

стояние организма и личной мотивации студентов к занятиям физической культурой позволила повысить эффективность физического воспитания студентов медицинского вуза, расположенного в северном регионе, сформировать профессионально важные личные качества студентов-медиков, устойчивые мотивы и потребности к сохранению своего здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бабарыгин, С. В. Физическая культура как фактор воспитания личности студента гуманитарного вуза / С.В. Бабарыгин // Олимпийское движение и социальные процессы : материалы VII Всерос. науч.-практ. конф. – Краснодар, 1996. – С. 122-123.
2. Лубышева, Л. И. Концепции формирования физической культуры человека / Л.И. Лубышева ; Гос. центр. ин-т физ. культуры. – М. : [б.и.], 1992. – 123 с.
3. Основы педагогики и психологии высшей школы : учеб. пособие / под ред. А. В. Петровского. – М. : Изд-во МГУ, 1986. – 303 с.

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ 15-16 ЛЕТ С УЧЕТОМ ИГРОВОГО АМПЛУА

Наталья Валентиновна Сони́на,

*Белорусский Государственный университет физической культуры (БГУФК)
Республика Беларусь, г. Минск*

*Андрей Викторович Роди́н, кандидат педагогических наук,
НОУ ВПО Смоленский гуманитарный университет (СГУ)
г. Смоленск*

Аннотация

Работа посвящена экспериментальной проверке уровня технико-тактической подготовленности баскетболистов 15-16 лет различного игрового амплуа на основе использования дифференцированного подхода. Внедрение дифференцированного подхода в тренировочный процесс юных баскетболистов различного амплуа обеспечивает положительную динамику прироста показателей технико-тактической подготовленности.

Ключевые слова: технико-тактическая подготовка, юный баскетболист, дифференцированный подход.

THE DIFFERENTIATED APPROACH TO TECHNIQUE-TACTICAL PREPARATION OF YOUNG BASKETBALL PLAYERS OF 15-16 YEARS OLD IN VIEW OF GAME ROLE

Natalia Valentinovna Sonina,

*The Belarus state university of physical training
Belorussia, Minsk*

*Andrey Viktorovich Rodin, the candidate of pedagogical sciences,
Smolensk humanitarian university,
Smolensk*

Abstract

This work is devoted to experimental check of a level of technique-tactical readiness of basketball players of 15-16 years old of various game roles on the basis of use of the differentiated approach. Introduction of the differentiated approach in training process of young basketball players of various roles provides positive dynamics of a gain of parameters of technique-tactical readiness.

Keywords: technique-tactical preparation, the young basketball player, the differentiated approach

ВВЕДЕНИЕ

Современный баскетбол представляет собой спортивную игру, где достижение

высоких спортивных результатов зависит от проявления максимально высокого уровня технико-тактической подготовленности [1].

Первичное становление технико-тактических навыков завершается к 15-16 годам, когда происходит специализация и определение игрового амплуа спортсменов [2, 4]. Применение разнообразных тактических моделей игры в нападении определяет успешность выступления команды на соревнованиях. В свою очередь, тактическая зрелость определяется наличием количества и качества технических приемов игры в нападении, находящихся в арсенале игрока [3].

Как показывает анализ специальной научно-методической литературы [5, 6], в настоящее время недостаточно обоснованы рекомендации по «системному» совершенствованию технико-тактической подготовки баскетболистов 15-16 лет с учетом выполняемых игровых функций на площадке, что связано с отсутствием единства взглядов относительно последовательности распределения нагрузки в годовом цикле тренировочного процесса.

МЕТОДИКА

Исследование проводилось с сентября 2005 г. по август 2006 г. В нем приняли участие 74 юных баскетболиста в возрасте 15-16 лет. По итогам предварительных исследований технико-тактической подготовленности были сформированы две группы – контрольная и экспериментальная. Уровень подготовленности в обеих группах игроков различного амплуа перед началом эксперимента достоверно не различался ($p > 0,05$). Уровень технико-тактической подготовленности баскетболистов различного игрового амплуа на основе использования дифференцированного подхода определялся с помощью следующих эмпирических методов: изучение и анализ специальной научно-методической литературы; педагогическое наблюдение; контрольно-педагогические испытания (тесты); педагогический эксперимент; математическая статистика.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Дифференцированный подход к технико-тактической подготовке осуществлялся нами, исходя из средств увеличения объемов компонентов тренировочной нагрузки в годичном цикле юных баскетболистов 15-16 лет и выполнения игроками различного амплуа упражнений в незнакомых условиях, в том числе выполняя функции другого амплуа.

