

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ БАСКЕТБОЛІСТІВ 13-14 РОКІВ З ПОКАЗНИКАМИ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Івченко Оксана

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Анотація:

Стаття присвячена визначенню взаємозв'язків між показниками фізичного розвитку у баскетболістів 13-14 років та техніко-тактичними діями під час змагальної діяльності. Проведені дослідження свідчать про наявність середніх та високих взаємозв'язків між досліджуваними показниками. Результати дослідження підтвердили той факт, що визначення рівня фізичного розвитку спортсменів у даний час є невід'ємною частиною їх комплексного обстеження, ці дані можуть використовуватися в різних цілях: 1) для оцінки впливу систематичних занять спортом на рівень розвитку тих, хто займаються; 2) з метою використання їх в якості критеріїв для визначення майбутньої спеціалізації або ігрового амплуа в командних спортивних іграх; 3) з метою індивідуального підходу при плануванні навантаження у різних сторонах підготовки.

THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF BASKETBALL PLAYERS OF 13-14 YEARS WITH INDICATORS OF COMPETITIVE ACTIVITY
Ivchenko Oksana The article is devoted to definition of the relationships between indicators of physical development of basketball players of 13-14 years of technical and tactical actions during competitive activity. Studies have shown the presence of medium to high relationships between the studied indicators. The results of the study confirmed the fact that the definition of physical development of athletes is currently an integral part of their comprehensive survey, these data can be used in various purposes: 1) to assess the effect of systematic exercise on the level of development of those engaged in; 2) for the purpose of using them as criteria to determine the future of specialization or playing position in team sports; 3)

ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛИСТОВ 13-14 ЛЕТ С ПОКАЗАТЕЛЯМИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ивченко Оксана

Статья посвящена определению взаимосвязей между показателями физического развития у баскетболистов 13-14 лет и технико-тактическими действиями во время соревновательной деятельности. Проведенные исследования свидетельствуют о наличии средних и высоких взаимосвязей между исследуемыми показателями. Результаты исследования подтвердили тот факт, что определение уровня физического развития спортсменов в настоящее время является неотъемлемой частью их комплексного обследования, эти данные могут использоваться в различных целях: 1) для оценки влияния систематических занятий

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

personal approach when planning the load in different parts of the training.

спортом на уровень развития тех, кто занимается; 2) с целью использования их в качестве критериев для определения будущей специализации или игрового амплуа в командных спортивных играх; 3) с целью индивидуального подхода при планировании нагрузки в разных сторонах подготовки.

Ключові слова:

баскетболісти, контроль фізичного розвитку, етап попередньої базової підготовки.

basketball players, control of physical development, the stage of preliminary basic training.

баскетболисты, контроль физического развития, этап предварительной базовой подготовки.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання контролю різних видів підготовленості в юнацькому спорті у спортивних іграх розглядалися у роботах А.М.Власов [2]; М.А.Годик [3], однак аналіз чинних навчальних програм для командних спортивних ігор свідчить про їх застарілість, невідповідність сучасним тенденціям розвитку спортивних ігор (роки видання від 1999-2003рр.) [1].

Етап попередньої базової підготовки вирішує такі основні завдання, як: поглиблена перевірка відповідності попередньо відібраного контингенту дітей вимогам успішної спеціалізації в обраному виді спорту, виявлення доцільності подальшого спортивного вдосконалення та визначення його напрямку [7,8,9].

Аналіз доступної літератури з даного напрямку свідчить, що проблема контролю підготовленості юних українських баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки розкрита недостатньо, є актуальною та потребує пошуку і впровадження нових підходів з урахуванням всіх чинників, що впливають на ефективність змагальної діяльності.

Не менш важливою проблемою є те, що програми та навчальні плани, які діють в системі спорту, будувалися на засадах принципів, сформованих ще в 1950-ті роки, та практично не відображали масив знань і практичний досвід, який накопичено у сфері раціональної побудови багаторічної підготовки, орієнтованої на повне розкриття індивідуальних можливостей кожного спортсмена в оптимальній віковій зоні.

Вітчизняні навчальні програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, за якими рекомендовано здійснювати набір дітей до груп початкової підготовки зі спортивних ігор (1999-2003 рік), не відповідають сучасним вимогам розвитку спорту:

- застаріла методика підготовки юних спортсменів у порівнянні з провідними країнами, у яких культивуються командні спортивні ігри;
- недосконало обгрунтовані наукові підходи щодо регламентації фізичних навантажень з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дітей;
- відсутність науково обгрунтованої системи нормативних оцінок фізичної підготовленості відповідно до вікового розвитку організму дитини;
- широкий віковий діапазон початку занять командними спортивними іграми у порівнянні з провідними країнами;
- відсутність взаємозв'язку «дошкільний навчальний заклад – загальноосвітня школа – ДЮСШ»;
- недосконала організація та планування педагогічного процесу, спрямованого на створення умов для розкриття і розвитку фізичних, морально-вольових та інтелектуальних якостей дитини;
- низький рівень організаційної структури педагогічного управління в напрямку координації та взаємодії батьків, тренерського колективу, вчителів фізичної культури [1, 6, 10].

