

4515.66
Д-240

**ОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

На правах рукописи

ДВОЕГЛАЗОВ Владимир Васильевич

УДК 796.325+022

**ДИАГНОСТИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
И РАЗРАБОТКА ИГРОВЫХ МОДЕЛЬНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК
БАСКЕТБОЛИСТОВ**

13.00.04 — теория и методика физического воспитания
и спортивной тренировки

**Автореферат диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук**

Омск — 1989

У 515.06

Д-240

Работа выполнена в государственном центральном Ордена
Ленина институте физической культуры

Научный руководитель кандидат педагогических наук,
старший научный сотрудник **Порт-
нов Ю. М.**

Официальные оппоненты доктор биологических наук, про-
фессор **Бальсевич В. К.**

кандидат педагогических наук,
Григорович И. Н.

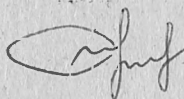
Ведущая организация Центральный научно-исследователь-
ский институт спорта

Защита состоится 24 ноября 1989 г. в 16⁰⁰ часов
на заседании специализированного совета К 046.06.01 в Омском
государственном институте физической культуры по адресу:
644063, г. Омск, ул. Масленникова, 144.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Омского
государственного института физической культуры.

Автореферат разослан 24 ноября 1989 г.

Ученый секретарь
специализированного совета



Сулейманов И. И.

БИБЛИОТЕКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы исследования. В спортивных играх, в частности, в отечественном баскетболе, накоплено значительное количество работ, посвященных обследованию соревновательной деятельности (ОСД). Вместе с тем остались практически неисследованными вопросы о влиянии экстремальности условий на успешность выступления спортсменов.

Недостаточная изученность этих вопросов объясняется, по нашему мнению, отсутствием, с одной стороны, соответствующих методических подходов к диагностике соревновательной деятельности, с другой — адекватной процедуры анализа полученных данных.

Недостаточное обоснование проблемы обеспечения надежности соревновательной деятельности наблюдается и в учебно-тренировочном процессе: применение определенных средств осуществляется обычно без учета влияния стресс-факторов на эффективность игровых действий.

Имеющиеся рекомендации, полученные в результате исследований по обсуждаемой проблеме, носят в определенной степени частный, фрагментарный характер, в то время как необходимо, по нашим представлениям, комплекс методических приемов, включающий методы диагностики, контроля коррекции и формирования соответствующих качеств.

Работа выполнена в соответствии со Сводным планом НИР по физической культуре и спорту на 1981-85 гг. по теме 2.2.5, номер государственной регистрации 8.1.07.6508.

Рабочая гипотеза исследования. Предполагалось, что определение особенностей влияния напряженности на игровые показатели и совершенствование компонентов тактической подготовки с учетом выявленных закономерностей позволит повысить эффективность технико-тактических действий в экстремальных условиях соревнований.

Объект исследования — высококвалифицированные баскетболисты.

Предмет исследования — соревновательная деятельность высококвалифицированных баскетболистов.

Целью исследования явилось повышение эффективности игро-

вой деятельности баскетболистов высокой квалификации в экстремальных ситуациях.

Задачи исследования:

1. Разработать методику регистрации и анализа игровых действий, позволяющую оценить динамику их эффективности в экстремальных условиях игры.

2. Определить характер и степень влияния стрессогенных факторов на эффективность игровых действий.

3. Определить модельные характеристики надежности соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов.

4. Разработать методические приемы повышения эффективности технико-тактических действий в экстремальных ситуациях за счет совершенствования тактического мастерства баскетболистов.

Методы исследования: анализ и обобщение литературных источников; поминутный графический метод записи игровых действий; регистрация игровых ошибок в принятии решений; методика согласованного принятия решений; педагогическое тестирование (контрольные тесты для оценки специальной подготовленности квалифицированных баскетболистов); метод формирующего (педагогического) эксперимента; метод математической статистики.

Организация исследования. Экспериментальная часть исследования осуществлялась в три этапа в течение 1982—1985 гг. На первом этапе (октябрь — декабрь 1982 г.) разрабатывалась и проходила проверку методика поминутной записи, определялись варианты анализа игровых данных.

Основной задачей второго этапа (январь 1983 г. — июнь 1984 г.) явилось исследование влияния ситуаций различной степени напряженности на эффективность технико-тактических действий баскетболистов.

