

МЕТОД ВИЗНАЧЕННЯ ТА КОНТРОЛЮ ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ

У статті описується метод визначення та контролю тактичної підготовленості баскетболістів на базі отриманих даних їх показників ігрової діяльності, рівня розвитку рухових здібностей і тактичного мислення.

Ключові слова: тактична підготовленість, рухові здібності тактичне мислення, баскетболісти.

Постановка проблеми. Сучасна система підготовки спортсмена є складним багатофакторним явищем, яке уособлює та об'єднує у собі ціль, задачі, засоби, організаційні форми та методи, що забезпечують досягнення спортсменом найвищих спортивних показників [1]. Тактична підготовленість гравця залежить від оволодіння ним технічних елементів, видів тактичних дій (наступаюча, оборонна, змішана) та форм тактики (індивідуальної, групової, командної). На сьогоднішній день оцінка тактичної підготовленості гравців здійснюється, переважно, шляхом спостереження та суб'єктивного оцінювання дій гравців на майданчику, тому виникає необхідність розробки способу об'єктивної оцінки тактичної підготовленості баскетболістів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За свідченнями В.М. Платонова [1] тактична підготовленість впливає на якість ігрової діяльності, яка базується на кількісних та якісних показниках гри [3], на важливості вивчення яких наголошує Ж.Л. Козіна [3]. До того ж, на уміння вдало та ефективно виконувати баскетболістами технічні елементи: ведення, передачі, кидки то що – впливає рівень розвитку їх спеціальних рухових здібностей [4]. На цьому також наголошує Л.В. Костікова [5]. Зокрема автор відмічає, що розвиток координації у баскетболі полягає, зокрема, у тренуванні здатностей опановувати складні дії та перебудовувати рухову діяльність залежно від ситуацій, що раптово змінюються на майданчику. При цьому суттєве значення має вибіркове вдосконалення здібності точно сприймати свої рухи у просторі та часі, підтримувати рівновагу, раціонально чергувати напруження та розслаблення.

Крім цього, важливим елементом для характеристики тактичної підготовленості є тактичне мислення про що наголошують у своїх роботах І.Д. Глазирін та Л.С. Фролова [6]. Дану думку підтримує і Ж.О. Цимбалюк [7], який зазначає, що баскетбол це вид спорту, у якому "здатність швидко розбиратися в складній ситуації і майже миттєво знаходити правильне рішення" – є вирішальною умовою успіху.

Ефективність тактичної підготовленості, при змаганні рівних суперників, у багатьох видах спорту визначається здібностями спортсмена передбачати ситуацію до її розгортання. Здатність до цього розвивається на тренувальному зайнятті, а також при постійному аналізі змагального досвіду.

Отже, дослідження показників ігрової діяльності баскетболістів їх рівня розвитку рухових здібностей і тактичного мислення є важливим етапом для подальшого вивчення тактичної підготовленості баскетболістів.

Формулювання мети роботи (постановка завдань). Вивчити показники ігрової діяльності, тактичного мислення та спеціальних рухових здібностей гравців та на їх основі розробити метод визначення та контролю тактичної підготовленості баскетболістів.

Організація та методи дослідження. Дослідження проводилися на базі ДЮСШ баскетбольного клубу суперліги "Черкаські мавпи" м. Черкаси у яких брали участь 315 юних баскетболістів 10-17 років. Рівень розвитку координаційних здібностей визначався за тестами, описаними Л.В. Костіковою [5]. Ефективність ігрової діяльності баскетболістів визначалися за методикою описаною В.А. Темченком [3]. Показники тактичного мислення баскетболістів визначалися за допомогою автоматизованої комп'ютерної програми "BASKETTEST" [8].

Виклад основного матеріалу дослідження. Для підтвердження залежності якості ігрової діяльності баскетболістів від рівня розвитку їх тактичного мислення і спеціальних рухових здібностей був проведений кореляційний аналіз між ІККДС (інтегральний коефіцієнт корисної дії спортсмената [3]) та відповідними показниками. У результаті чого виявлені достовірні зв'язки між якістю ігрової діяльності і тактичним мисленням ($r = 0,64-0,75$) та спеціальними руховими здібностями ($r = 0,51-0,71$) ($p < 0,05$) [9]. Причому найвищі достовірні кореляційні зв'язки спостерігалися з тактичним мисленням у нападі та здібністю гравців до точних швидких дистанційних кидків. З огляду на це, можна припустити, що підвищуючи рівень спеціальних рухових здібностей і рівень тактичного мислення можна істотно вплинути на ефективність ігрової діяльності баскетболістів.

