

СУЧАСНИЙ СТАН КОНТРОЛЮ РІВНЯ
ІНТЕГРАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ
БАСКЕТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ
БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ



Мітова Олена, Івченко Оксана

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Аннотация

В статье рассматривается современное состояние контроля уровня интегральной подготовленности баскетболистов на этапе предварительной базовой подготовки. На основе анализа доступной литературы по данному направлению установлено, что проблема контроля подготовленности юных украинских баскетболистов на этапе предварительной базовой подготовки раскрыта не достаточно, является актуальной для современного баскетбола, требует поиска и внедрения новых подходов с учетом всех факторов, влияющих на уровень интегральной подготовленности, а именно: возрастных особенностей, сенситивных периодов развития двигательных качеств, психологических и психомоторных различий личности игроков, особенностей соревновательной деятельности, современных тенденций комплексного контроля в мировом баскетболе, что позволит тренерам усовершенствовать учебно-тренировочный процесс на основе подходов дифференциации и индивидуализации.

Ключевые слова: контроль, интегральная подготовленность, юные баскетболисты, этап предварительной базовой подготовки.

Annotation

The article tells about the current state of preparedness control integrated level of basketball players on the stage of preliminary basic training. Based on the analysis of the available literature found that the problem of control preparedness the young Ukrainian basketball players during pre-basic training, insufficient discloses and is relevant in modern basketball. Also requires a search for new approaches considering all factors influencing the level of integrated training: age characteristics, sensitive periods of development of motor skills, psychological and psychomotor personality differences of players, features of competitive activity, modern trends in global integrated control in basketball that allows coaches to improve the training process based approaches differentiation and individualization.

Key words: control, integrated preparedness, young players, stage of pre-basic training.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Під контролем за процесом підготовки спортсменів слід розуміти метод отримання науково достовірної інформації, котра може бути використана при розробці оптимальних управлінських рішень щодо ходу тренувального та змагального процесу в баскетболі [2, 5, 8, 9, 10].

Природною та закономірною є посилена тенденція до все більшої об'єктивізації методів контролю за станом тренуваності спортсменів. Тренер намагається включити до сфери спостережень найбільш суттєві зрушення в окремих напрямках підготовленості баскетболістів, використовуючи у ряді випадків спеціальну апаратуру, що дозволяє аналізувати хід тренування з високим ступенем достовірності. Особливо поширеними є контрольні іспити і тести (проби), за допомогою яких тренери і дослідники визначають стан тренуваності, рівень розвитку фізичних якостей та інші показники [3].

Багато провідних тренерів відзначають недостатній рівень підготовленості юних баскетболістів по закінченні 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 ваго-ростових показників дітей, що не розкриває повного діапазону перспективності дитини для подальшої спортивної діяльності.

Аналіз вітчизняної навчальної програми для ДЮСШ з баскетболу (1999 року) свідчить про те, що для контролю різних сторін підготовленості пропонуються однакові тести для всіх вікових груп з 12 до 17 років, відмінності спостерігаються лише в оцінці показників. Але такий підхід вже не відповідає сучасним тенденціям розвитку гри, диференційованому підходу в залежності від вікових особливостей, сенситивних періодів розвитку фізичних якостей, завдань кожного з етапів багаторічної підготовки баскетболістів. Крім того недостатньо розкрито контроль фізичного розвитку та функціонального стану, зовсім не представлено тести з визначення рівня тактичної, психологічної, психологічної та психофізіологічної підготовленості, а також інтегральної, – як сукупності всіх специфічних якостей, які необхідні баскетболістам для ефективної змагальної діяльності [11].

Під інтегральною підготовленістю потрібно розуміти координацію та реалізацію в умовах тренувальної та змагальної діяльності різних сторін підготовленості, якостей і можливостей, які забезпечуються використанням вузькоспрямованих засобів повною мірою відповідають специфічним вимогам змагальної діяльності [13].

Для того, щоб визначити, скільки і які тести слід використовувати у тренувальному процесі, треба знати, які чинники визначають рівень спортивної майстерності на кожному етапі багаторічної підготовки.

