лежа – 0,78; наклон вперед – 0,93.

Поскольку все приведенные значения коэффициентов воспроизводимости, согласно данным спортивной метрологии [2] свидетельствуют о приемлемой надежности каждого из названных тестов, то, учитывая, что они были признаны логически информативными, можно обоснованно сделать заключение о их добротности для оценки общей физической подготовленности баскетболисток 14 и 15 лет.



Для определения возможности уменьшить (минимизировать) комплекс отобранных тестов в работе определялись межтестовые корреляционные связи отобранных средств педагогического контроля общей физической подготовленности баскетболисток названного возраста.

В таблице 1 представлена матрица межтестовых корреляционных связей в комплексе средств контроля применительно к подготовленности баскетболисток 14 лет. В таблице 2 такая же матрица применительно к подготовленности баскетболисток 15 лет.

Таблица 1

Матрица межтестовых корреляционных связей в комплексе средств педагогического контроля ОФП баскетболисток 14 лет ГУ ФКиС «Баскетбольный клуб Минск – 2006»*

Тест (название)	Тест (порядковый номер)							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Бег 10 м		0,60	0,38	0,37	0,25	0,21	0,49	0,60
2.Бег 5 мин			0,31	0,31	0,35	0,19	0,34	0,57
3.Челночный бег				0,42	0,35	0,17	0,56	0,25
4.Прыжок в длину					0,44	0,10	0,22	0,44
5.Прыжок вверх						0,30	0,40	0,24
6.Прыжок с «добавками»							0,38	0,14
7.Сгибание и разгибание рук								0,05
8.Наклон вперед								

Примечание: * – граничное значение статистически значимого коэффициента корреляции в данном случае при $p=0,05$ и $p=0,01$ составляет соответственно 0,634 и 0,77.

Таблица 2

Матрица межтестовых корреляционных связей в комплексе средств педагогического контроля ОФП баскетболисток 15 лет ГУ ФКиС «Баскетбольный клуб Минск – 2006»*

Тест (название)	Тест (порядковый номер)							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Бег 10 м		0,60	0,38	0,37	0,25	0,21	0,49	0,60
2.Бег 5 мин			0,31	0,31	0,35	0,19	0,34	0,57
3.Челночный бег				0,42	0,35	0,17	0,56	0,25
4.Прыжок в длину					0,44	0,10	0,22	0,44
5.Прыжок вверх						0,30	0,40	0,24
6.Прыжок с «добавками»							0,38	0,14
7.Сгибание и разгибание рук								0,05
8.Наклон вперед								

Примечание: * – граничные значения статистически существенных коэффициентов корреляции те же, что в таблице 1.1 - при $p=0,05$ коэффициент должен быть не менее 0,63, а при $p=0,01$ - не менее 0,77.

Данные, приведенные в названных таблицах свидетельствуют о том, что как в первом случае (т.е. при определении средств контроля общей физической подготовленности баскетболисток 14 лет), так и во втором случае (при



определении средств контроля общей физической подготовленности баскетболисток 15 лет) как-то минимизировать комплекс отобранных и охарактеризованных выше тестов не целесообразно, поскольку они разнотипны (гетерогенны) и поэтому только полный комплекс их показателей может дать объективную информацию для разносторонней и объективной оценки общей физической подготовленности каждой обследованной баскетболистки.

Список использованной литературы:

1. Бондарь, А.И. Баскетбол. Программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / А.И. Бондарь, В.М. Колос. – Минск: ГУ НИИФК и РБ, 2004. – 145с.
2. Зациорский, В.М. Основы теории оценок / В.М. Зациорский // Спортивная метрология: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. В.М. Зациорского. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 256с.
3. Иванченко, Е.И. Контроль и учет в спортивной подготовке / Е.И. Иванченко. – Минск: БГУФК. 2008. – 60 с.
4. Начинская, С.В. Теория тестов / С.В. Начинская // Спортивная метрология: учеб. пособие для вузов. – М.: Академия, 2005. – 240с.
5. Озолин, Н.Г. Основные средства контроля и учета / Н.Г. Озолин // Настольная книга тренера. Наука побеждать. – М.: Астрель, 2003. – 863с.



КОНТРОЛЬ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ

ДАВИДОВИЧ Т.Н. – старший преподаватель кафедры спортивных игр
ХОРОШИЛОВ К.А. – старший преподаватель кафедры спортивных игр

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. В работе проведены исследования, направленные на определение добротных средств педагогического контроля технической подготовленности баскетболистов старших спортивных разрядов (уровня первого спортивного разряда и кандидатов в мастера спорта). Эти исследования проведены с оценкой технической подготовленности баскетболистов команды Белорусского Государственного университета физической культуры.

Ключевые слова: баскетболисты, педагогический контроль, средства педагогического контроля, техническая подготовленность.

Организация комплексного контроля – одна из важнейших «опор» системного подхода в подготовке спортсменов в игровых видах спорта. Функции контроля принято рассматривать как одно из направлений управления как команд, относящихся к категории спортивного резерва, так и команд высокой квалификации. Системный подход в этом отношении предусматривает единство планирования и координирующих управляющих воздействий на спортивный коллектив или отдельных спортсменов в соответствии с плановыми характеристиками, направленными на достижение конкретных спортивных результатов, а также на изменение соответствующих позиций планирования для надежного достижения высоких показателей. Такой контроль в системе управления должен обеспечивать использование его: а) как части управления подготовкой; б) как набор специальных мер контроля; в) как своеобразной «обратной связи», с помощью индикаторов сигнализирующих о действенности управляющих воздействий педагога в том или ином коллективе. Справедливо считается, что применяемый контроль должен соответствовать критериям: полезности педагогам и спортсменам; быть тесно связан с организацией подготовки; обеспечивать возможность в прогнозировании отклонений от плановых характеристик планирования; определять особенности корректирующих действий; позволять видоизменять программы контроля, в связи с особенностями тренировочного и соревновательного процессов; обеспечивать спортсмена и тренера краткими и доступными по форме данными.

Соответствуя отмеченному высокому уровню информационно-методического обеспечения процесса подготовки спортсменов в баскетболе, в исследовательской, учебной и методической литературе по этому виду спорта авторы достаточно часто характеризуют не только методы и средства



разносторонней (физической, технико-тактической, теоретической, психологической и интегральной) подготовки баскетболистов, но также методы и средства педагогического контроля каждой из названных сторон их подготовленности. При этом, учитывая, что в баскетболе, как и в ряде других спортивных игр, большое значение имеет техническая подготовленность спортсменов, от уровня которой в решающей мере зависит качество управления летающим мячом и, как следствие, результативность соревновательной деятельности, в литературе определенное место уделено характеристике средств и методов педагогического контроля технической подготовленности баскетболистов. Однако такие средства контроля (тесты и нормативы) в методической литературе определены пока преимущественно либо для оценки исходной подготовленности начинающих заниматься баскетболом (новичков), либо для оценки технического мастерства баскетболистов высшей спортивной квалификации. В то же время несколько в стороне в настоящее время осталось освещение вопросов контроля технической подготовленности баскетболистов старших спортивных разрядов. Для этой квалификационной группы спортсменов пока не определены с необходимым полным метрологическим обоснованием ни добротные (информативные и надежные) тесты, ни нормативы, соответствующие таким метрологическим критериям, как репрезентативность, современность и релевантность (т.е. соответствие определенной возрастной и квалификационной группе спортсменов) [4].

С учетом охарактеризованного состояния вопроса в нашей работе проведены исследования, направленные на определение названных добротных средств педагогического контроля технической подготовленности баскетболистов старших спортивных разрядов (уровня первого спортивного разряда и кандидатов в мастера спорта). Эти исследования проведены с оценкой технической подготовленности баскетболистов команды Белорусского Государственного университета физической культуры [2,3].

Работа выполнялась с целью определения с полным метрологическим обоснованием добротных средства контроля технической подготовленности квалифицированных баскетболистов и осуществления проверки действенности этих средств для оценки подготовленности баскетболистов старших спортивных разрядов.

Общая характеристика теоретико-методических основ обучения двигательным действиям спортсменами и совершенствования ими техники этих действий, а также определение логически информативных тестов для педагогической оценки технической подготовленности баскетболистов старших спортивных разрядов осуществлены на основании анализа и обобщения данных многочисленных литературных источников.

В результате анализа и обобщения данных специальной исследовательской, учебной и методической литературы [1,4] нами сделано заключение, что к логически информативным тестам для педагогической оценки технической подготовленности квалифицированных баскетболистов



можно отнести следующие контрольные упражнения: 1) для оценки точности передач тесты: а) «Передача в мишень с расстояния в 5 м»; б) «Передача в мишень с расстояния в 7 м»; в) «Передача в мишень с расстояния в 9 м»; 2) для оценки точности бросков: а) «Штрафные броски из 10»; б) «Броски с 10 точек за 4,5 минуты»; в) «Броски с 5 точек за 1 минуту».

Перечисленные тесты следует отнести к категории качественно информативных, в связи с тем, что каждый из них по своему двигательному содержанию представляет определенный фрагмент соревновательного действия, а это, согласно указанию в спортивной метрологии, дает основания использовать такие тесты как информативные без дополнительной эмпирической их проверки.

Надежность всех перечисленных тестов применительно для оценки технической подготовленности баскетболистов старших спортивных разрядов проверялась, как отмечалось, методом двойного тестирования 13 баскетболистов команды БГУФК. В результате такого тестирования установлено, что воспроизводимость названных тестов в данном случае следующая:

- 1) передача в мишень с расстояния в 5 м – 0,94;
- 2) передача в мишень с расстояния в 7 м – 0,90;
- 3) передача в мишень с расстояния в 9 м – 0,89;
- 4) штрафные броски в 10 попытках – 0,85;
- 5) броски с 10 точек за 4,5 минуты – 0,81;
- 6) броски с 5 точек за 1 минуту – 0,80.

Как свидетельствуют приведенные экспериментальные данные, показатели надежности перечисленных тестов характеризуются либо хорошими (передачи с расстояния в 5 и 7 м), либо приемлемыми (передача с расстояния в 9 м, штрафные броски, броски с 10 и 5 точек) значениями воспроизводимости.

Таким образом, в работе дано метрологическое обоснование того, что все отобранные нами тесты в целом добротны (аутентичны).

В работе с целью определения того, насколько комплекс установленных добротных тестов минимизирован, осуществлена еще проверка их эквивалентности.

Результаты этой проверки представлены в таблице 1. Как свидетельствуют ее данные, статистически существенная корреляционная связь ($r_{1,2}$) выявлена между показателями теста с передачей мяча в мишень с расстояния в 5 м и передачей в мишень с расстояния в 7 м ($p < 0,05$). Выявлена также существенно значимая связь ($r_{4,5}$) между показателями теста «Броски с 10 точек за 4,5 мин.» и теста «Броски с 5 точек за 1 мин.» ($p < 0,01$) [2,3].



Таблиця 1

Матрица межтестовых корреляций в комплексе отобранных контрольных упражнений*

Тест (название)	Тест (порядковый номер)					
	1	2	3	4	5	6
1.Передача с 5 м		0,56	0,38	0,03	0,15	0,18
2.Передача с 7 м			0,66	0,17	0,13	0,15
3.Передача с 9 м				0,05	0,04	0,11
4.Штрафные броски					0,35	0,52
5.Броски с 10 точек за 4,5 минуты						0,91
6. Броски с 5 точек за 1 минуту						

*Примечание:** – статистически значимое значение в данном случае коэффициента корреляции 0,55 при $p=0,05$ и 0,68 при $p=0,01$

Учитывая установленные выше корреляционные связи, можно обоснованно отметить, что в случае практической необходимости отобранный нами комплекс добротных тестов может быть несколько минимизирован. При решении такой задачи можно для оценки технической подготовленности баскетболистов старших спортивных разрядов ограничиваться следующим комплексом тестов: 1) два теста с оценкой точности передач в мишень (выполнение передач только с расстояния в 7 и 9 м.); 2) два теста с оценкой точности бросков: а) тест «Штрафные броски»; б) «Броски с 10 точек за 4,5 мин». В этом случае при тестировании будут использоваться только гетерогенные (разнотипные) контрольные упражнения. Правда, при этом следует учитывать, что наиболее информативен всегда относительно большой комплекс контрольных упражнений [3].

Список использованной литературы:

1. Ахмеров, Э.К. Проблема отбора эффективных средств тестометрического контроля за подготовленностью спортсменов в спортивных играх / Э.К. Ахмеров, А.Г. Мовсесов // Спортивные игры в физическом воспитании и спорте: материалы межд. научно-практ. конф. – Смоленск: СГИФК, 2002. – С. 265–269.
2. Давидович, Т.Н. Средства контроля технической подготовленности квалифицированных баскетболистов / Т.Н. Давидович, Э.А. Лапухина // XIII Международная научная сессия по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»: материалы Международ. научн.-практ.конф.: в 3 ч./ Белорус.гос.ун-т физ.культуры; редкол.: Т.Д.Полякова (гл.ред.) [и др.]; Минск, 20 марта-30 мая 2013 г. – Минск: БГУФК, 2013. – Ч.1. – С.38–40.
3. Давидович, Т.Н. Экспериментальная педагогическая оценка технической подготовленности баскетболистов команды БГУФК / Т.Н. Давидович, К.А. Хорошилов, А.С. Пеньковский // XIII Международная научная

сессия по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»: материалы Международ. научн.-практ.конф.: в 3 ч./ Белорус.гос.ун-т физ.культуры; редкол.: Т.Д.Полякова (гл.ред.) [и др.]; Минск, 20 марта-30 мая 2013 г. – Минск: БГУФК, 2013. – Ч.1. – С.40–45.

4. Девяткин, Ю.П. Регистрация и анализ соревновательной деятельности в баскетболе: учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры, специализации «Баскетбол» / Ю.П.Девяткин, А.А.Гераськин, В.Ф.Кириченко, В.А. Цимбалюк. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2007. –52с.



ПЕРЕДУМОВИ ЩОДО МОДИФІКАЦІЇ ТЕСТУ «ОЦІНКА ВІДЧУТТЯ ЧАСУ» (Сергеев, 1973) ДЛЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ КОНТРОЛЮ В БАСКЕТБОЛІ

ІВЧЕНКО О.М. – аспірантка четвертого року навчання

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Анотація. В роботі виявлено, що проблема вдосконалення контролю баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки розкрита недостатньо, вимагає вдосконалення відповідно до сучасних правил гри.

Ключові слова: баскетболісти, контроль, відчуття часу, тести, етап попередньої базової підготовки.

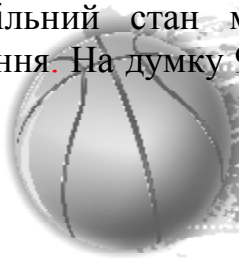
Вступ. У важливому ланцюзі системи управління підготовкою спортсменів – відборі, контролі та прогнозуванні найбільше значення має підлітковий вік, включаючи критичний період статевого дозрівання і охоплюючи один з ключових етапів – етап попередньої базової підготовки [2, 5].

Етап попередньої базової підготовки в багаторічній підготовці баскетболістів відповідає другому року навчання в навчально-тренувальній групі за програмою ДЮСШ (1999 рік). До цього часу вік юних баскетболістів досягає 13-14 років. Саме цей період є ключовим у підготовці до проміжного відбору перспективних юних спортсменів до подальшого навчання на наступних етапах [5]. І головну роль, на цьому етапі грають здатності баскетболіста до освоєння нових технічних прийомів та їх поєднань, рівень технічної підготовленості, розвиток фізичних якостей [1].

Проблема управління та контролю в олімпійському спорті завжди пригортала увагу тренерів та науковців [3], однак постійно зростаючий рівень спортивних досягнень ставить все більш високі вимоги до спортсмена сьогодення. Від успішного розв'язання цієї проблеми багато в чому залежить рівень досягнень спортсменів нашої країни та збереження фізичного й психічного здоров'я як висококваліфікованих спортсменів, так і спортивного резерву.

Встановлено, що не дивлячись на достатню розробленість теорії тестів в олімпійському спорті [2, 4, 6] та наявність педагогічного контролю за видами підготовленості в навчальній програмі з баскетболу для ДЮСШ України (1999 року видання) [1], не всі види підготовленості юних баскетболістів контролюються сучасними тестами, які відповідають специфіці виду спорту, враховують сенситивні періоди розвитку рухових якостей, узгоджуються зі зміною правил гри.

Результати проведеного анкетування з тренерами, які працюють з баскетболістами на етапі попередньої базової підготовки, дозволили визначити незадовільний стан методичного та практичного забезпечення контролю сьогодення. На думку 90% фахівців важливим в баскетболі, є тестування таких



спеціальних здібностей як: відчуття часу, відчуття м'яча, периферійний зір, орієнтації у просторі, але в навчальній програмі (1999) таких тестів бракує [3].

Тому комплекс контрольних нормативів застарів і повинен бути вдосконалений з урахуванням сучасних тенденцій розвитку командних спортивних ігор і світових тенденцій комплексного контролю в спорті в цілому, і конкретно, в баскетболі. В зв'язку з вище перерахованим даний напрямок досліджень є актуальним.

Мета дослідження – здійснити модифікацію тесту «Оцінка відчуття часу» (Сергеев, 1973) для вдосконалення педагогічного контролю баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, а також ресурсів мережі Інтернет, аналіз змагальної діяльності, педагогічне тестування за тестом оцінка «відчуття часу» (Сергеев, 1973), методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Активна змагальна діяльність баскетболістів на офіційному рівні розпочинається з 12-14 років та реалізується участю команд у іграх Всеукраїнської баскетбольної юнацької ліги (ВЮБЛ). Юні спортсмени беруть участь у змаганнях, де мають можливість продемонструвати рівень змагальної підготовленості. В середньому за рік діти цього віку грають від 12 до 20 ігор. Нами було проаналізовано десять матчів юнаків 13-14 років. Результати аналізу статистичних протоколів змагальної діяльності свідчать, що в середньому юний баскетболіст виконує 3,41 помилки за гру, а команда від 15 до 20 помилок. Визначено, що 50% складають помилки поганої передачі та помилки під час ведення, 10% - наступання на лінію аута, а 40% складають помилки, пов'язанні з часом, такі як 24 с., 14 с., 8 с, 5с. та 3 с. Окрім цього, більшість юних баскетболістів або зарано або із запізненням виконують дії на останніх секундах матчу, що вирішують результат матчу, тому значущість здібності до відчуття часу у баскетболістів є безумовною, а її розвиток є важливим чинником для підвищення загальної ефективності ігрових дій не тільки окремого гравця, а й команди в цілому.

Сергеевим запропоновано тест «Оцінка відчуття часу», який дозволяє виявити здібність у досліджуваних відтворювати час впродовж 5, 10, 30 та 60 секунд шляхом виконання бігу на місці. За завданням тренера дитина виконує біг на місці у середньому темпі, згинаючи коліна до прямого кута між стегном гомілкою, протягом 5 с. Після цього учасник тестування відтворює тривалість часу бігу – 5 с. Тренер перевіряє правильність відтворення часу бігу за секундоміром. Потім пропонується зробити те саме протягом визначеної вище кількості секунд. Відхилення, визначене з точністю до 0,1 с., відтворення часового інтервалу. Значення зі знаком «плюс» означає перевищення часового інтервалу, зі знаком «мінус» – недосягнення заданого часу. Учасник тестування не повинен підраховувати час. Виконується тільки одна спроба [4, 6]. Однак, постійне вдосконалення правил гри у баскетбол в більшості випадків пов'язане з прискоренням всіх техніко-тактичних дій на майданчику й вимагають постійного контролю розвитку цієї специфічної якості, як «відчуття часу», у



юних баскетболістів, що в подальшому сприятиме зменшенню загальної кількості помилок й підвищенню ефективності тактичного мислення гравців.

Нами було висунуте припущення, що в зв'язку з наявністю у сучасних правилах гри у баскетбол таких пунктів, як 3,5,8,14 та 24 секунд, є необхідним модифікувати тест Сергєєва у відповідності до сучасних правил. Зміст модифікації полягав у тому, що тест проводився з використання того часу, що зазначається в правилах гри в баскетбол: 3 с, 5 с, 8 с, 14 с, 24 с. Взаємозв'язок зі змагальною діяльністю даного тесту визначається в тому, що під час гри часті помилки трапляються із-за відсутності у гравців відчуття часу наданого на атаку кільця 24 та 14 секунд, затримки гравця у трьохсекундній зоні, порушення правил 5 секунд: вкидання м'яча із аута, виконання штрафного кидка, відсутність дій з м'ячем, неправильний перехід з тилової зони у передову.

За модифікованим тестом було проведено оцінку відчуття часу у баскетболістів 13-14 років. Результати представлено у таблиці 1.

Таблиця 1

**Показники «відчуття часу» у баскетболістів 13-14 років
(за модифікованим тестом Сергєєва), n = 50**

Кількість секунд	Під час виконання тесту, с			
	\bar{X} фактичний час	$\pm S$	$V\%$	\bar{X} відхилення
3 с.	2,62	0,50	19,29	- 0,38
5 с.	4,41	0,76	17,34	- 0,59
8 с.	8,13	0,84	11,86	+ 1,13
14 с.	16,3	1,04	18,32	+ 2,30
24 с.	27,7	2,93	12,37	+ 3,70

Аналіз показників тесту свідчить, що відтворення 3 та 5 секунд в середньому по групі проявляється з відхиленням у зменшенні часу на 0,38 та 0,59 секунди відповідно. Це пояснюється, що баскетболісти відчують особистісну відповідальність та порушення таких правил, як перевищення терміну можливості знаходитись у трьох секундній зоні, або вкидання м'яча із аута, пробиття штрафного кидка й виконання будь-яких дій з м'ячем на майданчику. Показники відтворення 8, 14 та 24 секунд мають відхилення у бік збільшення часу на 1,13, 2,30 та 3,70 секунди відповідно, що свідчить про той факт, що чим більше часу, тим більше відбувається тенденція у гравців до зниження здатності точно відчувати час. Такі помилки відбуваються під час гри коли гравці зігруються, довго тривають час, не можуть своєчасно подолати опір супротивника й здійснити кидок у кошик. Дані помилки зараховуються як загальнокомандні помилки, але в більшій мірі їх припускаються саме гравці з недостатнім рівнем розвитку відчуття часу. Коефіцієнти варіації показників коливаються від 11,86 до 19,29%, що свідчить про неоднорідність показників у досліджуваних спортсменів. Такий коефіцієнт варіації свідчить, що на даному

етапі багаторічної підготовки гравці по різному відчують час, що пов'язано як з пубертатним періодом, що припадає на етап попередньої базової підготовки, різною кількістю років тренувань у гравців, специфікою ігрових амплуа й, в більшому ступені, з недостатньою увагою тренерів щодо розвитку та контролю даної здібності на попередньому етапі багаторічного вдосконалення – етапі початкової підготовки.

Висновки: Аналізуючи чинну навчальну програму для ДЮСШ ми можемо стверджувати, що комплекс тестів з різних видів підготовленості потребує вдосконалення. Виявлено, що передумовами щодо модифікації тесту Сергєєва (1973 р.) «Оцінка відчуття часу» є зміни у правилах гри, що дозволить тренерам отримати більш детальну інформацію для вдосконалення процесу управління змагальною діяльністю та спрямувати навчально-тренувальний процес на підвищення рівня розвитку відчуття часу.

Перспективи подальших досліджень полягають у перевірці модифікованого тесту на інформативність та надійність для вдосконалення програми тестування баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки.

Список використаної літератури:

1. Баскетбол. Программа для ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ. Учебно-тренировочные группы и группы спорт. усовершенствования / Л.Ю Поплавский, В.Г. Окипняк. - К., 1999. - 126 с.
2. Годик М.А., Комплексный контроль в спортивных играх / М. А. Годик, А. П. Скородумова – М.: Советский спорт, 2010. – 330 с.
3. Мітова О.О. Аналіз результатів анкетування тренерів щодо системи контролю на етапі попередньої базової підготовки // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Сер. № 15 «Наукові проблеми фізичної культури /Фізична культура і спорт»: зб. наук. пр. / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2016. – Вип. 4 (74). – С. 66-69.
4. Мітова О.О. Методи наукових досліджень у баскетболі / О.О.Мітова, Р.О.Сушко. – Дніпропетровськ. : Вид. «Інновація», 2015 – 216 с.
5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 680 с.
6. Сергієнко Л.П. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти / Л.П. Сергієнко. – К.: КНТ, 2010. – 776 с.



ОЦЕНКА ПРЫГУЧЕСТИ И ПРЫЖКОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ

КОРЯГИН В.М. – д.пед.н., д.физ.восп., профессор, заведующий кафедрой физического воспитания;

БЛАВТ О.З. – к.физ.восп., доцент, доцент кафедры физического воспитания;

ГРЕБИНКА Г.Я. – ст. преподаватель кафедры физического воспитания.

Национальный университет «Львовская политехника»

Аннотация. В работе представлена методика определения высоты выпрыгивания и прыжковой выносливости с использованием современных нанотехнологий.

Ключевые слова: баскетбол, мониторинг, высота выпрыгивания, прыжковая выносливость, нанотехнологии.

Введение. Эффективность системы подготовки баскетболистов зависит от ряда факторов, в том числе от совершенствования методики оценки уровня тренированности спортсменов. Контроль за состоянием тренированности баскетболистов рассматривается как важный элемент управления тренировочным процессом (Л.Ю. Поплавский, 2004; В.М. Корягин, О.З. Блавт, 2013).

Задача данного этапа исследования – разработать способ мониторинга прыгучести и прыжковой выносливости с помощью создания автоматизированной системы мониторинга.

Методы исследования: анализ литературных источников, метод технического моделирования.

Результаты исследования и их обсуждение. Следует отметить, что прыгучесть (высота выпрыгивания) – одно из важнейших качеств, обеспечивающее эффективные действия баскетболистов во время соревнований (В.Н. Платонов, 2004).

Проявление прыгучести в баскетболе имеет определенные специфические особенности. Основные из них – это быстрота и своевременность прыжка, точность места отталкивания, вертикальное направление полета, выполнения прыжка с разбега с минимальным участием рук в момент отталкивания, серийное выполнение прыжков в условиях сбивающих факторов, управление телом в воздухе при контакте с соперником, точность приземления и готовность к дальнейшим действиям по окончании прыжка. На все эти специфические особенности влияют силовые, временные характеристики и скоростно-силовые способности (В.П. Кондрашин, В.М. Корягин, 1978).

Скоростно-силовые способности, как говорит сам термин, проявляются в действиях, где наряду с силой требуется высокая скорость движений. Они характеризуются предельными напряжениями мышц, проявляемыми с



необходимой, часто максимальной мощностью в упражнениях, выполняемых со значительной скоростью. Проявляются скоростно-силовые способности в способности выполнять движение в минимально короткий отрезок времени и в условиях, когда оказывается активное противодействие этому (Л.Ю. Поплавський, 2006).

Для определения уровня скоростно-силовых способностей применяются разнообразные контрольные упражнения. В теории и практике физической культуры и спорта издавна остро стояла проблема определения высоты прыжка (прыгучести). В настоящее время наиболее часто предлагается использовать «прыжковый» тест — выпрыгивание вверх (с измерительной лентой и без нее):

Методическая особенность этого теста заключается в том, что испытуемый после выпрыгивания должен приземляться в квадрат размерами 40х40 см, что затрудняет выполнение теста. Этот способ имеет существенный недостаток, связанный с инерционным свойством ленты во время прыжка.

Этим же тестом измеряется и прыжковая выносливость: выполняется серия прыжков с интервалом в 3 секунды. Количественная оценка теста осуществляется путем эргометрического анализа, позволяющий получить ряд показателей, характеризующих прыжковую выносливость: количество прыжков, выполняемых с максимальной высотой

Сложность этого теста заключается в необходимости строго стандартизировать эталонные положения стоя — стойка лицом к доске с максимально поднятыми руками, а также положения присев (угол в коленном суставе должен составлять 90 градусов), которое возможно стандартизировать только используя электрогониометр. Именно это послужило основанием для создания автоматизированной системы мониторинга высоты выпрыгивания.

При создании автоматизированной учитывалось и то обстоятельство, что выбор метода, с помощью которого проводится исследование, во многом определяет успех научной работы. Для создания автоматизированных систем мониторинга вышеуказанных параметров нами использованы емкостные сенсорные устройства мониторинга (ЭСУМ), которые базируются на сочетании современных нанотехнологий и микропроцессорных систем, в частности, смартфонов, планшетных компьютеров и т.п. Основой ЭСУМ являются электронные измерительные системы пространственного положения объектов на базе емкостных сенсорных устройств (Р.Л. Голяка, 2004; Z. Notra, 2010).

Для создания емкостных электродов в данных приборах используется «интеллектуальный текстиль», который изготавливают с использованием нановолокон. Последние изготавливают, наполняя традиционные волокнистые полимеры наночастицами токопроводящих материалов, что обеспечивает их высокие эластичные и электрические характеристики.

Для обеспечения достоверности результатов тестирования и обеспечения достоверности мониторинга результатов прыжков в высоту была сформирована одномерная матрица активных емкостных полосковых электродов, которые наклеили на индикационную стенку (рис. 1).

Кроме емкостных электродов в состав ЭСУМ входят: сигнальная линия,



сигнальный преобразователь, интерфейс, линия связи и электронно-вычислительная или мобильная коммуникационная система, в частности, смартфон или планшетный компьютер.

Сигнальный преобразователь обеспечивает коммутацию матрицы емкостных электродов на один аналоговый информационный вход и преобразования типа «емкость электрода – цифровой код». Далее цифровой сигнал через интерфейс (в данном варианте - USB интерфейс) и линию связи, в частности, инфракрасного или радиочастотного, передается на электронно-вычислительную или мобильную коммуникационную систему, где он записывается и графически визуализируется (В.М. Корягин, О.З.Блават, 2013).

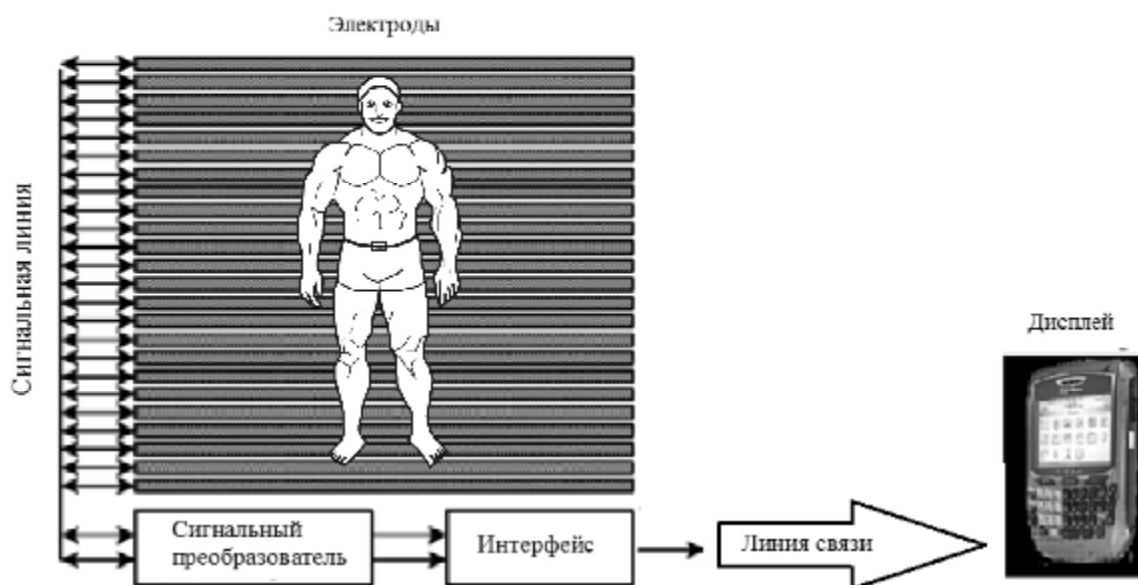


Рис. 1. Структурная схема ЭСУМ прыжка в высоту

В системе измерения параметров прыжка матрица емкостных электродов формирует набор сигналов, по которым можно провести мониторинг самой высокой и самой низкой точек тела субъекта мониторинга, положения частей тела и динамики движения (с временной разрешающей способностью 0,01 с). Емкостные электроды в виде гибких токопроводящих лент наклеиваются на индикационную стенку, высотой до 4 м. Ширина лент и расстояние между ними составляет 5 мм, что и определяет разрешение измерения пространственного положения (в частности над уровнем пола) субъекта мониторинга.

