

Рівень результативності кидків м'яча у кошик баскетболісток груп базової підготовки ДЮСШ

Чебенєєва О. Г., Чуча Н. І.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Кидок м'яча у кошик є одним із важливих елементів гри та фундаментальних ігрових навичок, від яких залежить успішна діяльність гравців під час гри. Встановлено, що умови змагань впливають на зниження влучності кидків м'яча у кошик у дівчат 13 – 14 років.

Ключові слова: кидок м'яча у кошик, результативність, умови виконання.

Вступ. Кидок м'яча в кошик є одним із найголовніших ігрових прийомів баскетболу, кінцевою метою будь-якого ігрового епізоду у нападі, від якого залежить успіх у грі.

Багато авторів у своїх роботах висвітлювали питання навчання та удосконалення техніки кидків [1, 5] та їх влучності [2, 3, 4] як під час тестування, так і в змагальних умовах.

Так, основні дослідження спрямовані на вивчення техніки виконання кидків і визначення факторів, які суттєво впливають на їх точність, залежність точності кидка в баскетболі від способу, напрямків і дистанції [1, 6].

Мета дослідження – виявити рівень результативності кидків м'яча в кошик у баскетболісток групи базової підготовки ДЮСШ.

Завдання роботи:

1. Проаналізувати науково-методичну літературу з питання навчання та вдосконалення техніки кидків у баскетболі.

2. Визначити результативність кидків м'яча у кошик баскетболісток групи базової підготовки ДЮСШ.

3. Порівняти результативність кидків баскетболісток 13–14 років у різних умовах виконання.

Об'єкт дослідження – стан кидкової підготовленості баскетболісток 13–14 років.

Предмет дослідження – результативність кидків м'яча у кошик різними способами.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження, педагогічні тестування, методи математичної статистики.

Організація дослідження. У педагогічному тестуванні для визначення результативності кидків брали участь 13 баскетболісток КДЮСШ №13 віком 13 – 14 років. Рівень результативності кидків м'яча у кошик різними способами у дівчат визначався за допомогою трьох тестових вправ.

Аналіз результатів. Під час участі команди у змаганнях ВЮБЛ у м. Харкові ми фіксували кількісні та якісні показники кидків з гри, штрафних кидків, які виконували баскетболістки КДЮСШ №13. За результатами цих

спостережень ми отримали початкову інформацію, яка дала нам уявлення про рівень результативності команди баскетболісток під час змагань.

Команда дівчат КДЮСШ №13 з початку змагального сезону 2016–17р. у ВЮБЛ мала наступні статистичні показники: результативність двоочкових кидків команди з гри в середньому за 1 гру складала 40,4%. Аналіз ігор показав, що гравці за одну гру виконували в середньому 44,7 кидків за гру. 20,3 кидків були влучними, тобто досягали кошика та приносили 2 очки.

Далекі три очкові кидки майже не виконувались та не мали влучних спроб. Показники виконання штрафних кидків: з 27,7 спроб, які гравці виконували протягом гри, влучними були 13. Тобто результативність штрафних кидків команди в середньому за 1 гру становила 41,32%.

Під час тестування влучності штрафних кидків (10 штрафних кидків поспіль), було виявлено середній показник результативності штрафних кидків м'яча у кошик по команді – $5 \pm 0,72$ влучань з 10 кидків, що складає у відсотках $50 \pm 7,26$ %. Цей показник виявився вище на 8,68%, ніж під час участі у змаганнях. Індивідуальні показники спортсменок знаходились у межах: від 10% до 80 %.

Швидкість виконання серії з 10 штрафних кидків м'яча у кошик в середньому склала 56,9 с, що трохи перевищує вимоги правил гри, де на одну спробу відводять лише 5 с. Найшвидше серію з 10 кидків виконали за 42 с, а сама повільна спроба проходила 70 с.