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Багато провідних тренерів відзначають недостатній рівень підготовленості юних баскетболістів по закінченню навчання у групах початкової підготовки під час виконання контрольних-перевірних тестів, коли відбувається відбір найбільш обдарованих і перспективних спортсменів у навчально-тренувальні групи, що у баскетболі відповідає етапу попередньої базової підготовки. Практика свідчить, що реально відбір відбувається на основі експертної оцінки провідних тренерів виконання технічних елементів та урахування вагостових показників дітей, що не розкриває повного діапазону перспективності дитини для подальшої спортивної діяльності.

Віковий період з 12 до 16 років характеризується бурхливим розвитком фізичних якостей і координаційних здібностей і є надзвичайно сприятливим для цілеспрямованих занять командними видами спорту.

Для розв'язання завдань оптимального керування підготовкою спортивних резервів необхідно систематично оцінювати зміни функціонального стану, рівня підготовленості, відповідність тренувальних навантажень адаптаційним можливостям баскетболістів протягом усього періоду підготовки. Інформацію про ці зміни можна одержати, застосовуючи науково обґрунтовану систему контрольних іспитів і нормативів, показників функціонального стану, що є, по суті, системою комплексного контролю в керуванні підготовкою спортсменів [4, 5, 6].

Відомо, що баскетболісти в команді мають різну довжину та масу тіла, однак, фахівці стверджують, що в командних спортивних іграх ще немає чіткої спрямованої залежності між антропометричними показниками спортсменів і демонстрованим спортивним результатом. Специфіка правил ведення спортивної боротьби, що вирішують тактичні завдання, особливостей виконання основних технічних прийомів така, що недостатній рівень прояву морфометричних показників у ряді випадків є фактором, що лімітує досягнення високої спортивної майстерності. У той же час, досвід показує, що практично у всіх командних спортивних іграх (і в чоловічих, і в жіночих) певну перевагу отримують високорослі гравці [2].

У той же час деякі автори відзначають, також, важливість врахування в цій групі видів спорту таких морфологічних показників, як вагостовий індекс, склад ваги тіла (вага м'язової і жирової тканини). Надійним і достатньо обґрунтованим орієнтиром у цьому відношенні можуть служити дані про антропометричні характеристики спортсменів [2, 11].

Аналіз чинної навчальної програми для ДЮСШ з баскетболу [1, 4, 9] свідчить, що у ній не запропоновано шкали оцінки показників фізичного розвитку, тому тренерам складно оцінити відставання або випередження довжини, маси тіла та ін. показників, а також взаємопов'язати їх з модельними показниками техніко-тактичних дій під час змагальної діяльності на етапі попередньої базової підготовки. Тому даний напрямок досліджень є актуальним для юнацького баскетболу сьогодення.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дослідження виконувалися згідно Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. Міністерства сім'ї, молоді та спорту України, за темою: 2.6 «Теоретико-методичні основи удосконалення тренувального процесу та змагальної діяльності в структурі багаторічної підготовки спортсменів» № держреєстрації 0111U001168 та Тематичного плану наукових досліджень Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту на 2016-2020 рр. «Теоретико-методичні основи планування та контролю у спортивних іграх в процесі багаторічного удосконалення» № держреєстрації 0116U003012.

Мета дослідження – охарактеризувати взаємозв'язки між показниками фізичного розвитку баскетболістів 13-14 років та техніко-тактичними діями під час змагальної діяльності на етапі попередньої базової підготовки.

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, а також ресурсів мережі Інтернет, антропометрія, аналіз змагальної діяльності, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення.

Аналіз комплексного контролю у чинній навчальній програмі для ДЮСШ та результати анкетування тренерів даного контингенту баскетболістів свідчать, що комплекс тестів з різних видів підготовленості потребує вдосконалення, відповідно до вікових особливостей, сенситивних періодів розвитку рухових якостей, психологічних та психомоторних відмінностей особистості гравців, особливостей змагальної діяльності, сучасних тенденцій комплексного контролю у світовому баскетболі, що дозволить тренерам отримати більш детальну інформацію про стан готовності спортсменів та вдосконалити навчально-тренувальний процес на основі підходів диференціації та індивідуалізації.