Разработанный способ оценивания скоростно-силовых способностей заключается в том, что матрица активных емкостных электродов с цифровым выходом регистрирует поступающие сигналы с маркера. Маркер размещается на субъекте мониторинга, положение которого изменяется во время выполнения тестового упражнения. Матрица регистрирует момент начала выполнения упражнения, процесс выполнения и момент окончания. Далее цифровой сигнал через интерфейс и линию связи, передают на сигнальный преобразователь. Полученный преобразователем сигнал обрабатывают, и, беспроводными устройствами передачи информации, подают на электронно-

вычислительное устройство, которым и реализуют мониторинг выполнения упражнения и по значению которого делают заключение об уровне скоростно-силовых способностей.

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Разработанная методика определения высоты выпрыгивания и прыжковой выносливости с использованием современных нанотехнологий позволяет точно объективно мониторить такие важные для баскетболистов качества, как прыгучесть и прыжковая выносливость.

Современный уровень развития баскетбола требует точного и объективного знания уровня развития физических качеств спортсменов, что предопределяет необходимость разработки методов объективного мониторинга физических, да и не только, физических качеств баскетболистов. Для этого необходимы научные разработки с использованием автоматизированных методик, позволяющих контролировать состояние показателей уровня физической подготовленности спортсменов.

Список использованной литературы:

1. Голяка Р.Л. Аналіз параметрів кола первинного перетворювача ємнісних сенсорів вологості / Р.Л. Голяка, О.М. Мельник, М.Р. Гладун, О.З. Готра // Вісник НУ «Львівська Політехніка»: Елементи теорії та прилади твердотільної електроніки, 2004.– № 510. – С.7-12.
2. Голяка Р.Л. Компенсація паразитного впливу лінії передачі сигналу в мікроелектронних сенсорах ємнісного типу / Р.Л. Голяка, О.М. Мельник, І.І. Гельжинський // Вісник НУ «Львівська Політехніка»: Елементи теорії та прилади твердотільної електроніки, 2004.– № 512. – С.71-78.
3. Готра З.Ю. Исследование и повышение стабильности работы операционных усилителей в схемах драйверов емкостных сенсоров / З.Ю. Готра, Р.Л. Голяка, І.І. Гельжинський // Технология и конструирование в электронной аппаратуре, 2008. – № 3 (75). – С. 20-24.
4. Кондрашин В.П. Тренировка баскетболистов высших разрядов / В.П. Кондрашин, В.М. Корягин. – К. : Здоров'я, 1978. – 93 с.
5. Корягин В.М. Тестовый контроль в физическом воспитании : монография / В.М. Корягин, О. З.Блаут. – Germany: LAP LAMBERT Academic Publishing is a trademark of: OmniScriptum GmbH & Co. KG, 2013. – 144 с.
6. Мітова О.О. Сучасний стан контролю рівня інтегральної підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки / О.О.Мітова, О.М.Івченко. // Спортивний вісник Придніпров'я. – №3. – 2014. – С. 72-76.
7. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
8. Поплавський Л.Ю. Баскетбол: підр. для студ. вищих навч. закладів фіз. вих.. і сп. / Л.Ю. Поплавський // К. : Олімпійська література, 2004. – 446с.



КОНТРОЛЬ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ ЄВРОПЕЙСЬКИХ КЛУБІВ

ЛЕБІДЬ Є.О. – викладач кафедри спеціальної та вогневої підготовки

СТРИКАЛЕНКО Є.А. – к.ф.вих, доцент, завідувач кафедри

ШАЛАР О.Г. – к.пед.н., доцент

КРАВЧЕНКО Є.Ю. – студент 5 курсу факультету фізичного виховання та спорту

Херсонський державний університет

Херсонський факультет одеського державного університету внутрішніх справ

Анотація. У статті проаналізовано ефективність змагальної діяльності баскетболістів, що виступають в провідних європейських клубах. Доведено, що коефіцієнт корисності гравця залежить від таких критеріїв: набрані очки, атакуючі передачі, перехоплення, блок-шоти, підбирання на своєму щиті, підбирання на чужому щиті, фоли суперників тощо.

Ключові слова: баскетбол, контроль, корисна діяльність, передачі м'яча, перехоплення, підбирання м'яча, фоли.

Вступ. Рівень підготовленості спортсменів в наш час деколи досягає межі можливостей, тому для успішного виступу необхідно шукати альтернативні шляхи отримання переваги. Але головна проблема полягає в тому, що отримати адекватні та достовірні дані про зіграний поєдинок, виявляється не так вже і просто, але при цьому важливо для внесення всіх необхідних зміни. Відповідно, отримання помилкової інформації неминуче призведе і до помилки в підготовці до подальших виступів, і в результаті, не дозволить досягти високих результатів [1, 3].

Оцінювання змагальної діяльності в баскетболі – складний та багатогранний процес, який потребує врахування різноманітних критеріїв і показників. Широкий спектр варіантів змагальної боротьби, необхідність взаємодії з партнерами по команді, постійна корекція тактичних замислів і дії значно ускладнюють процес об'єктивного оцінювання ефективності змагальної діяльності баскетболістів. Крім того, спортсменам доводиться виконувати велику кількість техніко-тактичних дій, кожна з яких, зі свого боку, виникаючи у складному ансамблі ігрової діяльності, може вплинути на спортивний поєдинок, визначити його результат [2]. Доволі часто трапляються випадки коли гравець набирає значну кількість очок при великій кількості браку, а гравець з незначними показниками результативності виконує значну кількість «чорнової» роботи. Тому оцінка ефективності змагальної діяльності в сучасному баскетболі безумовно є актуальною.

Мета дослідження: дослідити ефективність змагальної діяльності баскетболістів, що виступають в провідних європейських клубах



Методи та організація дослідження. Для вирішення завдань, які були поставлені в роботі, застосовувались такі методи дослідження:

- аналіз і узагальнення науково-методичної літератури;
- метод спостереження;
- метод оцінки корисної діяльності;
- методи математичної статистики.

В роботі нами було обраний метод оцінки корисної діяльності, який вираховується за допомогою підставлення до техніко-тактичних дій гравця певного коефіцієнту, в залежності від значимості їх для одержання перемоги в матчі [4]. В сучасному баскетболі практично в кожному матчі ведеться статистичний протокол змагальної діяльності гравців, де фіксуються наступні параметри й коефіцієнти до них: набрані очки (1), атакуючі передачі (1), перехоплення (1,4), блок-шоти (1,2), підбирання (1,3), фоли суперників (0,5), число неточних кидків (1,5), втрати м'яча (1,4), фоли (1). В дужках вказані коефіцієнти, з якими враховуються дані параметри в отриманому рівнянні.

$$ККГ = (О + АВ + 1,4 * ПХ + 1,2 * БШ + 1,3 * Пд + 0,5 * Фс) - (1,5 * НК + 1,4 * Втр + Ф)$$

де, ККГ – коефіцієнт корисності гравця, О – набрані очки, АВ – атакуючі передачі, ПХ – перехоплення, БШ – блок-шоти, Пд - підбирання, ФС – фоли суперника, Ф – фоли, Втр – втрати і помилки, НК – неточні кидки [3].

У процесі дослідження оцінки змагальної діяльності було проаналізовано 10 гравців двох провідних баскетбольних клубів, які виходять на майданчик в стартових п'ятірках і мають найбільші показники ігрового часу. Протягом експерименту ми спостерігали за діями баскетболістів ПБК «ЦСКА» м. Москва проти команди «Панатінаїкос» (Греція) в євро лізі та БК «Реал» Мадрид (Іспанія) в іграх проти БК «Олімпіакос» (Греція).

Вибір ігор всіх команд залежав від кінцевого результату матчу, тобто були обрані вигравні та програшні матчі. Стартовий склад кожної із команд був незмінний протягом цих ігор.

В таблиці 1. наведена стартова п'ятірка команди ПБК «ЦСКА» м. Москва.

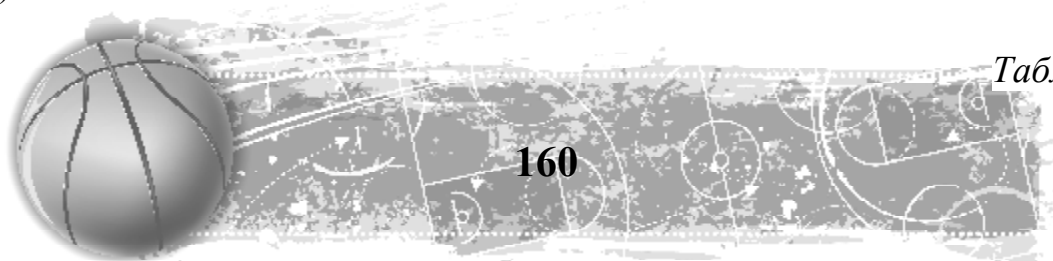
Таблиця 1.

Склад стартової п'ятірки ПБК «ЦСКА» м. Москва.

П. І. гравця	Амплуа	Дата народження	Ріст (см)	Вага (кг)	Країна	З якого року виступає
Теодосіч Мілош	розігруючий	19.03.1987	195	87	Сербія	2011
Аарон Джексон	захисник	06.05.1986	190	83	США	2012
Воронцевич Андрій	важкий форвард	17.07.1987	207	107	Росія	2006
Фріленд Джоел	центровий	02.02.1987	208	104	Англія	2014
Хряпа Віктор	форвард	03.08.1982	203	100	Росія	2010

В таблиці 2. наведені дані гравців стартової п'ятірки БК «Реал» Мадрид (Іспанія).

Таблиця 2.



БК Реал Мадрид

П. І. гравця	Амплуа	Дата народження	Ріст (см)	Вага (кг)	Країна	З якого року виступає
Густаво Айон	центровий	01.04.1985	208	113	Мексика	2014
Кей сі Ріверс	розігруючий	01.03.1987	196	98	США	2015
Джейсі Керролл	захисник	16.04.1983	188	82	США	2011
Андрес Носіоні	легкий форвард	30.11.1979	201	102	Аргентина	2014
Феліпе Рейес	важкий форвард	16.03.1980	206	120	Іспанія	2004

Результати дослідження та їх обговорення. Високі спортивні результати в сучасному світовому баскетболі свідчить про те, що ефективне ведення змагальних дій на баскетбольному майданчику вимагає від баскетболістів максимальної реалізації всіх сторін підготовленості.

Досягнення високої спортивної кваліфікації, ефективного ведення гри та отримання перемоги над суперниками в спортивних іграх не можливе без командних дій, як в нападі так і в захисті. Проте вклад в загальну перемогу може бути різним та неоднорідним. Іноді баскетболістки виконують на майданчику роботу, яка на перший погляд непомітна але грає одну з вирішальних ролей в досягненні головної мети. Іноді навпаки гравець виконав значну кількість кидків, серед яких один потрапив в кошик, проте кількість змарнованих спроб доволі значна. Тому визначення корисності баскетболістів на майданчику доволі складний процес і вимагає постійного пошуку.

Найголовнішим завданням оцінки корисної діяльності є об'єктивність результатів, що безумовно важливе для тренера в побудові подальшого тренувального процесу.

В ході дослідження нами були проаналізовані статистичні дані гравців БК «Реал» Мадрид, які висвітлені в таблиці 3.

Таблиця 3.

Статистичні дані гравців Реал Мадрид

Гравець	Очки	2-х	3-х	Штр	Пд	Гп	Пх	Вт	Бш	Ф	Фс	ККГ
Густаво Айон	14	16/31 51%	0/0 0%	10/14 71%	9,6	2,6	1,6	0,6	1,6	3,6	2,6	16,1
Кей Сі Ріверс	3,6	3/7 42%	1/8 12%	2/2 100%	1,3	0,3	0,6	0,3	0	1,6	0,3	0,2
Джейсі Керролл	8,6	2/7 28%	7/13 53%	1/1 100%	1,6	0,3	0,6	0,6	0	1,6	0,3	4,2
Андреас Носіоні	6	3/5 60%	2/10 20%	6/7 85%	4	0	0	0,6	1	1,3	2	5,6
Феліпе Рейес	14	8/16 50%	4/7 57%	14/19 73%	5,3	2	0,3	0,3	0	2,3	3,6	14,5

ККГ – коефіцієнт корисності гравця, Гп – атакуючі передачі, Пх – перехвати, Бш – блок-шоти, Пд - підбирання, Фс – фоли суперника, Ф – фоли, Втр – втрати і помилки, Штр – штрафні кидки

Аналізуючи статистичні дані нами встановлено, що найкращий відсоток влучань 2-х очкових кидків має легкий форвард Андреас Носіоні з показником



60%, при цьому набираючи 6 очок в середньому за гру. Найбільшу кількість очок за гру набирає Густаво та Рейес, які мають однаковий показник – 14 очок в середньому за гру, реалізувавши при цьому половину кидків. Найкращу реалізацію кидків із-за дуги має Феліпе Рейес – 57%.

За штрафними кидками виділяються захисники Ріверс та Керролл, які мають 100% результат. За іншими показниками змагальної діяльності переважає центровий Густаво Айон, який є лідером команди. Найбільшу кількість порушень правил на собі змушує здійснювати важкий форвард Феліпе Рейес, який іноді грає на позиції центрального збираючи при цьому 3,6 фолів в середньому за гру, що відіграє важливу роль в результаті команди. Взагалі в змагальній діяльності баскетболістів іспанського клубу велике значення має гра гравців, що виходять на майданчик з лави запасних.

В ході дослідження нами були проаналізовані статистичні дані гравців ПБК ЦСКА м. Москва, які представлені в таблиці 4.

Таблиця 4.

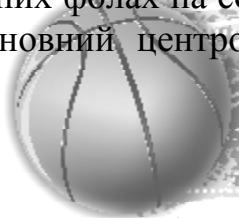
Статистичні дані гравців ПБК ЦСКА м. Москва

Гравець	Очки	2-х	3-х	Штр	Пд	Гп	Пх	Вт	Бш	Ф	Фс	ККГ
Теодосіч Мілош	11,6	5/6 83%	6/16 0%	0/0 0%	2	8	0	2	0	0	0	14,2
Аарон Джексон	15,4	11/18 61%	7/15 46%	3/3/ 100 %	3	2	2	2,3	0	2,3	1,6	11,7
Воронцевич Андрій	5	4/8 50%	2/9 22%	1/2 50%	3,6	2,3	0,3	0,6	1	1,3	0,6	7
Фріленд Джоел	6	7/10 70%	0/0 0%	4/6 66%	2,6	1,6	0,3	1	1,3	0	2,3	10,6
Хріпа Віктор	13	9/16 56%	5/8 62%	6/8 75%	5	1	1,3	1	1,3	3	2,3	15,7

ККГ – коефіцієнт корисності гравця, Гп – атакуючі передачі, Пх – перехвати, Бш – блок-шоти, Пд - підбирання, Фс – фоли суперника, Ф – фоли, Вт – втрати і помилки, Штр – штрафні кидки

Аналізуючи дані дослідження нами встановлено, що за час проведення часу на майданчику найбільшу кількість очок в середньому за гру має гравець Аарон Джексон, який грає на позиції захисника, набираючи – 15,4 очок. При цьому має 100% показник з реалізації штрафних кидків. Також він виконує 2,3 втрати за гру, компенсуючи це найкращим показником перехоплень за гру (в середньому 2 рази за гру).

Найкращий відсоток влучань 2-х очкових кидків має розігруючий захисник Мілош Теодосіч реалізуючи 83.3% кидків, який також є лідером за результативними передачами (8 передач), що є особливістю його ігрової позиції. Віктор Хряпа є лідером в реалізації 3-х очкових кидків з результатом 62%, також демонструючи один з найкращих показників в блок-шотах (1,3) та зароблених фолох на собі (2,3). Віктор порушує правила на супернику 3 рази за гру. Основний центровий команди Джоел Фріленд відіграє значну роль в



захисті команди не порушуючи правил на супернику та при цьому роблячи 1,3 блок-шоти в середньому за гру.

Висновок. Коефіцієнт корисності залежить від амплуа гравців, від побудови гри команди в захисті та в нападі, а також від індивідуальної підготовленості гравця в цілому. За отриманими результатами встановлено, що найвищий коефіцієнт отримують ті гравці, які протягом гри принесли максимальну користь власній команді.

Узагальнивши методику оцінку корисної діяльності баскетболістів, можна відмітити, що ККГ (коефіцієнт корисності гравця) залежить від таких критеріїв: набрані очки, атакуючі передачі, перехоплення, блок-шоти, підбирання на своєму щиті, підбирання на чужому щиті, фоли суперників, число неточних двоочкових кидків, число неточних триочкових кидків, число неточних штрафних кидків, втрати при передачі, технічні втрати, фоли.

Перспективи подальших досліджень полягає в визначенні та аналізі ефективності змагальної діяльності баскетболістів вітчизняного чемпіонату з розробкою коефіцієнтів для кожної техніко-тактичної дії, як в нападі так і в захисті.

Список використаної літератури:

1. Безмылов Н. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации в игровом сезоне / Н. Безмылов, О. Шинкарук // Наука в олимпийском спорте. – 2011. – № 1/2. – С. 45–52.
2. Дорошенко Е.Ю. Аналіз змагальної діяльності як провідний компонент професійної підготовки тренерів з баскетболу / Е. Ю. Дорошенко, Р.О. Кириченко, М.О. Хабарова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. – Х. ; Донецьк, 2005. – № 22. – С. 29–33.
3. Кочубей Ю.О. Аналіз фізичної підготовленості баскетболістів високого класу / Ю.О. Кочубей, Є.А. Стрикаленко, О.Г. Шалар // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт/» Зб. наукових праць/ За ред.. Г.М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. – Випуск 6 (49) 14. – С. 55-63
4. Полозов А.А. Рейтинг в спорте: вчера, сегодня, завтра / А.А. Полозов. – М.: Советский спорт, 2007 – 316с.
5. Полозов, А.А. Система рейтинга в игровых видах спорта и единоборствах: Монография. Екатеринбург: Изд-во УГТУ-УПИ, 1995. 110 с.



ТИПОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ВИЩИХ ВІДДІЛІВ ЦЕНТРАЛЬНОЇ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ БАСКЕТБОЛІСТІВ ВИСОКОГО РІВНЯ КВАЛІФІКАЦІЇ

ЛИЗОГУБ В.С. – професор, доктор біологічних наук, директор науково-дослідного інституту ім. М. Босого

ПУСТОВАЛОВ В.О. – к. фіз. вих., доцент кафедри ТМФВ та спортивних ігор

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

Анотація. У статті представлені дані про особливості прояву типологічних властивостей вищих відділів центральної нервової системи баскетболістів високого рівня кваліфікації. Встановили, що показники індивідуально-типологічних властивостей вищих відділів центральної нервової системи гравців, що виконують різні ігрові функції, відрізнялися з перевагою нападників.

Ключові слова: індивідуально-типологічні властивості ВНД, ігрові амплуа, баскетбол.

Вступ. Баскетбол видовищний, динамічний і силовий вид спорту. Він характеризується швидкою зміною ігрових ситуацій пов'язаних із активною протидією гравців під час гри, як в нападі, так і у захисті [4].

У баскетболі з метою організації атакуювальних і захисних командних дій існує наступний розподіл гравців за ігровими амплуа – нападники і захисники та центрові [1].

Як відомо, в умовах ігрової діяльності у баскетболістів, відбувається формування психофункціональної системи відповідальної за фізичну, технічну і тактичну підготовленість, сприйняття, переробку інформації та прийняття рішень. Значна роль у цьому належить індивідуально-типологічним властивостям вищих відділів центральної нервової системи, до яких належать – функціональна рухливість (ФРНП), сила (СНП) і врівноваженість (ВНП) нервових процесів [2].

За аналізом літературних джерел встановили, що практично відсутня інформація щодо прояву типологічних властивостей ВНД баскетболістів високого рівня кваліфікації.

Мета дослідження: з'ясувати особливості прояву типологічних властивостей вищих відділів центральної нервової системи у баскетболістів високого рівня кваліфікації.

Організація досліджень. У баскетболістів високого рівня спортивної кваліфікації (команда суперліги України „Черкаські Мавпи”) за допомогою комп'ютерного пристрою „Діагност – 1 М” визначали типологічні властивості ВНД: функціональну рухливість (ФРНП), силу (СНП) та врівноваженість (ВНП) нервових процесів.



Рівень ФРНП визначали за результатами переробки складної зорової інформації в режимі „зворотного зв’язку”, котра полягала в диференціюванні позитивних та гальмівних подразників. Мірою функціональної рухливості нервових процесів (ФРНП) був час виконання тестового завдання. Чим швидше обстежуваний виконував завдання, пов’язане з диференціацією подразників у вигляді геометричних фігур, тим вище в нього була ФРНП. Силу нервових процесів (СНП) оцінювали за показником загальної кількості переробленої інформації протягом 5 хв роботи. Більша кількість переробленої інформації відповідала вищому рівню СНП. Визначення ВНП передбачало реєстрацію точності реакцій на рухомий об’єкт. Про ВНП судили по сумарній величині реакцій, що випереджали чи запізнювались. Чим менше сума відхилень рухових реакцій (в мс), тим вище ВНП [3].

Результати дослідження.

Згідно завдань досліджень у баскетболістів високого рівня кваліфікації, різних ігрових амплуа визначали показники індивідуально-типологічних властивостей центральної нервової системи (таблиця 1).

Таблиця 1

Індивідуально-типологічні властивості вищих відділів центральної нервової системи баскетболістів різних ігрових амплуа

Типологічні властивості ВНД Ігрові амплуа	ФРНП, (сек)	СНП, (подр)	ВНП, (мс)
Захисники	60,7±1,3 *	692,0±21,9 *	13,4±2,3 *
Нападники	59,6±1,2 *	730,5±26,4 *	12,3±2,5 *
Центрові	65,6±1,6	631,8±23,8	18,1±2,6

Примітка: *- достовірність різниць між досліджуваними показниками між гравцями різних ігрових амплуа на рівні $p < 0,05$

Як видно, показники індивідуально-типологічних властивостей ВНД баскетболістів знаходиться в залежності від їх ігрового амплуа. Гравці нападник характеризувалися дещо кращими показниками прояву індивідуально-типологічних властивостей ніж у гравців інших ігрових амплуа. Так, середні значення ФРНП у них становили – 59,6±1,2 с, СНП – 730,5±26,4 подразників, а ВНП становив – 12,3±2,5 мс. У захисників відповідні значення були дещо нижчими. Самими нижчими показники індивідуально-типологічних властивостей у порівнянні з баскетболістами інших ігрових амплуа виявилися у центрових. Достовірні відмінності результатів між гравцями різних ігрових амплуа були встановлені за всіма показниками індивідуально-типологічних властивостей ЦНС – ФРНП, СНП та ВНП ($p < 0,05$).

Такі особливості прояву індивідуально-типологічних властивостей ВНД у гравців різних ігрових амплуа, на нашу думку і думку фахівців можна пояснити кількома факторами: обумовленою генетичною спадковістю досліджуваних нами властивостей, специфікою ігрової діяльності гравців, які виконують різні ігрові функції в команді (нападники – миттєво приймати рішення і виконувати



атакувальні дії, захисники повинні ефективно протидіяти атакувальним діям суперника, центрові гравці повинні вправно вести боротьбу під щитами), а також очевидно є наявність відмінностей морфосоматичних ознак баскетболістів в залежності від ігрових амплуа (ростові показники) [1, 2, 4].

Таким чином, на основі отриманих даних встановили, що у баскетболістів показники індивідуально-типологічних властивостей вищих відділів центральної нервової системи різнилися. Кращими показниками індивідуально-типологічних властивостей ВНД характеризувалися нападники, проміжні значення були виявлені у захисників, а нижчими вони виявилися у центрових. За показниками індивідуально-типологічних властивостей ВНД між гравцями різних ігрових амплуа були встановлені достовірні відмінності ($p < 0,05$).

Висновки

1. За результатами досліджень встановили, що індивідуально-типологічні властивості вищих відділів центральної нервової системи баскетболістів високого рівня кваліфікації дещо відрізняються. Кращими показниками індивідуально-типологічних властивостей характеризувалися нападники, проміжні значення були у і захисників, а нижчими вони виявилися у центрових.

2. Між гравцями різних ігрових амплуа за показниками індивідуально-типологічними властивостями ВНД були встановлені достовірні відмінності ($p < 0,05$).

Перспективи подальших досліджень. В подальшому планується проведення досліджень спрямованих на вивчення взаємозв'язків індивідуально-типологічних властивостей ВНД баскетболістів різних ігрових амплуа з іншими різновидами підготовленості та розробку на основі отриманих даних індивідуальних тренувальних програм.

Список використаної літератури:

1. Бабушкін В.З. Спеціалізація в спортивних іграх. – К.: Здоров'я, 1991. – 160 с.
2. Козина Ж.Л. Система индивидуализации подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Монография / Козина Ж.Л. Lambert Academic Publishing Russia. – 2011. – 532 с.
3. Макаренко М. В. Онтогенез психофізіологічних функцій людини / М. В. Макаренко В. С. Лизогуб. – Черкаси: Вертикаль, 2011. – 255 с.
4. Поплавський Л.Ю. Баскетбол / Л.Ю. Поплавський. - К.: 2004. С. – 448 с.
5. Фрейзер У. Баскетбол / У.Фрейзер, А. Сечер. – М: ФиС, 2006. – 383 с.



СТАН СИСТЕМИ КОНТРОЛЮ В БАСКЕТБОЛІ В ЗВ'ЯЗКУ З СУЧАСНИМИ ТЕНДЕНЦІЯМИ ЙОГО РОЗВИТКУ

МІТОВА О.О. – к. фіз. вих., доцент, завідувач кафедри спортивних ігор.

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Анотація. В роботі виявлено, що формування цілісної системи знань щодо системи контролю в баскетболі, в якій органічно взаємопов'язані контроль зі стадіями та етапами багаторічної підготовки є актуальним напрямком наукових досліджень в зв'язку з сучасними тенденціями його розвитку.

Ключові слова: контроль, баскетбол, багаторічна підготовка баскетболістів.

Вступ. Сучасні літературні джерела свідчать, що баскетбол сьогодення характеризується такими тенденціями розвитку, як: 1) інтенсифікацією динаміки гри та тренувальних навантажень, викликаних необхідністю збільшення кількості ігрових дій в одиницю часу, а в зв'язку з цим, і відповідного формування спеціальних кондицій; 2) інтелектуалізацією – значним підвищенням визначної ролі розумових здібностей, швидкості й точності оперативного мислення, здатності гравців розуміти хід гри та передбачати (прогнозувати) її подальший розвиток; 3) невинним зростанням виконавчої майстерності, що проявляється яскравіше за все у підвищенні ефективності змагальної діяльності; 4) універсалізацією – поєднанням підвищення специфічної ігрової майстерності з розширенням діапазону ігрової діяльності; 5) скачкоподібністю розвитку, який визначається таким положенням діалектики розвитку, як «боротьба протилежностей» та законом «переходу від кількості до якості», при чому чинниками, що впливають на рівень розвитку баскетболу, є рівень атлетичної підготовленості й техніко-тактичної майстерності, зміни у правилах гри, динамічне протистояння нападу та захисту, як провідних складових гри; 6) ранньою спеціалізацією – зменшенням віку початку занять баскетболом з 9-11 до 6-7 років; 7) відсутністю гендерних відмінностей у правилах ігор, не зважаючи на наявність специфічних рис, притаманних жіночому спорту (розмір м'яча); 8) спиранням на ідеологію професійної ліги НБА; 9) зростанням популярності на Олімпійських, Паралімпійських, Дефлімпійських іграх та Всесвітніх іграх ветеранів та ін. [2].

Вище зазначені тенденції призвели до високого рівня популярності баскетболу в світі. Узагальнені дані інтернет-ресурсів підтверджують цей факт й свідчать про те, що за останні п'ять років (2011-2015 рр.) відмічається тенденція до підвищення популярності спортивних ігор й, в більшому ступені, командних ігрових видів спорту. Якщо у 2011 році до першої десятки рейтингу самих популярних видів спорту у світі входили 3 види командних спортивних ігор (футбол, баскетбол, волейбол), у 2013 р. – 6 (футбол, бейсбол, баскетбол,



хокей, регбі, волейбол), то у 2015 р. вже 7 видів командних ігор (футбол, крикет, бейсбол, баскетбол, хокей, регбі, волейбол) стали одними з найпопулярніших видів спорту на п'яти континентах. При чому, якщо у 2011 та 2013 рр. баскетбол посідав шосту позицію у топ-десятьці, то в 2015 – займав вже п'яте місце у рейтингу самих популярних видів спорту [1].

Стрімкий розвиток гри й високий рівень популярності баскетболу вимагає від науковців постійного вдосконалення науково-методичного забезпечення системи багаторічної підготовки баскетболістів та всіх її складових. Однак, не дивлячись на значну розробленість сучасної системи підготовки баскетболістів на різних етапах багаторічної підготовки, про що свідчать чисельні дисертаційні роботи останнього десятиріччя у командних ігрових видах спорту (Максименко І.М., 2010; Козіна Ж.Л., 2010; Безмилов М.М., 2010; Сушко Р.О., 2011; Дорошенко Е.Ю., 2014; Собко І.В., 2014 та ін.), система контролю розглядалася, як складова для розв'язання інших питань та не була пов'язана з сучасними тенденціями розвитку баскетболу й не об'єднана у цілісну систему знань. Тому визначення проблемного поля у системі контролю в баскетболі на основі аналізу науково-методичної літератури та узагальнення досвіду практичної роботи в зв'язку з сучасними тенденціями його розвитку є актуальним напрямком досліджень.

Мета дослідження – визначення проблемного поля у системі контролю в процесі багаторічної підготовки в баскетболі в зв'язку з сучасними тенденціями його розвитку.

Методи дослідження: методи теоретичного аналізу, синтезу та узагальнення інформації; узагальнення досвіду практичної роботи щодо системи контролю в баскетболі.

Результати дослідження. Для формування уніфікованої системи контролю у баскетболі, яку буде створено на загальних закономірностях теорії спорту, враховуючи інформативні критерії, характерні для: різних ігрових командних видів спорту; різних вікових категорій, спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки та рівня кваліфікації команд тощо, на першому етапі дослідження нами було проаналізовано сучасний етап розвитку баскетболу та його різновиди, що з'явилися завдяки тенденції до зростання популярності на Олімпійських, Паралімпійських, Дефлімпійських іграх та Всесвітніх іграх ветеранів (табл. 1).