За результатами другого тесту (середні кидки з місця) відзначимо, що усі дівчата – баскетболістки встигли виконати по 15 спроб кидків м'яча у кошик за 60 секунд. Середній показник влучень гравців команди досяг позначки $6,5 \pm 0,84$ рази, що складає $43,3 \pm 5,64$ % результативності.

Індивідуальні показники спортсменок знаходились у межах: від 20% до 93,3 % .

Зазначимо, що під час виконання третього тесту (10 кидків з подвійного кроку після ведення) було показано найвищу результативність кидків м'яча у кошик. Середня кількість влучань команди дорівнювала $9,2 \pm 0,31$ рази з 10 кидків, що відповідно склало $92 \pm 3,15$ % результативності.

Індивідуальні показники спортсменок знаходились у межах: від 70% до 100%.

Середній показник часу виконання тестової вправи групою дівчат базової підготовки дорівнював $90,38 \pm 2,32$ секунд.

Індивідуальні показники спортсменок знаходились у межах від 78с до 101с.

Середня кількість влучних двоочкових кидків у тестових вправах (2 + 3 тести) команди дівчат дорівнює $15,7 \pm 0,99$ разів з 25 кидків. Це відповідає $62,8 \pm 3,98$ % результативності.

При порівнянні показників результативності двоочкових кидків м'яча у кошик команди дівчат – баскетболісток ми виявили, що різниця між ними

дорівнює 22,4%. Саме на стільки результативність двоочкових кидків у тестуванні перевищила результативність двоочкових кидків на змаганнях.

Порівняння результативності двоочкових кидків м'яча у кошик баскетболісток групи базової підготовки у тестових вправах та в умовах змагання виявило достовірно вищий показник точності при тестуванні ($p < 0,05$). Результативність штрафних кидків м'яча у кошик у тестових вправах була вище ніж в умовах змагань, але достовірних відмінностей не мала ($p > 0,05$).

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що на рівень результативності кидків м'яча у кошик впливають умови виконання, наявність супротиву, рівень володіння технікою прийому та психологічна стійкість гравця до зовнішнього впливу на результат.

Література

1. Кудимов В. Н. Применение метода экспертной оценки техники в процессе обучения штрафному броску в баскетболе / В. Н. Кудимов // Спортивные игры в физическом воспитании и спорте: Материалы международной научно – практической конференции. – Смоленск. –2002. – С. 355 – 358.
2. Помещикова І. П. Точність кидків м'яча в кошик баскетболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки / І. П. Помещикова, Є. С.Харченко// Спортивные игры – № 2 – Харьков: ХГАФК, 2017. – С. 56–59.
3. Харченко Є. С. Аналіз точності кидків м'яча в кошик баскетболістами студентської команди/ Є.С. Харченко, І.П. Помещикова // Баскетбол: історія, сучасність, перспективи : матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції (м. Дніпро, 20-21 грудня) – [Електронний ресурс] – Дніпро : ДДІФКіС, 2016. – С. 179 – 182.
4. Чуча Н.. Анализ результативности бросков студенческой баскетбольной команды ХНУ в соревнованиях студенческой баскетбольной лиги Украины. / Н.. Чуча, В..Олейник, П..Баранец // Спортивные игры № 2 // Научный журнал – Харьков ХГАФК, 2017.– С. 75 – 78.
5. Чуча Н. І. Баскетбол. [Навчальний посібник] / Н.. Чуча, І.. Помещикова, Н.. Пашенко. – Харків ХДАФК, 2007. – 138 с.
6. Шевченко О.. Фактори, які впливають на точність кидків в баскетболі / О.О. Шевченко, О.О. Беліков, О.В. Кудімова // Сборник статей X международной научной конференции, 7 февраля 2014 г. – Т. 2 – Белгород – Харьков – Красноярск; ХГАФК, 2014. – С. 219 – 222.

Інформація про авторів

Чебенєєва О. Г. – студентка

Харківська державна академія фізичної культури

Чуча Н. І. – старший викладач кафедри спортивних і рухливих ігор,

Харківська державна академія фізичної культури

E-mail: natali.chucha@ukr.net