У важливому ланцюгу системи управління підготовкою спортсменів, відборі, контролі та прогнозуванні найбільше значення має підлітковий вік, в т. ч. – критичний період статевого дозрівання і один із ключових – етап попередньої базової підготовки [16].

Етап попередньої базової підготовки в спортивних іграх, як і в більшості інших видів спорту, співпадає з пубертатним періодом (10-16 років), – найбільш складним як у соціальному, так і в біологічному відношенні [9, 16].

На етапі попередньої базової підготовки основними завданнями є поглиблена перевірка відповідності попередньо відібраного контингенту дітей вимогам успішної спеціалізації в обраному виді спорту, виявлення доцільності подальшого спортивного вдосконалення та визначення його напрямку [13, 16].

Результати теоретичних й експериментальних досліджень вчених останнього десятиріччя виявили, що більшість досліджень присвячено відбору баскетболістів на етапі початкової підготовки, які дають змогу рекомендувати комплексну оцінку загальної спортивної обдарованості, що забезпечує успішну тренувальну й змагальну діяльність [3, 9].

Виявити доцільність спортивного вдосконалення і визначити його напрямки, правильно зорієнтувати подальшу підготовку спортсмена можливо лише на основі комплексного аналізу, в якому повинні враховуватися морфологічні, функціональні і психічні особливості юних спортсменів, їхні адаптаційні можливості, реакція на тренувальні змагальні навантаження, здібність до освоєння і вдосконалення нових рухів [4, 12, 13].

Багато фахівців [5, 8, 10, 12,] розглядали контроль техніко-тактичних дій як засіб аналізу ефективності навчально-тренувального процесу кваліфікованих

команд, з метою його подальшого удосконалення.

Крім того, ряд учених займалися контролем змагальної діяльності баскетболістів високої кваліфікації за допомогою застосування інформаційних технологій [1, 8, 14], але це не стосувалось юних баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки.

Т. Ю. Круцевич [6], Л. Ю. Поплавський [11], Ю. М. Портнов [12], Т. В. Павлова [9], О. О. Мітова [15], та інші розглядали питання вдосконалення різних видів підготовки баскетболістів, але ці роботи носять більше узагальнюючий характер та не стосуються модернізації контролю різних складових інтегральної підготовленості спортсменів віком 11-12 років у відповідності до змагальних вимог юнацького баскетболу сьогодення. Тому розв'язання цієї проблеми є актуальним для вдосконалення управління підготовкою спортивного резерву в баскетболі.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційна робота виконується згідно Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України, за темою: 2.6 «Теоретико-методичні основи удосконалення тренувального процесу та змагальної діяльності в структурі багаторічної підготовки спортсменів» № держреєстрації 0111U-001168.

Мета даного етапу дослідження – проаналізувати сучасний стан організації комплексного контролю рівня інтегральної підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних літературних джерел і ресурсів мережі Інтернет; метод аналізу документальних матеріалів.

Результати дослідження. Багаторічними дослідженнями про-



відних фахівців спорту (В. А. Запорожанов 2000; В. М. Платонов 2004; В. А. Романенко 2005; Л. П. Сергієнко 2001) обґрунтовано фундаментальні положення контролю в спорті.

Значний внесок у розробку теорії тестів у подальшому зробили Л. П. Сергієнко 2001, В. А. Романенко 2005, Т. Ю. Круцевич 2011, які показали можливість використання тестового контролю у різних сферах фізкультурно-спортивної діяльності.

При цьому для багатьох спортивних ігор не вирішеною залишається низка питань, пов'язаних з контролем рівня підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки.

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.

У залежності від тривалості періоду, необхідного для переходу рухової функції з одного стану в інший, виділяють три види контролю як складові комплексного контролю: етапний, поточний, оперативний.

Стосовно ігрових видів спорту, в процесі комплексного контролю оцінюються: рівень розвитку рухових якостей і техніко-тактичної майстерності; психічна й інтегральна підготовленість; стан функціональних систем і механізмів, що забезпечують ефективну змагальну діяльність, адаптація до тренувальних навантажень, особливості протікання процесів стомленості й відновлення;

ефективність ігрової діяльності [6].

