

ZMIENNA	SREDNIA	ODCHYLENIE STANDARDOWE
Lęk jako stan	36,61	8,26
Lęk jako cecha	41,19	7,93

Tab. 4. Lęk niepełnosprawnych szermierzy (N=54)

Tab. 5. Korelacje motywacji osiągnięć i lęku zawodników uprawiających szermierkę na wózkach (N=54)

ZMIENNA	LĘK JAKO STAN	LĘK JAKO CECHA
Współzawodniczenie	-0,1402	-0,3254 *
Motywacja celu	-0,0969	-0,2916 *
Motywacja zwyciężania	0,0428	0,0662
Orientacja na mistrzostwo	-0,1422	-0,0702
Orientacja na współzawodnictwo	-0,1455	-0,0395

* poziom istotności $p \leq 0,05$

РЕАЛІЗАЦІЯ 3-Х ОЧКОВОГО КИДКА В СУЧАСНОМУ БАСКЕТБОЛІ ЛДІЯ СЛАСТЬОН

Харківський державний інститут фізичної культури

У 1984 р. у м. Мюнхені на XII конгресі ФІБА були прийняті зміни в правилах гри. Найбільш значущим нововведенням, на думку фахівців, була поява 3-х очкового кидка.

Відтоді минуло 14 років, однак актуальність проблеми реалізації в сучасному баскетболі підкреслюється фахівцями і тренерами.

Проведені дослідження (Спортивные игры, N4, 1986) і зіставлення статистичних даних тих років з сучасними показниками свідчать про наявність актуальності проблеми реалізації 3-х очкових кидків.

З метою визначення динаміки цього показника в сучасному баскетболі ми провели спеціальні спостереження в іграх Чемпіонату світу 1998р. (Греція, Афіни). Аналіз повинен був дати відповідь на значимість цього ігрового компоненту, його вклад у розвиток гри, видовищність, тактична різноманітність в побудові гри, кількісні і якісні показники, вклад трьохочкових кидків в ігровий результат ігор і т. п.

З таблиці 1 видно, що кількісні показники трьохочкових кидків знаходяться в межах 139-166 за одну гру. Виняток в даному випадку – команда Іспанії 106 кидків. (У таблиці наведені команди в порядку зайнятих ними місць на ЧС-98). Причому, найбільш високий відсоток влучень відзначений у команди Югославії – 43.12% (60 влучень), США – 40.85% (67 влучень), Греції – 43.17% (64 влучень), Литви – 34.04% (57 влучень). Ці команди знаходяться в числі лідерів з набраних трьохочкових кидків: США – 201 очко, Греція – 192 очка, Югославія – 180 очок, Литва – 171 очко.

Таблиця 1

Реалізація 3-х очкових кидків на ЧС-98

№ Пп	Команди	Кільк. кидків	Кільк. влучень	% влучень	Всього очків	В середн. за гру	Рейтинг (місце в% реалізац.)
1.	Югославія	139	60	43.17	180	15/6	1
2.	Росія	165	53	32.12	159	18/6	7
3.	США	164	67	40.85	201	18/7	2
4.	Греція	158	64	40.51	192	17/7	3
5.	Іспанія	106	37	34.91	111	12/4	5
6.	Італія	166	49	29.52	147	18/5	8
7.	Литва	146	57	39.04	171	16/6	4
8.	Аргентина	154	52	33.77	156	17/6	6

Серед 8 команд – фіналістів відзначаються рівні показники влучень за одну гру (6 – 7), за винятком команд Іспанії та Італії (4 і 5 влучень). Однак, відсоток їх реалізації буде відрізнятися.

Усього на ЧС-98 16-ю командами було вироблено 2153 трьохочкових кидків, 756 попадань (35%), сума трьохочкових кидків – 158 очок.