Педагогические наблюдения проводились на следующих соревнованиях: VIII Спартакиада народов СССР; чемпионаты СССР 1983, 1984, 1985 гг.; международный турнир «Дружба-84»; розыгрыш Кубка европейских чемпионов. Проанализированы данные о 114 матчах.

Третьему этапу исследования (июнь 1984 г. — февраль 1985 г.) соответствовало проведение педагогического (формирующего) эксперимента на баскетболистах дублирующих составов команд «Спартак» Московской области (экспериментальная группа, $n=14$) и ЦСКА (контрольная группа, $n=14$). Всего было проведено 26 теоретических и 69 практических занятий.

Научная новизна исследования. В работе впервые установлено дифференцированное влияние напряженности игровой деятельности на эффективность технико-тактических действий у квалифи-

цированных баскетболистов, предложен новый способ диагностики соревновательной деятельности, разработаны игровые модельные характеристики, предложена экспериментально обоснованная методика повышения эффективности игровой деятельности в экстремальных условиях соревнований на основе совершенствования компонентов тактического мастерства баскетболистов.

Практическая значимость результатов исследования заключается в возможности их использования в процессе:

- контроля за соревновательной деятельностью баскетболистов;
- коррекции учебно-тренировочного процесса;
- обеспечения индивидуальной подготовки баскетболистов.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Разработанная методика диагностики соревновательной деятельности, принцип которой состоит в поминутной записи игры, позволяет определить уровень напряженности отдельных игровых эпизодов и всего матча, а также оценить динамику эффективности технико-тактических действий в ситуациях различной степени напряженности.

2. Влиянию стресс-факторов значительно подвержены параметры тактического мышления баскетболистов, совершенствование которых позволяет существенно повысить эффективность игровой деятельности спортсменов в экстремальных условиях соревнований.

3. Совершенствование тактической подготовки баскетболистов необходимо осуществлять на основе комплекса методических приемов, включающего на теоретических занятиях элементы алгоритмического обучения, на практических — круговую тренировку тактической направленности, игровой и соревновательный методы.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, четырех глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы, приложений, двух актов внедрения результатов работы в практическую деятельность спортивных организаций. Она изложена на 236 страницах машинописного текста и содержит 17 таблиц, 2 рисунка, 5 приложений. Список литературы охватывает 261 источник, из которых 19 — работы на иностранном языке.

СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Состояние вопроса. Обследование соревновательной деятельности (ОСД) как составная часть комплексного контроля является отправной точкой определения модельных параметров всех сторон подготовки спортсменов. Методические подходы к проведе-

нию ОСД по оценке эффективности и ряда других критериев технико-тактической подготовленности игроков изучались в работах многих авторов (А. М. Грасис, 1955; Е. Р. Яхонтов, 1966; Г. Уилкс, 1968; А. С. Чижаускас, 1974; В. Е. Лихачев, 1976; R. Cousy, F. G. Power, 1976; С. Н. Сингаевский, 1978; А. П. Травина, 1983 и др.).

Среди различных направлений ОСД лишь незначительное количество работ посвящено изучению влияния стресс-факторов (М. Е. Амалин, 1973; Г. А. Островский, А. П. Бутвиловский, С. Н. Трифонов, 1982; В. Х. Янев, 1971) и нарастающего утомления (В. К. Пельменёв, 1977; А. В. Ивойлов, Ю. Г. Смирнов, В. В. Цикалов, 1981) на эффективность технико-тактических действий (ТТД). Крайне редко в методиках ОСД контролируется счет игры (Г. В. Барчукова, 1982), его динамика, игровое время (Ю. И. Портных, Е. Б. Сологуб, В. К. Пельменёв, 1977) и практически отсутствуют методики, в которых контролируются одновременно счет, время, количество, эффективность и целесообразность ТТД.

Принимая априори, что уровень напряженности по ходу игры имеет существенную динамику, возникает необходимость определения влияния стресс-факторов на технико-тактическую подготовленность баскетболистов. При этом необходимо выявить не только степень влияния, но и особенности воздействия стресса на ТТД. Очевидно, что модельные характеристики, которые широко используются в спорте (И. П. Преображенский, Н. В. Семашко, 1972; В. В. Кузнецов, А. А. Новиков, Б. Н. Шустин, 1975; и др.), должны отражать степень толерантности баскетболистов в стрессогенных ситуациях.