Эффективность предложенного дифференцированного подхода к спортивной тренировке юных баскетболистов определялась по динамике показателей технико-тактической подготовленности спортсменов каждого игрового амплуа. Фиксирование результатов осуществлялось в процессе обучения и совершенствования технико-тактическим упражнениям.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Полученные результаты свидетельствуют, что количество бросков, выполненных в среднем за каждую игру из 2-очковой зоны, достоверно больше ($p < 0,05$) у нападающих экспериментальной группы ($\bar{X} = 13,06 \pm 1,69$), чем контрольной ($\bar{X} = 11,94 \pm 1,42$). Количество выполненных 2-очковых бросков у нападающих контрольной и экспериментальной групп достоверно больше, чем у защитников и центровых ($p < 0,05$). Однако за период эксперимента достоверное увеличение количества бросков наблюдалось только у центровых ($p < 0,05$).

Такая же закономерность наблюдалась и в общем количестве бросков с игры, выполненных из 2-х и 3-очковой зон, только результаты достоверно различны в экспериментальной группе у нападающих ($\bar{X} = 16,43 \pm 1,82$) и центровых ($\bar{X} = 7,33 \pm 0,92$), что сказывается на их активности ведения атакующих действий.

Количество результативных бросков из 2-очковой зоны достоверно выше у игроков экспериментальной группы, чем у защитников и нападающих контрольной группы ($p < 0,05$). Достоверный прирост наблюдался у всех игроков различного амплуа в точности 2-очкового броска. У защитников этот показатель составил $\bar{X} = 3,26 \pm 0,13$ попаданий, нападающих - $\bar{X} = 9,32 \pm 0,43$ и центровых - $\bar{X} = 5,07 \pm 0,28$ ($p < 0,05$).

Аналогичная тенденция наблюдалась и при анализе точности броска мяча с игры. Так, достоверный прирост показателей ($p < 0,05$) по окончании формирующего педагогического эксперимента достиг точности попадания у защитников $\bar{X} = 4,88 \pm 0,49$, нападающих - $\bar{X} = 8,36 \pm 1,69$, центровых - $\bar{X} = 3,48 \pm 0,49$, что значительно превышает начальные данные. Следует отметить, что у защитников экспериментальной группы по окончании эксперимента произошло существенное увеличение точности броска с игры по сравнению с защитниками контрольной группы ($p < 0,05$). В результате применения дифференцированных средств и нагрузки те игроки, которые отставали в тех или иных компонентах игры, смогли достигнуть качественно нового уровня в своем мастерстве.

Общее число атак у игроков экспериментальной и контрольной групп к концу педагогического эксперимента по временному диапазону существенно изменилось ($p > 0,05$). После воздействия специфических нагрузок и специальных средств тренировки у игроков экспериментальной группы увеличилось количество атак в позиционном нападении от 16 до 24 с (54,43%) и существенно уменьшилось в раннем нападении от 3 до 7 с (11,97%) и от 8 до 15 с (30%). У игроков контрольной группы после воздействия общепринятого подхода подобных изменений, как у экспериментальной группы, не наблюдается, что, на наш взгляд, связано с нерациональным использованием средств и нагрузок, которые применяются современными тренерами.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Приведенные экспериментальные данные свидетельствуют о том, что дифференциация тренировочного процесса юных баскетболистов 15-16 лет с учетом игрового амплуа позволяет повысить уровень технико-тактического мастерства спортсменов за счет увеличения тренировочной нагрузки и использования средств технической подготовки в различных игровых условиях. Все это позволяет сделать заключение о том, что выбранный нами теоретико-методический подход к многолетней спортивной тренировке юношей-баскетболистов 15-16 лет показал свою эффективность на практике и может быть использован тренерами различных спортивных школ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баскетбол : учебник для вузов физической культуры / под общ. ред. Ю.М. Портнова. – М. : АО «Астра семь», 1997. – 480 с.
2. Грошев, А.М. Обеспечение надежности бросков мяча в баскетболе : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Грошев А.М. – Малаховка, 2005. – 23 с.
3. Данилов, В.А. Повышение эффективности игровых действий в баскетболе : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Данилов В.А. – М., 1996. – 43 с.
4. Луконина, О.И. Формирование стиля игровой деятельности в зависимости от индивидуальных особенностей юных баскетболисток 12-16 лет : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Луконина О.И. – М., 1994. – 23 с.
5. Тучашвили, И.Ш. Формирование, совершенствование и проявления индивидуального стиля игровой деятельности : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Тучашвили И.Ш. – М., 1999. – 64 с.
6. Чилигин, Д.В. Технология подготовки юных баскетболистов к соревновательной деятельности на основе реализации индивидуальных потенциальных возможностей : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Чилигин Д.В. – Хабаровск, 2003. – 23 с.