Узагальнення останніх публікацій [4, 16] свідчить, що особливістю комплексної системи, розробленої в Українському центрі спортивного відбору, є комплексне вивчення стану рухової функції і психічних процесів дітей і підлітків за допомогою морфологічних, фізіологічних, психофізіологічних і власне педагогічних показників. При цьому окремі показники, що їх реєструють, виражаються в кількісних значеннях (секунди, кілограми тощо), а інші – в балах (відповідність біологічного віку – паспортному, рівень технічної підготовленості тощо). Загальна інтегральна оцінка подається у вигляді суми балів, виставлених спортсмену по кожному із показників.

У спортивну практику введено розроблені диференційовані оціночні шкали по кожному з показників з урахуванням статевих і вікових особливостей дітей. У цілому програма обстеження включає кілька блоків показників: стан здоров'я (за підсумками диспансеризації); біологічний розвиток і його відповідність паспортному віку; психічну усталеність до чинників фізичного характеру; попередню підготовку і специфічні спроможності в обраному виді спорту; фізіологічні показники, що лімітують спеціальну працездатність у спорті [16].

Автори стверджують, що комплексний метод оцінювання перспективних можливостей спортсменів й орієнтації тренування дозволяє визначити індекс перспективності спортсмена; охарактеризувати можливості спортсмена за інтегральним педагогічним показником; за інтегральним фізіологічним показником; визначити слабкі сторони підготовленості; вибрати варіант тренування або його корекції, оптимальний для даного спортсмена; порівняти кількох спортсменів і згрупувати їх по одній або декільком ознакам [4, 16].

Актуальність контролю (за допомогою тестів) в наш час поширюється за таких причин: 1) збільшений рівень підготовленості спортсменів зумовив необхідність всім підвищити якість відбору тренувальних засобів і методів, що просто неможливо без відбору ефективних засобів педагогічного контролю (тестів) для оцінки рівня підготовленості спортсменів; 2) певні успіхи в розробці загальних питань у розробці загальних питань педагогічного контролю, особливо у визначенні вимог, що пред'являються до засобів і показників контролю; 3) використання нових тестів, що дозволяють з більшою точністю і оперативністю оцінювати і рівень розвитку спеціальних фізичних якостей у спортсмена і рівень виконання ним технічних прийомів.

Якщо тренер хоче, щоб в його команді були високі результати виконання технічних і тактичних дій, то йому необхідно проводити різні види контролю, що складаються з безлічі тестів, які повинні будуть виконати спортсмени. При цьому необхідно враховувати вік, стать, фізичну підготовленість, тощо [1]. Без урахування і контролю тренер не зможе відзначити зрушень в підготовці, ці результати виявлятимуться в ігровій, тренувальній і змагальній діяльності. Ефективність підвищення майстерності юних спортсменів багато в чому залежить від раціональної побудови всіх видів підготовки, які поєднуються в інтегральній підготовці на різних етапах багаторічного тренування.

Інтегральна підготовленість характеризується спроможністю до координації та реалізації в змагальній діяльності різних сторін підготовленості – технічної, фізичної, тактичної, психологічної та служить об'єднуючою, однією з найбільш важливих сторін підготовленості спортсмена до відповідальних змагань. Кожна зі сторін підготовленості спортсмена певною мірою є наслідком



упровадження вузькоспрямованих методів і засобів. Це призводить до того, що окремі якості та можливості, які проявляються в локальних вправах, часто не можуть проявитися повною мірою в змагальних вправах. Тому однією з важливих проблем спортивного тренування є оптимальне сполучення в тренувальному процесі аналітичного та синтезуючого підходів. Перший з них передбачає цілеспрямовану роботу над удосконаленням окремих якостей чи сторін підготовленості, а другий – забезпечення злагодженості комплексних проявів усіх сторін підготовленості в змагальній діяльності [13].

Змагальна діяльність як відображення інтегральної підготовленості юних баскетболістів, починається вже з 11-12 років на рівні Всеукраїнської баскетбольної юнацької ліги (ВЮБЛ). Саме цей період в баскетболі відповідає етапу попередньої базової підготовки.