Отсюда следует, что для определения характера и особенностей воздействия стресс-факторов необходимо разработать пути и методы повышения эффективности технико-тактических действий в экстремальных условиях соревновательной деятельности.

Влияние стресс-факторов на эффективность соревновательной деятельности

На этапе решения второй задачи настоящего исследования с помощью методик РОПР (А. П. Травина, 1983) и ПГМЗ, разработанной автором, проводилась диагностика соревновательной деятельности с целью определения характера и степени влияния стресс-факторов на эффективность и частоту применения ведущих технико-тактических действий.

Результаты исследований показывают, что влиянию стресс-факторов в большей степени подвержены параметры тактической подготовленности баскетболистов. Так, в условиях повышенной

напряженности количество тактических ошибок увеличивается на 22,81% ($P < 0,001$). При этом число ошибок альтернативного типа увеличивается на 24,78% ($P < 0,001$), временного — на 14,96% ($P < 0,01$).

Анализ результатов ОСД свидетельствует о дифференцированном влиянии экстремальных условий деятельности на эффективность ТТД, что доказывается как распределением удельного веса тактических ошибок между игровыми приемами, так и степенью их изменения под влиянием стресс-факторов. Так, наибольший удельный вес имеют тактические ошибки в передачах мяча — 21,37%, борьбе за отскок — 20,01%, подстраховке — 16,47%, бросках с игры — 10,11%; прирост количества тактических ошибок под влиянием стресс-факторов в подстраховке — на 23,5% ($P < 0,001$), во взаимодействиях с заслонами — на 25,59% ($P < 0,001$), в перемещениях без мяча — на 20,31% ($P < 0,01$), в передачах мяча — на 21,07% ($P < 0,001$), в борьбе за отскок мяча — на 12,20% ($P < 0,05$).

Было доказано, что в стрессовых условиях соревновательной деятельности снижается частота применения ведущих технико-тактических действий. Так, количество голевых передач в интервале счета ± 3 очка снижается на 10,0% ($P < 0,01$), заслонов — на 2,6% ($P < 0,001$), атак стремительным нападением — на 13,9% ($P < 0,001$). Кроме того, в различной степени снижается эффективность бросков с игры: средняя и дальняя дистанции — на 18,4% ($P < 0,001$); ближняя — на 15,7% ($P < 0,001$); штрафные броски — на 4,8% ($P < 0,05$).

Таким образом, становится очевидным, что характер и степень влияния стресс-факторов на эффективность и частоту применения ТТД различны. Воздействию стресс-факторов в значительной степени подвержены параметры тактической подготовленности баскетболистов, что требует особо пристального внимания в работе тренеров.

Разработка игровых модельных характеристик баскетболистов.

При разработке модельных характеристик учитывались следующие требования: во-первых, общепринятые показатели (в целом за матч) могут использоваться на первых этапах ОСД; во-вторых, при более глубоком анализе в основе модельных характеристик должно лежать сравнение игровых показателей в различные по уровню напряженности периоды игры, степень расхождения между которыми будет свидетельствовать об уровне толерантности к стрессу.

На примере результатов ОСД ведущих команд страны, а также ряда зарубежных стран, в качестве модельных характеристик получены следующие результаты, показывающие величину рас-

хождения эффективности и частоты применения основных ТТД в зависимости от уровня напряженности соревновательной деятельности: $15,1 \pm 2,34\%$ — броски с дальней и средней дистанции; $12,4 \pm 2,22\%$ — броски с ближней дистанции; $2,7 \pm 0,54\%$ — штрафные броски; $10,3 \pm 1,8\%$ — частота использования быстрого прорыва; $7,1 \pm 0,32\%$ — частота голевых передач.

Повышение эффективности деятельности в экстремальных условиях соревнований

При разработке средств педагогического воздействия решался ряд специфических задач: моделирование и совершенствование основных структурных элементов игры, в первую очередь тех, которые наиболее подвержены воздействию стрессовых факторов; создание проблемности в обучении с целью активизации творческого мышления занимающихся; формирование системы игровых принципов (пространственно-временной ориентационной основы признаков) и высокого уровня целесообразности и своевременности действия; интенсификация тренировочных занятий.