Результати проведеного анкетування з тренерами, які працюють з баскетболістами на етапі попередньої базової підготовки, дозволили визначити незадовільний стан методичного та практичного забезпечення контролю сьогодення. В питанні, яким чином контролюється фізичний розвиток баскетболістів, більшість тренерів відповідали, що орієнтуються на дані диспансеризації 45%.

Визначення рівня фізичного розвитку спортсменів в даний час є невід'ємною частиною їх комплексного обстеження. Показники фізичного розвитку юних баскетболістів 13-14 років представлено в таблиці 1.

Таблиця 1

**Показники фізичного розвитку юних баскетболістів 13-14 років
(n=50)**

Статистичні показники	Маса тіла, кг	Довжина тіла, см	ЖЄЛ, мл	Динамометрія, кг	
				Права кисть, см	Ліва кисть, см
$\bar{X}$	50,4	160,3	3101,4	24,5	19,6
$\pm S$	1,1	1,5	101	0,8	0,7
V %	4,05	14,81	3,80	9,07	17,30

Аналіз результатів контролю фізичного розвитку свідчить, що показники довжини тіла обстежуваних в середньому становили $160,3 \pm 1,5$ см, маси тіла - $50,4 \pm 1,1$ кг, життєвої ємності легень - $3101,4 \pm 101$ мл. Показники динамометрії кисті свідчать про те, що між показниками правої ($24,5 \pm 3,8$ кг) і лівої кисті ($19,6 \pm 0,7$) була відзначена різниця у 4,9 кг. Коефіцієнт варіації від 3,80 до 9,07 % свідчить про однорідність групи за показниками маси тіла, ЖЄЛ та динамометрії правої кисті. У показниках довжини тіла відзначено неоднорідність, що пов'язано з комплектацією команди з представників різного ігрового амплуа й особливостями пубертатного періоду у хлопців ($V=14,81\%$). Щодо неоднорідності показників динамометрії лівої кисті ($V=17,30\%$), слід відзначити, що це пов'язано з переважним виконанням кидків у стрибку сильною рукою, як під час тренування, так і протягом гри.

Оцінка рівня фізичного розвитку за антропометричними показниками свідчить про те, що показники маси тіла баскетболістів мають рівень вище середнього; показники довжини тіла – вище середнього рівню; показники життєвої ємності легень становлять середній рівень; показники сили правої і лівої кисті відповідають теж середньому рівню. Визначений рівень свідчить про випередження таких показників як довжина та маса тіла, що пояснюється акселерацією дітей, яких було відібрано для занять баскетболом.

Вже з 12-14 років на рівні Всеукраїнської баскетбольної юнацької ліги (ВЮБЛ) юні баскетболісти беруть участь у змаганнях, де мають можливість продемонструвати рівень

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

змагальної діяльності. 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 представлено в таблиці 2.

Таблиця 2

Показники техніко-тактичних дій під час змагальної діяльності у баскетболістів 13-14 років (n=50)

Тести	$\bar{X}$	$\pm S$	V %
2-очкові кидки, к-ть	4,77	2,86	59,94
Влучні 2-очкові кидки, к-ть	2,23	1,70	76,37
3-очкові кидки, к-ть	1,06	1,00	94,24
Влучні 3-очкові кидки, к-ть	0,36	0,43	121,20
Усі влучні кидки з гри, к-ть	2,59	1,67	64,42
Результативні передачі, к-ть	1,02	0,66	64,57
Перехоплення, к-ть	0,75	0,46	60,93
Блок-шоти, к-ть	0,35	0,54	152,28
Підбирання в захисті, к-ть	2,90	2,25	77,49
Підбирання в атаці, к-ть	2,13	1,44	67,64
Усі підбирання, к-ть	5,03	2,79	60,60
Втрати м'яча	3,41	1,68	23,14

Аналіз результатів змагальної діяльності свідчить, що в середньому за гру у баскетболіста 13-14 років показник «2-очкових кидків, к-ть» склав $4,77 \pm 2,86$, влучних 2-х очкових $2,23 \pm 1,70$; «3-очкових кидків, к-ть» - $1,06 \pm 1,00$, «влучні» - $0,36 \pm 0,43$; «усіх влучних кидків з гри, к-ть» склав $2,59 \pm 1,67$; «результативних передач, к-ть» - $1,02 \pm 0,66$; «перехоплень, к-ть» - $0,75 \pm 0,46$; «блок-шотів, к-ть» складає $0,35 \pm 0,54$; «підбирань в захисті, к-ть» складає $2,90 \pm 2,25$; «підбирань в атаці, к-ть» - $2,13 \pm 1,44$; «усіх підбирань, к-ть» - $5,03 \pm 2,79$. Коефіцієнт варіації від 59,94 до 152,28 свідчить про значну неоднорідність даних показників техніко-тактичної підготовленості спортсменів, що є типовим для ігрової діяльності в командних спортивних іграх, де у гравців простежуються різні показники техніко-тактичних дій.