Відмітимо, що В.М. Платонов [1] та Ж.Л. Козіна [2] відзначають залежність від цих же параметрів тактичної підготовленості, що дає можливість, для її визначення, використали формулу прямої пропорційної залежності: $Y = K X + A$

Оскільки спеціальні рухові здібності відображають різні параметри рухової діяльності баскетболістів і можуть одночасно знаходитися на різному рівні розвитку у одного гравця, тому, виходячи з цього, на базі отриманих даних про стан розвитку спеціальних рухових здібностей юних спортсменів, нами розроблено спосіб визначення загального їх рівня на основі оцінних таблиць рівня розвитку рухових здібностей баскетболістів 10-17 років (додаток А, Б) і подальшої простої сумачі отриманих значень: 1 – розвиток нижче середнього рівня, 2 – середній рівень, 3 – розвиток вище середнього рівня [9].

Чим вища сума отриманих балів – тим вища комплексна оцінка спеціальної рухової підготовленості.

На прикладі таблиці 1 показано, що шляхом додавання отриманих значень комплексна оцінка спеціальної рухової підготовленості становить – 15.

Таблиця 1

№ з/п	Назва тесту	Рівні		
		НС	СР	ВС
1	РБВН 15 м	<u>1</u>	2	3
2	РЧБВН 3х10м	1	2	<u>3</u>
3	ПМ на ШТ	1	<u>2</u>	3
4	ДКМ на ШТ	1	<u>2</u>	3
5	ВДМ30м	<u>1</u>	2	3
6	ЧБВДМ 3х10 м	1	<u>2</u>	3
7	ВМБЗК 10 м	1	<u>2</u>	3
8	ВМБЗК 30 м	1	<u>2</u>	3
Комплексна оцінка КЗ		15		

Примітка: РБВН – різниця бігу вперед, назад, РЧБВН – різниця човникового бігу вперед назад, ПМ на ШТ – передачі м'яча на швидкість і точність, ДКМ на ШТ – дистанційні кидки на швидкість і точність, ВДМ – ведення двох м'ячів, ЧБВДМ – човниковий біг з веденням двох м'ячів, ВМБЗК – ведення м'яча без зорового контролю.

Наступний етап полягає у визначенні діапазону значень для середнього рівня за формулою: $2n \pm n/3$, де n – кількість тестів

Тобто $2 \times 8 - (8/3) = 13,33$; $2 \times 8 + (8/3) = 18,66$.

Даний розрахунок свідчить, що:

– діапазон для рівня розвитку НС (нижче середнього) знаходиться у межах від 8 балів до 13,32 балів;

– діапазон для СР (середній рівень) розвитку знаходиться у межах від 13,33 балів до 18,66 балів;

– діапазон для рівня розвитку ВС (вище середнього) знаходиться у межах від 18,67 балів до 24 балів.

Отже, у представленому прикладі комплексна оцінка спеціальних рухових здібностей 15 – відповідає СР, а загальний рівень спеціальної рухової підготовленості (ЗРСРП) становитиме 2 у.о.

Таким чином, ми отримуємо всі дані для визначення тактичної підготовленості за формулою прямої пропорційної залежності, яка включатиме наступні показники:

$$Y = K X + A$$

де Y – тактична підготовленість; K – коефіцієнт пропорційності; X – ІККДС; A – коефіцієнт тактичного мислення у нападі чи захисті).

У якості коефіцієнта пропорційності пропонуємо загальний рівень спеціальної рухової підготовленості.