Многофакторность эффективности соревновательной деятельности и существующие сложности ее повышения в экстремальных ситуациях показывают, что для достижения поставленных задач педагогическое воздействие должно охватывать как теоретический, так и практический разделы, причем последний должен быть представлен широким комплексом используемых методов, а также этапностью в практической реализации.

В теоретическом разделе новизна подхода определялась специально разработанными предписаниями алгоритмического типа, в практическом — сочетанием методических приемов с дифференцированной постановкой задач.

В целом экспериментальный фактор педагогического воздействия имел следующую структуру: 1. Элементы алгоритмизированного обучения. 2. Круговая тренировка тактической направленности. 3. Игровой метод (поисковый и ритмовой варианты). 3. Соревновательный метод (моделирование напряженности и игровые задания).

Для решения поставленной задачи был применен принцип проблемного обучения с использованием алгоритмизированных программ посредством детализации структуры основных игровых фаз, наиболее уязвимых к воздействию стресс-факторов. Он включал следующие методические приемы:

1. Коррекция предварительно разработанных (автором работы) алгоритмических предписаний представлялась как совместный творческий процесс игроков команды.

2. Дублирование отдельных игровых моментов с целью более

прочного усвоения материала в нескольких алгоритмах. Например, фаза «бросок-подбор» (в защите) по основным элементам продублирована в 1 фазе быстрого прорыва (стремительное нападение).

3. Направленность алгоритмов преимущественно на параллельное (одновременное) решение игроками тактических задач, в отличие от более пассивного варианта последовательных решений.

Всего было разработано 13 предписаний алгоритмического типа, охватывающих наиболее важные игровые моменты. Структурную основу конкретного алгоритмического предписания составляли: название игровой фазы; выделение основных (целевых) задач; содержание и последовательность игровых (операционных) задач; система ориентировочных признаков; методические замечания.

Главным направлением применения предписаний алгоритмического типа являлось требование обеспечить максимальный перенос теоретических знаний в практическую деятельность.

Предписания алгоритмического типа моделировали те мыслительные операции, которые необходимо выполнить игроку для принятия целесообразного и своевременного тактического решения. Причем такой подход, при всей кажущейся индивидуализации подготовки направлен на повышение общеконандного уровня сыгранности.

Частота теоретических командных занятий в микроциклах составляла: а) «4—1» до 2-х занятий; б) «3—1», «2—1» не более 1 занятия (в пределах 20 минут).

Разработанные алгоритмы определяют последовательность операций и систему признаков, на которые могут ориентироваться игроки конкретной команды. Вследствие этого стала возможной разработка системы упражнений, которые позволили продолжить целенаправленное формирование необходимого алгоритмического процесса для повышения уровня тактического мышления баскетболистов.

Практическая подготовка осуществлялась в следующей последовательности:

1. Выполнение традиционных упражнений в условиях отсутствия дефицита времени и информации.

2. Применение круговой тренировки тактической направленности (несколько «станций», на которых моделируются условия различной степени дефицита времени и информации).

3. Применение игрового метода: формирование целесообразности и своевременности выполнения действий в условиях командной игры. К примеру, выработка «чувства ритма игры» или поиск позиционных погрешностей системы защиты соперника.

4. Применение соревновательного метода, завершающего ком-

плексный подход, характеризовалось моделированием напряженности спортивного поединка.

С целью повышения творческой активности игроков, их способности правильно и быстро оценивать игровую ситуацию был разработан комплекс тактических упражнений. Методической основой его проведения являлся принцип «перманентно-круговой» тренировки, который впервые нами был применен для совершенствования тактической подготовки.

Использование данного метода определяло второй этап педагогического эксперимента и обуславливалось рядом объективных причин, а именно: необходимостью рационального использования тренировочного времени (с целью повышения плотности занятий); варьированием количества игровых решений с целью создания проблемности игровых ситуаций; осуществлением принципа обратной связи на основе оценки принятого тактического решения; максимальным приближением условий совершенствования к соревновательным; взаимосвязью теоретического и практического разделов подготовки; требованием индивидуализации процесса тактической подготовки игроков.

Круг специфических частных задач тактической подготовки с использованием кругового метода, решаемых в ходе педагогического эксперимента, включал: целенаправленное воздействие на те игровые приемы, которые наиболее подвержены воздействию стрессогенных факторов; совершенствование пространственно-временной ориентационной основы для принятия решений; привлечение минимального количества спортсменов для создания (моделирования) проблемной игровой ситуации; оптимальное дозирование учебного материала для совершенствования игры в защите и нападении; развитие творческой активности игроков; максимальная реализация принципа проблемности в обучении; разработка средств и методов, отвечающих требованиям доступности.

