

ПОКАЗНИКИ ТЕХНІКИ КИДКІВ М'ЯЧА В КОШИК ПІД ЧАС ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ ВІКОМ 13–14 РОКІВ

Галина ГРЕБІНКА

Національний університет «Львівська політехніка», м. Львів, Україна

Вступ. Результати змагальної діяльності баскетболістів віком 13–14 років мають особливу важливість, тому що в програмі ДЮСШ основні показники техніки в умовах змагань наведено тільки для етапу підготовки до вищої спортивної майстерності. У навчальній програмі для спортсменів віком 13–14 років подано нормативні вимоги лише з фізичної, технічної підготовки та з антропометричні ростовими показник спортсменів. Водночас відомо, що принцип комплексності є до показників методологічною основою оцінювання підготовленості у спортивних іграх. Значущість такого оцінювання зростає, коли рівень фізичної і технічної підготовленості порівнюють із показниками змагальної діяльності баскетболістів [1,2,4,7].

Кількісні та якісні показники, що характеризують підготовленість спортсменів, дають змогу вивчати закономірності формування різних сторін їх майстерності, правильно орієнтуватися у виборі тренувальних засобів і методичних прийомів їх реалізації, розробляти раціональну стратегію досягнення планованих результатів [1,4,7].

Мета роботи – визначити технічні показники баскетболістів віком 13–14 років за результатами змагань Всеукраїнської юнацької баскетбольної ліги.

Методи: аналіз й узагальнення наукової та методичної літератури, педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

Результати. Дослідження технічних показників баскетболістів віком 13–14 років проведено за участі 29 команд – учасниць Всеукраїнської юнацької баскетбольної ліги сезону 2021–2022. Проведений аналіз технічних показників допоміг визначити, що юні баскетболісти в середньому виконують різну кількість кидків за гру.

Як показали результати досліджень такого технічного показника, як кидки м'яча в кошик, баскетболісти віком 13–14 років мають найвищу точність влучення в кидках з-під щита (49,1%). Причому в першій половині гри відсоток влучень у цих кидках вищий (51,6%), ніж у другій (46,6%). Аналогічна ситуація спостерігається і у 2- та 3-очкових кидках із дистанції. У 2-очкових кидках відсоток влучення в першій половині гри становив 43,4%, у другій 38,5%. У 3-очкових кидках відсоток попадань у першій половині гри значно вищий (33,6%), ніж у другій (20,7%). Дослідження результативності штрафних кидків встановили, що в середньому за гру в баскетболістів віком 13–14 років відсоток влучень становить 52,2%.

Установлено, що у всіх видах кидків, зафіксованих з-під щита, 2-очкових і особливо 3-очкових із дистанції, у першій половині відсоток попадань вищий, ніж у другій. Це очевидно пов'язано з втомою, що наростає в юних баскетболістів. Тому необхідно шукати шляхи вдосконалення тренування швидкісної витривалості та техніки кидків для баскетболістів віком 13–14 років.

Обговорення та висновки. Таким чином, відсоток влучень усіх видів кидків у баскетболістів віком 13–14 років за гру становив у середньому 33,4%. Дослідження кидків в умовах змагань виявили, що відсоток влучень у першій та другій половинах гри має суттєву достовірну відмінність, і те, що в практиці недооцінена їхня роль. У програмі для ДЮСШ відсутні статистичні дані (показники) точності кидків в умовах змагань для вікових груп 13–14 років. Очевидно, у програму для ДЮСШ необхідно ввести показники результативності кидків в умовах змагань. Це дасть змогу робити правильний добір тренувальних засобів і методичних прийомів їх реалізації.

Ключові слова: баскетбол, змагальна діяльність, технічні показники.

Список використаних джерел

1. Мітова О. О. Теоретико-методичні основи контролю в командних спортивних іграх у процесі багаторічного вдосконалення: дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту. Київ, 2021.
2. Мітова О. О., Івченко О. М. Контроль параметрів уваги у баскетболістів 13–14 років на етапі попередньої базової підготовки. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків, 2015. Вип. 5. С. 74–77.
3. Нестеренко Н. А. Швидкісно-силова підготовка баскетболістів 13–14 років залежно від ігрового амплуа: автор. дис. канд. наук з фізичного виховання і спорту. Дніпро, 2013. – 20 с.
4. Нью Юньфей. Оптимізація розвитку якостей, що визначають результативність ігрової діяльності баскетболістів 13–15 років: автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту. Харків, 2013. – 17 с.
5. Поплавський Л. Ю. Баскетбол. Київ: Олімпійська література, 2004. – 447с.
6. Поплавський Л. Ю., Маслова О. В., Безмилов М. М., Мітова О. О., Мурзін Є. В., Четвертак О. А. Баскетбол. Програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ, 2019. – 166 с.
7. Сушко Р. О. Удосконалення змагальної діяльності на основі моделювання техніко-тактичних дій висококваліфікованих баскетболісток різного амплуа: автор. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту. Київ, 2011. – 43 с.
8. Федерація баскетболу України: <http://www.fbu.com>