Аналіз організації педагогічного контролю та контрольних нормативів у навчальній програмі для дитячо-юнацьких спортивних шкіл (1999 року видання) для першого року навчання у НТГ (навчально-тренувальна група) I року на дозволяє визначити деякі недоліки:

- застаріла методика педагогічного контролю баскетболістів у порівнянні з провідними баскетбольними країнами;

- необгрунтовані наукові підходи до комплексного контролю юних баскетболістів з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дітей;

- відсутність науково обгрунтованої системи нормативних оцінок інтегральної підготовленості (не всі фізичні якості контролюються у відповідності до чутливих періодів, відсутність тестів на захисні дії, оперативне мислення тощо);

Слабка постановка педагогічного контролю за розвитком

психологічного стану, морально-вольових та інтелектуальних якостей спортсменів.

Останні дослідження Шинкарук О. А [16]. свідчать про те, що в багатьох видах спорту відсутня обгрунтована система специфічних тестів та інформативних критеріїв, які дозволяють виявити перспективних спортсменів, визначити їх схильність до роботи різної спрямованості та розробити рекомендації щодо орієнтації тренувального процесу.

Крім того узагальнення та вивчення програм, тестів та показників, які застосовуються в процесі відбору та орієнтації підготовки спортсменів у різних країнах свідчить про наявність як низки спільних характеристик, так і суттєвих відмінностей у підходах:

- велика частина тестів і показників, які реєструються і складають зміст системи оцінки підготовленості спортсменів у країнах, несумісні між собою. Це ускладнює обмін інформацією, стримує вдосконалення навчально-тренувального процесу в цілому;

- різні методологічні підходи при формуванні комплексу показників, оцінних шкал, інтегральних оцінок перспективності часто не враховують специфіку виду спорту, біологічний вік, характер попередньої підготовки, темпи зростання спортивних досягнень тощо [16, 17].

Російські програми пропонують здійснювати контроль функціональних можливостей, психофізіологічного статусу (реакції вибору, реакції на об'єкт, що рухається тощо), психологічного статусу (мотивація до досягнення успіху, мотивація до уникнення невдач, рівень тривожності та інше) [11].

Аналіз змісту українських навчальних програм для ДЮСШ та СДЮСШОР (1999) свідчить про те, що навчальний матеріал складається з теоретичної, фізичної, технічної, тактичної, інтегральної

ної видів підготовки, а також контрольних випробувань й інструкторської та суддівської практики [10].

Крім того нами виявлено, що контрольні нормативи з фізичної підготовленості не містять жодного тесту для визначення психомоторних здібностей, які, на думку багатьох дослідників, є важливими у спортивних іграх [7]. Недостатньо уваги приділено тестам з визначення рівня розвитку координаційних здібностей і рівноваги, хоча вік 11-12 років є чутливим періодом для розвитку цих здібностей [10].

Що стосується контрольних випробувань з технічної підготовленості, на нашу думку, також прослідковуються деякі недоліки. Рівень технічної підготовленості виявляється за 5 тестами – з них жодного – на захисні дії; російська програма [12] передбачає лише один тест на захисні дії. Тому необхідно включити тести для визначення рівня оволодіння захисними навичками, що підвищить рівень контролю.

Зовсім відсутні тести з тактичного, психологічного та теоретичного видів підготовленості, а також недостатньо тестів, які б поєднували деякі види підготовленості та відповідали сучасним умовам змагальної діяльності гравців у баскетболі.

Також нами виявлено, що на першому, другому та третьому роках навчання у навчально-тренувальних групах на інтегральну підготовку відводиться 107 (17,4%), 141 (20,2%) та 194 (22,3%) години, відповідно. При цьому, не передбачається комплексних контрольних нормативів, які б надали інформацію тренеру про готовність юних спортсменів до змагальної діяльності й відображали конкретні недоліки у їх підготовленості для подальшої корекції навчально-тренувального процесу.