Таблиця 1

Різновиди баскетболу в олімпійському, неолімпійському, паралімпійському та дефлімпійському спорті

Олімпійський спорт	Неолімпійський спорт	Дефлімпійський спорт	Паралімпійський спорт
Баскетбол	Баскетбол 3х3 (Стрітбол) Корфол; Стекбол; Слембол; Радіалбаскет та ін.	Баскетбол	Баскетбол на візках (УОРА)

Окрім цього, в сучасному світі, у зв'язку з масовістю та розвитком ігрових

видів спорту, як сфери впливу на суспільство, особливо у тих розвинених країнах (США, Іспанія, Франція, Литва, Сербія, Хорватія, Словенія, Німеччина, Фінляндія, Китай та ін.), які мають належну матеріально-технічну базу, школу підготовки, мають стабільно високі багаторічні спортивні результати, тобто в яких склались, визначені баскетбольні традиції, утворились в системі олімпійського спорту також свої різновиди баскетболу, які можливо сьогодні взаємопов'язати та розподілити, згідно даних В.М.Платонова [3] на дві стадії в процесі багаторічної підготовки: перша стадія становлення та розвитку можливостей спортсменів та друга стадія максимальної реалізації спортивної майстерності (табл. 2).

Таблиця 2

Розподіл різновидів гри у баскетбол відповідно віку спортсменів, етапів та стадій багаторічної підготовки

Різновид гри	Вік, років	Відповідний етап підготовки
<i>I стадія становлення та розвитку можливостей спортсменів</i>		
Мікро-баскетбол	3-6	Дошкільне фізичне виховання
Міні-баскетбол	6-12	Масовий спорт Уроки фізичної культури та спортивні секції у СЗОШ Етап початкової підготовки у ДЮСШ
Баскетбол (класичний)	12-14	Етап попередньої базової підготовки
	15-17	Етап спеціалізованої базової підготовки
<i>II стадія максимальної реалізації спортивної майстерності</i>		
Баскетбол (класичний)	18-20	Етап підготовки до вищих досягнень
	з 21-23 до 28-30	Етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей
	28-32*	Етап збереження вищої спортивної майстерності
	33-35*	Етап поступового зниження досягнень
Максібаскет (для ветеранів)	35-70	Етап уходу зі спорту вищих досягнень

Примітки: * - на етапах збереження вищої спортивної майстерності й поступового зниження досягнень вказано середні показники віку закінчення етапу, але є окремі випадки, коли спортсмени лише з 40 років розпочинають знижувати показники своїх досягнень, це пов'язано зі специфікою різновиду баскетболу, ігрового амплуа гравця й рангом команди, за яку він виступає на змаганнях.

Виявлено, що попри достатню кількість зарубіжних публікацій (J.M. Buceta, M. Mondoni, A. Avakumovic, L. Killik, 2000; R. Giorgijevski, 2004; M. Zollner, 2004 та ін.) питання контролю у мікро- та міні-баскетболі ще недостатньо висвітлено й не систематизовано у відповідності до характерних особливостей віку, статі, рівня підготовленості тих, хто займається, структури та змісту навчально-тренувального процесу, визначених пульсових діапазонів для фізичного навантаження тощо.

У чинних вітчизняних навчальних програмах для ДЮСШ виявлено, що в контролі різних сторін підготовленості пропонуються однакові тести для всіх вікових груп з 12 до 17 років, відмінності спостерігаються лише в оцінці показників. Крім того, визначено такі недоліки: застаріла методика

педагогічного контролю у порівнянні з провідними країнами; необґрунтовані наукові підходи до комплексного контролю юних спортсменів з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дітей; відсутність науково обґрунтованої системи нормативних оцінок інтегральної підготовленості (не всі фізичні якості контролюються у відповідності до сенситивних періодів розвитку цих якостей, недостатньо тестів на захисні дії порівняно з діями у нападі, спеціальні здібності баскетболістів (оперативне мислення, увагу, відчуття часу, відчуття м'яча тощо); недостатній контроль психічного стану, розвитку морально-вольових та інтелектуальних якостей спортсменів, а також, теоретичних знань.

Протягом другої стадії багаторічної підготовки баскетболісти переважно беруть участь у змаганнях першості країни серед команд першої, вищої та суперліги, єврокубках різного рівня, Чемпіонатах Європи, світу, Олімпійських іграх. Дуже часто протягом змагального періоду команди одночасно виступають у декількох турнірах (наприклад: чемпіонат країни, кубок країни, єврокубок). Нерідко спортсмени беруть одночасну участь у змаганнях як баскетболу, так і у його різновиді, такому як баскетбол 3х3. Також багато спортсменів після закінчення кар'єри, або, у випадку не зовсім вдалої кар'єри у класичному баскетболі, намагаються досягти максимального результату у таких різновидах, як баскетбол 3х3 або максібаскет. Така насиченість змагальної діяльності у поєднанні з перельотами та переїздами до місць змагань протягом одного тижня вимагає від спортсменів більш швидкого відновлення після матчів та прискорення адаптаційних процесів до кліматичних умов міст проведення матчу й до специфічних умов організації матчу залежно від ступеня їх значущості й завдань клубу або збірної команди країни у загальному річному змагальному сезоні, й вимагає від фахівців постійного контролю за станом фізичного та психічного здоров'я баскетболістів.

Висновки. Аналіз наукових даних з питань контролю у баскетболі, свідчить про відсутність універсальної системи контролю для сучасних різновидів баскетболу, як в залежності від віку їх призначення, так і залежно від приналежності до класифікації олімпійського, неолімпійського, дефлімпійського та паралімпійського спорту, в якій органічно взаємопов'язані контроль зі стадіями та етапами багаторічної підготовки; періодами річного циклу; рівнем кваліфікації, престижем змагань; віковими особливостями спортсменів; ігровими амплуа та соціальним статусом в команді.

Перспективи подальших досліджень полягають у формуванні цілісної системи знань щодо контролю в командних спортивних іграх для оптимізації управління процесом багаторічної підготовки.

Список використаної літератури

1. Борисова О.В. Розвиток спортивних ігор в умовах глобалізації спорту. метод. рекомендації. / О.В.Борисова, Р.О.Сушко. – К., 2016. – 36 с.
2. Мітова О.О. Проблеми контролю в сучасних командних спортивних іграх / О.О.Мітова // Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал. – Дніпропетровськ: ДДФКіС, - №2. – 2015. – С. 166-171.

3. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 680 с.



АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ВЕСТИБУЛЯРНОЇ СТІЙКОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ ГРУП ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

МОІСЕЄНКО О.К. - старший викладач кафедри спортивних
та рухливих ігор

ШИРЯЄВА І.В. - викладач кафедри спортивних та рухливих ігор.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. У статті наведені показники функціонального стану вестибулярного аналізатора та їх зміни під впливом стандартних вестибулярних навантажень (5 обертів за 10 с) баскетболістів груп початкової підготовки.

Ключові слова: Вестибулярний аналізатор, сенсорні системи, юні баскетболісти.

Вступ. Високий рівень досягнень у сучасному баскетболі обумовлює необхідність залучення до тренувального процесу найбільш талановитих юнаків та дівчат.

Так, на прикладі виступу баскетбольних команд країни, виявляється тенденція погіршення якості підготовки спортивного резерву. Вочевидь, що дана ситуація пов'язана з багатьма факторами, в тому числі і з педагогічними аспектами, проте, основним все ж є різке підвищення вимог до організму юних спортсменів.

Відомо, що в віці 9-11 років дитячий організм інтенсивно розвивається, і відчуває величезний пресинг різних навантажень, в тому числі, сенсорних.

Авторами встановлено [1, 2], що розвиток основних рухів у дитячому віці головним чином залежить від функціонального стану вестибулярної сенсорної системи, для якої адекватними подразниками є прямолінійні та кутові прискорення, центробіжні сили, а також зміна сили тяжіння при переміщенні тіла у просторі.

Кидки у русі, швидкі переміщення, стрибки, несподівані зміни напрямку руху, різкі ривки, падіння, швидкі повороти голови при орієнтуванні – усе це викликає значні зрушення усіх відділів вестибулярного апарату юного баскетболісту.

Проведений аналіз даних літературних джерел [4, 5, 6] дозволяє говорити про те, що існує певна залежність між показниками фізичної підготовленості та активності вестибулярного аналізатору у спортсменів різної кваліфікації.

Питаннями вдосконалення вестибулярної стійкості у баскетболістів займалися [3, 4].

Однак, робот, які б освітлювали питання реакцій організму юних спортсменів на вестибулярне навантаження в науково – методичній літературі знайдено недостатньо.

Тому, вивчення вестибулосоматичних та вестибуловегетативних проявів баскетболістів-початківців, а також пошук нових методик, які сприяють їх



усуненню – є принципово важливим для вдосконалення навчально – тренувального процесу в баскетболі.

Мета дослідження – визначення функціонального стану вестибулярного аналізатора баскетболістів 9-11 років до та після стандартних вестибулярних навантажень.

Завдання дослідження:

1. Вивчити стан проблеми у теоретичному аспекті.
2. Дослідити рівень вестибулярної стійкості баскетболістів 9-11 років за показниками вестибулосоматичних зрушень.

Методи та організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувалися наступні методи: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, методи математичної статистики, фізіологічні методи визначення функціонального стану вестибулярного аналізатора за показниками: швидкості виконання певного завдання; точності відтворення силових зусиль у 50 і 100 % від максимального за допомогою кистьового динамометра; відхилення від прямої лінії при ходьбі із заплющеними очами.

Вестибулярний апарат подразнювали 5-тикратним обертанням праворуч на кріслі Барані зі швидкістю 5 обертів за 10 с. Результати фіксувалися, як до так і після вестибулярного навантаження.

Дослідження проводилися на базі ДЮСШ № 7 м. Харкова. У них брали участь 20 спортсменів віком 9 - 11 років. Усі діти, які брали участь в дослідженні, були практично здорові і знаходилися під наглядом спортивного лікаря.

Результати дослідження та їх обговорення. Результати дослідження представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Показники вестибулярної стійкості юних баскетболістів до і після стандартних вестибулярних навантажень

Тести для визначення вестибулярної стійкості	до обертання	після обертання	t	p
	$\bar{X} \pm m$ (n=20)			
Показники швидкості виконання завдання (с)	6,44 ± 0,18	7,11 ± 0,12	3,10	< 0,05
Показники відтворення заданого зусилля 50% за допомогою кистьового динамометра (кг)(права рука)	13,75 ± 1,1	9,54 ± 1,2	2,59	< 0,05
Показники відтворення заданого зусилля 50% за допомогою кистьового динамометра (кг)(ліва рука)	10,11 ± 0,9	7,2 ± 0,8	2,42	< 0,05
Показники відтворення заданого зусилля 100% за допомогою кистьового динамометра (кг)(права рука)	15,75 ± 1,3	12,11 ± 1,2	2,06	< 0,05
Показники відтворення	13,9 ± 1,1	10,8 ± 0,9	2,18	< 0,05

заданого зусилля 100% за допомогою кистьового динамометра (кг)(ліва рука)				
Показники відхилення від прямої лінії	32,11 ± 3,03	46,74 ± 4,18	2,83	< 0,05
Показники відтворення заданого часу (10 с)	1,8 ± 0,6	3,1 ± 0,11	2,13	< 0,05

Дослідження показників швидкості виконання завдання, отриманих після обертальних навантажень виявило їх значне, статистичне погіршення ($p < 0,05$). Різниця між показниками склала 0,67 с.

Аналіз даних кистьової динамометрії 100% і 50 % правої та лівої руки, отриманих після обертання встановив їх погіршення. І ця різниця носить достовірний характер ($p < 0,05$).

Розглядаючи динаміку результатів виконання тестових вправ (кистьової динамометрії 100% і 50 % правої та лівої руки) до і після вестибулярних навантажень виявлено їх зменшення після отриманих обертань на кріслі Барані. Так, показники динамометрії правої руки 100% від максимуму зменшились на 3,64 кг, 50% від максимуму на 4,21 кг. Результати динамометрії лівої руки теж зазнали значних змін і різниця в показниках 100% від максимуму та 50% від максимуму склала 3,1кг та 2,9 кг відповідно.

Дослідження показників відхилення від прямої лінії отриманих після обертальних навантажень виявило їх статистично достовірне погіршення ($p < 0,05$). Порівняльний аналіз середніх показників тестування встановив їх збільшення на 14,63 см.

Вивчення результатів відтворення заданого часу (10 с), встановило значне їх погіршення після стандартних вестибулярних навантажень ($p < 0,05$), різниця в середніх показниках склала 1,3 с.

Таким чином, можна констатувати, що окремі функції вестибулярного аналізатора юних баскетболістів розвинуті недостатньо і потребують включення в навчально – тренувальний процес комплексів спеціально – підібраних вправ спрямованих на стабілізацію вестибулярних рефлексів та усунення вестибуловегетативних та вестибулосоматичних проявів.

Висновки.

1. Аналіз літературних джерел з проблеми розвитку вестибулярної стійкості спортсменів-баскетболістів свідчить про те, що ця проблема залишається актуальною і вимагає вирішення низки питань, серед яких дослідження впливу вестибулярних подразнень на організм юних баскетболістів.

2. Порівняння показників вестибулярної стійкості юних баскетболістів після стандартних обертальних навантажень на кріслі Барані встановило, значне статистичне погіршення всіх досліджуваних результатів ($p < 0,05$).

Перспективи подальших досліджень полягають в тому, що цікавим є визначення взаємозв'язку вестибулярних функцій з проявом різних фізичних якостей баскетболістів груп початкової підготовки.



Список використаної літератури:

1. Масляк І. П. Співвідношення рівня розвитку спритності та витривалості з вестибулярною стійкістю у дітей молодшого шкільного віку / І. П. Масляк // Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Вип. 8: – Львів, 2004. – Т. 2. – С. 226 – 231.
2. Моисеенко О.К. Определение функционального состояния вестибулярного анализатора детей 5-6 лет / О.К. Моисеенко // Физическое воспитание студентов – Харьков : ХГАДИ, 2012. - № 2. – С.70-73.
3. Помещикова И.П., Чек А.О. Уровень вестибулярной устойчивости баскетболисток студенческой команды / Помещикова И.П., А.О. Чек // Материалы II Международной электронной (заочной) науч.-практ. конф., посвященной итогам XXII зимних Олимпийских игр в г.Сочи. – Уфа: ФГБОУ ВПО УГУЭС, 2014 – С. 431-434.
4. Ровний А.С. Сенсорні механізми управління точнісними рухами людини / А.С. Ровний. – Харків ХДАФК, 2001. – 220с.
5. Шестерова Л.Е. Вплив рівня активності сенсорних функцій на вдосконалення рухових здібностей школярів середніх класів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня к. наук з фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Шестерова. – Харків, 2004. – 20 с.
6. John Walkenbach. Excel 2003 Formulas. / John Walkenbach. – Wiley Publishing inc, 2004. – 830 pages.



СТАН ПРОБЛЕМИ ВІДБОРУ БАСКЕТБОЛІСТІВ ДО КОМАНД ПРОВІДНИХ ПРОФЕСІЙНИХ ЛІГ

СУХОВ В.І. – студент п'ятого року навчання,
Науковий керівник: **ЛИНЕЦЬ М.М.** – професор, к.пед.н.

Львівський державний університет фізичної культури і спорту.

Анотація. В роботі виявлено, що проблема відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг потребує вдосконалення відповідно до вимог сучасного баскетболу.

Ключові слова: баскетболісти, відбір, професійні команди.

Вступ. Сучасний спорт характеризується зростанням видовищності, високим рівнем конкуренції серед атлетів та команд, що вимагає адекватного удосконалення системи підготовки: відбору, тренування, змагання, відновлення, контролю і корекції тренувального процесу з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів (В. Запорожанов, 2002; В. Платонов, 2010; О. Шинкарук, 2013). Ефективність підготовки багато в чому обумовлена раціональною орієнтацією на індивідуальні задатки і здібності спортсменів при виборі спеціалізації, що вимагає ретельного вивчення проблеми відбору та індивідуалізації змісту підготовки на всіх етапах багаторічного удосконалення професійної майстерності (J. Billie, 1980; Paul Rowe, 1995; F. Erculj, 2001; В. Платонов, 2004, 2005, 2007; О. Шинкарук, 2004, 2007).

Суттєві зміни правил гри в баскетбол кінця ХХ ст. започаткували новий етап розвитку сучасного баскетболу, який призвів до певних трансформацій в техніці і тактиці гри. Поряд з індивідуальними можливостями гравців на відбір до команд впливають їхні тактичні вміння, здатність кожного гравця оцінювати свої можливості та особливості техніки і тактики інших гравців власної команди та команди суперників (М. Бриль, 1980; Л. Латишкевич, 1997; С. В. Шамардин, 2001; Е. Митова, 2004; Г. Лисенчук, 2004; В. Платонов, 2007; О. Романов, 2009; М. Безмилов, 2010).

Імовірно до цих змін найкраще пристосувалися гравці Національної баскетбольної асоціації (NBA), про що свідчать переконливі перемоги професіоналів NBA в олімпійських турнірах з моменту їх допуску до Ігор Олімпіад. Відомо, що в NBA виступають переважно гравці, які пройшли підготовку в студентських командах американських коледжів та університетів. Виходячи з цього актуальним буде вивчення взаємозв'язків між показниками техніко-тактичних дій гравців студентських команд, яких обрали в драфтах NBA та показниками їхньої ігрової діяльності в командах NBA.

Мета дослідження: виявити ефективні підходи до розв'язання проблеми відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг.

Методи та організація дослідження. Для розв'язання поставлених завдань і отримання об'єктивних даних у роботі застосували: методи



теоретичного аналізу та узагальнення даних науково-методичної літератури, документальних матеріалів та статистичних даних; порівняння.

Результати дослідження та їх обговорення. Як у дослідницькій, та і практичній роботі відчувається необхідність у використанні стандартизованих методів відбору, які на відміну від нестандартизованих, характерні для професійного підходу до відбору баскетболістів. Повноцінними є лише тести, які вимірюють рівень розвитку профільних фізичних якостей спортсменів, оскільки норма у відборі має тільки орієнтовний характер та може розглядатися лише в контексті виражених індивідуальних якостей гравця [1].

Надійне судження про ефективність відбору можливе лише за умови об'єктивних чинників результативності гравців на початку роботи та після остаточного завершення відбору, що вимагає проведення систематичного методологічно правильно побудованого дослідження, ретельної фіксації, оцінки та аналізу приросту професійнозначущих показників гравців. У процесі відбору суттєве значення має також сумарне оцінювання актуальних морфометричних якостей баскетболіста як передумов формування техніко-тактичних вмінь та готовності до змагальної діяльності.

Ефективність системи відбору кваліфікованих баскетболістів до професійних команд у значній мірі детермінована використанням моделей, які характеризують різні сторони підготовленості спортсменів, віддзеркалюють професійно важливі особливості організму і створюють можливості для досягнення заданого рівня майстерності, а також характеризують різні аспекти техніко-тактичної діяльності баскетболістів різного віку, ігрової спеціалізації та кваліфікації. Модельні характеристики повинні відображати найбільш специфічні для баскетболу характеристики та їх значущість для ефективної змагальної діяльності й мати кількісне вираження основних фізичних якостей, властивостей і здібностей [2].

Техніко-тактичні дії, психофізіологічні та морфологічні особливості спортсменів вивчав М.М. Безмилов [3] з метою їх застосування у процесі відбору баскетболістів різного ігрового амплуа. Автор визначив достовірні відмінності цих показників в залежності від рівня кваліфікації спортсменів та ігрового амплуа, а також розробив шкали оцінювання баскетболістів різної кваліфікації та ігрового амплуа. Сушко Р.О. [4] у своїй дослідженнях деталізував й уточнив зміст показників модельних характеристик, які безпосередньо впливають на ефективність змагальної діяльності баскетболістів. Окрім цього він виявив, що чим вища кваліфікація баскетболісту, тим більше може бути розбіжностей у показниках їхньої техніко-тактичної діяльності. На засадах основних принципів моделювання Гойхманом М.Б. [5] виявлені модельні характеристики, які безпосередньо впливають на ефективність змагальної діяльності 16-18-річних баскетболістів та можуть слугувати орієнтирами для формування подібних показників у кваліфікованих баскетболістів.

Однак, дискусійними залишаються питання стосовно особливостей побудови моделі підготовленості кваліфікованих баскетболістів. Проведені нами пошукові дослідження свідчать, що селекціонери NBA, використовуючи



новітні розробки вчених та комп'ютерні програми, проводять безперервне спостереження за молодимиталановитими спортсменами у закріплених за ними регіонах, у тому числі і в іноземних країнах, що дає можливість виявити ключові характеристики підготовленості претендентів на працевлаштування в NBA з досить високою імовірністю прогнозувати успішність їх адаптації до напруженого календаря змагань в зазначеній лізі. В цьому контексті перспективним, на нашу думку, є вивчення взаємозв'язків морфометричних показників і показників техніко-тактичних дій новобранців NBA зі студентських команд з результативністю цих гравців у процесі змагальної діяльності в NBA.

Висновки. 1. Проблеми відбору перспективних баскетболістів присвячені численні дослідження. 2. Розроблені модельні характеристики техніко-тактичних дій, психофізичних та морфологічних особливостей для баскетболістів різного рівня кваліфікації та ігрового амплуа. 3. З'ясування взаємозв'язків між морфометричними та техніко-тактичними показниками підготовленості новобранців NBA зі студентських баскетбольних команд США та показниками успішності їх адаптації до змагальної діяльності в NBA дозволить розширити знання з проблеми комплексного відбору баскетболістів до провідних професійних команд.

Перспективи подальших досліджень. Подальше дослідження буде спрямоване на з'ясування взаємозв'язків морфометричних показників та змісту техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих баскетболістів-новобранців NBA з успішністю їхньої адаптації до змагальної діяльності в NBA, виявленню ефективних критеріїв відбору баскетболістів до професійних команд з урахуванням індивідуальних морфометричних особливостей та техніко-тактичних дій гравців.

Список використаної літератури:

1. Николич А. Отбор в баскетболе / А. Николич, В. Параносич. - М.: Физкультура и спорт, 1984. - 144 с.
2. Дорошенко Е. Сучасні методичні принципи оцінювання спортивної майстерності в баскетболі / Е. Дорошенко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. К.: НУФВСУ, 2008.-№2. – С.3-6.
3. Безмилов М.М. Критерії відбору кваліфікованих баскетболістів у команду: дис. ... кандидата наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.01/ Безмилов Микола Миколайович. – К., 2010. – 202с.
4. Сушко Р.О. Модельні характеристики кваліфікованих баскетболісток на основі врахування ігрового амплуа / Р.Сушко // Слобожанський науково-спортивний вісник. Х., 2011.- № 1. – С. 45-52.
5. Гойхман М.Б. Критерии завершающего отбора юных квалифицированных баскетболистов 16-18 лет учащихся специализированного отделения УОР: автореф. дис. на здобуття наук.ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / М. Б. Гойхман. – С.-П., 1999. – 20с.



АНАЛІЗ ТОЧНОСТІ КИДКІВ М'ЯЧА В КОШИК БАСКЕТБОЛІСТАМИ СТУДЕНТСЬКОЇ КОМАНДИ

ХАРЧЕНКО Є. С. – викладач кафедри спортивних і рухливих ігор
ПОМЕЩИКОВА І. П. – к.фіз.вих., доцент, завідувач кафедри спортивних і
рухливих ігор

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. В роботі встановлено, що в баскетболі питання точності кидків м'яча у кошик залишається актуальним. Вивчено точність кидків м'яча у кошик баскетболістів студентської команди. Виявлено, що при виконанні штрафних кидків точність влучання у кошик найвища.

Ключові слова: баскетболісти, студентська команда, точність, кидки м'яча.

Вступ. Кидок у кошик є одним з найголовніших ігрових прийомів баскетболу, оскільки саме він є кінцевою метою будь-якого ігрового епізоду.

Наші попередні дослідження були спрямовані на визначення показників точності кидків м'яча баскетболісток першої ліги чемпіонату України. Було встановлено, що на останніх хвилинах матчу точність кидків м'яча в кошик знижується [4]. Отримані результати є деяким обґрунтуванням наших підходів для цього дослідження.

Слід відзначити наявність робіт присвячених вивченню точності кидків м'яча в кошик, факторів які впливають на точність кидка і методик її вдосконалення. Так, Ю.С. Жемчуг вказує, що ефективність тренування штрафних кидків у баскетболістів необхідно проводити із урахуванням сили нервової системи спортсменів [2]. С. Н. Рибалкін зазначає підвищення точності виконання штрафних кидків кваліфікованими баскетболістами після застосування технології підготовки, в якій ключовим моментом є моделювання умов, які максимально відповідають змагальній діяльності. Автор зазначає, що дана технологія дозволяє в короткий відрізок часу істотно поліпшити як індивідуальну, так і командну змагальну результативність виконання штрафних кидків [5]. А. Н. Вицько і співавтори дійшли висновку, що точність кидків в баскетболі є комплексним проявом всіх функцій організму при провідній ролі нервової системи, відображенням оптимального балансу роботи всього організму [1]. Про те, питання точності кидків м'яча в кошик залишається актуальним, що і обґрунтувало актуальність даного дослідження.

Мета та завдання дослідження. Мета роботи – вивчити точність виконання кидків м'яча у кошик баскетболістами студентської команди.

Завдання дослідження:

1. На основі науково-методичної літератури розглянути шляхи підвищення точності кидків м'яча у кошик.



2. Проаналізувати точність кидків м'яча у кошик з різної відстані гравців студентської баскетбольної команди.

Методи та організація дослідження. У дослідженні використовувалися наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування, методи математичної статистики. Педагогічне тестування включало тести з визначення точності кидків м'яча у кошик: дистанційні кидки із урахуванням швидкості і точності [3], виконання 10 штрафних кидків (гравець, який виконував кидки не сховався з місця, м'яч йому подавали), 10 кидків із-за трьох очкової дуги із зміною кошика після кожного кидка (визначалася точність кидків і час виконання).

У дослідженні прийняли участь 14 баскетболістів студентської команди Харківської державної академії фізичної культури, які мають 1 і 2 спортивний розряд. Тестування проводилося на початку змагального періоду (жовтень 2016 р.)

Результати дослідження та їх обговорення. Аналізуючи точність штрафних кидків було встановлено, що у середньому із 10 раз спортсмени влучали $7,5 \pm 0,53$ рази (рис. 1).

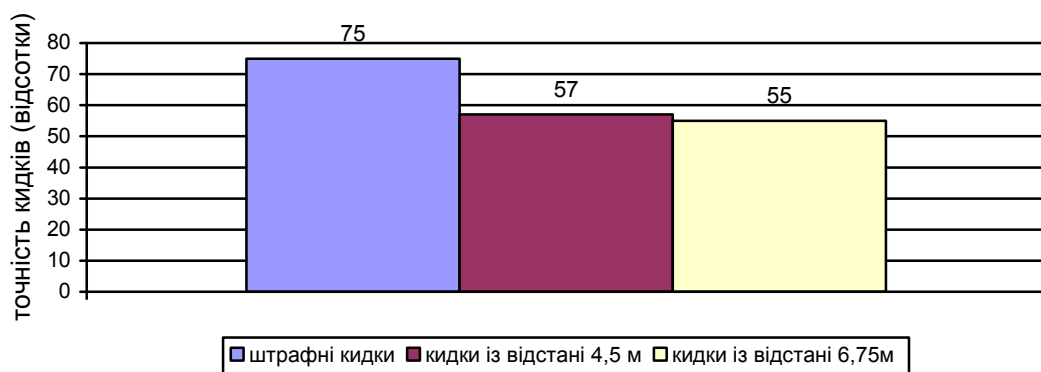


Рис. 1. Відсоток точності кидків м'яча в кошик в контрольних вправах баскетболістів студентської команди (%)

Розгляд індивідуальних результатів показав, що найкращий показник точності кидків м'яча у кошик по групі становив 9 влучань, його мали 3 спортсмени.

Вивчаючи результати тесту «Дистанційні кидки із урахуванням швидкості і точності» були отримані результати, що вказували на нижчу результативність кидків, ніж у попередньому тесті. Так, з 10 кидків з відстані 4,5 м баскетболісти у середньому влучали $5,7 \pm 0,74$ рази (рис. 1.). Слід відзначити, що гравці контрольну вправу виконували у середньому за $50,20 \pm 0,41$ с. Показник швидкості і точності кидка (ПШТк), який визначався за формулою [3], становив у середньому по групі $32,3 \pm 1,54$ с/рази. Розгляд індивідуальних результатів показав, що найкращий показник точності кидків м'яча у кошик у даному тесті становив 8 влучань, найшвидше виконання вправи – 45 с, кращий показник ПШТк – 27,7 с/рази.

Аналізуючи точність кидків із-за три очкової дуги із зміною кошика після кожного кидка, було встановлено, що у середньому із 10 раз спортсмени



влучали $5,5 \pm 0,97$ рази і витрачали на вправу $55,8 \pm 0,58$ с (рис. 1). Розгляд індивідуальних результатів показав, що найкращий показник точності кидків м'яча у кошик по групі становив 8 влучань, найшвидше виконання вправи – 50 с.

Порівнюючи точність кидків м'яча в кошик баскетболістів студентської команди із різної відстані встановлено, що найвища точність була показана при виконанні штрафних кидків. На нашу думку це пов'язано із незначним фізичним навантаженням при виконанні контрольної вправи і з постійним місцем кидка. Нижче точність кидків із середньої і дальньої відстані, де кидки виконувалися на фоні значного фізичного навантаження і місце кидка постійно змінювалося. Однак при порівнянні точності кидків м'яча у кошик у трьох контрольних вправах, статистично достовірної різниці у результатах баскетболістів студентської команди виявлено не було ($p > 0,05$).

Висновки.

1. Аналіз літературних джерел показав, що питанню точності кидків у баскетболі приділяється значна увага. Розглядаються чинники, що впливають на точність кидків, методика навчання, програми вдосконалення точності кидків, однак дане питання залишається актуальним.

2. Аналіз точності кидків м'яча у кошик студентської команди показав, що точність штрафних кидків складає 75 %, кидків м'яча з відстані у 4,5 м – 57 %, з відстані 6,75 м – 55 %.

Статистично достовірної різниці у результатах точності кидків м'яча у кошик з різної відстані у баскетболістів студентської команди виявлено не було ($p > 0,05$).

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні точності кидків м'яча в кошик баскетбольної команди студентів в змагальних іграх.