У фінальній зустрічі Югославія - Росія, де ЧС-98 стала Югославія (табл. 62) статистика трьохочкових кидків така: Югославія 12 кидків – 5

влучень (41.7%), набрано 15 очок; Росія 9 кидків – 3 влучення (33.3%), набрано 9 очок. Вклад трьохочкових кидків у Югославії – 22.7% від усіх очок за гру, Росії – 14.5%.

Таблиця 2

Вклад 3-х очкових кидків в загальну
результативність команд на ЧС-98

№ п/п	Країна	Загаль-на кільк. очок	Сума 3-х очков. кидків	% вкладу 3-х очков. Кидків (за гру)	Рейтинг (місце по вкладу в гру)
1.	Югославія	818	180	22.0	3
2.	Росія	771	159	20.6	4
3.	США	873	201	23.0	2
4.	Греція	716	192	26.8	1
5.	Іспанія	734	111	15.1	8
6.	Італія	707	147	20.7	5
7.	Литва	801	171	21.3	6
8.	Аргентина	742	156	21.0	7
	Усього:	6162	1317	21.3	

З таблиці 2 видно, що найбільший вклад трьохочкових кидків в загальну результативність має команда Греції – 192 очка з 716 (26.8%), після цього йде команда США – 201 очко з 873 (23.0%), далі Югославія – 180 очок з 818 (22.0%), Литва – 171 очко з 801 (21.3%), Аргентина – 156 очок з 742 (21.0%), Італія – 147 очок з 707 (20.7%), Росія – 159 очок з 771 (20.6%) і т.п.

Середній показник восьми команд фіналістів – 21.3% (1317 очок з 6162 очка). Аналогічний показник виявлений серед 16 команд ЧС-98 – 21% вкладу (2268 очок з 10812).

Наведемо для порівняння показники чоловічих команд в Чемпіонаті України – 98. По реалізації 3-х очкових кидків лідерами є (в 32 іграх): "ЦСКА-Ріко" – 430 кидків – 181 влучення (42.1%); "СК Миколаїв" – 484/195 (40.3%); "Будівельник" – 496/171 (36.1%); "Ферро" – 580/205 (35.3%); "Біпа-Мода" – 339/107 (31.6%) і т.п.

Зіставимо показники українських команд з даними по цьому компоненту на ЧС – 98 сильніших команд світу і ми побачимо деяке відставання наших баскетболістів в реалізації трьохочкових кидків. Так

наприклад, на ЧС-98 команди набрали за гру 15-18 очок, а українські команди 9-12 очок. При приблизно рівному % влучень наші баскетболісти поступилися в загальній кількості набраних трьохочкових кидків.

Проведений нами аналіз дозволив зробити такі висновки:

1. За період вступу трьохочкових кидків (1984-1998 р.р.) проблема їхньої реалізації актуальна і зараз.
2. В динаміці зміни показників реалізації трьохочкових кидків не відзначено значного прогресу:

а) % реалізації	1986	1998
- командний	50 – 58%	40 – 43%
б) % вкладу в результати гри	30%	21%
3. Для підвищення ефективності реалізації трьохочкових кидків доцільно оптимізувати навчально-тренувальний процес, розробити комплекс засобів, методів і методичних прийомів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бабушкин В.З. Дальний бросок. Спортивные игры.-1986.-№4.-с.17-18.
2. Гомельский В. Три очка в конце встречи. Спортивные игры.-1986.-№8.-с.12-13.

ДЕЯКІ МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ В ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ СЕМИБОРОК НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

ІННА АСАУЛЮК

Вінницький державний педагогічний університет

На думку спеціалістів, серед численних досліджень багаторічної підготовки спортсменів питання, пов'язані з початковим етапом ефективної спеціалізації, є першорядними. Вони виникають перед тренером і спортсменом, на самому початку спортивної діяльності від того, наскільки доцільно буде збудована спортивна підготовка на цьому етапі і залежить успішність спортивного вдосконалення.

Доступність легкоатлетичних вправ для юних семиборок ми забезпечували полегшеним виконанням вправ: в бар'єрному бігу – зменшували висоту бар'єрів і скорочували відстань між бар'єрами;