У зв'язку з вищезазначеним, особливої значущості набуває



пошук інноваційних підходів, використання зарубіжного й вітчизняного досвіду з метою обґрунтування комплексного контролю інтегральної підготовленості який би не тільки сприяв підвищенню ефективності навчально-тренувального процесу, а й відіграв велику роль у керуванні змагальною діяльністю, орієнтації спортсменів до конкретного ігрового амплуа, формуванні ігрових підгруп у складі команд.

Висновки

Аналіз доступної літератури з даного напрямку свідчить, що проблема контролю підготовленості юних українських баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки розкрита недостатньо, потребує пошуку та впровадження нових підходів з урахуванням всіх чинників, що впливають на рівень інтегральної підготовленості, а саме: вікових особливостей, сенситивних періодів розвитку рухових якостей, психологічних і психомоторних відмінностей особистості гравців, особливостей змагальної діяльності, сучасних тенденцій комплексного контролю у світовому баскетболі, що дозволить тренерам вдосконалити навчально-тренувальний процес на основі підходів диференціації та індивідуалізації.

Література:

1. Безмылов Н. Критерии отбора квалифицированных баскетболистов в команду: автореф. дис. канд. наук. з фіз.вих. і спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт»/ Н. Н. Безмылов – Київ. 2010. – 20 с.
2. Вальтин А. И. Проблемы современного баскетбола./ А. И. Вальтин К.: 2003. – 150 с.
3. Губа В. Г. Особенности отбора в баскетболе / В. Г. Губа, С. Г. Фомин, С. В. Чернов. – М.: Физкультура и Спорт, 2006. – 144 с.
4. Запорожанов В. Количественные и качественные критерии оценки перспективных возможностей юных спортсменов / Вадим Запорожанов // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, реакції, спортивної медицини та реабілітації : Міжнар. наук. конгр. – К., 2000. – С 43.
5. Корягин В. М. Подготовка высококвалифицированных баскетболистов / В. М. Корягин. Учебник для вузов физической культуры. М. 1997. – С. 205-209.
6. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. – К.: Олімп. літ-ра, 2011. – 224 с.
7. Кудряшов Є. В. Побудова і контроль тренувального процесу у волейболі – Луганськ : Поліграфресурс, 2005. – 254 с.
8. Мітова О. О. Сучасні проблеми розвитку міні-баскетболу в Україні / О. О. Мітова, В. М. Онищенко // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць в галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Вип. 18 : у 4-х т. – Л. : ЛДУФК, 2014, - Т. 1. – С. 150-155.
9. Павлова Т. В. Комплексна оцінка здібностей дітей при відборі в ігрові види спорту на етапі початкової підготовки: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня к. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.01 / Т. В. Павлова; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. — К., 2011. — 20 с.
10. Поплавський Л. Ю. Баскетбол. / Л. Ю. Поплавський. Підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. – К.: Олімпійська література. 2004. – 446 с.
11. Поплавський Л. Ю. Програма для ДЮСШ, СДЮШОР і ШВСМ. Учебно-тренувальні групи і групи спорт. удосконалення / Л. Ю. Поплавський, В. Г. Окипняк. - К., 1999. - 126 с.
12. Портнов Ю. М. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР / Ю. М. Портнов, В. Г. Башкирова, В. Г. Луничкин, М. И. Духовный, А. Б. Мацак, С. В. Чернов, А. Б. Саблин. – М.: Советский спорт, 2004. – 100 с.
13. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов – К.: Олимпийская литература, 2004. 806 с.
14. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей. Учебное пособие, -- Донецк: Из-во ДонНУ, 2005, -- 290 с.
15. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л. П. Сергієнко. - К., 2001. – 439 с.
16. Шинкарук О. А. Спортивний вісник Придніпров'я ,2014.— С 191-198.
17. Buceta J. M. Basketball for Young players. Guidelines for coaches / J. M. Buceta M. Mondoni, A. Avakumovic, L. Killik. – Madrid: FIBA, 2000.- 358 p.
18. Shynkaruk O. A. The selection of athletes and the orientation of their training in the process of multi-year improvement (on the material of Olympic sports) / O.A. Shynkaruk. - Kiev: Olymp. lit, 2011.-360.