Список використаної літератури:

1. Вицько А. Н. Взаимосвязь точности бросков с психофизиологическими показателями баскетболистов студенческих команд / А. Н. Вицько, Ж. Л. Козина, В. А. Воробьева, И. В. Яренчук, Т. А. Белохвостова // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2007. – № 11. – С. 21–25.
2. Жемчуг Ю. С. Тренировка штрафных бросков с учетом силы нервной системы занимающихся баскетболом / Ю. С. Жемчуг // Материалы всероссийской научно-практической конференции: физическая культура, спорт и здоровье: «ВИРТУАЛЬ – 22 » 1–20 октября 2013 г. /под ред. проф. М. М. Полевщикова. – Йошкар-Ола : МарГУ, 2013. – С. 42–45.
3. Мітова О. О. Методи наукових досліджень у баскетболі / О. О. Мітова, Р. О. Сушко. – Дніпропетровськ : Інновація, 2015. – 216 с.
4. Помещикова І. П. Ефективність кидків м'яча у грі жіночими баскетбольними командами першої ліги. / І. П. Помещикова, Є. С. Харченко, К. А. Кириченко // Матеріали X Міжнародної наукової конференції «Проблеми и



перспективы спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях» – Белгород–Харків–Красноярск, 7–8 февраля 2014. – С. 137–141.

5. Рыбалкин С. Н. Технология повышения точности выполнения штрафных бросков квалифицированными баскетболистами /С. Н. Рыбалкин. // Ученые записки университета Лесгафта. – 2011. – № 6. – С. 142–146.



ЕФЕКТИВНІСТЬ ПОЗИЦІЙНОГО НАПАДУ ЧОЛОВІЧОЇ КОМАНДИ УКРАЇНИ НА ЧЕМПІОНАТІ ЄВРОПИ 2015 З БАСКЕТБОЛУ

ШАЛЕТРИ О.М. – студент магістратури

ЧУЧА Н.І. – старший викладач кафедри спортивних та рухливих ігор

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Використання великої кількості взаємодій команди не може гарантувати відмінного переможного результату у конкретному матчі. Має значення і такий показник, як ефективність виконаної тактичної дії.

Ключові слова: баскетбол, ефективність тактики гри, позиційний напад.

Вступ. Аналіз останніх публікацій, які присвячені аналізу ігрової діяльності збірних команд України [1, 2, 3], виявив відсутність відомостей про ефективність тактики гри чоловічої збірної команди України як у нападі, так і у захисті. Автори досліджували ефективність виступів чоловічої збірної на чемпіонатах Європи та світу, аналізуючи техніко – тактичні змагальні показники. Ще ряд авторів [4, 5] аналізували техніко – тактичні показники гри у нападі та захисті, ефективність захисних дій у кваліфікованих баскетболістів та баскетболісток клубних та молодіжних команд України. Але відсутні дані про ефективність тактичних командних дій.

Мета дослідження. Визначити ефективність позиційного нападу чоловічої збірної команди України в чемпіонаті Європи 2015 року.

Завдання дослідження:

1. Провести аналіз науково – методичних джерел за темою дослідження.
2. Проаналізувати ефективність тактичних дій збірної України у нападі.

Методи та організація дослідження.

Методи дослідження: аналіз науково – методичних джерел, педагогічні спостереження, методи математичної статистики.

Організація дослідження.

В нашому дослідженні ми використовували відеозаписи ігор чемпіонату Європи з баскетболу 2015 року, в яких ми спостерігали тактику гри у нападі збірної України, яка грала проти команд Чехії, Литви, Естонії, Бельгії, Латвії. Ефективність гри у нападі збірних команд групи Д, яка грала у м. Рига (Латвія) ми вираховували з допомогою формули:

Ефективність гри = $\frac{ВКА + КША/2 - ВА}{КРНА} \times 100\%$, де

ВКА – влучні кидки команди А

КША – кількість штрафних кидків команди А

ВА – втрати за гру команди А

КРНА – кількість разів у нападі команди А



Ефективність тактичних дій у нападі є показником раціонального використання часу атаки (позиційної чи швидкої), на яку відведено 24 секунди або 14 секунд (повторна атака), для завершення її результативною дією завдяки вдалим тактичним взаємодіям гравців. Співвідношення вдалим дій до загальної кількості атак у нападі, помножений на 100%, дає нам показник ефективності гри команди у відсотках.

Результати дослідження та їх обговорення.

Педагогічні спостереження відеозаписів дозволили отримати дані щодо використання систем нападу збірної України проти суперників, які відображені у таблиці №1.

Таблиця 1.

Використання систем нападу збірною командою України проти суперників

Команда суперник	Система нападу проти особистого захисту							Усього атак за гру (рази)
	Позиційний напад					Швидкий прорив		
	Інд. дії (разів)	Груп. дії (разів)	Командні дії (разів)	Разом (разів)	Відсоток позиційного нападу	Кількість атак (разів)	Відсоток швидкого прориву	
Литви	14	20	34	68	86	11	14	79
Чехії	11	17	49	77	96,25	3	3,75	80
Естонії	7	13	49	69	89,6	8	10,4	77
Латвії	18	12	38	68	100	-	-	68
Бельгії	10	27	33	70	88,6	9	11,4	79
Усього	60	89	203	352	91,9	31	8,1	383
В серед. за 1 гру	12	17,8	40,6	70,4	91,9	6,2	8,1	76,6

За п'ять ігор поточного чемпіонату, в яких ми проводили спостереження, команда збірної України показала свою різноманітність щодо використання тактичних дій у нападі. Середня кількість позиційних атак у нападі збірної України за п'ять ігор склала 70,4 позиційних атак, що за п'ять ігор складає в середньому 91,9%. А показник нападу швидким проривом в середньому склав 6,2 швидких атак за гру, що за п'ять ігор складає в середньому 8,1%. (табл. 1).

Індивідуальні тактичні дії використовували найменше - в середньому за гру їх виконували 12 разів. В середньому за гру групові дії виконували 17,8 разів. Командні тактичні взаємодії в середньому за гру виконувались 40,6 разів (табл. 1).

Таким чином, ми можемо зробити висновок щодо використання тактичних дій у нападі командою України – команда надає перевагу позиційному нападу – 91,9% від всіх атак, та при нагоді використовує швидкий спосіб атаки – 8,1% від всіх атак.



Статистичні протоколи FIBA надали показники результативних ігрових дій збірної України (табл.. 2).

Таблиця 2.

Показники результативних ігрових дій збірної команди України на ЧЄ – 2015 проти суперників

	Команди - суперники	Литва	Чехія	Естонія	Латвія	Бельгія
2очкові кидки	Влучань	27	20	15	20	21
	Спроб	47	50	33	44	43
	Точність(%)	57,4	40	45,5	45,5	48,8
3очкові кидки	Влучань	4	5	6	7	6
	Спроб	15	17	23	14	24
	Точність(%)	26,7	29,4	26	50	25
Штрафні кидки	Влучань	2	9	23	14	11
	Спроб	3	15	29	23	17
	Точність(%)	66,7	60	79,3	60,9	64,7
Підбори (разів)	Чужий щит	7	18	14	10	21
	Свій щит	26	21	23	27	24
	Разом	33	39	37	37	45
Перехоплення		7	4	2	2	1
Втрати		14	13	18	9	12
Результат. передачі		18	15	13	14	16
Блок шоти		3	0	3	1	0
Очки		68	64	71	75	71

Використання великої кількості взаємодій команди не може гарантувати відмінного переможного результату у конкретному матчі. Має значення і такий показник, як ефективність виконаної тактичної дії.

Використовуючи формулу, ми вираховували ефективність гри у нападі проти кожного з суперників збірної України (табл.. 3).

Таблиця 3.

Показники ефективності гри у нападі зб. України

№ з/п	Суперник	Кількість нападу	Ефективність (%)
1	Литва	79	23,4%
2	Чехія	80	24,3%
3	Естонія	77	22,7%
4	Латвія	68	38,9%
5	Бельгія	79	30,3%
	Х сер	76	27,92%

Висновки. Самий високий показник ефективності гри у нападі збірна команда України показала з командою Латвії – 38,9%, що втілилось у єдину на змаганнях перемогу збірної України з різницею у 1 очко. В інших іграх



ефективність нападу уступала у відсоткових показниках командам – суперниціям.

Перспективи подальших досліджень. Дослідження ефективності нападу жіночої збірної команди України на ЧЄ – 2017.

Список використаної літератури:

1. Кириченко Р.О. Аналіз показників змагальної діяльності збірної України з баскетболу в фінальних матчах чемпіонату Європи. / Р.О. Кириченко, Е.Ю. Дорошенко, В.Б. Горбуля // Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. – Харків: 2004. - № 7 – С. 40 – 45.
2. Помещикова И.П. Анализ выступления команды девушек Украины на чемпионате Европы по баскетболу в 2012 году / И.П. Помещикова, А.С. Кучеренко, И.М. Євтушенко // Физическое воспитание студентов – 2013 – № 1 – С. 49–54.
3. Помещикова И.П. Исследование эффективности выступления мужской сборной команды Украины на чемпионате мира по баскетболу в 2014 году / И.П. Помещикова, Н.А. Пащенко, Н.И. Чуча, Е.Я. Стрельникова // Слобожанський науково – спортивний вісник – 2015– № 2 – С. 161–165.
4. Сушко Р.О. Аналіз ефективності змагальної діяльності висококваліфікованих баскетболістів на етапі підготовки до вищих досягнень / Р.О. Сушко, Е.Ю. Дорошенко// Фізична культура, спорт та здоров'я: матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції, (Харків, 10–11 грудня 2015 р.) [Електронний ресурс]. – Харків : ХДАФК, 2015. – С.99–100.
5. Ярошенко Є.Е. Аналіз ефективності зонного захисту 1 – 3 – 1 (на прикладі чоловічих баскетбольних команд Суперліги) / Є.Е. Ярошенко // Сборник статей XI международной научной конференции, 6 февраля 2015 г. – Т.2 – Белгород – Харьков – Красноярск; ХГАФК, 2015. – С. 217 – 222.



РОЗДІЛ 4.

ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ В ПАРАЛІМПІЙСЬКИХ, ДЕФЛІМПІЙСЬКИХ ТА НЕОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДАХ БАСКЕТБОЛУ



ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ 15-16 ЛЕТ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА

КАКОВКИНА О.А. – к.физ.восп., доцент кафедры педагогики и психологии
КАКОВКИН С.Г. – ЗТУ, директор СДЮСШОР №5

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта

Аннотация. В статье представлены результаты исследований физической подготовленности и подтверждена необходимость коррекции учебно-тренировочного процесса направленного на достижение высоких результатов у баскетболистов с нарушениями слуха.

Ключевые слова: баскетболисты с нарушениями слуха, физическая подготовленность, учебно-тренировочный процесс.

Введение. К занятиям спортом, как к одному из способов социальной и физической реабилитации, привлекаются инвалиды с разными нарушениями.

Адаптивный спорт возвращает людям уверенность в себе, самоуважение, интегрирует в общество [4].

Так, современный баскетбол характеризуется высоким напряжением игровых действий, требующих от спортсмена максимальных мышечных усилий и умения проявлять их в быстро изменяющихся условиях на протяжении относительно большого отрезка времени.

Физическая нагрузка в баскетболе отличается переменной интенсивностью, поэтому баскетболисту необходим высокий уровень специальной быстроты, ловкости, прыгучести, выносливости и силы.

В процессе соревновательной борьбы на организм баскетболистов влияют максимальные по величине и продолжительности нагрузки, которые требуют мобилизации функциональных возможностей организма [3].

Для эффективного повышения уровня физической подготовленности баскетболистов с нарушениями слуха необходимо знать: какие требования предъявляются к отдельным функциям организма и физическим качествам баскетболиста самой игрой, на какие физические качества в первую очередь следует обратить внимание в процессе тренировки, какие из способов и методов тренировки наиболее эффективны для развития того или иного физического качества и, наконец, как рационально построить тренировочный процесс с учетом данной нозологии [5].

Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку глухих и слабослышащих более выражена, а процесс восстановления происходит медленнее. Нарушение механики дыхательного акта отмечается в среднем у 50% слабослышащих, 60% глухих имеют недостатки развития вестибулярного анализатора. При глухоте отмечается большая утомляемость, меньшая устойчивость внимания и объем кратковременной памяти, более трудное вхождение в тренировочный процесс [1,2].



Оценка физической подготовленности спортсменов с этой патологией является важным показателем, который характеризует как уровень их спортивного мастерства так и состояние здоровья в целом.

Цель исследования - выявить уровень физической подготовленности баскетболистов 15-16 лет с нарушениями слуха на основании показателей специального тестирования.

Методы исследования:

1. аналитический анализ научно-методической литературы,
2. педагогические наблюдения,
3. педагогическое тестирование,
4. метод математической статистики.

Организация исследования: исследование проводилось с привлечением спортсменов областной детской спортивной школы паралимпийского резерва, которые специализируются в баскетболе и СДЮСШОР №5 по баскетболу г. Днепр.

Результаты исследований и их обсуждение. Для большей объективности и информативности в получении оценки уровня физической подготовленности баскетболистов с нарушениями слуха их показатели сравнивались с показателями баскетболистов без нарушений слуха (таблица 1).

Анализ показателей теста «Бег 30 м» свидетельствует о значительном отставании в уровне развития дистанционной скорости у спортсменов с нарушениями слуха от их сверстников без нарушений слуха ($p < 0,001$). Так, у слабослышащих спортсменов показатель скорости бега на 30 м находится в пределах от 5,21 с до 5,91 с при среднем значении – $5,57 \pm 0,19$ с, а у баскетболистов без нарушений слуха в пределах от 5,01 с до 5,39 с со средним значением $5,20 \pm 0,09$ с.

Уровень развития скоростно-силовых способностей свидетельствует о существенном отставании в показателях у спортсменов с нарушениями слуха от игроков без нарушений слуха с достоверностью ($p < 0,001$), что в свою очередь может обуславливаться более низким уровнем развития двигательной памяти у спортсменов с нарушениями слуха.

Данные об уровне общей выносливости указывают, что у игроков без нарушений слуха показатель находится в пределах от 1140 м до 1410 м со средним значением $1267,92 \pm 61,70$ м. Баскетболисты с нарушением слуха уступают в показателях данного теста: пределы от 1100 м до 1340 м со средним значением $12,12,08 \pm 88,51$ м ($p < 0,001$). Это может быть обусловлено отставанием в развитии дыхательной и кардиореспираторной систем у спортсменов с нарушениями слуха.

Анализ результатов теста на гибкость «Наклон вперед из положения сидя» показывает существенное отставание баскетболистов с нарушениями слуха в уровне развития гибкости от спортсменов без нарушений слуха ($p < 0,001$),



Таблиця 1

**Показатели физической подготовленности баскетболистов 15-16 лет
(без нарушений и с нарушениями слуха)**

Физические качества	Контрольные упражнения (тест)	Группы спортсменов	$\bar{x} \pm S$	$V (\%)$	p
Скоростные	Бег 30м, с	Спортсмены без нарушений слуха (n=24)	5,20 $\pm 0,09$	1,79	< 0,01
		Спортсмены с нарушениями слуха (n=24)	5,57 $\pm 0,19$	3,48	
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	Спортсмены без нарушений слуха (n=24)	173,17 $\pm 6,38$	3,68	>0,05
		Спортсмены с нарушениями слуха (n=24)	169,33 $\pm 8,75$	5,17	
Выносливость	Бег 6 минут, м	Спортсмены без нарушений слуха (n=24)	1267,92 $\pm 61,70$	-2,53	>0,05
		Спортсмены с нарушениями слуха (n=24)	1212,08 $\pm 88,51$	7,30	
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	Спортсмены без нарушений слуха (n=24)	9,71 $\pm 0,69$	7,11	< 0,001
		Спортсмены с нарушениями слуха (n=24)	4,08 $\pm 1,28$	31,41	
Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, раз	Спортсмены без нарушений слуха (n=24)	13,38 $\pm 1,61$	12,04	< 0,001
		Спортсмены с нарушениями слуха (n=24)	9,33 $\pm 1,79$	19,13	

что может сопровождаться дисгармоническим физическим развитием.

Сравнение уровня развития силовых способностей у баскетболистов с нарушениями слуха говорит об их существенном отставании от спортсменов без нарушений слуха по средним показателям этого физического качества при ($p < 0,001$). На уровень развития двигательных качеств влияет характер нарушения слуха (врожденный или приобретенный), эти результаты подтверждают данные исследований ведущих специалистов дефектологической науки о том, что развитие двигательного анализатора и овладение практически всеми видами двигательных навыков определяется недостаточной словесной



деятельностью и меньшим объемом информации, которая поступает вследствие нарушений слуха.

Выводы: Анализ результатов физической подготовленности свидетельствует о том, что баскетболисты с нарушениями слуха уступают своим сверстникам без нарушений слуха в развитии таких физических качеств, как, выносливость, гибкость, сила, скоростно-силовые и скоростные способности.

Следует отметить тот факт, что способы и средства, которые используются в тренировочной деятельности обычных команд не могут в полном объеме быть перенесены в систему обучения баскетболистов с нарушениями слуха. Подбор способов и методов для коррекции учебно-тренировочного процесса направленного на достижение наивысших результатов у баскетболистов с нарушениями слуха должен осуществляться в первую очередь на основании учета нозологических особенностей, функционального состояния и двигательных возможностей спортсменов-инвалидов.

Перспективы дальнейших исследований состоят в разработке новых методических подходов в физической подготовке и внедрении их в тренировочный процесс у баскетболистов с нарушениями слуха.

Список использованной литературы:

1. Байкина Н.Г., Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих./ Н.Г. Байкина, Б.В. Сермеев – М.: Сов. спорт, 1991. – 64 с.
2. Гацоева Л. Характеристика морфофункціональних показників фізичного розвитку дітей з вадами слуху молодшого шкільного віку / Л. Гацоева // Теорія і практика фізичного виховання. – 2010. №2. – С. 18-23.
3. Еремин И.В. Развитие прыгучести у баскетболистов 15–16 лет на основе системной организации скоростно-силовой подготовки: автореф.дис. ... к.пед.наук: 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / И.В. Еремин – Майкоп., 2007. – 24 с.
4. Калинин Я.В. Коррекция двигательных и функциональных нарушений слабослышащих детей 12-15 лет в процессе занятий оздоровительной аэробикой: автореф.дис. на соискание ученой степени к.пед.наук: 13.00.04 / Я.В. Калинин. – Тамбов, 2012. – 24 с.
5. Корягин В.М. Подготовка высококвалифицированных баскетболистов. / В.М. Корягин. – Львов: издательство «Край», 1998. – С. 132-137.



ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БАСКЕТБОЛИСТОК С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА

КОЗИНА Ж.Л. – доктор наук по физическому воспитанию и спорту,
профессор, зав. кафедрой олимпийского и профессионального спорта и
спортивных игр

СОБКО И.Н. – кандидат наук по физическому воспитанию спорту, старший
преподаватель кафедры физического воспитания

*Харьковский национальный педагогический университет имени Г.С. Сковороды
Харьковский национальный экономический университет имени С.Кузнеца*

Аннотация. В статье экспериментально обосновано применение инновационных технологий при подготовке квалифицированных баскетболисток с нарушениями слуха в годичном тренировочном цикле. Обоснована методика подготовки баскетболисток с нарушениями слуха в годичном цикле с применением инновационных технологий, в основе которых применение видео-пособия по тактике игры и световых устройств для повышения эффективности управления действиями спортсменок в процессе тренировочного занятия.

Ключевые слова: баскетбол, слух, дефлимпиада, технологии, техника, тактика.

Введение. В настоящее время украинские спортсмены с различными физическими нарушениями принимают участие в соревнованиях по программе спорта инвалидов [4; 5; 6]. Их достижения на престижных международных соревнованиях способствуют укреплению авторитета Украины в спортивном сообществе. Одним из видов спорта инвалидов является дефлимпийский спорт, где соревнуются спортсмены с нарушениями слуха. Процесс подготовки спортсменов в дефлимпийском спорте, в частности в баскетболе, не может быть аналогичен процессу подготовки здоровых спортсменов [1; 2; 3; 7]. Поэтому необходима разработка технологий, позволяющих повысить качество коммуникации между тренером и спортсменами, а также позволяющих ускорить и оптимизировать восприятие спортсменами информации. Кроме того, необходима разработка методики подготовки баскетболисток с нарушениями слуха в годичном цикле с использованием инновационных технологий. Поэтому выбор нашего направления исследований является своевременным и актуальным.

Цель исследования – экспериментально обосновать применение инновационных технологий при подготовке квалифицированных баскетболисток с нарушениями слуха в годичном тренировочном цикле.

Задачи исследования:

1. Систематизировать данные специальной литературы относительно проблемы подготовки спортсменов с ограниченными возможностями.



2. Дать сравнительную характеристику уровня специальной физической подготовленности, психофизиологических возможностей и соревновательной деятельности квалифицированных баскетболисток с нарушениями слуха и здоровых баскетболисток.

3. Разработать методику подготовки квалифицированных баскетболисток с нарушениями слуха в годичном цикле с использованием инновационных технологий для повышения специальной физической, технико-тактической подготовленности и эффективности игровых действий.

4. Проверить эффективность применения методики подготовки баскетболисток с нарушениями слуха в годичном цикле с использованием инновационных технологий.

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс квалифицированных баскетболисток с нарушениями слуха.

Предмет исследования – эффективность применения инновационных технологий подготовки баскетболисток с нарушениями слуха в годичном тренировочном цикле.

Методы и организация исследования: анализ и обобщение литературных данных; методы антропометрии: определение длины тела, массы тела, силы кисти правой и левой руки; методы психофизиологического тестирования: фиксировалось время простой и сложной прямой и перекрестной реакции при разных условиях выполнения теста, теппинг-тест; методы педагогического тестирования: включали 18 тестов по специальной физической и технической подготовленности; метод определения эффективности соревновательной деятельности: анализ технических протоколов соревнований; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Для анализа игровых действий применялось техническое протоколирование игр, которое проводилось независим экспертом по стандартной методике с использованием специальных компьютерных программ. Фиксировалось количество бросков и попаданий 1-очковых, 2-х очковых, 3-очковых бросков, количество перехватов, подборов на своем и на чужом щите, ошибок, фолов.

Для исследования психофизиологических возможностей спортсменок мы применили аппаратно-программный комплекс «Спортивный психофизиолог».

Из психофизиологических показателей фиксировалось время простой и сложной реакции при разных условиях выполнения теста.

Педагогический эксперимент проводился в два этапа. Первый этап заключался в проведении констатирующего эксперимента с целью выявления особенностей подготовленности баскетболисток с нарушениями слуха и установления направлений разработки инновационных технологий на основе определения уровня физической подготовленности, психофизиологических возможностей и соревновательной деятельности. На втором этапе проводился формирующий эксперимент. Он заключался в определении эффективности разработанных инновационных технологий и влияния их на физическую,



технічну підготовленість, на показателі змагальної діяльності в головних змаганнях.

В констатуючому експерименті прийняли 12 баскетболісток збірної України з порушеннями слуху і 12 здорових баскетболісток команди БК «ХАІ», оскільки дана команда з всіх команд здорових спортсменок являлась найближчим суперником баскетболісток з порушеннями слуху збірної України і тренувалась за програмою того ж тренера, що і збірна України баскетболісток з порушеннями слуху. В формуючому експерименті контрольну групу склали 12 баскетболісток збірної України з порушеннями слуху, а експериментальну - 12 баскетболісток збірної Литви з порушеннями слуху, оскільки збірна Литви являлась найближчим суперником збірної України на міжнародних змаганнях.

Формуючий експеримент тривав 1 рік. Контрольна група тренувалась за програмою литовської збірної, побудованою на основі стандартної програми. Експериментальна група тренувалась за запропонованою авторською методикою з використанням інноваційних технологій.

Результати дослідження і їх обговорення. Констатуючий експеримент показав, що баскетболістки з порушеннями слуху практично по всіх показателях фізичної підготовленості достовірно відрізняються від здорових. Виявлені факти більш низького рівня фізичної підготовленості ми зв'язуємо з фізіологічною взаємозв'язкою між роботою різних аналізаторів, зокрема, слухового, вестибулярного і рухового. Здорові спортсменки за гру достовірно більше виконують і попадають штрафних і 3-х очкових бросків, проходять під кільце, менше помиляються, хоча і поступають в підборах на своєму і чужому щиті.

Виявлені особливості змагальної діяльності баскетболісток з порушеннями слуху пов'язані з особливостями їх тренувального процесу. На тренувальних заняттях велика кількість часу йде на пояснення тренером вправ і тактичних дій. Для отримання інформації від тренера спортсменки повинні підійти до нього, зрозуміти пояснення і повернутися на площадку для виконання завдання, що знижує рухову щільність і ефективність тренувального процесу. Можливо припустити, що неслухачки будуть показувати більш високі результати, якщо покращити процес комунікації між тренером і спортсменками, підвищив ефективність сприйняття спортсменками інформації.

Повищити ефективність засвоєння інформації баскетболісток з порушеннями слуху можна за рахунок активізації аналізаторів, які у них розвинені краще, ніж у спортсменок з нормальним слухом. Як показали результати психофізіологічного тестування, – це зоровий аналізатор. Так, у баскетболісток з порушеннями слуху достовірно менше латентний період простих і складних реакцій на світловий подразник порівняно зі здоровими. Дану особливість ми можемо пояснити



компенсаторной функцией зрительного анализатора в связи с отсутствием работы слухового анализатора.

Результаты теппинг-теста также достоверно выше у баскетболисток с нарушениями слуха по сравнению со здоровыми, что можно объяснить более быстрым эфферентным синтезом как компенсаторным механизмом замедленного афферентного синтеза в связи с нарушением работы слухового анализатора.

Таким образом, констатирующий эксперимент показал, что повысить эффективность тренировочного процесса баскетболисток с нарушениями слуха можно, применив технологии активизации зрительного анализатора для повышения качества и скорости восприятия информации спортсменками. Кроме того, необходимо применять эффективные методы для разработки программы тренировочного процесса и создания тактических комбинаций с учетом особенностей команды. На основе полученных данных нами была разработана методика подготовки баскетболисток с нарушением слуха в годичном тренировочном цикле с использованием инновационных технологий.

Центральной линией подготовки баскетболисток было применение инновационных технологий, в которых было осуществлено сочетание классических и авторских тактических схем с акцентом на периферическое зрение.

Технология повышения эффективности изучения тактических взаимодействий предполагает акцентуацию на преобладание метода наглядности. Было разработано авторское видеопособие с анимационными иллюстрациями. Фильм построен на теоретических сведениях о тактике баскетбола, обзоре существующих тактических комбинаций. Центральной частью фильма являются авторские мультипликационные видеоклипы по конкретным тактическим схемам нападения и защиты. Были визуализированы как классические тактические взаимодействия в баскетболе, так и авторские, разработанные специально для данной команды совместно с тренером. Преимущество наших видеопособий заключается в том, что тактическая схема воспринимается целостно, с одновременным движением всех игроков, а не дискретно, как в рисуночном представлении или на магнитной доске [4].

Следующей инновационной технологий является разработка способа управления тренировочным процессом с помощью свето-цветовых сигналов для повышения эффективности тренировочного процесса спортсменок с нарушениями слуха. Для автоматизированной подачи свето-цветовых сигналов мы применили светодиодный линейный светильник с блоком управления.

Данное техническое устройство было закреплено на двух баскетбольных стойках под щитами на уровне глаз спортсменок. Мы использовали 3 цвета (красный, синий, зеленый), в зависимости от того, какой цвет горит баскетболистки выполняли то или иное действие. Например, при совершенствовании передачи мяча на месте, когда загорается красный цвет, нужно выполнять длинную передачу одной рукой, когда синий – среднюю передачу двумя руками от груди, зеленый – короткая передача в прыжке. Также



световой сигнал использовался для совершенствования групповых и командных взаимодействий, с помощью цвета каждый игрок совершал соответствующую комбинацию или взаимодействие.

Для обоснования эффективности примененной нами авторской методики в тренировочном процессе баскетболисток с нарушениями слуха мы сравнили показатели физической, технической подготовленности и соревновательной деятельности сборной Украины и сборной командой Литвы до и после эксперимента. Некоторые показатели физической подготовленности после проведения эксперимента у баскетболисток сборной Украины стали достоверно выше по сравнению с Литовской сборной.

Сравнительный анализ технической подготовленности баскетболисток контрольной и экспериментальной группы после проведения эксперимента указывает на резкие изменения в пользу нашей команды.

Кроме того, для подтверждения эффективности примененной нами авторской методики мы сравнили показатели соревновательной деятельности сборной Украины и сборной Литвы на главных соревнованиях. До применения инновационных технологий спортсменки сборной Литвы имели более высокие показатели соревновательной результативности по сравнению со сборной Украины. Эта тенденция наблюдалась и на чемпионате Европы 2012 года.

После применения инновационных технологий в тренировочном процессе сборной Украины, можно увидеть улучшение результатов в пользу нашей команды на Дефлимпийских играх в 2013 году. Необходимо отметить увеличения количества бросков и попаданий со штрафной и 3-х очковой линии в связи с улучшением игры в нападении; благодаря усовершенствованию системы защиты спортсменкам Украины на этих соревнованиях удалось значительно повысить количество перехватов.

В результате применения нашей методики сборная команда Украины стала серебряным призером Дефлимпийских игр в 2013 году, что является самым высоким достижением нашей сборной за весь период ее существования.

Выводы. 1. Обоснована методика подготовки баскетболисток с нарушениями слуха в годичном цикле с применением инновационных технологий, в основе которых применение видео-пособия по тактике игры и световых устройств для повышения эффективности управления действиями спортсменок в процессе тренировочного занятия.

2. Показана эффективность применения разработанных инновационных технологий подготовки баскетболисток с нарушениями слуха в годичном цикле с точки зрения положительного влияния на уровень специальной физической, технической подготовленности, показатели соревновательной деятельности и результаты выступлений на главных соревнованиях мирового уровня.

Список использованной литературы:

1. Козина Ж.Л. Математическое моделирование индивидуальных особенностей спортсменов / Козина Ж.Л. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за



редакцією проф.. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХПІ), 2008. - №4. – С. 56-59.

2. Козина Ж.Л. Алгоритм системного аналізу в наукових дослідженнях в області спортивних ігор / Козина Ж.Л. // Фізичне виховання студентів творчих спеціальностей: сб.научн.трудов под ред.проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДІ (ХХПІ), 2006. - № 4. С. 15-26

3. Козина Ж.Л. Ефективність застосування нетрадиційної форми аутогенного тренування для відновлення працездатності баскетболістів / Козина Ж.Л., Слюсарев В.Ф., Волков Є.П. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Збірник наукових праць під ред. Єрмакова С.С., Харків, ХХПІ, 2001. - №14. – С. 8-15.

4. Козина Ж.Л., Собко І.М., Щедріва Л.В. Авторське свідоцтво № 51093 на аудіовізуальний твір «Учебное видеопособие по тактике баскетбола с анимационными иллюстрациями» по заявці № 51322 від 03.07.2013. Опубліковано в офіційному бюлетені Державного департаменту інтелектуальної власності Міністерства освіти і науки України "Авторське право і суміжні права". – 2013.

5. Собко І.Н., Козина Ж.Л., Єрмаков С.С., Мушкетер Радослав, Прусик Кристоф, Цеслицька Мирослава, Станкевич Блазей. Сравнительная характеристика физической и технической подготовленности женской сборной Украины и сборной Литвы по баскетболу (с нарушениями слуха) до и после подготовки к Дефлимпийским играм // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 10. – С. 45-51. doi:10.5281/zenodo.10490

6. Kozina Zh.L. Sobko I.N., Klimenko A.I., Sak N.N. Comparative characteristics of psychophysiological features skilled basketball players-women with hearing and skilled basketball players healthy. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, 2013, vol.7, pp. 28 - 33. doi:10.6084/m9.figshare.735962(<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

7. Zhanneta, K., Irina, S., Tatyana, B., Olena, R., Olena, L., & Anna, I. (2015). The applying of the concept of individualization in sport. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 172–177. doi:10.7752/jpes.2015.02027



ОСОБЕННОСТИ И ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ В БАСКЕТБОЛЕ НА КОЛЯСКАХ

МИШИН М.В. – старший преподаватель кафедры олимпийского и профессионального спорта

Харьковская государственная академия физической культуры.