Також нами було проведено кореляційний аналіз з метою виявлення взаємозв'язків між антропометричними показниками довжини та маси тіла й показниками техніко-тактичних дій під час змагальної діяльності. Результати представлено у таблиці 3.

Таблиця 3

Взаємозв'язок між техніко-тактичними діями під час змагальної діяльності і антропометричними показниками у баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки

№	Показники	Перехоплення	Блок-шот	Підбирання	Фоли	Пропущені м'ячі
1	Довжина тіла, см	0,03	0,69**	0,77***	0,50*	-0,09
2	Маса тіла, кг	-0,38	0,42*	0,61**	0,39	-0,14

Примітки: ($r = 0,40$ при $p < 0,05$); * - слабкий кореляційний зв'язок; ** - середній кореляційний зв'язок, *** - сильний кореляційний зв'язок,

Так, між показником фізичного розвитку «довжина тіла» виявлено взаємозв'язки з такими техніко-тактичними діями, як: «підбирання» високий кореляційний взаємозв'язок ($r = 0,77$); «блок-шот» ($r = 0,69$) та «фоли» $r = 0,50$ – середні кореляційні взаємозв'язки; «перехоплення» ($r = 0,03$) та «пропущені м'ячі» $r = -0,09$ - відсутність взаємозв'язку (при $p <$

0,05). Між показником «маси тіла» виявлено слабкий та середній рівні взаємозв'язку з «блок - шотами» ($r = 0,42$) та «підбиранням» ($r = 0,61$).

Висновки. Проведені дослідження свідчать про наявність взаємозв'язків між показниками фізичного розвитку та техніко-тактичними діями під час змагальної діяльності у баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки. Результати дослідження підтвердили той факт, що визначення рівня фізичного розвитку спортсменів в даний час є невід'ємною частиною їх комплексного обстеження, ці дані можуть використовуватися в різних цілях: 1) для оцінки впливу систематичних занять спортом на рівень розвитку тих, хто займаються; 2) з метою використання їх в якості критеріїв для визначення майбутньої спеціалізації або ігрового амплуа в командних спортивних іграх.

Перспективи подальших досліджень полягають в підборі сучасних методів контролю фізичного розвитку баскетболістів, визначенні їх взаємозв'язку зі змагальною діяльністю, з метою вдосконалення комплексного контролю на основі використання зарубіжного й вітчизняного досвіду, який би не тільки сприяв підвищенню ефективності навчально-тренувального процесу, а й відігравав велику роль у керуванні змагальною діяльністю, орієнтації спортсменів до конкретного ігрового амплуа, формуванні ігрових підгруп в складі команд тощо.

Список використаних літературних джерел

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. Власов А.М. Комплексный контроль физической подготовленности и морфофункционального состояния юных баскетболистов 12-15 лет автореф М. - 2004 – 24 с.
3. Годик М.А., Комплексный контроль в спортивных играх / М. А. Годик, А. П. Скородумова – М.: Советский спорт, 2010. – 330 с.
4. Костюкевич В.М. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті / В.М. Костюкевич, Шевчик Л.М., Соколькова О.Г. – Вінниця: ТОВ «Ніоан-ЛТД», 2015. – 256 с.
5. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности : учеб. пособие / Б. Х. Ланда. — 3-е изд., испр.и доп. — М.: Сов. спорт, 2006. — 208 с.133.
6. Мітова О.О. Концепція формування системи контролю в процесі багаторічного удосконалення у командних спортивних іграх / О.О.Мітова // Фізична культура спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць випуск 1. Вінницький державний педагогічний університет ім. М.Коцюбинського, Житомирський державний університет імені Івана Франка / під ред. В.М. Костюкевича. - Вінниця: ТОВ «Планер», Випуск №1. - 2016 – (605 с.) - С.353-359.
7. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов – К.: Олимпийская литература, 2004. 806 с.
8. 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.
9. 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. 2. – 752 с.
10. Шинкарук О.А. Система контролю підготовки початківців у командних спортивних іграх: проблемні питання та сучасні підходи / О.А.Шинкарук, О.О.Мітова // Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал. №1. – 2017. – С. 74-81.
11. 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. Vučović, J. Perš, M. Perše, M. Kristan. – Vol. 6. – № 1. – 2008. – P. 75 – 84.