Враховуючи те, що показники мають різну розмірність, а саме:

ЗРСРП (загальний рівень спеціальної рухової підготовленості) – умовні одиниці;

ІККДС (інтегральний коефіцієнт корисної дії спортсмена) – вимірювався у відсотках;

КТМ (коефіцієнт тактичного мислення) – вимірювався у відсотках;

Тому ми проводимо нормування цих величин введенням натурального логарифму, де формула визначення тактичної підготовленості баскетболістів матиме наступний вигляд:

$$\begin{aligned} \text{ТПН (тактична підготовленість у нападі)} &= \\ &= \ln \text{ЗРСРП} \times \ln \text{ІККДС} + \ln \text{КТМН} = \ln(\text{ЗРСРП} \times \text{ІККДС}) + \ln \text{КТМН} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{ТПЗ (тактична підготовленість у захисті)} &= \ln \text{ЗРСРП} \times \ln \text{ІККДС} + \ln \text{КТМЗ} = \\ &= \ln(\text{ЗРСРП} \times \text{ІККДС}) + \ln \text{КТМЗ} \end{aligned}$$

Даний спосіб визначення тактичної підготовленості є універсальним для усіх баскетболістів при відповідних дослідженнях та обробці їх показників ігрової діяльності, тактичного мислення, спеціальних рухових здібностей та розробці оцінних таблиць для гравців певної вікової групи.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

1. Якість ігрової діяльності залежить від тактичного мислення та спеціальних рухових здібностей.
2. Найвищі достовірні кореляційні зв'язки ($p < 0,05$) якості гри баскетболістів 10-17 років спостерігалися з тактичним мисленням у нападі ($r = 0,75$) та здібністю швидко і точно виконувати дистанційні кидки ($r = 0,74$).

3. Тактична підготовленість баскетболістів залежить від їх показників ігрової діяльності, тактичного мислення і рівня розвитку спеціальних рухових здібностей.

4. Розроблений метод визначення тактичної підготовленості баскетболістів дає можливість об'єктивно її оцінити та вести її контроль у процесі підготовки.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні показників ігрової діяльності тактичного мислення та спеціальних рухових здібностей у баскетболістів вищої спортивної майстерності та розробці оцінних таблиць для даного контингенту спортсменів. Крім цього планується провести відповідні дослідження з жіночими баскетбольними командами.

Використані джерела

1. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учебник для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
2. Козіна Ж.Л. Визначення ефективності ігрової діяльності в баскетболі за допомогою застосування інформаційних технологій / Ж.Л. Козіна, О.В. Церковна, В.А. Воробйова // Слобожанський-науково-спортивний вісник: зб. наук. пр. – Харків: ХДАФК, 2008. – № 1-2. – С. 151-155.
3. Темченко В.А. Модель и анализ спортивных игр с ограниченным временем продолжения матча / В.А. Темченко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. Сб. научн. тр. под ред. проф. Ермакова С.С.. – Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2007. № 1. – 172 с.
4. Поплавський Л. Ю. Баскетбол / Леонід Юзефович Поплавський. – К.: Олімпійська література, 2004. – 448 с.
5. Костикова Л.В. Женский баскетбол: от Чемпионата мира до Олимпиады / Костикова Л.В. // Теория и практика физ. культуры. Тренер: Журнал в журнале. – 2003. – № 2. – С.28-30.
6. Фролова Л.С., Фролов О.О., Глазирін І.Д. Ігрове і тактичне мислення гандболістів і їх тестування. //Слобожанський вісник. – 2007. – № 11. – С. 20-24.
7. Цимбалюк Ж.О. Вікові особливості розвитку тактичного мислення юних баскетболістів. [Електроний ресурс] / Ж.О. Цимбалюк, Л.І. Демченко, А.В. Козлов, Т.В. Ромасько // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2006. – №9. – 151 с.
8. А. с. 43448 Україна. Комп'ютерна програма "BASKETTEST" / І. Д. Глазирін, А. Г. Базілевський, М. М. Поліщук. – № 43448; заявл. 23.02.12; опубл. 23.04.12.
9. Базілевський А.Г. Індивідуальна тактична підготовка юних баскетболістів у річному циклі тренування з використанням інтерактивних технологій: дис. канд наук з фіз. вих і спорту: 20.00.01 / Андрій Григорович Базілевський – Черкаси, 2012, – 185 с.

Bazylevsky A.

METHOD OF DETERMINING AND CONTROLLING OF BASKETBALL PLAYERS' TACTIC PREPAREDNESS

The method of determining and controlling of basketball players' tactic preparedness on the basis of the obtained data of their playing indexes, the development level of motor abilities and tactic thinking is considered in the article.

Key words: *tactic preparedness, motor abilities, tactic thinking, basketball players.*

Стаття надійшла до редакції 03.09.2014 р.