Аннотация. Установлено, что разная степень повреждений опорно-двигательного аппарата и уровень функциональных возможностей влияют на структуру подготовки и приводит к необходимости поиска индивидуального подхода к каждому баскетболисту с целью максимального развития игрока.

Ключевые слова: баскетбол, баскетбол на колясках, паралимпийский спорт.

Введение. Как свидетельствуют фундаментальные источники [1], концепцией адаптивного спорта является интеграция инвалидов в общественную жизнь через использование средств спорта, то есть путем тренировочной и соревновательной деятельности. Достижения в современном паралимпийском спорте имеют неоспоримое социальное значение, а их уровень требует использования всех возможных, а нередко сверхвозможных, средств и методов подготовки [3].

Однако используемые средства и методы подготовки должны быть несколько расширены и дополнены, и особенно в тех видах спорта, которые адаптированы для инвалидов, в связи с их специфическим отличием от традиционных видов спорта и особым контингентом спортсменов. В частности это касается и такого вида спорта, как баскетбол на колясках – игре, позволяющей компенсировать серьезно травмированным людям недостаток динамики в жизни.

Цель: установить специфические требования к подготовке спортсменов в баскетболе на колясках.

Задачи:

- 1) Выявить особенности подготовки в баскетболе на колясках.
- 2) Определить основные проблемы подготовки баскетболистов на колясках.

Методы и организация исследования. Теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы и всемирной информационной сети Интернет, педагогическое наблюдение.

Результаты исследований и их обсуждение. Анализ доступной научно-методической литературы позволил определить, что баскетбол на колясках, как вид спорта, появился благодаря процессу адаптации правил обычного баскетбола, для участия в этой игре лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Но не смотря на попытку правил баскетбола на колясках, максимально соответствовать правилам традиционного баскетбола, они имеют



ряд специфических особенностей, связанных с контингентом участников, что и определяет особенности и проблемы подготовки в этом виде спорта.

По мнению одного из первых тренеров по баскетболу на колясках S.Labanowich [6], качественное построение тренировочного процесса возможно лишь тогда, когда тренер будет иметь ясное представление о философии этого вида спорта.

В первую очередь, как отмечают специалисты В.Molik и А.Kosmol [7], тренеру по баскетболу на колясках, необходимо постоянно оценивать уровень квалификации игроков, чтобы приспособить тренировочный процесс, в зависимости от умений и навыков, которыми спортсмены уже обладают. Поэтому для эффективного построения процесса подготовки, он должен творчески подходить к планированию средств и методов, которые направлены на группу спортсменов, находящихся в различных стадиях развития друг от друга, так же как и для отдельных спортсменов, имеющих различный уровень подготовленности [8].

Во-вторых, необходимо ориентироваться в функциональных различиях игроков, чтобы иметь возможность приспособить подготовку спортсмена, исходя из возможности выполнения им двигательных действий [2]. Для этого, тренируя спортсменов с инвалидностью, тренер должен знать природу недееспособности спортсмена и как это воздействует на выполнение игроком действий, присущих баскетболу на колясках.

Отличие функциональных возможностей и степени поражений спортсменов, играющих в одной команде, ярко иллюстрируют проблематику индивидуального характера подготовки, которое в баскетболе на колясках приобретает большое значение. Решая вопросы индивидуализации необходимо разрабатывать новые средства и методы с более широким диапазоном развития, которые не должны быть традиционными и узконаправленными, чтобы максимально использовать потенциал каждого спортсмена [4].

Большой опыт работы, многолетние наблюдения за тренировочным процессом и соревновательной деятельностью спортсменов, которые специализируются в баскетболе на колясках, позволили определить особенности организации тренировочного процесса. Проведенный анализ выявил характер основных воздействующих нагрузок на баскетболистов-колясочников. К ним в первую очередь относятся: высокий темп тренировочной и соревновательной деятельности; постоянная концентрации психофизиологических систем организма спортсмена с инвалидностью; длительная фиксация «сидячей рабочей позы», в связи с продолжительностью тренировки; интенсивная физическая нагрузка на плечевой пояс, спину, мышцы рук и кистей. В связи с этим необходимо увеличивать продолжительность пауз отдыха между выполнением тренировочных упражнений.

Занятие баскетболом на колясках предполагает достижение двойственной цели: овладение навыками соревновательной деятельности и необходимыми в быту моторными компенсациями, так как коррекция и компенсация фонда жизненно важных умений и навыков у инвалидов с поражением опорно-



двигательного аппарата является очень важной составляющей, и особенно у спортсменов с нарушениями функций спинного мозга. Поэтому при организации тренировочного процесса в баскетболе на колясках необходимо создать благоприятную атмосферу, которая будет способствовать не только максимальному развитию потенциала игрока, его психологической подготовки к соревновательной деятельности, не смотря на инвалидность, но и более эффективной интеграции в здоровое общество.

Особенный контингент, занимающихся баскетболом на колясках, требует специфической подготовки. Очень важно комбинировать разные виды деятельности и вести перекрестные тренировки для получения наилучших возможных результатов.

Учитывая то, что спортсмены играют на баскетбольных колясках и выполняют все двигательные действия при помощи мышц верхних конечностей и туловища, они должны обладать отличными физическими кондициями, для достижения оптимальной производительности. В связи с этим подготовку необходимо направлять на развитие максимальной и взрывной силы для быстрого старта и остановок, внезапной смены направления движения, скоростной силы для развития и увеличения скорости во время движения на коляске, силовой выносливости для удержания скорости движения и множественного выполнения технико-тактических элементов игры, включая особенности бросков по кольцу, которые осуществляются из положения сидя [5]. Особенности выполнения бросков и других технико-тактических действий игроками разных функциональных классов, особенности их посадки в игровой коляске и передвижения в ней, является проблематикой технической подготовки и построения тренировочного процесса в целом [9].

Значение техники в баскетболе на колясках весьма велико. Именно она в первую очередь позволяет игрокам эффективно использовать свои физические способности и дает возможность эффективно овладевать другими видами подготовки. Именно техническая подготовленность спортсменов накладывает существенный отпечаток на варианты тактических действий в баскетболе на колясках. Только овладев основными техническими приемами баскетбола на колясках, спортивная тренировка будет благоприятно воздействовать на психику игроков, мобилизуя волю, возвращая им чувство социальной защищенности и полезности.

Помимо овладения техническими приемами баскетбола, неотъемлемой частью технической подготовки в баскетболе на колясках, является коррекция и компенсация двигательных нарушений в процессе тренировки, осуществляемая с помощью физической нагрузки, в которой варьируются общие и локальные воздействия, и координационная сложность применяемых упражнений [1].

Выводы. Подготовка баскетболистов на колясках имеет свою специфику, связанную с ограниченным двигательным потенциалом спортсменов с инвалидностью. При подготовке игроков необходимо учитывать специфические факторы, влияющие на эффективность процесса тренировки, к которым относится: начало занятий баскетболом на колясках, функциональная



класифікація, особенности построения тренировочного процесса и использование специального инвентаря и оборудования.

Разные функциональные возможности и степень повреждений опорно-двигательного аппарата влияет на структуру подготовки и приводит к потребности поиска индивидуального подхода к каждому спортсмену, для обеспечения максимального развития потенциала игрока, не смотря на инвалидность.

Анализ особенностей и проблем спортивной подготовки в баскетболе на колясках показал, что по ряду причин одной из проблемных сторон спортивной тренировки является техническая подготовка.

Перспективы дальнейших исследований. Разработка и модификация средств и методов технической подготовки к особенностям спортсменов-инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.

Список использованной литературы:

1. Брискин Ю.А. Адаптивный спорт / Ю.А.Брискин, С.П.Евсеев, А.В.Передерий. – М. : Советский спорт, 2010. – 316 с. : ил.
2. Мишин М. В. Элементы техники владения баскетбольной коляской / М.В.Мишин // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2010. – №2. – С. 64–67.
3. Передерій А.В. Спеціальні Олімпіади в сучасному світі : монографія / Аліна Передерій. – Л. : ЛДУФК, 2013. – 296 с.
4. Doll-Tepper G. Vista '99-New horizons in sport for athletes with a disability. Proceedings of the international Vista '99 conference / G.Doll-Tepper, M.Kroner, W.Sonnenschein – Koln, Germany: Meyer, 2001. – P. 355–368.
5. Goosey-Tolfrey V. Wheelchair sport: A complete guide for coaches, and teachers / V.Goosey-Tolfrey [editor]. – USA : Human Kinetics, 2010. – 212 p.
6. Labanowich S. Wheelchair Basketball / S.Labanowich. – New York: River Front Books. – 1998.
7. Molik B. Physical ability and playing skills criteria for classifying basketball wheelchair players / B.Molik, A.Kosmol // Wychowanie fizyczne I sport. – 2003. Vol. 3, № 46. – P. 256–261.
8. O'Connell D.G. Improvement in wheelchair propulsion in pediatric wheelchair users through resistance training: a pilot study / D.G.O'Connell & R.Barnhart // Archives of Physical Medicine and Rehabilitation. – 1995. – Vol. 76, № 4. – P. 368–372.
9. Schwark B.N. Optimizing the Release Conditions for a Free Throw in Wheelchair Basketball / B.N.Schwark, S.J.Mackenzie & E.J.Springs // Journal of Applied Biomechanics. – 2004. – № 20. – P. 153–166.



ЗАСОБИ КОНТРОЛЮ СИЛОВОЇ ТА ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ БАСКЕТБОЛІСТІВ НА ВІЗКАХ

ПІТИН М.П. – д.фіз.вих., доц., професор кафедри теорії спорту та фізичної культури

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. Матеріали тез присвячені характеристиці засобів контролю силової та швидкісно-силової підготовленості баскетболістів на візках. Представлено блок контрольних вправ, результати яких мають вірогідний прямий або опосередкований взаємозв'язок з компонентами змагальної діяльності: кистьова динамометрія; тяга м'язами двох рук і тулуба спереду, спереду-знизу під кутом 45°, знизу зі спини; тяга м'язами однієї руки та тулуба збоку-знизу; тяга однією рукою вперед; подолання дистанції 6 метрів; кидки набивного м'яча від грудей, з-за голови, однією рукою; тяга однією рукою збоку впродовж 40 с з подоланням опору 30% від індивідуального максимуму.

Ключові слова: контроль, засіб, силові якості, баскетболісти на візках.

Вступ. Проблеми підготовки спортсменів у баскетболі на візках досліджували певна кількість фахівців [1, 2, 3, 4]. Однак, ці дослідження у повному обсязі не розкривають проблеми силової підготовки баскетболістів на візках. Огляд вітчизняної науково-методичної літератури дає підстави стверджувати, що наукових досліджень з питань підготовки спортсменів у баскетболі на візках в Україні є недостатньо. Дослідження вітчизняних фахівців тільки частково торкаються актуальних науково-методичних аспектів підготовки спортсменів у баскетболі на візках [2, 3, 4, 5].

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю розробки батареї інформативних тестів для контролю проявів силових якостей баскетболістів на візках, які мають суттєві функціональні відмінності від спортсменів, які спеціалізуються в олімпійському баскетболі. Це також зумовлено дотриманням принципу взаємозв'язку структур змагальної діяльності і підготовленості спортсмена.

Мета дослідження. Охарактеризувати засоби контролю силової та швидкісно-силової підготовленості баскетболістів на візках.

Методи дослідження. Теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури та даних інформаційної мережі Інтернет, педагогічне спостереження.

Результати дослідження та їх обговорення. Об'єктивність визначення рівня силової та швидкісно-силової підготовленості баскетболістів на візках рекомендовано проводити за допомогою блоку контрольних вправ. Серед проявів, щодо яких проводилось визначення були максимальна, швидкісна і вибухова сила та силова витривалість спортсменів. Проведений пошук методів та засобів контролю у науковій та методичній літературі дав нам змогу



відібрати для визначення цієї складової спеціальної фізичної підготовленості низку контрольних засобів.

Попередньо, для індивідуалізації підбору параметрів засобів, визначалися за допомогою антропометрії довжина провідної руки та максимальний ріст баскетболістів на візках (відстань від підлоги до кінця найдовшого пальця провідної руки спортсмена у позі – сидячи на спортивному візку, руки вгору). Дані показники визначалися з допомогою модифікованого антропометра з точністю виміру ± 1 мм.

Для отримання достовірних даних щодо силової підготовленості баскетболістів на візках нами застосовані контрольні вправи, кожна з яких мала взаємозв'язок з окремими техніко-тактичними в умовах змагальної діяльності, що також, підтверджено проведенням опитуванням серед фахівців у баскетболі на візках. Таким чином серед них визначено такі:

- Кистьова динамометрія (ДК – 140, точність виміру ± 1 кг.): спортсмен виконує вправу з витягнутою в сторону рукою, без ривка, без притискання руки до інших частин тіла і візка (реєструвалась краща спроба з трьох виконаних). Інтервал відпочинку до 1 хв або до суб'єктивного відчуття відновлення. Кистьова динамометрія дозволяє визначити рівень прояву силових можливостей при безпосередньому утриманні обводів спортивного візка. За рахунок цієї дії спортсмен приводить візок у рух, утримує положення візка при протидії супернику та змінює напрям безпосередньо під час руху візка;

- Силова тяга м'язами двох рук та тулуба (адаптований ДС – 200, з точністю виміру ± 1 кг.). Ця вправа виконувалась хватом зверху у трьох положеннях: а) спереду; б) спереду-знизу, під кутом 45°; в) знизу зі спини, з метою отримання достовірних даних про рівень тренуваності різних груп м'язів що забезпечують роботу двома руками до себе.

Вправа виконувалась одним рівномірним рухом без ривка. Силова тяга м'язами двох рук і тулуба трьома способами: спереду подібна до дій спортсмена, що пов'язані з викиданням м'яча у суперника в окремих ігрових ситуаціях; зі спини-знизу – подібна до виконання поштовху візка (прокручування коліс) вперед; спереду-знизу, під 45° – відтворює ігрову ситуацію піднімання м'яча з поверхні майданчика при протидії суперника.

- Тяга м'язами однієї руки та тулуба збоку-знизу: хват зверху (адаптований ДС – 200, з точністю виміру ± 1 кг.). Спортсмени залучали до роботи у виконанні цієї вправи якомога більшу кількість м'язових груп однієї руки та тулуба. Виконувалось три спроби однією, а пізніше три другою рукою. Інтервал відпочинку складав більше трьох хвилин. Реєструвався кращий результат з трьох спроб кожної руки. Силова тяга м'язами однієї руки та тулуба збоку-знизу подібна до піднімання м'яча з поверхні майданчика при його розташуванні збоку.

- Тяга однією рукою вперед (для реєстрації розроблено пристрій з використанням ДРП-90), вправа дозволяє реєструвати прояв максимальної сили м'язів розгиначів руки, згиначів тулуба та стегна. Пристрій розташовано праворуч чи ліворуч, в залежності від руки, якою виконуються вправа.



Спортсмен тягу на пристрій рівномірним рухом, без ривків та притискань іншими частинами тіла.

Тяга однією рукою вперед подібна до виконання першого поштовху візка з місця, переміщення вперед і для зміни швидкості переміщень спортсмена на майданчику у відповідності до ігрових ситуацій.

З метою визначення швидкісної сили [2] використовувалось подолання відрізка 6 метрів (реєстрація результату відбувається за допомогою застосування фотоелектронних пар і електрохронометра з точністю виміру $\pm 0,01$ с). Спортсмен починав виконувати вправу з лінії старту у коридорі 2 м., довжиною 6 м. На лінії старту та фінішу розташовані пари передавач-приймач, які замикаючись на лінії старту – запускали хронометр на лінії фінішу – вимикали його. Спортсмен самостійно обирав момент старту, що дозволяло йому оптимально зосередитись і показати максимальний результат. Подолання відрізка 6 метрів дає об'єктивну інформацію про здатність до стартового прискорення, що відіграє у ЗД як здорових, так і баскетболістів на візках важливе значення [3, 4];

- Кидки набивного м'яча масою 2 кг з місця, у позі сидячи у спортивному візку. З метою визначення вибухової сили м'язів рук та тулуба [3, 4] вправа виконувалась: а) двома руками з-за голови; б) двома руками від грудей; в,г) однією рукою (сильною та слабкою). Виконання вправи моделює умови технічної дії змагальної діяльності баскетболіста на візку – передачі м'яча. Спортсмен розташований на лінії старту, перед ним розмічено простір довжиною 10 м. За вказівкою про підготовленість до реєстрування результату він за суб'єктивним відчуттям готовності виконував кидок набивного м'яча. Виконується почергово по три спроби кожного з способів виконання. Інтервал відпочинку більше трьох хвилин.

Кидки набивного м'яча – ці вправи були відібрані нами у зв'язку з тим, що структура рухових дій та послідовність їх виконання у них подібна до виконання передач м'яча спортсменами в умовах гри, а саме: передачі двома руками з-за голови, передачі двома руками від грудей та передачі однією рукою від плеча.

- Тяга м'язами однієї руки та тулуба збоку-знизу з опором 30% від індивідуального максимуму впродовж 40 с. Виконувалась з метою визначення рівня розвитку силової витривалості груп м'язів, що забезпечують роботу однією рукою збоку-знизу. Для виконання вправи визначалась величина рівна 30% від індивідуального максимуму для кожної руки (правої та лівої) у виконанні вправи силова тяга м'язами однієї руки та тулуба збоку-знизу. Індивідуальна величина опору та його корекція у даній вправі забезпечувалась шляхом використання розбірних гантелей. Фіксувалась максимальна кількість разів виконання спортсменом у тому числі за перші 20 с, за другі 20 с і в сумі за 40с. Вихідне положення – пряма рука з обтяженням вниз. Спортсмени виконували згинання і розгинання руки у ліктьовому суглобі з досягненням висоти підйому до рівня плеча з максимально доступною частотою впродовж сорока секунд. Саме у відповідності до кількості разів виконання, а не до



робочої ваги вправи, робився висновок для сильної та слабшої руки у цій вправі. Тяга збоку-знизу однією рукою з подоланням опору 30% від індивідуального максимуму впродовж 40 с. дозволяє оцінити рівень силових можливостей щодо багаторазового інтенсивного виконання поштовхів коліс візка та різноманітних його поворотів у процесі 3Д.

Запропоновані вправи виконувались у трьох спробах, що відповідає загальним вимогам тестування [2]. Це дозволило спортсменам максимально реалізувати свої силові можливості під час тестування. Спортсмени виконували по чергово контрольні вправи та кожну спробу у них, що сприяло оптимальному відновленню оперативної працездатності.

Виконання контрольних вправ проводилось після стандартного розминання. Загальний час розминання та впрацьовування спортсменів становив 18 хв. Всі контрольні випробування виконувались впродовж двох послідовних тренувальних днів з 10 год. ранку після вищезазначеного стандартного розминання.

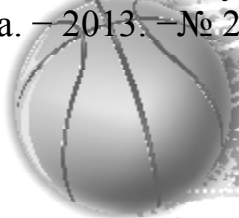
У перший день спортсмени виконували: подолання відрізка 6 метрів; кидки набивного м'яча; упор однією рукою вперед; силова тяга м'язами однієї руки та тулуба збоку-знизу. На другий день виконувались вправи: кистьова динамометрія; силова тяга м'язами двох рук та тулуба; тяга збоку-знизу однією рукою 30% від індивідуального максимуму впродовж 40 с.

Висновок. Для оцінки рівня силової підготовленості кваліфікованих баскетболістів на візках необхідно застосовувати блок контрольних вправ, результати яких мають вірогідний прямий або опосередкований взаємозв'язок з компонентами змагальної діяльності: кистьова динамометрія; тяга м'язами двох рук і тулуба спереду, спереду-знизу під кутом 45°, знизу зі спини; тяга м'язами однієї руки та тулуба збоку-знизу; тяга однією рукою вперед; подолання дистанції 6 метрів; кидки набивного м'яча від грудей, з-за голови, однією рукою; тяга однією рукою збоку впродовж 40 с з подоланням опору 30% від індивідуального максимуму.

Перспективи подальших досліджень передбачають обґрунтування засобів контролю інших компонентів спеціальної фізичної підготовленості баскетболістів на візках.

Список використаної літератури:

1. Галкина О. История развития баскетбола на колясках / Галкина О. // Спорт та сучасне суспільство : студ. наук. конф. – К., 2012. – С. 113–115.
2. Пітин М. П. Окремі аспекти контролю силової підготовленості неповносправних баскетболістів на візках // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – К.: Олімпійська література. – Вип. 1. 2006. – С. 19–21.
3. Пітин М.П. Силовая подготовка баскетболистов на ви́зках: Метод. посіб. / Пітин М.П., Ковцун В.І., Мішин М.В. – Л., 2007. – 148 с.
4. Швецова Т. В. Организация и методика учебно-тренировочных занятий по баскетболу на колясках / Швецова Т. В. // Адаптивная физическая культура. – 2013. – № 2. – С. 36–38.



5. Jakovljević S. The latent structure of conative dimensions of elite senior and junior basketball players / Jakovljević, S., Karalejić, M, & Lazarević, Lj // Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport, 2010. – 8(1). – 21–30.



СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛА 3Х3 В УКРАИНЕ

ШУТОВА С.Е. – доцент, к.физ.восп., заведующая кафедры спортивных игр
ЮР В.Р. – студент четвертого курса

*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
г. Киев*

Аннотация. Перспективы развития баскетбола 3х3 необходимо рассматривать с учетом анализа видов соревнований и результатов участия в них украинских спортсменов.

Ключевые слова: баскетбол 3х3, стритбол, соревнования, перспективы, развитие.

Введение. Баскетбол как способ отдыха различных категорий населения приобрел значительную массовость и зрелищность на определенном этапе своего развития, что в итоге привело к созданию условий для возникновения новых форм его проявления. Появление стритбола обосновано его доступностью всем желающим играть в баскетбол, и как следствие, решать задачи сохранения арсенала средств использующихся в физическом воспитании юных спортсменов, сохранив путь к достижению высоких результатов. ФИБА ожидает включения баскетбола 3х3 в состав программы Игр Олимпиад, поэтому сегодня можно говорить о новом виде спорта [1, 2].

На сегодняшний день баскетбол 3х3 в Украине набирает всё большую популярность, что объясняется упрощенностью условий соревнования, поскольку для этой игры достаточно одного кольца и шестерых игроков. Звезды профессионального баскетбола начинали свой путь с улиц, интересуясь уличным баскетболом [2, 3].

Цель работы – изучить факторы, позволяющие сформулировать перспективы развития баскетбола 3х3 в Украине.

Задачи исследования:

1. Определить виды соревнований по баскетболу 3х3 проводящиеся в Украине.
2. Выявить динамику результатов участия украинских спортсменов в международных соревнованиях по баскетболу 3х3.

Методы и организация исследования. 1. Теоретический анализ и обобщение научной методической и специальной литературы данных Интернет. 2. Методы математической статистики.

Результаты исследования и их обсуждение.

Хорошо известно, что из обычного «развлечения после работы» стритбол постепенно перешел в популярный вид спорта – баскетбол 3х3. В развитии баскетбола 3х3 с 1995 года активное участие принимала федерация баскетбола Украины (ФБУ). При ее поддержке ежегодно проводят соревнования по этому



виду спорта среди детей, молодых и взрослых спортсменов. Началом развития отечественного баскетбола 3x3 становится 1998 год – женская сборная команда Украины под руководством Валерия Воробьева впервые в истории занимает второе место на неофициальном чемпионате мира в Париже.

В 2009 году происходит создание и активное формирование лиги стритбола – УСЛ (Украинская баскетбольная лига). УСЛ проводит туры по всей Украине и становится популярной общественной организацией. На сегодняшний день в услуги от общественной организации "Украинской Стритбольной Лиги 3x3" входит следующее:

- проведение корпоративных и любых других турниров\матчей по стритболу и баскетболу;
- аренда мобильного оборудования для стритбола и баскетбола (стойки);
- проведение мастер-классов по стритболу и баскетболу;
- выступление баскетбольных фристайлеров и данкеров.

Также УСЛ проводит подсчет индивидуального рейтинга, что является самым объективным критерием оценки выступлений игрока на турнирах различного уровня (табл.1). Игроки УСЛ могут свободно переходить из одной команды в другую, либо же просто на отдельных турнирах выступать за другие коллективы. Данная система рейтинга основана на подобном опыте спортивных соревнований в большом теннисе (АТР), баскетболе 3x3 (FIBA 3x3) и других видах спорта, в которых существует оценка и учет персональных достижений спортсмена в виде систем рейтингования.

Таблиця 1

Категории турниров и таблица рейтинговых очков

Турниры	Категория	Победа	Финал	3-е место
Международные турниры, Финал УСЛ 3x3	A+	20.000	16.000	14.000
Отборочные турниры УСЛ 3x3 (A)	A	8.000	6.400	5.600
Финал УСЛ 1x1, Финал УСЛ Ю-18	A1	5.000	4.000	3.500
Отборочные турниры УСЛ 3x3(B), турниры Entertainment	B	4.000	3.200	2.800
Отборочные турниры УСЛ 3x3 (C), Студенческие турниры	C	3.000	2.400	2.100
Отборочные турниры УСЛ 1x1	C1	2.500	2.000	1.750
Отборочные турниры УСЛ Ю-18	D	2.000	1.600	1.400
Школьные турниры 3x3	E	1.000	800	800
Турниры вне лиг	F	800	640	560

В спортивном сезоне 2015-2016 годов ФБУ впервые проводит 4 вида соревнований по баскетболу 3x3: чемпионат Украины, Школьная баскетбольная лига 3x3, турнир Streetelite, WBB (Winter Basket Battle), студенческий Кубок Украины по баскетболу 3x3 (рис.1).

На сегодняшний день мы имеем сборную команду представителей женского и мужского стритбола. Обе команды регулярно выступают на



международных соревнованиях, таких как: Moscow open, Reebok 3x3, Adidas Streetball Challenge, FIBA 3x3.

В 2009 году мужская сборная команда Украины приняла участие в Международном кубке по стритболу Moscow Open, впервые наша команда стала победителем, завоевав золотые медали кубка. На соревнованиях были представлены сборные 16 европейских стран, и одна команда из-за океана, команда США.

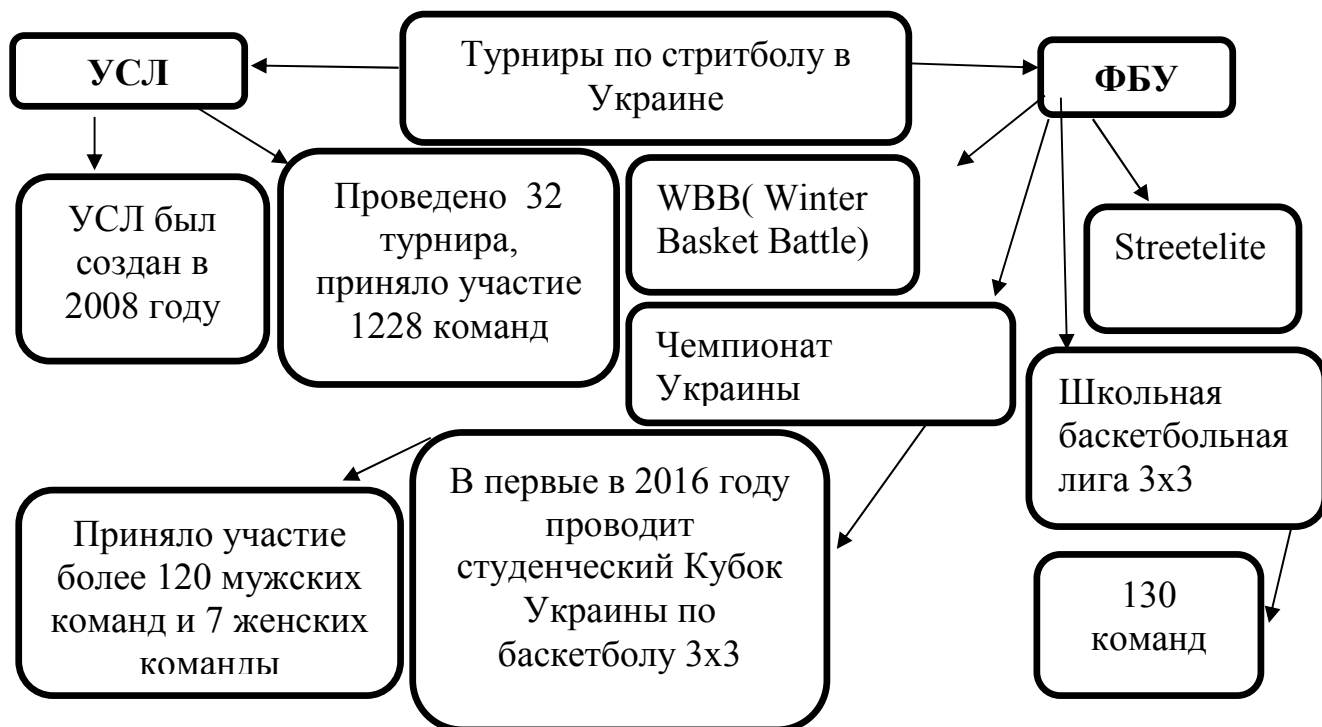


Рис. 1. Виды соревнований и количество участников в турнирах по баскетболу 3x3 в Украине

Учитывая то, что согласно правил баскетбола 3x3 официальными соревнованиями FIBA являются – чемпионаты мира по баскетболу 3x3 (включительно с U18), зональные чемпионаты (включительно с U18), интересно проанализировать результаты выступления украинских спортсменов именно на этих соревнованиях.

Первый официальный чемпионат мира по стритболу прошел в Афинах в 2012 году, победителями стала команда Сербии, обыграв в финале Францию. На этом Чемпионате Мира наши мужская и женская сборные стали бронзовым призерами. На Европейских играх в Баку 2015 года наши спортсменки выступили очень удачно, они стали призерами этих игр заняв 2-е место уступив России в финале.

В 2016 году был проведен чемпионат мира по баскетболу 3x3 среди женщин в Китае (рис.2).

Женская сборная команда Украины по баскетболу 3x3 продемонстрировала свое лучшее выступление заняв второе место на чемпионате мира по стритболу, уступив сборной Чехии 21:11 в финале (табл.2). На тот день это была не последняя победа Украины на этом чемпионате мира,



Дмитрий «Smoove» Кривенко выиграл титул лучшего данкера мира, подняв над головой флаг победителя – Украины.



Рис. 2. Результаты чемпионата мира по баскетболу 3x3 2016 года

Таблица 2

Состав женской сборной команды Украины на чемпионате мира по баскетболу 3x3 (Китай)

Ф.И	Год рождения	Баскетбольная команда
Горобец Вита	1996	Тим-Скуф
Завидная Дарья	1993	Тим-Скуф
Зарицкая Анна	1986	Тигры Астаны
Евгения Спитковская	1988	Авангард
Дмитрий Кривенко	1990	Герои Площадок

Выводы и перспективы дальнейших исследований.