Формирование целесообразности и своевременности выполнения игровых действий посредством кругового метода осуществлялось следующим образом: на каждой станции моделировалась определенная тактическая ситуация, в которой игрок должен принять оптимальное решение из нескольких возможных вариантов. Причем, в целях более точной оценки выбранного игрового хода количество возможных альтернатив ограничивалось до оптимального минимума.

Учитывая, что в процессе игры у баскетболиста (с мячом) имеется до четырех (одновременно) выборов тактического хода (бросок, передача, перемещение и пауза), необходимость выбора обуславливалась:

а) предложением (активностью партнера), т. е. стремлением принять мяч и готовностью создать условия для этого и т. д.;

б) положением защитника (плотность опеки); ориентировочную основу его готовности к перехвату составляют дистанция до нападающего, скорость передвижения или позиции в удобной защитной стойке, зрительный контроль ситуации;

в) расстоянием от кольца определяется выбор таких игровых решений, как передача мяча (определение остроты позиции партнера); бросок по кольцу (соответствие дистанции имеющемуся навыку броска); выбор направления ведения при взаимодействии с партнером (на вершину заслона или «в заслон»);

г) позицией партнера (увеличение дистанции до него повышает целесообразность применения ведения или выдерживания паузы).

В тех случаях, когда невозможно было смоделировать условия однозначного (обусловленного моделью ситуации) выбора решения, сужение альтернатив осуществлялось игровой рабочей установкой. Например, индивидуальное обыгрывание разрешалось только после взаимодействия с партнером.

Практическая организация занятия с использованием кругового метода тренировки, направленного на совершенствование тактического (оперативного) мышления заключалась в следующем: состав занимающихся делился на группы по четыре спортсмена в каждой, что позволяло, в зависимости от количества присутствующих на тренировке, организовать 4—5 «станций». Основу работы на «станции» составляли упражнения 2×2 ; затем на «станцию» выдавался в текстовой форме тактический план упражнения; после того, как условия и последовательность выполнения упражнения были разучены в группах, производилась смена одного или двух нападающих игроков для создания проблемности ситуации, т. е. каждый перешедший игрок попадал в ситуацию «неразученного» упражнения, что значительно повышало проблемность обучения, т. е. усложнение осуществлялось отсутствием информации; испытуемый (вновь перешедший) игрок занимал указанную позицию (с мячом или без) и ориентируясь на систему внешних признаков (позиции и действия партнера), соперников, а также оценив свою позицию и возможные действия, выполняет 3—5 повторений произвольно так, как он сам оценивал и осмысливал данную ситуацию с учетом тех ограничений, которые введены условиями упражнения или определены ранее разученными предписаниями алгоритмического типа. Длительность одной попытки (атаки) ограничивалась временным отрезком в 8—12 секунд; оценка целесообразности и своевременности принятых тактических решений в данной игровой ситуации осуществлялась парт-

нерами (реализация принципа обратной связи); дополнительное выполнение (коррекция ошибок) данного упражнения (2—3 повтора) осуществлялось по необходимости, т. е. при наличии ошибочных выборов; выполнивший упражнение игрок переходил на место партнера по нападению, тот заменял одного защитника, который переходил на другую станцию в роли испытуемого; вновь вошедший на станцию игрок решал ту же тактическую задачу с последующим переходом по всем оставшимся позициям (нападающего и 2-х защитников), а затем вновь переходил на следующую станцию в качестве испытуемого.

Время полного прохождения круга (одной парой игроков), при четырех станциях не превышало 12 минут, без учета времени на предварительную организацию (1—2 минуты).

Усложнение упражнений в круговой тренировке тактической направленности осуществлялось различными путями. При этом варьировалось: время, отведенное на обдумывание игрового хода; количество предъявляемых альтернатив; выбор одного или построение ряда последовательных решений; количество игроков на станции; первоочередность действия.

Игровой метод включал два варианта: ритмовой и поисковой. Первый вариант был направлен на совершенствование «чувства ритма игры» при внешних сбивающих воздействиях и периодической смене темпа, второй — на совершенствование поиска недостатков позиционной защиты соперника с последующей реализацией имеющегося преимущества.