Определив виды соревнований по баскетболу 3x3 проводящиеся в Украине и проанализировав динамику результатов участия украинских спортсменов в международных соревнованиях по баскетболу 3x3, следует отметить ряд факторов, позволяющих сформулировать перспективы развития баскетбола 3x3 в Украине. Так, ежегодно отмечается увеличение количества турниров и команд участников по баскетболу 3x3; регулярность и повышение качества проведения соревнований по баскетболу 3x3 в Украине и как следствие, высокий уровень квалификации украинских спортсменов выступающих на международной арене; а также, увеличение количества стран принимающих участие в международных соревнованиях по баскетболу 3x3. Таким образом, перечисленные факторы, свидетельствуют о высокой популярности и больших перспективах развития баскетбола 3x3 как в Украине, так и во всем мире.

Список использованной литературы.

1. Баскетбол 3x3: [метод. рек. для студ. вищ. навч. закл.] / [укл.: Соболев Ю.Л., Сліпуха В.В., Бацунов В.П., Поплавський Л.Ю.]. – К.: КНЕУ,

2015. – 27с.

2. Поплавский Л.Ю. Оптимизация подготовки баскетболистов высокой квалификации на основе объективной оценки показателей их соревновательной деятельности / Л.Ю. Поплавский, С.Є. Шутова // Материалы Международного научного конгресса: «Спорт. Олимпизм. Здоровье». - Т.ІІ / Кишинев, 2016 г. – С. 287-293.

3. Юр В.Р. Стритбол от начала до современности / В.Р. Юр // Неолімпійський спорт; історія проблеми управління та система підготовки спортсменів: зб. матеріалів ІІ Всеукраїнської студентської науково-методичної конференції. – ДДІФКС, 2016. – С. 190-195.



РОЗДІЛ 5.

БАСКЕТБОЛ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ



НАПРЯМИ І РЕЗУЛЬТАТИ ВДОСКОНАЛЕННЯ МЕТОДІВ І ЗАСОБІВ ТА ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ БАСКЕТБОЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ СТАРШОКЛАСНИКІВ

БОНДАРЧУК Н. Я. – к. фіз. вих. та спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання

ЧЕРНОВ В. Д. – к. б. н., доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання

Ужгородський національний університет

Анотація. У тезах окреслено роль баскетболу у фізичному вихованні в загальноосвітньому навчальному закладі, досліджено можливі напрями вдосконалення методів і засобів та оптимізації процесу баскетбольної підготовки юнаків старших класів, рівень виконання старшокласниками основних баскетбольних техніко-тактичних дій та можливості його підвищення.

Ключові слова: баскетбольна підготовка, шкільне фізичне виховання, загальноосвітній навчальний заклад, оптимізація, інноваційні підходи, техніко-тактична майстерність.

Вступ. Незважаючи на те що баскетбол є потужним засобом масової фізичної культури та оздоровлення різних груп населення, сучасна баскетбольна підготовка в загальноосвітніх навчальних закладах України пов'язана з багатьма проблемами, серед яких звернемо увагу на нераціональне планування вивчення учбового матеріалу, організацію занять у різних формах, недостатню кількість уроків та позаурочних занять, відведених на вивчення основ баскетболу, нестачу фахівців даної спеціалізації серед педагогів, яким, до того ж, бракує експериментально обґрунтованих методичних рекомендацій, що не дозволяє здійснювати належне науково-методичне забезпечення баскетбольних занять. Наявність цих проблем засвідчує необхідність по-новому підходити до шкільної баскетбольної підготовки: потрібні нові методики навчання і тренування, інноваційні підходи до складення і виконання комплексів спеціальних баскетбольних фізичних вправ, організації ігор і змагань.

Мета дослідження – дослідити можливості оптимізації процесу та методичних засобів баскетбольної підготовки в системі шкільного фізичного виховання.

Завдання дослідження: 1) окреслити основні риси баскетболу та його роль у фізичному вихованні школярів; 2) охарактеризувати можливі напрями оптимізації процесу шкільної баскетбольної підготовки; 3) довести позитивний вплив інноваційних підходів та засобів оптимізації баскетбольної підготовки на підвищення техніко-тактичного рівня старшокласників.

Методи та організація дослідження. В ході дослідження були використані методи аналізу науково-методичної літератури, педагогічного



спостереження, експериментальний метод, методи кваліметрії (для отримання кількісних вимірів якості виконання учнями груп баскетбольних техніко-тактичних дій). Дослідження проводилося на базі загальноосвітніх шкіл міста Ужгорода у другому півріччі 2015/2016 н. р. та першому півріччі 2016/2017 н. р.

Результати дослідження. Сучасний баскетбол – один із найпопулярніших у світі ігрових видів спорту, атлетична гра, яка характеризується динамікою та високою руховою активністю, розмаїттям та значним напруженням ігрових дій. Вона належить до нестандартних ситуаційних фізичних вправ різкої перемінної інтенсивності. Як наслідок, при грі в баскетбол складається своєрідний динамічний стереотип нервових процесів, що забезпечує швидке переключення функцій з одного рівня діяльності на інший. Водночас це універсальний засіб фізичного виховання, який застосовується в широкому віковому діапазоні і успішно вирішує завдання засвоєння цінностей здорового способу життя, інтелектуальних, моральних, естетичних цінностей фізичної культури, покращення здоров'я. Його значення для шкільного фізичного виховання полягає в тому, що це командна гра зі змагальним характером, в якій прагнення перевершити суперників у швидкості дій, винахідливості, влучності кидків, інших діях, спрямованих на досягнення перемоги, привчає учнів мобілізувати свої сили, можливості, діяти, якщо це необхідно, з максимальним напруженням, долати перешкоди. Баскетбол відіграє надзвичайно важливу роль для формування життєво необхідних умінь і навичок, всебічного розвитку фізичних і психічних якостей школяра. Високу цінність мають такі риси баскетболу як безперервність і несподіваність швидких змін ігрових ситуацій, що примушує вчитися миттєво оцінювати ситуацію, діяти ініціативно, винахідливо. Іншою ціннісною ознакою є високий рівень емоційності гри, який впливає з її динамічності та змагального характеру [1; 5].

Для оптимізації процесу шкільної баскетбольної підготовки перевести акценти з тренувальних концепцій підготовки на оздоровчі з урахуванням нових досягнень у галузі технологій збереження здоров'я, вводити до занять вправи на розвиток мислення, розширення кругозору. Потребує оптимізувати процес поступовості і поетапності баскетбольної підготовки від початкової школи до старших класів. Важливими є засоби підвищення активності учнів під час занять, оптимізація техніко-тактичної підготовки, зокрема навчання виконанню кидків у кошик. Учень повинен навчитися зосереджувати увагу на цілі (вона може бути різною, наприклад, щит або задня частина обруча кошика), виконувати кидки плавно і ритмічно. Вправи на виконання штрафних кидків повинні забезпечувати дотримання учнями основних вимог: у вихідному положенні м'яч утримується близько до тулуба; лікоть руки, яка кидає, повинен бути направлений на кошик; м'яч потрібно випускати через вказівний палець; кидок супроводжується рукою і кистю; увага до кінця залишається зосередженою на цілі; плечі для збереження рівноваги тримаються паралельно тощо. При виконанні передач, обвідок, кидків доцільно вводити у зміст тренування методи додаткових орієнтирів, використання просторових і часових



обмежень при виконанні вправ, послідовного збільшення швидкості виконання певних технічних дій, ускладнення вихідних положень при їх виконанні, виконання прийомів на максимальній швидкості пересування, зміни темпу й ритму виконання окремих рухів у загальній структурі технічного прийому, використання полегшених або обтяжених м'ячів, виконання технічних дій з обмеженим зоровим контролем, "вільної" роботи з м'ячем [4].

Слід приділяти підвищену увагу вдосконаленню організації внутрішньошкільних змагань та змагань між командами різних навчальних закладів. Заняття необхідно організовувати і проводити таким чином, щоб школярі самі прагнули баскетбольного самовдосконалення, самостійно працювали із м'ячем у вільний від навчання час. Вважаємо за потрібне ввести у навчальну практику зйомку на відео елементів занять та ігор з подальшим використанням відеоматеріалів на наступних заняттях; коли школярі бачать себе "зі сторони", вони досягають більш точних індивідуальних рухів і групових взаємодій. Використання цих та інших методів вдосконалення та оптимізації процесу шкільної баскетбольної підготовки ставлять перед учителем фізичної культури додаткові вимоги, які стосуються насамперед постійного поглиблення своїх знань і вмінь, наполегливості, творчого підходу до організації навчально-тренувального процесу [2].

З метою обґрунтування важливості інноваційних підходів до організації баскетбольної підготовки з точки зору підвищення техніко-тактичної майстерності юнаків-старшокласників нами було проведене експериментальне дослідження, результати якого подані на рис. 1.

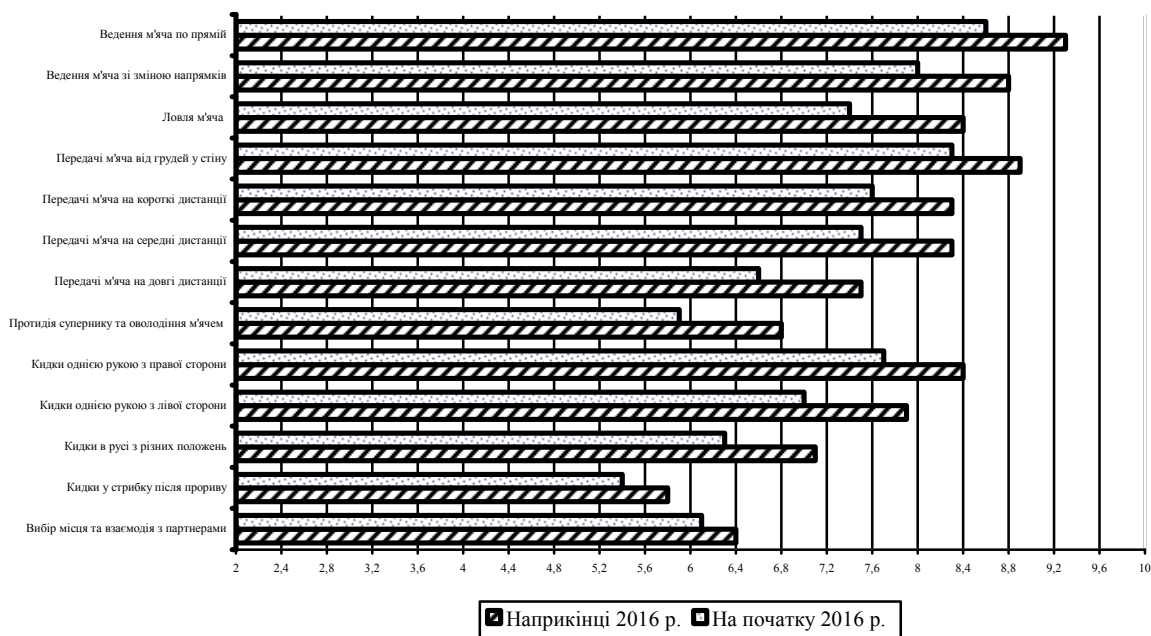


Рис. 1. Середньостатистичні результати оцінювання рівня баскетбольної техніко-тактичної майстерності досліджуваних юнаків-старшокласників загальноосвітніх закладів м. Ужгорода (16-18 років) та динаміка їхніх змін за два навчальних півріччя (протягом 2016 р.)

експериментальної груп проводилося за 13 показниками (тестами), які відображали окремі техніко-тактичні дії: 1) ведення м'яча по прямій; 2) ведення м'яча зі зміною напрямків; 3) ловля м'яча; 4) передача м'яча від грудей у стіну; 5/6/7) передачі м'яча партнеру на короткі/середні/довгі дистанції; 8) протидія супернику та оволодіння м'ячем (при мінімальному використанні прийомів контактної взаємодії); 9/10) кидки однією рукою від плеча зі статичного положення з правої/лівої сторони; 11) кидки в русі з різних положень; 12) кидки у стрибку після прориву; 13) вибір місця на майданчику та взаємодія з партнерами (тактична підготовка) [3]. На підставі результатів візуального оцінювання на одному із занять у кожному місяці учням виставлялися оцінки за 10-бальною шкалою, які вносилися до спеціального журналу. За цими оцінками визначені середньостатистичні результати оцінювання рівня баскетбольної тактико-технічної майстерності юнаків. Вони показали, що старшокласники, на урочних та позаурочних заняттях з якими застосовуються інноваційні підходи, методи, засоби і технології навчання основам баскетболу, з використанням комплексів спеціальних баскетбольних вправ, при розробці яких враховуються найбільш важливі теоретичні вимоги до оптимізації процесу баскетбольної підготовки, за короткий час можуть відчутно підвищити рівень техніко-тактичної майстерності, досягти помітного прогресу в підвищенні якості техніко-тактичних дій, зменшити кількість помилок, що припускаються при виконанні баскетбольних вправ.

Висновки.

1. Баскетбол відіграє важливу роль у формуванні життєво необхідних умінь і навичок школярів, всебічного розвитку їхніх фізичних і психічних якостей, зокрема розвиває здібності до розподілу і концентрації уваги, орієнтації в просторі й часі, виховує самостійність, творчу ініціативу, вміння контролювати емоції. Засвоєні у процесі шкільної баскетбольної підготовки рухові дії й набуті рухові навички можуть використовуватися протягом усього життя в рамках самостійних занять фізичною культурою.

2. Можливі напрями вдосконалення методів і засобів та оптимізації процесу шкільної баскетбольної підготовки полягають, зокрема, у зміні загальних концепцій тренування з метою приділення більшої уваги збереженню і зміцненню здоров'я школярів, використанні інноваційних засобів підвищення активності учнів, вдосконаленні технічної і тактичної підготовки шляхом розробки нових методів, засобів і вправ, організації занять й різних формах та змагань на різних рівнях.

3. У ході педагогічного спостереження та експериментального дослідження підтверджено позитивний вплив інноваційних підходів та засобів оптимізації баскетбольної підготовки на підвищення техніко-тактичного рівня учнів старших класів загальноосвітніх навчальних закладів. Згідно з нашим висновком, введення у практику шкільного фізичного виховання нових технологій, нових підходів до розробки спеціальних баскетбольних фізичних вправ здатне вивести процес шкільної баскетбольної підготовки на якісно новий рівень.



Перспективи подальших досліджень пов'язані з вивченням методів і засобів оптимізації шкільної баскетбольної підготовки, спрямованих на зміцнення здоров'я школярів різного віку, розвиток їхніх фізичних якостей, підвищення рівня фізичної підготовленості, мотивації до активних самостійних занять фізичною культурою.

Список використаної літератури:

1. Бойко Я. С. Баскетбол: Конспект лекцій (для студентів усіх спеціальностей Академії з дисциплін "Фізичне виховання", "Фізична культура" / Я. С. Бойко, Є. В. Кравчук. – Харківська національна Академія міського господарства. – Харків: ХНАМГ, 2009. – 39 с.
2. Вуттен М. Как добиться успехов в подготовке баскетболистов / Морган Вуттен. – М.: ТВТ "Дивизион", 2008. – 400 с.
3. Дорошенко Е. Ю. Оцінювання техніко-тактичної діяльності у баскетболі / Е. Ю. Дорошенко, Р. О. Кириченко, М. О. Хабарова // Олімпійський спорт і спорт для всіх: Тези доповідей IX Міжнародного наукового конгресу (20-23 вересня 2005 р.). – К. : Олімпійська література, 2005. – 994 с. – С. 338.
4. Максимів Г. Технологія навчання прийомів гри в баскетбол учнів загальноосвітньої школи / Г. Максимів // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Вип. 10: У 4-х т. – Львів: НВФ "Українські технології", 2006. – Т. 1. – 464 с. – С. 150-155.
5. Нестеровский Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения / Д. И. Нестеровский. – М.: Инфра-М, 2006. – 408 с.



РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ НА ПОЧАТКУ ЗАНЯТЬ У СЕКЦІЇ З МІНІ-БАСКЕТБОЛУ

ГРОМОВ О.В. – студент групи ФВ-14-2

ОНИЩЕНКО В.М. – викладач кафедри спортивних ігор

ТЕРЕНТЬЄВ С.Л. – викладач кафедри спортивних ігор

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту.

Анотація. У статті проаналізовано рівень фізичної підготовленості дітей 6-7 років, які прийшли до секції з міні-баскетболу

Ключові слова: діти 6-7 років, міні-баскетбол, фізична підготовленість

Вступ. Аналіз розвитку сучасної системи шкільної освіти в Україні показує, що незважаючи на лавину новацій в системі навчання та виховання, галузі фізичного виховання вони мало стосуються. Навчально-виховний процес загальноосвітньої школи все більше перевантажується предметами, які розвивають тільки розумову діяльність, і при цьому зовсім не враховується не зниження рівня фізичного розвитку сучасних дітей, не постійне погіршення стану їхнього здоров'я. Особливе місце в системі шкільного фізичного виховання займає молодший шкільний вік, тому що він виступає основним періодом набуття соціального досвіду, зокрема інтенсивно формуються інтереси, потреби, збільшуються пізнавальні здібності дитини. Тому завдання з фізичної культури потрібно організовувати так, щоб вирішувати як завдання розвитку рухових вмінь, навичок і якостей, так і формування ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя [2].

Початок занять спортивними іграми, й саме – міні-баскетболу, розпочинається з секції при середній загальноосвітній школі. Тому вчитель з фізичної культури повинен знати вихідний рівень фізичної підготовленості дітей першого класу [1, 3]. Фізична підготовленість дітей, що займаються в секції з міні-баскетболу, як і фізичний розвиток, підпорядковується загальним біологічним закономірностям віку, статі й багато в чому залежить від природних даних і стану здоров'я. В зв'язку з цим, дослідження рівня розвитку фізичних якостей на початку занять міні-баскетболом є актуальним напрямком досліджень для подальшого вдосконалення планування фізичного навантаження протягом навчального року.

Мета та завдання дослідження: оцінити рівень фізичної підготовленості дітей 6-7 років, які прийшли до групи початкової підготовки з міні-баскетболу.

Методи та організація дослідження. Для досягнення мети застосовувались такі методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, констатувальний експеримент, методи математичної статистики. У дослідженні взяло участь 11 дівчат і 19 хлопців 6 років та 12 дівчат і 18 хлопців 7 років. Тестування проводилось на базі КЗО СЗШ№132 ДМР.



Результати дослідження та їх обговорення. Показники фізичної підготовленості дітей 1 класу, більшою мірою відображають вихідний рівень готовності дітей до виконання вправ з міні-баскетболу. Результати дослідження представлено у таблиці 1.

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості дітей 6-7 років до констатуючого експерименту

Тести	6 років				7 років			
	n	$(\bar{x} \pm S)$	Pi- вень	V (%)	n	$(\bar{x} \pm S)$	Pi- вень	V (%)
Човниковий біг 3x10 м. з оббіганням набивних м'ячів, с.	Д (n=11)	11,36±0,27	С	7,49	Д (n=12)	11,01±0,34	НС	10,15
	Х (n=19)	11,02±0,17	НС	6,55	Х (n=18)	10,58±0,17	С	6,50
Човниковий біг 4x9 м., с.	Д (n=11)	14,04±0,26	НС	5,89	Д (n=12)	13,60±0,43	С	10,47
	Х (n=19)	13,68±0,18	С	5,53	Х (n=18)	13,11±0,13	С	4,24
Біг до пронумерованих набивних м'ячів, с	Д (n=11)	13,38±0,40	ДС	9,36	Д (n=12)	12,77±0,37	З	9,50
	Х (n=19)	13,54±0,41	ДС	12,78	Х (n=18)	12,85±0,34	З	10,93
Стрибок у довжину з місця, см.	Д (n=11)	107,27±3,93	С	11,59	Д (n=12)	101,25±3,48	НС	11,4
	Х (n=19)	100,89±2,10	НС	8,83	Х (n=18)	105,72±1,79	Н	6,99
Стрибок у висоту з місця, см.	Д (n=11)	12,55±0,48	Н	12,02	Д (n=12)	12,50±0,47	Н	12,53
	Х (n=19)	12,53±0,43	Н	14,66	Х (n=18)	13,78±0,44	Н	13,07
Біг на 10 м, с	Д (n=11)	3,50±0,08	Н	7,66	Д (n=12)	3,12±0,06	Н	6,44
	Х (n=19)	3,18±0,08	Н	10,94	Х (n=18)	3,16±0,08	Н	10,49

Примітки: $V \leq 10\%$ - не великий, $V \leq 20\%$ - середній, $V > 20\%$ - великий. Н – низький, НС – нижче середнього, С - середній, ВС – вище середнього, В – високий; В – відмінно, Д – добре, З – задовільно, ДС – достатньо.

За результатами констатувального експерименту виконання тесту «човниковий біг 3x10 м з оббіганням набивних м'ячів» у дівчат 6 років до експерименту становив $11,36 \pm 0,27$ с. У хлопців 6 років середній показник тесту «човниковий біг 3x10 м. з оббіганням набивних м'ячів» на початку експерименту становив – $11,02 \pm 0,17$ с., що відповідає рівню нижче середнього.

Аналіз результатів виконання тесту «човниковий біг 4x9 м.» у дівчат 6 років показав що, до експерименту середній показник становив – $14,04 \pm 0,26$ с., що відповідає нижче середнього. У хлопців в тому ж тесті показники до експерименту становлять – $13,68 \pm 0,18$ с. Результати тесту «біг до пронумерованих набивних м'ячів» до експерименту у дівчат 6 років відповідають достатньому рівню, з показником – $13,38 \pm 0,4$ с. Хлопці 6 років виконували цей тест до експерименту з показником – $13,54 \pm 0,41$ с., що відповідає достатньому рівню.

Прояв швидко-силових якостей за тестом «стрибок у довжину» - $107,27 \pm 3,93$ см., у дівчат 6 років свідчить про те, що результат на початку експерименту відповідав середньому рівню. Показники тесту «стрибок у висоту» у 6-річних дівчат до експерименту показав, що в середньому група виконувала цей норматив на низькому рівні з показником - $12,55 \pm 0,48$ см. Показники тесту у хлопців 6-річного віку до експерименту $12,53 \pm 0,43$ см.

Аналіз виконання тесту «біг 10 м» у дівчат 6 років до експерименту свідчить про виконання цього тесту на низькому рівні з показниками до занять міні-баскетболом $3,50 \pm 0,08$ с. У хлопців низький рівень виконання цього нормативу до експерименту з результатами $3,18 \pm 0,08$ с.

У дівчат 7 років середній показник тесту «Човниковий біг 3x10 м. з оббіганням набивних м'ячів» до експерименту становить - $11,01 \pm 0,34$ с., що відповідає рівню нижче середнього. У хлопців 7 років середній показник тесту «човниковий біг 3x10 м з оббіганням набивних м'ячів» до експерименту становить - $10,58 \pm 0,17$ с, що відповідає – рівню нижче середнього. Семирічні дівчата до експерименту виконували тест «човниковий біг 4x9 м.» з результатом $13,60 \pm 0,43$ с (середній рівень). За тестом «біг до пронумерованих набивних м'ячів» дівчата до експерименту показали задовільний рівень з показниками $12,77 \pm 0,37$. В тесті «стрибок у довжину» дівчата також не показали високих результатів до експерименту - $101,25 \pm 3,48$ см (відповідає нижче середнього рівню). У хлопців до експерименту зафіксовані такі показники: $105,72 \pm 1,79$ см (низький рівень). Дані за тестуванням «біг 10 м.» свідчить, що дівчата показали низький рівень результатів - $3,12 \pm 0,06$ с. У хлопців також низькі результати вихідного рівню - $3,16 \pm 0,08$ с.

Висновки. В ході констатувального експерименту визначено рівень фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку. Виявлено, що рівень розвитку швидкісних, швидкісно-силових та координаційних здібностей за більшістю тестів низький та нижче за середній. Відзначено, що з віком відбувається тенденція до покращення показників координаційних здібностей, однак не виявлено суттєвих змін у рівні розвитку швидкісних та швидкісно силових якостей як у хлопців, так і у дівчат 6 та 7 років.

Перспективи подальших: дослідження будуть спрямовані на розробку методики розвитку фізичних якостей у дітей молодшого шкільного віку засобами міні-баскетболу для впровадження у спортивну секцію в загальноосвітній середній школі.

Список використаної літератури:

1. Мітова О.О. Сучасні проблеми розвитку міні-баскетболу в Україні / О.О. Мітова, В.М. Онищенко // Молода спортивна наука України. Збірник наукових праць галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів: ЛДУФК. –2014. - Випуск №18. Том 1.- С. 150-155.
2. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів [монографія] / Н.В.Москаленко. – 3-е вид. перероб. та допов. Дніпропетровськ : Вид-во «Інновація», 2015. – 252 с.
3. Онищенко В. Структура та зміст навчально-тренувального процесу в міні-баскетболі на першому році навчання / В. Онищенко // Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К.:Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2016. – Випуск 4 (74) 16, С. 69-74.



ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ ИГРЕ В БАСКЕТБОЛ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО УЧЕРЕЖДЕНИЯ

ДАВИДОВИЧ Т.Н. – старший преподаватель кафедры спортивных игр
ПЕНЬКОВСКИЙ А.С. – старший преподаватель кафедры спортивных игр

Белорусский государственный университет физической культуры

Аннотация. В статье приведены результаты исследования, которые позволяют расширить теоретическую базу подготовки специалистов по физической культуре дошкольников. Результаты, полученные в ходе исследования, могут быть использованы при повышении квалификации педагогов, организующих двигательную деятельность дошкольников.

Ключевые слова: баскетбол, дошкольники, подвижные игры с элементами баскетбола.

Баскетбол является увлекательной атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания. Не случайно он очень популярен среди детей. Баскетбол, как важное средство физического воспитания и оздоровления детей, включен в общеобразовательные программы дошкольных учреждений. Элементарные действия игры в баскетбол могут широко использоваться в старших и подготовительных группах детского сада. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях должно иметь целью достижение благоприятного физического развития и разносторонней двигательной подготовленности детей, а также ознакомление детей с баскетболом в доступной форме для создания общих предпосылок успешного обучения спортивным играм в школе [2].

Важнейшим принципом отбора содержания для начального обучения приемам игры в баскетбол детей дошкольного возраста является выделение тех действий с мячом и без него, которые составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры с мячом; доступны детям старшего дошкольного возраста; дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач. Отобранные для разучивания действия должны обеспечить соответствие необходимого для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся [4].

Работа выполнена с целью изучения особенностей обучения детей 5-6 лет на дополнительных занятиях элементам игры в баскетбол.

Непосредственно в процессе педагогического эксперимента исследовательскими задачами стали: 1) раскрыть теоретические основы методики обучения детей элементам спортивных игр; 2) провести оценку уровня развития физических качеств дошкольников, необходимых для успешного обучения элементам игры в баскетбол на дополнительных занятиях; 3) разработать систему физических упражнений и подвижных игр для обучения



детей 5-6 лет элементам игры в баскетбол на дополнительных занятиях; проверить её эффективность.

Поставленные в работе задачи решались при помощи следующих методов исследования: анализа и обобщения данных специальной литературы; педагогического наблюдения; педагогического эксперимента; тестирования уровня физической подготовленности; методов математической статистики.

В исследовании приняло участие 40 детей старшего дошкольного возраста. В процессе проведения эксперимента были созданы две группы: контрольная и экспериментальная. В состав контрольной группы вошло 20 детей, занимающихся физическими упражнениями в соответствии с перспективным планированием физического воспитания в дошкольных учреждениях. В состав экспериментальной группы также вошло 20 детей, которые занимались по экспериментальной методике, включающей дополнительные физкультурные занятия, на которых дети осваивали элементы игры в баскетбол.

В осуществлении практического этапа четко выступали три стадии, имеющие свои конкретные цели: констатирующая, формирующая и контролирующая.

На первой стадии основной целью являлось определение (констатация) начального уровня всех параметров и факторов, которые подлежат отслеживанию в эксперименте. Проводилось изучение уровня физической подготовленности дошкольников и степени владения техническими приемами игры в баскетбол. В соответствии с намеченной программой различные виды экспериментальных воздействий на объект осуществлялись в ходе занятий по физической культуре. Третьей стадией практического этапа являлся тщательный сбор и регистрация (измерения, описание, оценки) всех конечных физических показателей подготовленности дошкольников и показателей уровня владения элементами игры в баскетбол.

После шести месяцев проведения эксперимента, мы провели конечное тестирование в обеих группах, и сравнили обработанные результаты двух групп до и после эксперимента для выявления общих сдвигов и определения эффективности экспериментальной методики.

В рамках формирующего этапа исследования ежедневно с детьми экспериментальной группы планировалась и проводилась индивидуальная работа по формированию умений действий с мячом.

Процесс обучения детей 5-6 лет на дополнительных занятиях элементам игры в баскетбол и развития физических качеств осуществлялся постепенно. Упражнения, направленные на обучение элементам игры в баскетбол, а так же развития быстроты, скоростно-силовых качеств и координационных способностей применялись систематически, на каждом занятии. Для самостоятельной двигательной деятельности детям предлагалось следующее оборудование: мячи разных размеров, горизонтальные и вертикальные мишени. Занятия строились с учетом постепенного нарастания, а затем снижения



физической нагрузки, чем и обусловлено содержание упражнений и игр с мячом, последовательность их распределения, а также методика проведения.

Выполнение таких действий как передача мяча, ведение, бросок мяча в корзину, в сочетании с бегом при такой же продолжительности повышает нагрузку от 50 до 90%. Большую нагрузку дают и подвижные игры, где часто используются бег, подскоки, ведение мяча. Занятие на прогулке, будучи недлительными и достаточно вариабельными, должны обеспечить нормальное распределение физической нагрузки на организм ребенка. Основной целью вводной части занятий является подготовка детей к выполнению предстоящей нагрузки, а также формирование навыков действий с мячом. В связи с этим во вводной части (длительность 4-5 мин) подбираются 1-2 упражнения с мячом, чаще всего игрового характера. Обычно эти движения являются сходными по своей структуре с основными движениями игр, которые проводятся в основной части занятия. Это дает детям возможность овладеть навыками действий с мячом в более стабильных условиях. Основная часть занятий (10-15 мин) отводится подвижным играм, упражнениям с элементами соревнования, обеспечивающим высокую двигательную активность детей. В этой части занятия формируются навыки действий с мячом, а также умения применять их в игровых условиях. В заключительной части (3-5 мин) организм ребёнка приводится в относительно спокойное состояние, при сохранении бодрого настроения, поэтому проводится малоподвижная игра или игровое упражнение с мячами или без них.

При планировании учитывалось место подвижных игр и эстафет в режиме дня. Игры и эстафеты малой подвижности проводились утром и в конце прогулки, средней подвижности – утром и вечером, большой – на прогулке, физкультурных занятиях, часе двигательной активности, утренней гимнастике и вечером. Подвижные игры с элементами баскетбола были включены в самостоятельную двигательную деятельность детей, спортивные и физкультурные праздники.

Каждую неделю разучивалась одна новая игра, которая закреплялась в последующие 2-4 недели в зависимости от сложности, а потом вносилась в самостоятельную двигательную деятельность, час двигательной активности, подвижные игры на воздухе. Менее знакомые игры и упражнения включались как составная часть физкультурного занятия в соответствии с поставленными на нем задачами. Подобранные игры, эстафеты и упражнения, наряду с развитием физических качеств, предусматривали реализацию своего основного назначения – формирование основных навыков игры в баскетбол [1].

По завершении опытного обучения был проведен контрольный эксперимент.

Показатели физической подготовленности детей дошкольного возраста в экспериментальной и контрольной группах до и после эксперимента представлены в таблице 1 и таблице 2.



Таблиця 1

Средние показатели физической подготовленности детей контрольной и экспериментальной группы до и после эксперимента

Контрольная группа								Экспериментальная группа							
Бег 30 м (с)		Прыжок в длину (см)		Челночный бег 3x10 м		Наклон туловища вперед		Бег 30 м (с)		Прыжок в длину (см)		Челночный бег 3x10 м		Наклон тулов. вперед	
до	после	до	после	до	после	до	после	до	после	до	после	до	после	до	после
6,75	6,71	90,6	93	10,92	10,8	4,85	5,55	6,78	5,96	90,5	99,4	10,78	9,96	5,5	7,5

Таблиця 2

Уровневые показатели физической подготовленности детей контрольной и экспериментальной группы до и после эксперимента, %

группа	Бег 30 м (с)		Прыжок в длину (см)		Челночный бег 3 x 10 м		Наклон туловища вперед	
	до	после	до	после	до	после	до	после
КГ	Н-30 % С-65 % В-5 %	Н-20 % С-70 % В-10 %	Н-40 % С-35 % В-15 %	Н-30 % С-50 % В-20 %	Н-25 % С-60 % В-15 %	Н-20 % С-65 % В-15 %	Н-75 % С-25 % В-0 %	Н-55 % С-45 % В-0 %
ЭГ	Н-15 % С-75 % В-10 %	Н-0 % С-40 % В-60 %	Н-40 % С-40 % В-20 %	Н-0 % С-55 % В-45 %	Н-20 % С-65 % В-15 %	Н-0 % С-30 % В-70 %	Н-25 % С-75 % В-0 %	Н-15 % С-75 % В-10 %

*Н – низкий уровень развития; С – средний уровень развития; В – высокий уровень развития

Средние количественные и качественные показатели степени владения техническими приемами представлены в таблице 3.

Таблиця 3

Среднее значение степенью владения техническими приемами, %

Степень владения	Бросок мяча в корзину		Ведение мяча	
	до	после	до	после
низкий уровень	55	5	60	5
средний уровень	45	65	30	40
высокий уровень	0	30	10	55

Исходя из представленных данных, очевидно, что проведенная нами экспериментальная работа по направленному развитию физических качеств и обучению детей дошкольного возраста 5 – 6 лет игре в баскетбол была достаточно эффективной.

Таким образом, баскетбол, как спортивная игра, в первую очередь привлекает своей яркой зрелищностью, наличием большого количества технико-тактических приемов, обладая высокой динамичностью, эмоциональностью и в тоже время индивидуализмом и коллективизмом, по мнению многих специалистов в области спорта, является одним из самых эффективных факторов всестороннего физического развития личности [3].

Список использованной литературы:

1. Давидович, Т.Н. Обучение детей 5-6 лет игре в баскетбол на дополнительных занятиях / Т.Н. Давидович, Э.А. Лапухина // Ученые записки: сб. рец. науч. тр. / редкол. : Т.Д.Полякова (гл.ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2015. – Вып. 18. – С.193-199.
2. Смирнов, Р.И. Физкультура для дошкольников / Р.И. Смирнов. – Мозырь: Содействие, 2007. – 64 с.
3. Теория и методика физической культуры дошкольников / Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Понаморева. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008. – 656 с.
4. Семенова, Т.А. Воспитание ловкости у старших дошкольников: физическое воспитание дошкольников / Т.А. Семенова // Дошкольное воспитание. – 2006. – № 12. – С. 59-65.



БАСКЕТБОЛ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ ДО УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

ЄВТУШЕВСЬКА Н.Б. – викладач фізичної культури

Державний навчальний заклад «Черкаський професійний ліцей»

Анотація. В роботі розкривається значення занять баскетболом для всебічного розвитку підростаючої молоді. Баскетбол розглядається як засіб формування інтересу до уроків фізичної культури.

Ключові слова: фізичне виховання, баскетбол, засоби, педагогічні умови.

Вступ. У сучасних умовах, як ніколи, глибоко усвідомлюється відповідальність суспільства за виховання підростаючої молоді. Шкільна реформа спрямована на використання всіх можливостей, усіх ресурсів для підвищення інтересу до занять фізичною культурою і спортом. В сучасній системі фізичного виховання особливе місце відводиться спортивно-ігровій діяльності, яка ефективно сприяє гармонізації фізичного розвитку, фізичній підготовці та поліпшенню функціонального стану основних систем організму.

З усього розмаїття засобів фізичного виховання іграм належить особливе місце. Гра з давніх часів є невід'ємною частиною життя людини, вона заповнює дозвілля, виховує, задовольняє потреби в спілкуванні, отриманні зовнішньої інформації, дає приємне фізичне навантаження. В грі людина пізнає життя, вона позитивно впливає на формування моральності, розвиває фізичні якості і здібності [1].

Як зазначає М.Тимчик [2], систематичне й цілеспрямоване застосування спортивних ігор сприяє формуванню в школярів свідомих переконань, розв'язанню оздоровчих, освітніх та виховних завдань, а також допомагає психологічній та фізичній підготовці учнівської молоді до майбутньої професійної діяльності та військової служби. Спортивні ігри, зазначає автор, потребують від учнів вияву винахідливості, кмітливості, спритності, витривалості, швидкості думки, творчого мислення. Під час проведення цих ігор учні мають швидко, без обдумування приймати самостійні рішення, правильно орієнтуватися в новій обстановці й бути готовими до непередбачуваних ситуацій, які можуть виникнути у процесі ігрової діяльності.

Один з найпопулярніших видів спортивних ігор є баскетбол, який з кожним роком набуває все більшої популярності. Баскетбол є не тільки важливим засобом фізичного виховання, але і засобом формування особистості із сильною волею та стійким характером, що є значущим не тільки для спортивних досягнень, а й для трудової і суспільної діяльності. Якщо розглядати загальну функцію спортивних ігор, зокрема баскетболу, то можна відзначити такі її складові: фізичне вдосконалення особистості, збереження і зміцнення здоров'я, розумове, трудове і моральне виховання.



В баскетболі всі дії гравців спрямовані на досягнення перемоги. Як відомо, перемога в грі здебільшого залежить від злагодженості дій всіх гравців, які повинні бути взаємозумовлені й спрямовані на вирішення командного завдання. І тільки в дружному колективі, де кожен гравець відчуває себе членом команди, вболіває за спільну мету, переживає успіх та невдачі, відчуває себе відповідальним за спільну справу, проявляє максимум ініціативи, творчості й сміливості, можливо досягти ігрового успіху.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати умови формування інтересу підлітків до уроків фізичної культури засобами спортивних ігор, зокрема баскетболом.

Для реалізації мети дослідження визначені такі **завдання**: 1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми дослідження. 2. Охарактеризувати виховні можливості баскетболу у формуванні інтересу підлітків до постійних занять фізичною культурою і спортом.

Методи дослідження: теоретичні – вивчення і аналіз психолого-педагогічної літератури; емпіричні – педагогічне спостереження, опитування, бесіда, анкетування.

Результати дослідження та їх обговорення. Дослідження проводилося в Державному навчальному закладі «Черкаський професійний ліцей» з учнями I–III курсів (353 учні). Проведене опитування виявило, що 45,5% учнів I курсу надають перевагу спортивним іграм, зокрема баскетболу; серед учнів II курсу – 58,9%; серед учнів III курсу – 92,8%. В процесі індивідуальних бесід з учнями ми з'ясували, що на уроках фізичної культури учням найбільш подобається займатись спортивними іграми, зокрема баскетболом. Характерними рисами баскетболу, на думку учнів, є велика емоційність і напруга, в ході якої постійно виникають ситуації вибору певної дії, коли один гравець може взяти гру на себе, або ж усі учасники гри об'єднуються для виконання спільного ігрового завдання, під час якого формуються такі позитивні риси характеру, як товариська солідарність, уміння підпорядковувати свої особисті інтереси інтересам команди, дисциплінованість, організованість, відповідальність, сміливість тощо.

Аналізнауково-методичної літератури, власний досвід проведення уроків, дозволив зробити висновок, що в будь-якій ігровій діяльності (зокрема в баскетболі) слід враховувати складну мотивацію: в грі дитину задовольняє і зміст того, що вона робить, і ті цілі, яких вона прагне досягти, водночас її цікавить особистий успіх, перемога колективу тощо. Однобічне підкреслення одного з цих мотивів може негативно позначитися на грі, на її виховній цінності. Все це свідчить про те, що спортивно-ігрова діяльність школярів повинна бути предметом такої ж дбайливої роботи вчителя, якими є навчання і праця.

Підсумовуючи можна сказати, що заняття баскетболом будуть дієвим засобом формування інтересу до уроків фізичної культури лише тоді, коли участь в грі буде спричинена внутрішнім покликом підлітка грати і завдяки дотриманню ряду педагогічних умов: чітка постановка мети уроку і глибоке



усвідомлення учнями її значущості; суб'єкт-суб'єктна взаємодія через організацію спільної діяльності; своєчасна та об'єктивна оцінка результатів уроку; позитивне ставлення підлітків до уроків фізичної культури; залучення учнів до систематичних занять фізичною культурою.

Висновки. Роблячи висновок можна сказати, що баскетбол є одним із дієвих засобів підвищення ефективності навчального процесу з фізичного виховання, а також виявом стійкого інтересу до регулярних занять фізичною культурою та спортом. При цьому слід пам'ятати, що уроки фізичної культури мають бути цікавими, веселими, захоплюючими. Завдяки цьому в учнів формуватиметься позитивна спрямованість, розвиватиметься інтерес і виникатиме бажання займатись фізичною культурою.

Список використаної літератури:

1. Войнов В.М. 1014 рухливих ігор та естафет у загальній системі фізичного виховання / Войнов В.М., С.В. Войнов, П.О. Кандиба, С.О. Коваленко, В.В. Щириця. – Черкаси: ЧДТУ, 2014 – 420с.
2. Тимчик М.В. Фізичне виховання старших підлітків у процесі ігрової діяльності / М. Тимчик // Фізичне виховання в школі. – 2011. – №5. – С. 19-21.



ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИМ ПРИЙОМАМ БАСКЕТБОЛУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

КРАСОВА І.О – аспірантка першого року навчання,
ПАНГЕЛОВА Н.Є. – професор, доктор наук з фізичного виховання і спорту,
завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту.

*ДВНЗ “Переяслав-Хмельницький Державний Педагогічний університет імені
Григорія Сковороди”*

Анотація. Баскетбол, як засіб фізичного виховання займає значне місце у використанні в різних ланках фізичного виховання. Це одна із самих популярних спортивних ігор, яка отримала дуже широку популярність серед молоді в Україні.

В залежності від завдань в тій або іншій ланці фізкультурного руху основний зміст, спрямування та методика занять набувають свої специфічні особливості. Наприклад, для дітей молодшого шкільного віку широко використовуються різні рухливі ігри з м'ячем та ігри з використанням елементів баскетболу.

Ключові слова: учні, молодший шкільний вік, баскетбол, навчання, технічні прийоми.

Вступ. Баскетбол – дуже поширена гра. Вона виховує витривалість, гравці весь час знаходяться в русі. Будучи колективною вона виховує почуття товарищескості та взаємодопомоги. Баскетбол розвиває силу, спритність, витривалість, волю до перемоги. Починають навчати гри в баскетбол вже з початкових класів, від простого до складного. Навчання молодших школярів має свої особливості. Своєрідність молодшого шкільного віку полягає в тому, що організм спочатку володіє відносно низькою опірністю до несприятливих впливів зовнішнього середовища і, разом з тим, швидко збільшує свої адаптаційні і функціональні можливості. Відомо, що в період бурхливого природного фізичного розвитку дуже важливим є цілеспрямований вплив на нього. Від того, наскільки раціонально у цей період організоване фізичне виховання, у великому ступені залежить весь подальший хід фізичного вдосконалення організму дитини.

Мета – визначення закономірностей навчання та вдосконалення технічних прийомів баскетболу з дітьми молодшого шкільного віку.

Методи дослідження: аналіз, узагальнення та систематизація даних науково-методичної літератури з визначеної проблеми.

Результати досліджень та їх обговорення. Гра в баскетбол є засобом, який гармонійно розвиває дитину, а також надає значний освітній, оздоровчий і виховний ефект. Баскетбол – спортивна гра, що вимагає відповідної фізичної, технічної і тактичної підготовленості гравців, що досягається за допомогою спеціальних і постійних тренувань, а також при дотриманні



певної послідовності. Проводити навчання потрібно у кілька етапів, використовуючи різні вправи. На початку навчання основним завданням навчання є формування певних умінь поводитися з м'ячем, відчувати його властивості і проводити відповідно до них свої рухи. Не рекомендується вже з перших занять починати освоєння техніки. На початку треба добитися, щоб дітям сподобалися заняття з м'ячем, щоб вони після ігор залишалися задоволеними і з нетерпінням чекали можливості ще пограти. [Бабушкін, 1985: 147 с.].

Наступним станом є навчання дітей правильно тримати м'яч обома руками на рівні грудей. Важливо навчити дітей приймати і надалі зберігати основну стійку баскетболіста. Після того як діти навчаться правильно стояти, тримати м'яч, пересуватися по майданчику, можна вчити їх ловити м'яч обома руками. Виконання ловлі м'яча та інших елементів баскетболу в різних умовах в поєднанні з іншими діями сприяє вдосконаленню виконання технічних дій, вмінню надалі самостійно застосовувати їх в ігрових ситуаціях. Паралельно ловлі м'яча необхідно навчати дітей і передачі м'яча двома руками від грудей з місця. Дітей слід навчити передавати м'яч з правильної стійки, тримаючи його двома руками на рівні грудей. На перших заняттях при передачі м'яча більшість дітей намагається штовхати його обома руками, широко розводячи лікті в сторону. У процесі навчання передачі м'яча необхідно нагадувати дітям, що лікті слід тримати впритул до тулуба; намагатися кидати на рівні грудей партнера; м'яч слід супроводжувати поглядом і руками. Одним з найбільш важливих дій з м'ячем є ведення. Воно дозволяє гравцеві, володіючи м'ячем, переміщатися по майданчику. На початковому етапі навчання дітям семирічного віку є доступними ведення м'яча з високим відскоком. При цьому дитина вчиться правильно тримати спину. Після цього з'являється можливість «посадити дитину на ноги», тобто навчити його пересуватися на напівзігнутих ногах. Надалі дитина легко засвоює ведення м'яча зі звичайним відскоком по прямій та зі зміною напрямку.

Найбільш поширеним недоліком ведення м'яча на початковому етапі навчання є прагнення дітей молодшого шкільного віку бити по м'ячу розслабленою долонею, не включаючи в роботу передпліччя. У результаті систематичного навчання ведення м'яча у дітей виробляється вміння успішно управляти м'ячем навіть без зорового контролю, пересуваючись приставним кроком, змінюючи темп бігу.

Передачі м'яча і кидки його в кошик є схожими за своєю структурою рухами. Тому навчання кидкам м'яча слід обмежити цими ж способами – кидками двома руками від грудей і однією рукою від грудей. З самого початку навчання треба звернути увагу на те, щоб діти кидали м'яч, стоячи в правильній стійці, прицілюючись, супроводжували м'яч поглядом, не відводили лікті в сторони. [Бондар, 1989: с.68-79].

Дуже важливим елементом гри являється гра в захисті. Існують дві основні системи захисту: «особиста» і «зонна». Основою являється «особиста», при якій кожен гравець опікує, «тримає» певного гравця команди суперника.



Граючи в захисті, гравець повинен слідкувати не тільки за своїм «підопічним», але і бути готовим у будь-яку хвилину прийти на допомогу своєму товаришу по команді. Завдання гравця в захисті полягає в тому, щоб завадити своєму супернику отримати м'яч або забрати його в нього.

При «зонному» захисті гравець тримає не окремого гравця суперника, а контролює певну частину майданчика.

В нападі також існують два головних види. Найбільш ефективним є швидкий прорив. Перехвативши м'яч у суперника гравці команди стрімко біжать вперед. За рахунок швидкості пересування вони створюють численну перевагу і закидають м'яч в кошик.

Підгодовувати швидкий прорив можна граючи у захисті. Для цього в команді повинні бути швидкі гравці, які не беруть безпосередню участь під щитом. Під час гри слід беззаперечно виконувати всі її правила. Гравцям дозволяється кидати, ловити м'яч, відбивати його рукою, виривати його із рук суперника. Можна вести м'яч в різних напрямках, використовуючи праву або ліву руку.

Не можна штовхати гравця, затримувати його руками, кричати на майданчику, вступати в суперечку з суддею. Знання правил гри та беззаперечне їх виконання допоможе краще грати та добитися успішного результату [Семашко, 1976: с.4-6].

Висновки. Отже, дітей молодшого шкільного віку можна навчити основним технічним прийомам, таким як: ведення м'яча, передачі м'яча, ловіння м'яча, кидки м'яча в кошик. Всі ці технічні прийоми діти засвоюють в загальноосвітній школі, а подальше навчання продовжується в ДЮСШ. Але, нажаль, не всі діти продовжують тренуватись. Для того щоб діти не покидали заняття спортом їх треба зацікавити. Для цього вчителі повинні шукати нові і цікаві методи навчання.

Список використаної літератури:

1. Бабушкин В.З. Подготовка юных баскетболистов / В.З.Бабушкин. – Київ, «Здоров'я» - 1985 – 147 с.
2. Белов С. Кидки по кільцю. Поради майстрів. / С.Белов //Фізкультура в школі. – 1990 - №7. – с. 10-12.
3. Бондар О.І. Помилки та індивідуальні особливості техніки кидків у баскетболі //О.І.Бондар //Практична конференція,. МН – 1990. - С. 3 – 18.
4. Железняк Ю.Д. Спортивні ігри. /Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. – М: Просвещение, 1989. – С. 68-79.
5. Семашко Н.В. Баскетбол : [учебник для институтов физической культуры]: / Н.В.Семашко – М. : ФиС. – 1976. – С. 4-6



ПЕРСПЕКТИВА КОРЕКЦІЇ ЗАСОБАМИ СТРИТБОЛУ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ І ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ШКОЛЯРІВ З ВАДАМИ СЛУХУ

МАСЛОВА О.В. – доцент кафедри спортивної медицини;
ГОПЕЙ М.М. – аспірант кафедри спортивної медицини;
БАТЬКОВСЬКА А.М. – студентка кафедри спортивних ігор

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація. У статті представлені результати досліджень фахівців в області адаптивного фізичного виховання, зокрема, при роботі з дітьми, у яких були встановлені різні порушення слуху. Розглянуто дані вивчення рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей з порушенням слуху. Отримані дані показали, що сучасна спеціальна освіта вимагає розробки і впровадження більш досконалих і ефективних форм і методів її реалізації, створення і використання нових педагогічних підходів та інноваційних технологій, а також нових комплексних програм розвитку глухих і слабочуючих дітей із застосуванням нетрадиційних засобів, в тому числі рухливих і спортивних ігор, таких як стрітбол.

Ключові слова: діти з порушенням слуху, глухі і слабочуючі школярі, фізичне виховання, фізичний розвиток, фізична підготовленість, координаційні здібності, стрітбол.

Вступ. Сучасні політичні та соціально-економічні перебудови, що відбуваються в Україні і відображають план європейської інтеграції країни, зумовили необхідність суттєвих змін у системі спеціальної освіти, серед яких особливої актуальності набуває питання формування гармонійної, духовно-розвиненої особистості, підкреслюючи значущість роботи з дітьми, що мають обмежені можливості у стані власного здоров'я [1, 3].

Повноцінний розвиток дітей, що мають порушення слуху, неможливий без фізичного виховання, що забезпечує не тільки необхідний рівень фізичного розвитку, але і корекцію відхилень різних сфер діяльності глухої або слабочуючої дитини [5, 10].

Однією з головних проблем сучасної спеціальної освіти дітей з вадами слуху є пошук нових підходів, форм, методів навчання і виховання, які б відповідали можливостям та потребам цих дітей і сприяли розвитку їх талантів, розумових і фізичних здібностей. Це обумовлено перш за все: збільшенням кількості дітей, які мають зниження слуху різного ступеня [2, 5]; розвитком медицини та можливостям сучасної імплантації [3]; **Ошибка! Источник ссылки не найден.**; розповсюдженням нових форм спеціальної освіти (інтегроване, інклюзивне) [2, 6].

Все це вказує на необхідність оновлення змісту спеціальної освіти, на пошук науково-обґрунтованих розробок нових засобів та методів фізичного



виховання, як структурної частини спеціальної освіти, що дозволить не тільки покращити фізичний стан але зробити більш ефективним процес навчання дітей з різними вадами слуху.

Мета і завдання дослідження. Виходячи з усього вищевикладеного, завданнями наших досліджень були: виконати аналіз даних науково-методичної літератури щодо проблематики дослідження особливостей фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей з вадами слуху; узагальнити вітчизняний та світовий досвід щодо наукового обґрунтування і перспективи практичного використання спортивних ігор у якості засобів адаптивного фізичного виховання для корекції фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів з вадами слуху.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань дослідження нами були використані наступні методи дослідження: аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури, моніторинг інформаційних ресурсів мережі Інтернет, контент-аналіз теоретичних і методичних робіт (монографій, навчальних посібників, методичних матеріалів), системний підхід.

Результати дослідження. Особливості розвитку глухих дітей давно привертають увагу вітчизняних і зарубіжних фахівців, результати досліджень котрих доводять, що вади слуху порушують весь хід розвитку дитини. За даними наукових досліджень Р.М. Боскіс глуха або слабочуюча дитина при вступі до школи відстає у психічному і фізичному розвитку від здорової дитини на 1-3 роки [2].

Відповідно до результатів наукових праць Л.С.Виготського, Т.А. Власової, Р.М. Боскіса, Ж.І. Шифа та інших, порушення слуху, перш за все, позначаються на психіці школяра, своєрідності його спілкування з людьми і навколишнім предметним світом. Відсутність внутрішнього мовлення і словесного опосередкування обмежують обсяг зовнішньої інформації і завжди супроводжуються зниженням сприйняття, мислення, уваги, пам'яті, уяви і всієї пізнавальної діяльності в цілому.

Внаслідок втрати слуху діти з порушенням слуху мають свої особливості фізичного розвитку, зокрема, значне відставання від здорових однолітків. Науковці Н.С. Бессарабов [3], В.Л. Страковська [4], В.О. Кашуба [3], І.В. Хмельницька [12] пояснюють ці відмінності відсутністю або обмеженням словесної мови глухих та слабочуючих дітей, слабкістю їх «м'язового корсета», що є причиною виникнення вторинної патології у стані опорно-рухового апарату дітей з вадами слуху.

Особливо яскраво ця сукупність причин проявляється у рівні розвитку координаційних здібностей, так як вони реалізуються на дефектній основі сенсорних систем, що беруть участь в управлінні рухами. Тому школярі з вадами слуху витрачають на освоєння складнокоординаційних навичок значно більше часу, мають менший рівень максимальних досягнень за точністю і часом виконання рухів, а також поступаються в рівні прояву статичної і динамічної рівноваги здоровим школярам [1, **Ошибка! Источник ссылки не найден.**].



Недостатній розвиток моторики глухих дітей і недоліки функціональних систем призводять до невміння зберігати рівновагу, що, в свою чергу, позначається на якості виконання всіх рухових дій [8].

Є.Г. Речицький [4] зазначає, що у більшості дітей є відставання у розвитку дрібних рухів пальців рук, артикуляційного апарату, проблеми збереження рівноваги. Так, при ходьбі з відкритими очима глухі школярі тримаються так само, як і здорові діти. При ходьбі з закритими очима у 45 % глухих школярів спостерігаються розлади рівноваги, які відчуються до 12-14 років, після цього відмінності зменшуються. Низька у порівнянні зі здоровими дітьми швидкість виконання окремих рухів уповільнює темп діяльності в цілому. Це пояснюється тим, що втрата слуху робить менш повним процес відображення виконуваних дій і менш точною і швидкою їх коригування [4].

У роботі М.В. Мороз і Т.А. Суворової [6] визначено, що за показниками швидкості глухі школярі відстають від своїх одноліток, які добре чують: дівчатка – на 8,47 %, хлопчики на 5,86 %. У показниках стрибучості ця розбіжність становить – 5,47 % у дівчаток і – 2,42 % у хлопчиків. Показники спритності глухих школярів і школярів з нормальним слухом мають достовірну розбіжність, яка свідчить про те, що за рівнем координації глухі школярі значно відстають від школярів які мають добрий слух: хлопчики на – 2,63 %, дівчатка – 1,7 % [6].

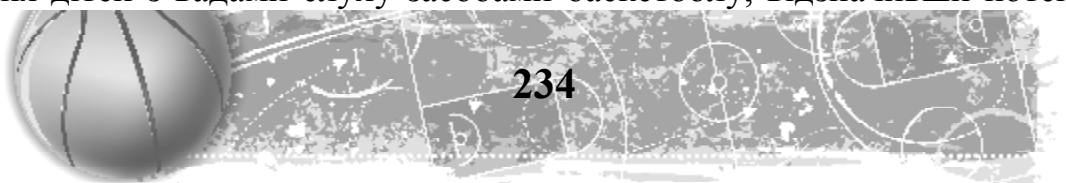
В теперішній час багато авторів висловлюють думку про те, що фізичні вправи є важливим чинником у корекції і компенсації рухової сфери дітей з вадами слуху. Використання цілеспрямованих спеціальних фізичних вправ сприяє нормальному фізичному розвитку таких дітей. Визначена й важливість координаційних здібностей: швидкість реакції, точність, темп, ритм, диференціювання часу і простору відіграють важливу роль у процесі адаптивного фізичного виховання школярів із вадами слуху [7].

Відповідно до положень теорії і методики адаптивного фізичного виховання найбільш рекомендованими засобами для розвитку координаційних здібностей у дітей з вадами слуху є рухливі і спортивні ігри [5, 10].

У своїх дослідженнях І.О. Кріль, О.В. Бубела, Р.Ю. Бенцак показали, що використання бадмінтону на уроках фізичної культури школярів молодшого шкільного віку з вадами слуху дозволило спостерігати достовірні, позитивні зміни у тестах: «статична рівновага за методикою Ромберга», «ходьба до цілі», «три перекиди вперед», «метання тенісного м'яча на дальність (права рука)» та інше [4].

О.В. Біляєва у своїй роботі продемонструвала ефективність використання елементів настільного тенісу на уроках фізичної культури школярів старших класів з вадами слуху. Позитивний вплив від впровадження розробленої автором методики розвитку координаційних здібностей засобами настільного тенісу спостерігався відповідно до оптимізації психофізіологічного стану школярів та підвищення рівня їх фізичної підготовленості і працездатності [10].

Ю.О. Полатайко розкрив у своїх роботах теоретичні аспекти фізичного виховання дітей з вадами слуху засобами баскетболу, відзначивши потенційні



можливості баскетболу, як спортивної гри, у розвитку координаційних здібностей школярів з порушенням слуху [6].

Проте представлені результати науково пошуку фахівців сфери адаптивного фізичного виховання демонструють лише часткові дані, окремі методики у вигляді практичних рекомендацій, без узагальнення і систематизування ефекту від їх впровадження у процес фізичного виховання школярів з вадами слуху, а головне, без чіткого формулювання теоретичних і методичних засад й принципів їх застосування.

Окремо слід відзначити, що серед дітей та підлітків з вадами слуху у зв'язку з розширенням і доступністю сучасної інфраструктури розваг, а також підвищенням рівня інформаційного забезпечення, росте популярність до нетрадиційних видів спортивних ігор, таких як боулінг, більярд, гольф, футзал, футнет, стрітбол [15]. Останній користується значною популярністю як серед дітей та підлітків з вадами слуху в Україні, так і серед представників молодого покоління країн Європи та світу [14].

Так у своїй роботі професор Каліфорнійського інституту J.F. Webber показав, що студентам з вадами слуху більш імпонують заняття на відкритих майданчиках саме зі стрітболу, оскільки забезпечують максимальний контакт з партнерами по команді з трьох чоловік і можливість контролювати дії команд суперника, що також складається з трьох осіб. При цьому кількість технічних прийомів та переміщень по майданчику, що застосовуються під час однієї атаки значно менше, ніж у баскетболі, а швидкість проведення атаки – вища. Все це значно підвищує емоційний рівень гри і дає можливість максимально задіяти всіх учасників самої гри [3].

Аналіз проведеного нами анкетування серед 236 учнів Спеціальної загальноосвітньої школи-інтернату для дітей зі зниженим слухом № 9 м. Києва, Спеціальної загальноосвітньої школи-інтернату для дітей зі зниженим слухом № 18 м. Києва, Спеціальної загальноосвітньої школи-інтернату для глухих дітей № 6 м. Києва та Білоцерківської спеціальної загальноосвітньої школи-інтернату для глухих дітей, віком від 13 до 19 років з різними вродженими або набутими вадами слуху, продемонстрував, що лише 26 % дітей віком 13-15 років і 21 % підлітків віком 16-19 років відвідують секції з різних видів спорту. Проте кількість дітей, які б бажали займатись спортом виявилась набагато більшою: 78 % дітей віком 13-15 років і 69 % підлітків віком 16-19 років. Серед пріоритетних видів спорту школярі відмітили наступні: футбол – 42 %, баскетбол – 37 %, настільний теніс – 25 %, плавання – 11 %. Серед пріоритетних видів рухової активності діти з вадами слуху відмітили наступні: катання на велосипеді – 36 %; футбол – 33 %; баскетбол і стрітбол – 29 %; настільний теніс – 11 %; боулінг – 9 %.

Висновки. Специфічні особливості психомоторного розвитку глухих або слабочуючих дітей вимагають розробки спеціальних методів і прийомів роботи з фізичного виховання, мають єдину цільову спрямованість - корекцію і розвиток рухової сфери дитини. Згідно з даними науково-методичної літератури, у більшості глухих та слабочуючих дітей чітко простежується



недостатній рівень сформованості координаційних здібностей, які лежать в основі побутових, рухових навичок і умінь людини, в зв'язку з чим, корекція і розвиток координаційних здібностей у даній категорії дітей має велике значення для їх адаптації та реалізації в суспільстві.

Повноцінний розвиток дітей, що мають порушення слуху, неможливий без фізичного виховання, що забезпечує не тільки необхідний рівень фізичного розвитку, але і корекцію відхилень різних сфер діяльності дитини з вадами слуху. Це забезпечується за рахунок включення у процес фізичного виховання нових засобів та форм рухової активності, розроблення та впровадження методик і технологій корекції зазначених відхилень, і як показали результати наших досліджень, сьогодні у якості даних засобів повноправно можуть бути задіяні рухливі і спортивні ігри, у тому числі нетрадиційні спортивні ігри такі як стрітбол.

Перспективи подальших досліджень включатимуть детальне дослідження рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей з вадами слуху, їх мотиваційно-потребової сфери до занять фізичною культурою і організованою руховою активністю.