В педагогическом эксперименте было апробировано 13 алгоритмических предписаний и 33 упражнения.

Сравнительный анализ данных по окончании педагогического эксперимента показал, что в контрольной и экспериментальной группе произошли определенные сдвиги на разных уровнях статистической значимости.

Сравнение результатов тестирования функциональной и физической подготовки контрольной и экспериментальной групп до и после педагогического эксперимента показывает, что в обеих группах на достоверном уровне улучшились результаты теста бросков с точек. В контрольной группе также статистически значимо улучшились результаты серийной прыгучести; на недостоверном уровне — результаты прыжков в высоту, быстрота защитных передвижений и штрафных бросков.

Сравнивая игровые показатели до и после эксперимента, выявлено, что в экстремальных ситуациях (в интервале ± 3 очка) повысилась эффективность в бросках с дальней и средней дистанции: в контрольной — на 3,4% ($P > 0,05$), в экспериментальной — на 13,6% ($P < 0,01$); в ближних бросках соответственно на 4,2%

($P > 0,05$) и на 9,1% ($P < 0,05$); уменьшилось количество потерь мяча (соответственно $P > 0,05$ и $P < 0,01$); увеличилось количество голевых передач (соответственно $P > 0,05$ и $P < 0,05$), атак быстрым прорывом ($P > 0,05$ и $P < 0,01$), взаимодействий типа «заслон-наведение» ($P > 0,05$ и $P < 0,05$); повысился уровень взаимопонимания ($P > 0,05$ и $P < 0,05$).

Количество тактических ошибок, обусловленных нецелесообразностью и несвоевременностью игровых решений, снизилось в экспериментальной группе достоверно ($P < 0,05$), в контрольной — незначительно ($P > 0,05$).

Результаты показывают, что повышение эффективности игровых действий эффективнее осуществлять на основе разработанного комплекса методических приемов и позволяют рекомендовать его в практику подготовки баскетболистов.

ВЫВОДЫ

1. Разработана методика диагностики эффективности технико-тактической деятельности, позволяющая:

— определить уровень напряженности отдельных игровых эпизодов и матча в целом;

— диагностировать эффективность ТТД в экстремальные моменты игры;

— дифференцированно оценить динамику эффективности ТТД под воздействием стресс-факторов.

2. Установлено, что влиянию стресс-факторов значительно подвержены параметры тактической подготовленности баскетболистов, а именно: целесообразность и своевременность выполнения игровых действий. Так, в условиях высокой напряженности количество тактических ошибок увеличивается на 22,81% ($P < 0,001$). При этом число ошибок, совершаемых в условиях альтернативной неопределенности, увеличивается на 24,78% ($P < 0,001$), а в условиях временной — на 14,96% ($P < 0,01$).

3. Определено влияние напряженности игры на количество и качество выполнения игровых действий. В экстремальных ситуациях снижается целесообразность выполнения бросков с игры на 41,9%, ведения мяча — 34,5%, переключений — 26,5%, взаимодействий «заслон-наведение» — 25,6%, подстраховки — 23,5%, передач — 21,1%, перемещений — 20,3%, перехватов мяча — 13,1%, борьбе за отскок — 12,2%, накрываний бросков — 7,9%.

4. Обнаружено, что в экстремальных ситуациях игры снижается частота выполнения ведущих технико-тактических действий, а именно: количество голевых передач на 10,0% ($P < 0,01$); заслонов — на 2,6% ($P < 0,001$), быстрых прорывов — на 13,9% ($P < 0,001$).

5. Выявлены следующие закономерности снижения результативности бросков в экстремальные по степени напряженности интервалы игры:

- дальняя, средняя дистанция — на 18,40% ($P < 0,001$);
- ближняя дистанция — на 15,74% ($P < 0,001$);
- штрафные броски — на 4,81% ($P > 0,05$).

6. Разработаны игровые модельные характеристики баскетболистов, отражающие надежность соревновательной деятельности — степень снижения эффективности и частоты применения ТТД в игровых ситуациях с высоким и низким уровнем напряженности:

- 15,1±2,94% — в бросках с дальних и средних дистанций;
- 12,4±2,22% — в бросках с ближних дистанций;
- 2,7±0,54% — в штрафных бросках;
- 7,1±1,32% — в выполнении голевых передач;
- 10,3±1,80% — в организации атак быстрым прорывом.