Список використаної літератури:

1. Афанасьєва О. С. Особливості функціонального стану слабобуючих дітей середнього шкільного віку з порушенням постави / О. С. Афанасьєва // Спортивний вісник Придні- пров'я. – 2012. – №3. – С. 111 – 113.
2. Боскис Р.М. Глухие и слабослышающие дети / Р.М. Боскис // — М.: Советский спорт, 2004. — 304 с: ил. — (Золотые страницы сурдопедагогики).
3. Кашуба В., Зіяд Хмаїді Ахмад Насралла, Сергієнко К. Про можливості використання сучасних комп'ютерних технологій у процесі адаптивного фізичного виховання. // Спортивний вісник Придніпров'я, 2007 — № 1 — С. 11-15.
4. Кріль І., Бубела О., Бенцак Р. Ефективність засобів бадмінтону в удосконаленні координаційних здібностей дітей з вадами слуху / Ірина Кріль, Олег Бубела, Роман Бенцак // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Випуск 17. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського; головний редактор В.М. Костюкевич. — Вінниця: ТОВ «Планер», 2014.— С. 172-177.
5. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания: В 2 - х т.: Учебник / Т. Ю. Круцевич.- К.: Олимпийская ли- тература, 2003. – С. 302 – 303. 13.
6. Мороз М., Суворова Т. Особенности развития координационных качеств детей с нарушениями слуха / М. Мороз, Т. Суворова // Материалы XI Между- нар. науч. конгресса «Современный олимпийский спорт и спорт для всех». – Минск, Беларусь - 2007. – С. 287 – 290.
7. Полатайко Ю. О. Теоретичні аспекти фізичного виховання дітей з вадами слуху засобами баскетболу /Ю. О. Полатайко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). - К.:Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013,N Вип. 7 (33), Т. 2:(Н-Я).-С.118-122



8. Сторожик А. И. К вопросу о физическом развитии детей младшего школьного возраста со сниженным слухом /А. И. Сторожик// Научовий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). - К.:Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013,N Вип. 6 (32) .-С.152-158.
9. Таранченко О. М. Західноєвропейський контекст формування національних систем спеціальної освіти осіб з порушенням слуху/О. М. Таранченко // Дефектологія. - Київ, 2012,N № 3.-С.40-45.
10. Теорія і методика адаптивної фізичної культури : навч.-метод. посібник для студентів / Н. А. Деделюк. – Луцьк : Вежа-Друк, 2014. – 68 с.
11. Фандикова Л.А., Семененко В.П. Порівняльний аналіз фізичного стану дітей молодшого шкільного віку з порушенням слуху і здорових дітей /Л.А. Фандикова, В.П. Семененко// Слобожанський науково-спортивний вісник : наук. - теорет. журн. – Харків : ХДАФК, 2005. – № 8. – С. 262-266.
12. Хмельницкая И. В. Компьютерные системы контроля моторики школьников 7-10 лет с нарушением слуха в программировании физкультурных занятий: автореф. дис. на здобуття наук, ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02. "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / И. В. Хмельницкая. - К., 2006. - 21 с.
13. Шеремет М.К. Психо-мовленнєвий розвиток дітей із мовленнєвими порушеннями/М. К. Шеремет, Ю. В. Коломієць, В. В. Апхутіна // Научовий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. -Київ:Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2014,N Вип. 26.-С.268-272.
14. Информационный сайт о проблемах слуха: [Электронный ресурс] / Режим доступа к сайту: <http://uho.com.ua/ru/statistics>
15. Berg A., Langfitt J., Testa T. M. et al. Clodal cognitive function in children with epilepsy: A community-based study // Epilepsia. — 2008. — 49, Suppl. I. — P. 608-614.



ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ ВПРАВ ТА ІГОР З ЕЛЕМЕНТАМИ БАСКЕТБОЛУ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

ПАСІЧНИК В. М. – к.фіз.вих., старший викладач кафедри спортивних та рекреаційних ігор

ПАСІЧНИК В. Р. – студентка 2-ого курсу ФФР

Львівський державний університет фізичної культури ім. І. Боберського

Анотація. В статті розглянуто характерні аспекти використання вправ та ігор з елементами баскетболу в практиці фізичного виховання дітей дошкільного віку. Підкреслено значимість таких ігор та вправ для всебічного розвитку особистості дитини дошкільного віку.

Ключові слова: ігри з елементами баскетболу, фізичне виховання, дошкільний вік.

Вступ. В умовах вибору Україною європейського вектору розвитку освіти однією з найбільш актуальних форм організації фізичного виховання дітей є спортивно-орієнтована модель. Зрозуміло, що спортивно-орієнтовані форми фізичного виховання дітей повинні ґрунтуватися на засобах популярних видів спорту, а саме ігрових. Тому одним із основних засобів гармонійного розвитку дитини, формування позитивного відношення до навколишнього світу, оптимального емоційного стану є використання засобів спортивних ігор, як одного із корисних та захоплюючих видів рухової діяльності [3, 5].

Баскетбол є одним із найпопулярніших видів спорту в Україні. У програмах виховання та розвитку дітей дошкільного віку, рекомендованих Міністерством освіти і науки України, наголошується на необхідності оволодіння дітьми елементами спортивних ігор, зокрема, баскетболу.

Одним із пріоритетних напрямків освітньої роботи дошкільних навчальних закладів є забезпечення належного рівня фізичної підготовленості дітей, формування життєво важливих рухових навичок і вмінь. Важливе значення для забезпечення рухової активності дітей мають ігри і вправи спортивного характеру. Саме в них дитина отримує унікальну можливість проявити власну активність, ліквідувати дефіцит рухів, реалізувати себе, отримати масу радісних емоцій і переживань. Використання в дошкільному віці ігор з елементами баскетболу як засобу та форми організації фізичного і психологічного розвитку дитини створює умови для гуманізації педагогічного процесу, перетворюючи дитину з об'єкта соціально-педагогічного впливу на суб'єкт активної творчої діяльності. Навчання цих ігор забезпечує дітям рівні права в оволодінні цінностями фізичної культури і кожній дитині дає право вибору, надає можливості для прояву особистих інтересів і здібностей [2, 3, 5].



Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні використання вправ та ігор з елементами баскетболу у практиці фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних літературних джерел, що стосуються проблематики дослідження.

Результати дослідження та їх обговорення. Проблема використання ігор з елементами баскетболу в процесі фізичного виховання дошкільників була предметом дослідження багатьох вчених (Е.Й. Адашкявічене; О.Л. Богініч, Ю.М. Бабачук; Е.С. Вільчковський, О.І. Курок; Л.М. Волошина; О.Є. Конох; О. Є. Лахно; В.Т. Ніконоров). Дослідження науковців і практиків свідчать, що діти 4–6 років вже мають певну готовність до оволодіння нескладними елементами баскетболу на основі рухових навичок, які сформовані в них у процесі проведення фізкультурних занять, рухливих ігор у попередніх вікових групах.

Встановлено, що ігри та вправи з елементами баскетболу доцільно застосовувати в дошкільному віці. Для цього є певні підстави, оскільки для розвитку координаційних здібностей дітей сенситивним є саме цей віковий період [1, 2, 4].

Як вже було відзначено, вправи та ігри з елементами баскетболу є обов'язковою складовою програми з фізичного виховання у ДНЗ. Вони займають значне місце серед інших засобів фізичного виховання й ускладнюються з віком за рахунок більш складних способів виконання. У зміст занять включаються комплекси вправ, спрямованих на освоєння ловлі м'яча, передач на місці і в русі, кидків в кошик і деяких інших вправ.

Головна причина захоплення вправами та іграми з елементами баскетболу – різноманітність дій, які потребують точності й узгодженості, а в парних і групових іграх – у безкінечному розмаїтті ситуацій, які потребують швидкості реакції, спритності, винахідливості, кмітливості. Саме ця постійна новизна в рішенні рухових завдань різного рівня складності з оперативною і наочною інформацією про результати своїх дій робить заняття цікавими і високоемоційними [1, 2]. До того ж, вправи з м'ячем дуже динамічні. Спостереження показали, що за 10 хвилин заняття, крім основних вправ – кидків і ловіння, діти виконують до 100–120 інших активних дій: нахилів, поворотів, випадів, присідань, перебіжок, щоб зловити й підняти м'яч. У рухових діях із м'ячем удосконалюються навички основних рухів. Дії з м'ячем – своєрідна комплексна гімнастика, в активну роботу включається велика кількість м'язів, що сприяє більш інтенсивній діяльності й розвитку серцево-судинної та дихальної системи, поліпшенню обмінних процесів в організмі. У рухливих і спортивних іграх рухи з м'ячем обов'язково поєднуються з бігом, стрибками, силовим єдиноборством, що підвищує інтенсивність фізичного навантаження на організм дитини. А також вправи та ігри з м'ячем сприяють профілактиці і корекції порушень постави [2, 4].

Маніпуляції з м'ячами сприяють розвитку окоміру, координації, спритності, ритмічності, узгодженості рухів, швидкості реакції. Вони



формують уміння схопити, втримати, кинути предмет, привчають розраховувати напрямок кидка, узгоджувати зусилля згідно вимог, розвивають виразність рухів, просторову орієнтацію, нормалізують емоційно-вольову сферу, що особливо важливо як для малорухливих, так і гіперактивних дітей [1].

Водночас гра в баскетбол потребує відповідної розумової роботи: аналізу ситуації, прийняття рішення, передбачення можливих дій суперника. Дитина, граючись, виконує різноманітні вправи з м'ячем: поцілює, відбиває, підкидає, перекидає, поєднує рухи з оплесками, різними поворотами. Ці ігри вдосконалюють діяльність кори головного мозку [1, 4].

Вправи з баскетбольними м'ячами – це насамперед предметні дії. Роль предметних дій у розвитку здібності управління рухами досить суттєва. На думку С. Л. Рубінштейна, для таких дій, які спрямовані на певний предмет, потрібні оволодіння рухом, точність і координація різноманітних його компонентів, які необхідні для такої дії, у процесі якої вони і виробляються. Особливе значення мають вправи з м'ячем у розвитку «ручної спритності». Різноманітність дій у передачах, перекочуваннях, кидках і ловінні м'ячів однією і двома руками створюють позитивний вплив на розвиток швидкості, сили, спритності і точності рухів рук, кистей і пальців, якими в побуті і в навчанні дитина виконує основні операції [5, 6].

Етап маніпуляції з м'ячем як з предметом важливий для дитини, оскільки при цьому вона набуває досвід різноманітних дій та їх узагальнень, що у свою чергу є основою мислення й мовлення. Вправи з м'ячем розвивають не тільки великі, але й дрібні м'язи рук, збільшується рухливість суглобів пальців і кистей, що особливо важливо для дітей старшого дошкільного віку, які готуються до навчання у школі. Дослідники, які вивчають діяльність дитячого мозку, психіку дітей, відмічають великий стимулюючий вплив тонких рухів кисті. Рухи пальців і кистей мають особливе значення для розвитку функцій мозку дитини. Чим вони різноманітніші, тим більше «рухових сигналів» надходить у мозок, тим інтенсивніше відбувається накопичення інформації, а відповідно – інтелектуальний розвиток дітей. Рухи рук сприяють розвитку мовлення дитини. Ділянки кори головного мозку, які відповідають за артикуляцію органів мовлення і дрібну моторику пальців рук, розташовані в одному іннерваційному полі. Відповідно нервові імпульси, які йдуть у кору головного мозку від рук, які рухаються, стимулюють мовні зони, підсилюючи їхню активність. При ловлі і киданні м'яча дитина діє обома руками, що сприяє гармонійному розвитку центральної нервової системи і всього організму. В іграх з м'ячем взаємодіють сенсорні системи різної модальності, що є чинником вдосконалення сенсорної організації руху, тобто дії з м'ячем надають широкі можливості для розвитку тонкої моторики. Завдяки наочності та практичній спрямованості дій із м'ячами з'являється цілеспрямованість і осмисленість цих дій, що дозволяє досягнути істотних результатів розвитку тонкої моторики і ручний спритності [3, 5].



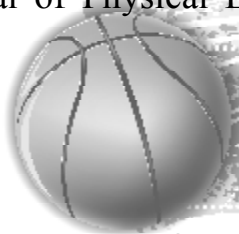
Ігри та вправи з елементами баскетболу широко використовується у різних формах роботи з фізичного виховання: у навчальних заняттях з фізичної культури, як основної форми; у фізкультурно-оздоровчих заняттях у режимі дня (ранкова гімнастика, рухливі ігри та фізичні вправи під час прогулянок, фізкультурні хвилинки); самостійних заняттях; активному відпочинку (фізкультурні свята, ігри-атракціони, змагання). Ігри з елементами баскетболу можуть проводитися як у спортивному залі, так і на ігрових майданчиках на свіжому повітрі. Це, у свою чергу, дозволяє ліквідувати дефіцит рухів, збалансувати процеси росту і фізіологічного дозрівання, сформувати в дітей звичку дотримуватися здорового способу життя [6].

Колективний характер гри створює сприятливі передумови для виховання морально-вольових якостей. Такі ігри привчають дітей долати егоїстичні спонукання, виховують витримку. Необхідність приймати розумні рішення, правильно реалізовувати їх у грі, сприяє вихованню у дітей рішучості і впевненості, дають можливість кожній дитині відчувати важливість участі у спільних діях, допомогти один одному досягати результату й успіху, тобто долучають дітей до універсальних цінностей людського життя: доброти, колективізму, взаємодопомоги [3].

Висновки. Таким чином використання вправ та ігор з елементами баскетболу у фізичному вихованні дітей дошкільного віку дозволяє задовільнити їх інтереси і потреби в руховій активності, сприяє формуванню рухових навичок, основ взаємодії в команді, розвитку не тільки фізичних, але й інтелектуальних та морально-вольових якостей.

Список використаної літератури:

1. Адашкявичене Э. Й. Баскетбол для дошкольников / Э. Й. Адашкявичене – М. : Просвещение, 1983. – 79 с.
2. Васильков Г. А. Азбука мяча / Г. А. Васильков. – К. : Здоров'я, 1986. – 100 с.
3. Дидактичні ігри з м'ячами : навч. посіб. / авт. кол. : Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Виноградський Б. А., Петрина Р. Л., Пасічник В. М. – Л. : ЛДУФК, 2014. – 206 с.
4. Николаева Н. И. Школа мяча : учеб.-метод. пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений / Н. И. Николаева. – СПб. : Детство-Пресс, 2008. – 96 с.
5. Пасічник В. М. Удосконалення фізичних і розумових здібностей у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку з використанням інтегрально-розвивальних м'ячів [Текст] : дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 / Пасічник Вікторія Михайлівна. – Л., 2014. – 298 с.
6. Viktoriya Pasichnyk Effectiveness of integral-developmental balls use in complex development of physical and mental abilities of senior preschool age children / Viktoriya Pasichnyk, Valeryi Melnyk, Volodymyr Levkiv, Vasyl Kovtsun // Journal of Physical Education and Sport (JPES) 15(4), Art 118, pp. 775–780, 2015.



БАСКЕТБОЛ У СИСТЕМІ ОСВІТИ ВИЩОЇ ШКОЛИ УКРАЇНИ

РАЧОК М.М. – викладач кафедри фізичного виховання

Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана

Анотація. В роботі розглянуті теоретичні аспекти вивчення баскетболу як виду спорту в системі освіти вищої школи України. Представлені результати теоретичних і практичних досліджень, спрямованих на визначення основних критеріїв популярності даного виду спорту серед студентської молоді, а також проведена характеристика складових баскетболу в системі вищої школи України.

Ключові слова: баскетбол, система освіти, вища школа, фізичне виховання, студент, викладач.

Вступ. Багаторічний етап побудови ринкової економіки України виявився складним і тернистим для більшості її секторів. Він болісно торкнувся й такої «крихкої» й чутливої сфери, як вища освіта і наука. Хоча у вищій освіті вже відбулися суттєві перетворення (введення інституту приватної освіти, значне оновлення структури і напрямків підготовки, демократизація управління та інше), сьогодні воно стоїть перед необхідністю нових реформ, обумовлених як потребами українського суспільства, так і його глибинними суперечностями [7].

У більшості випадків дискусія щодо стану вищої освіти ведеться мовою цифр і фактів (збільшення кількості студентів на 10 тис. населення, розвиток мережі вищих навчальних закладів, постійне підвищення їх статусу, в першу чергу до рівня національних та інше) відокремлено від інших сфер суспільства, що не завжди дозволяє виявити її глибинні проблеми. Тому на додаток до традиційного кількісного аналізу цієї сфери інколи важливо вдаватися і до якісного аналізу деяких «не поверхових» явищ у вищій освіті з метою напрацювання найменш помилкової стратегії її розвитку на близьку та віддалену перспективу [3].

Аналіз даних спеціалізованої науково-методичної літератури свідчить про те, що сучасна система вищої школи України повністю знаходиться в процесі реформування всіх своїх структур. Взаємоузгоджена робота основних завдань системи, що визначають як розумовий, так і фізичний розвиток студентської молоді спрямована на пошук і популяризацію найдоступніших, вільних і ефективних засобів і методів своєї реалізації. Одним з таких засобів є досить популяризований в студентських колах вид спорту, як баскетбол [6].

На сьогоднішній день, баскетбол представляє собою повністю самостійний, незалежний, універсальний і потенційний вид спорту, який знайшов своє відображення в багатьох сферах фізичної активності, як висококваліфікованого спортсмена, так і пересічного громадянина країни [1].



Баскетбол має не тільки оздоровчо-гігієнічне значення, але і агітаційно-виховне. Заняття баскетболом допомагають формувати наполегливість, сміливість, рішучість, чесність, впевненість в собі, почуття колективізму. Але ефективність виховання залежить, перш за все, від того, наскільки цілеспрямовано в педагогічному процесі здійснюється взаємозв'язок фізичного і морального виховання [2].

Дане значення баскетболу реалізується в системі освіти шляхом тісної координації діяльності педагога і сприйнятливості учня.

Мета і завдання дослідження. Основним завданням проведення досліджень було вивчення значущості баскетболу як засобу навчання і виховання в системі освіти вищої школи України.

Методи досліджень. Для реалізації поставленої мети нами було використано аналіз, вивчення і систематизація джерел науково-методичної літератури, а також електронних ресурсів мережі Інтернет.

Результати досліджень дозволили встановити, що різноманітність технічних і тактичних дій гри в баскетбол і, власне, ігрова діяльність мають унікальні властивості для формування життєво важливих навичок і вмінь, всебічного розвитку фізичних і психічних якостей [3].

Освоєння рухових дій гри в баскетбол і сполучені з ним фізичні вправи є ефективними засобами зміцнення здоров'я і рекреації, що дає можливість людині використовувати їх на протязі всього його життя в самостійних формах занять фізичною культурою [1, 5].

Будучи захоплюючою атлетичною грою, баскетбол є ефективним засобом фізичного виховання, через що, включений в загальноосвітні програми загальної середньої, професійно-технічної, середньої спеціальної та вищої освіти, шкіл з політехнічним і виробничим навчанням, дитячих спортивних шкіл, міських відділів народної освіти і відділень при спортивних добровільних товариствах [4].

Розглядаючи баскетбол в системі освіти вищої школи необхідно відзначити зовнішню і внутрішню складові даного процесу.

До зовнішньої складової відноситься приналежність баскетболу як засобу фізичного виховання студентської молоді та залучення молодих людей до культури через рухову активність у всіх формах, що грає вирішальну роль, у формуванні індивідуальності молодих людей іноді будучи більш важливим фактором, ніж оздоровчий вплив фізичної культури.

Вища школа України представлена 966 навчальними закладами всіх рівнів акредитації та форм власності. З них 347 вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації (університети, академії, інститути) і 619 навчальних закладів I-II рівнів акредитації.

В системі вищої школи здобувають фах 2,5 млн. Чоловік і фізичне виховання, як навчальна дисципліна, є невід'ємною частиною їх процесу навчання.

Сучасна система організації занять з фізичного виховання студентів, заснована на виборі ним виду спортивної діяльності включає баскетбол як



пріоритетну складову спортивних ігор, що вимагає професійного підходу до викладання даного виду спорту [3, 4].

Саме це і є внутрішньою складовою процесу інтеграції баскетболу в систему освіти вищої школи України.

Реалізація даної складової здійснюється 28 вузами України, в яких підготовка фахівців ведеться за напрямом і спеціальністю «фізичне виховання і спорт».

Тут баскетбол слід розглядати як засіб навчання майбутніх педагогів фізичного виховання, яке застосовується як на загальному курсі навчальної дисципліни «спортивні ігри», так і під час викладання що спеціалізується дисципліни «баскетбол». Це передбачає детальне вивчення всіх сторін баскетболу як виду спорту, починаючи від теоретичних основ, техніки виконання прийомів і тактики ведення гри, і закінчуючи освоєнням методики навчання гри баскетбол.

Крім цього слід зазначити, що баскетбол є об'єктом і предметом наукових досліджень, будучи основою для написання понад 500 наукових праць.

Однак модернізація системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів призвела до значного скорочення аудиторних занять з фізичної культури і зміщення 67% від загального числа годин з дисципліни «Фізична культура і спорт» в розряд самостійних. Такий стан при недостатній мотивації до самостійних занять фізичними вправами привело до зниження рухової активності студентської молоді, що негативно відбилося на рівні здоров'я студентів вузів [2].

Заняття з фізичного виховання згідно з вибором студентів є пріоритетним напрямком організації процесу фізичного виховання учнів. Баскетбол є одним з найпопулярніших видів спорту серед студентів. Заняття баскетболом сприяє гармонізації особистості студента, їх фізичного, психологічного, емоційного та інтелектуального розвитку.

Дані анкетного опитування серед студентів Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана дозволили виділити основні критерії популярності баскетболу як засобу фізичного виховання. 342 опитаних студенти I-II курсів відзначили, що баскетбол для них цікавий, оскільки є емоційним видом спорту, простим в доступі і економічно вигідним, дає можливість спільного дружнього проведення часу, і особливо цікавим, став критерій, простоти освоєння даного виду спорту.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Виходячи з усього вищевикладеного, можна зробити висновок, що будучи популярним видом спорту, баскетбол сьогодні також розглядається і як засіб навчання, виховання і освіти молоді, що дає можливість говорити про баскетбол не тільки як про вид спортивної діяльності, а й освітньої та виховної, а також і наукової.

Напрямок подальших досліджень буде ґрунтуватися на проведенні якісної і кількісної оцінки впливу баскетболу як засобу фізичного виховання на рівень підготовленості і розвитку студентів спеціалізованих вищих навчальних закладів.



Список використаної літератури:

1. Бушуєв Юрій Веніамінович. Рівень фізичного здоров'я студентів як клініко—фізіологічна основа фізичного виховання у вузі : дис... канд. мед. наук: 14.01.24 / Бушуєв Юрій Веніамінович. – Д., 2007. – 177 с.
2. Защук С.Г., Ивчатова Т.В. Баскетбол в физическом воспитании студентов нефизкультурных вузов [Электронный ресурс] / С.Г. Защук, Т.В. Ивчатова // Педагогіка, психологія та медико—біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХХІІІ, 2009. – № 5. – Режим доступа к статье: http://www.nbu.gov.ua/Portal/Soc_Gum/ppmb/texts/2009-05/10zsgnsu.pdf
3. Козина Ж.Л. Баскетбол как фактор гармоничного сочетания умственного и физического развития студентов [Электронный ресурс] / Ж.Л. Козина, А.Н. Вицко, В.А. Воробьева, И.В. Яренчук. //Педагогіка, психологія та медико—біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХХІІІ, 2013. – № 6. – Режим доступа к статье: http://www.nbu.gov.ua/Portal/Soc_Gum/ppmb/texts/2008-06/08kzlpds.pdf
4. Лотарев А. Н. Баскетбол как средство компенсации дефицит двигательной активности у студенток вуза : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Лотарев Александр Николаевич. – Тула, 2005.– 218 с.
5. Приходько Н. К. Оптимизация двигательной активности студенток гуманитарных вузов в процессе учебных занятий по физическому воспитанию : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Приходько Нина Кузьминична. – Хабаровск, 2014. – 145 с.



ОСНОВЫ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА И БАСКЕТБОЛА В РОССИИ

РУНДЗЯ П.А. – студент 4 курса, специализации «Баскетбол»

ЛОСЕВА И.В. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики баскетбола

Российский государственный университет физической культуры, спорта, менеджмента и туризма, г. Москва

Аннотация. В настоящее время в Российской Федерации все более активно и стремительно наблюдается развитие студенческого спорта. Очень много внимания со стороны государства уделяется пропаганде и агитации здорового образа жизни в студенческой среде, а также организации физкультурной деятельности и спортивно-массовых мероприятий в высших и средних специальных учебных заведениях. В нашей статье рассматриваются основы становления и развития студенческого спорта и, в частности, баскетбола в нашей стране.

Ключевые слова: студенческий спорт, баскетбольные соревнования, студенческий баскетбол, добровольные студенческие спортивные общества, Ассоциация студенческого баскетбола.

В России студенческий спорт берет свое начало с XX века. Именно тогда стали появляться первые студенческие спортивные клубы на базе политехнического и электротехнического московского университета.

Вначале создавались коллективы физической культуры в учебных заведениях страны, организовывались первые Всероссийские студенческие игры. Появились первые добровольные спортивные общества (ДСО) по различным профессиональным направлениям, такие как: ДСО «Медик», ДСО «Учитель», ДСО «Молния», которые в дальнейшем были объединены во Всесоюзное студенческое спортивное общество «Буревестник».

Менялись задачи и приоритеты программ по физическому воспитанию в стране, процесс физического воспитания был переориентирован в сторону оздоровительного направления и массовой физической культуры. Центральный Совет «Буревестник» был преобразован в Центральный спортивный клуб «Буревестник» ВДСФО профсоюзов [1].

Появление экономического кризиса в России в 90-х годах приводит страну в период реформирования общественных устоев и перехода ее экономики к рыночным отношениям.

Такие перемены не могли не затронуть и студенческий спорт, в котором был образован Российский студенческий спортивный союз как правопреемник студенческого добровольного спортивного общества «Буревестник».

С этого времени работа РССС пошла по совершенно новому пути. Основной акцент был сделан на объединение усилий кафедр физического воспитания высших учебных заведений страны. Стали постепенно



возобновляться традиции проведения чемпионатов России по многим видам спорта [2].

Баскетбол является популярным видом спорта в нашей стране среди студенческой и учащейся молодежи. Увеличение числа высших учебных заведений и, следовательно, возросшее количество команд, участвующих в различных соревнованиях по баскетболу, диктует необходимость создания организации, которая будет играть роль координатора всего российского студенческого баскетбола, отстаивать его права, расширять его возможности. И в 2007 году была создана Ассоциация студенческого баскетбола России. Инициатором стали министр юстиции Александр Коновалов, легенда баскетбольного мира Сергей Белов, начальник ЦСКА Сергей Кущенко и глава РФБ Сергей Чернов. В мае 2007 года был принят Устав АСБ и Концепция развития студенческого баскетбола в России.

В первом сезоне Чемпионата АСБ (2007/08) приняли участие 210 команд. Первым чемпионом АСБ среди мужских команд стал ТГАСУ (Томск), среди женских – МСХА (Москва). Девушки из МСХА стали творцами первой международной победы АСБ – заняли первое место в 8-м Европейском чемпионате среди студенческих команд, который состоялся в Сербии.

В каждом последующем сезоне количество участников постепенно выросло и в Чемпионате АСБ сезона 2014/15 уже принимали участие более 800 команд вузов и ссузов из 68 регионов, поэтому в следующем сезоне соревнования начали проводить в 3 этапа: дивизиональный, квалификационный и Лига Белова.

Чемпионат АСБ соответствует высоким организационным стандартам, с квалифицированным судейством, статистическим и информационным обеспечением. Продолжительность участия команды в Чемпионате – от 4 до 7 месяцев, что формирует привычку к регулярным занятиям спортом.

Помимо региональных дивизионов в сезоне 2013/14 г.г. в лиге появилось значительное количество высших. Высший дивизион – группа вузов из нескольких соседних субъектов федерации, обладающие сильными баскетбольными программами и стремящиеся их активно развивать, эффективно реализовывать. Это – оптимальная площадка для повышения спортивного мастерства при сохранении главного принципа АСБ, предусматривающего гармоничное сочетание занятий спортом с учебой.

В процессе развития своей деятельности АСБ занимается не только проведением Чемпионатов, в ее работе появляются различные проекты, привлекающие все большее и большее число участников. Такие как: презентация проекта Pro100Basket, направленного на развитие и популяризацию студенческого и школьного баскетбола, проведение различных благотворительных мероприятий, тесное сотрудничество с американской командой «Нью-Джерси Нетс» (сегодня – «Бруклин Нетс»), владельцем которой является Михаил Прохоров, в результате которого лучшие игроки Ассоциации студенческого баскетбола посетили выставочные матчи регулярного чемпионата НБА в Лондоне, со школьной лигой «Локобаскет» и



БК «Локомотив-Кубань», проведение серии товарищеских матчей с командой Harefield Academy, организация тренировочных лагерей для своих игроков и всех желающих улучшить физическую подготовку и базовые баскетбольные навыки. В качестве тренеров привлекаются квалифицированные специалисты из России и других стран. Так, приглашение американских тренеров позволяет нашим игрокам познакомиться не только с новыми упражнениями, но и с новой баскетбольной философией, принципиально иным пониманием игры.

В июне 2012-го года АСБ провела масштабный фестиваль студенческого баскетбола 3x3, завершившийся турниром 24 сильнейших мужских и 16 женских команд на Красной площади. Помимо звания чемпионов России по студенческому стритбаскету, на турнире разыгрывалось право представлять нашу страну на межвузовском чемпионате Европы по 3x3 в голландском Роттердаме.

В сезоне 2013/14 был проведен полноценный общероссийский чемпионат по стритболу среди вузов. Турнир собрал 26 мужских и 11 женских команд.

Пилотный проект показал, что интерес к студенческому баскетболу 3x3 в стране очень велик.

По окончании сезона 2012/13 были подведены итоги ряда конкурсов и грантовых программ Ассоциации. Команды-победители мужского и женского чемпионата получили гранты на участие в студенческих чемпионатах Европы, также в Кремле состоялся бал «Звезды студенческого спорта», ставший ежегодным традиционным праздником студенческого баскетбола, в рамках которого Ассоциация студенческого баскетбола получила приз в номинации лучшая студенческая спортивная лига России.

На сегодняшний момент ассоциация реализовывает новый проект, который называется «Школа менеджеров Ассоциации студенческого баскетбола».

«Школа менеджеров АСБ» – это проект, цель которого подготовить кадры для студенческих баскетбольных клубов, которые занимались бы организационными моментами, освобождая от этого тренерский штаб. В настоящее время проводятся семинары по подготовке спортивных менеджеров. Семинары включали в себя выступления экспертов, решение кейсов, круглый стол. Также в ближайшее время планируется запуск сайта Школы менеджеров – образовательной платформы, на базе которой все желающие смогут получать знания, выполнять задания и в целом повышать свой уровень, не выходя из дома.

Список использованной литературы:

1. Виноградов П. А., Моченов П. Н. О развитии студенческого спорта в стране // Теория и практика физической культуры. 1999 № 12, 52 с.
2. Соколов Н.Г. Студенческая баскетбольная лига как субъект спортивной федерации Российского Студенческого спортивного союза/ Соколов Н.Г. // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. - №6 – С.94-97.