7. Повышение эффективности игровой деятельности баскетболистов в экстремальных условиях целесообразно осуществлять за счет совершенствования тех компонентов мастерства, которые наиболее подвержены влиянию стресс-факторов, а именно: параметров тактического мышления. Для этого предлагается разработанный комплекс методических приемов, включающий на теоретических занятиях использование элементов алгоритмизации обучения; на практических — круговой тренировки тактической направленности, игрового метода (поисково-ритмовой вариант и моделирование напряженности).

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. С целью получения информации о влиянии стресс-факторов на эффективность игровой деятельности баскетболистов обследование соревновательной деятельности должно включать контроль игрового времени и счета. Реализацию принципа «кардиограммы» следует использовать для оценки факторов нарастающего утомления (наложение игр и анализ по минутным срезам) и напряженности (по шкале счета или отдельным интервалам: ± 3 очка и 20 ± 5).

Графическое представление получаемых показателей целесообразно использовать при разборе игры команды, а также для соответствующих коррекций учебно-тренировочного процесса.

2. Игровые модельные показатели, характеризующие частоту применения и эффективность основных ТТД в целом за матч необходимо дополнять относительными (шкалированными) показателями по интервалам счета различной степени соревновательной напряженности.

3. Поскольку влиянию стресс-факторов в большей степени подвержены параметры тактической подготовленности (целесообразность и своевременность выполнения игровых действий, их коллективность), тренерам необходимо для повышения эффективности соревновательной деятельности особое внимание уделять развитию оперативного мышления баскетболистов.

4. Повышение эффективности ТТД в экстремальных условиях соревнований необходимо осуществлять на основе широкого комплекса методических приемов.

На практических занятиях наряду с традиционными вариантами их проведения целесообразно использовать коррекцию алгоритмических предписаний по основным фазам игры (12—13 алгоритмов, по 15—20 минут, 1—2 раза в микроцикл, по одному предписанию на занятии).

На практическом занятии следует закреплять пройденный теоретический материал в традиционных упражнениях, а также в следующих методических приемах:

а) круговой тренировке тактической направленности, которая как основное звено совершенствования структурных игровых элементов, должна осуществляться в определенной последовательности: 2×2 (упражнения со сменой по два на «станции»); 2×2 (упражнения со сменой по одному); 3×0 (упражнения со своим первым ходом); 3×0 (упражнения с первым ходом партнеров); 3×3 (упражнения со сменой по три).

Содержание упражнений должно включать все основные (типичные) взаимодействия игроков 2×2, применяемые командой в процессе соревнований;

б) игровом методе с поисковым и ритмовым вариантами;

в) соревновательном методе с моделированием психической напряженности и выполнением игровых заданий.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Эффективные средства совершенствования тактической подготовленности гандболистов // Тезисы докладов X Всесоюзной научно-практической конференции «Программно-методические основы подготовки спортивных резервов» (21—24 октября).— М.: ВНИИФК, 1985.— С. 120—121 — (В соавторстве с М. В. Малыхиной).

2. Особенности соревновательной деятельности // Управление системой подготовки высококвалифицированных баскетболистов: Отчет о НИР (промежуточный) / Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры (ГЦОЛИФК); руководитель Аракелян Е. Е. —

№ ГР 01850060323, инв. № 0285005946.— М., 1985.— С. 14—35, 85—89, 92—97.

3. Повышение эффективности игровой деятельности баскетболистов с учетом стресс-факторов // Тезисы докладов Всесоюзной научно-практической конференции «Проблемы многолетней психологической подготовки высококвалифицированных спортсменов» (Харьков, 27—28 мая 1986 г.).— М.: ВНИИФК.—1986.— С. 28—29.— (В соавторстве с А. П. Травиной).

4. Анализ эффективности игровой деятельности команд в ситуациях разной степени психической напряженности // Анализ результатов психолого-педагогического обследования соревновательной деятельности команд-участниц международных соревнований по баскетболу «Дружба-84» / Методические рекомендации.— М.: ГЦОЛИФК, 1986.— С. 11—18.

5. Методика поминутно-графической записи игры // Методы контроля соревновательной деятельности в командно-игровых видах спорта / Методические рекомендации.— М.: ГЦОЛИФК.—1987.— С. 9—15.

2724/1