

Олімпійський і професійний спорт

УДК 796.03

*Валерій Поляковський,
Олександр Швай,
Світлана Грициляк*

Порівняльна характеристика показників спеціальної підготовленості баскетболістів різної кваліфікації

Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. Сучасний баскетбол – атлетична гра. Висока динаміка ігрових дій, швидка зміна ситуацій, жорстка боротьба із суперником, обмеження часу на оцінку ігрових ситуацій, емоційні особливості ігрової діяльності ставлять високі вимоги до рівня рухових, функціональних і психічних якостей спортсменів [4; 6].

Поповнення баскетбольних команд вищої кваліфікаційної групи молодими гравцями тісно пов'язане з кропіткою роботою тренерів у відділеннях ДЮСШ, завданням яких є підготовка високотехнічних спортсменів, які володіють сучасним арсеналом прийомів гри та необхідними для їх реалізації фізичними якостями.

Як відзначають спеціалісти із баскетболу, під час переходу юних баскетболістів у команди вищої ліги випускники ДЮСШ поступаються гравцям більш високої кваліфікації рівнем спеціальної підготовленості [2; 9; 10].

Завдання дослідження – визначити кваліфікаційні різниці між баскетболістами – випускниками спортивної школи й баскетболістами високих розрядів і провести порівняльний аналіз показників їх спеціальної підготовленості.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. У дослідженні брали участь 23 баскетболісти – випускники ДЮСШ, віком 16–17 років та 18 баскетболістів високої кваліфікації – гравців вищої ліги України команди “Волинь-Баскет”.

Кожен із баскетболістів обстежувався за 28 показниками, які охоплювали параметри змагальної діяльності (ЗД) – фізичну, технічну, психологічну підготовленість та морфологічні особливості.

Рівень фізичної й технічної підготовленості визначали за допомогою тестів широкоапробованих у теорії та практиці баскетболу [1; 8].

Антропометричні виміри проводили за загальноприйнятою стандартною методикою [5; 9].

У тестуванні психологічної підготовленості досліджували час реагування простої реакції й реакції вибору [5; 7].

Виявлено, що всередині кожної кваліфікаційної групи в баскетболістів різного амплуа є достовірні відмінності щодо рівня підготовленості, а також кваліфікаційні відмінності рівня спеціальної підготовленості кожного з ігрових амплуа.

Центрові гравці різної кваліфікації перебувають на майданчику в середньому однакову кількість часу – близько 21 хв (рис. 1).

За ефективністю виконання 2-очкових і штрафних кидків достовірних відмінностей не виявлено ($p > 0,05$). Привертає увагу той факт, що, на відміну від центрових – випускників спортивних шкіл, центрові команди вищої ліги виконують 3-очкові кидки.

За кількістю заволодінь м'ячем під своїм щитом і щитом суперника, а також за кількістю втрат м'яча під час гри в центрових достовірних кваліфікаційних відмінностей не виявлено ($p > 0,05$).

Гравці більш високої кваліфікації за матч виконують більшу кількість перехоплень м'яча, ніж центрові гравці спортивних шкіл, і частіше роблять гострі результативні передачі в нападі ($p < 0,05$).

© Поляковський В., Швай О., Грициляк С., 2010

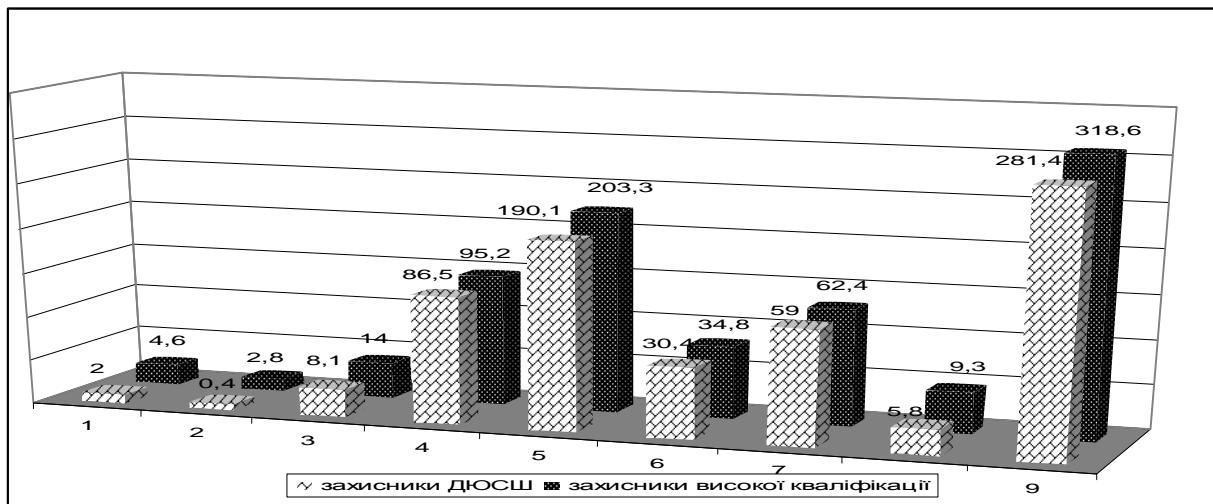


Рис. 1. Кваліфікаційна різниця центрових гравців спортивної школи та вищої ліги

1 – кількість перехоплених м'ячів, 2 – кількість гольових передач, 3 – результативність, 4 – вага тіла, 5 – довжина тіла, 6 – окружність плеча, 7 – окружність стегна, 8 – екскурсія грудної клітки, 9 – реакція вибору.

Також найбільшу кількість очок для своєї команди приносять центрові гравці вищої кваліфікації. Різниця їх результативності, порівняно із молодшими центровими, складає 5,9 очка.

Різниця в кількості набраних фолів і загальної ефективності ЗД у центрових різної кваліфікації не виявлено ($p > 0,05$).

Порівняльний аналіз показників фізичної й технічної підготовленості центрових гравців різної кваліфікації достовірних відмінностей у жодному з показників не вияв. Це стосується стабільності середніх, дальніх і штрафних кидків ($p > 0,05$).

Щодо морфометричного аспекту в центрових гравців виявлено такі кваліфікаційні відмінності. За довжиною тіла та вагою центрові вищої ліги значно перебільшують молодих центрових ($p < 0,05$). Центрові випускники спортивних шкіл поступаються більш кваліфікованим центровим гравцям окружністю плеча на 4,4 см, окружністю стегна – на 3,4 см, екскурсією грудної клітки – на 3,5 см. Дослідження психологічної підготовленості баскетболістів різної кваліфікації показало, що центрові гравці команди вищої кваліфікації мають достовірні відмінності, порівняно з центровими – випускниками спортивної школи, за часом складної реакції. Виявлено, що в реакції вибору центрові спортивної школи, програють більш кваліфікованим центровим 37,2 мс. Показники простої реакції достовірної різниці не виявили ($p > 0,05$).

Результати обстеження ЗД нападаючих гравців різної кваліфікації свідчать, що за ігровими показниками нападаючі більш високої кваліфікації відрізняються від юних баскетболістів меншою їх варіативністю, що свідчить про стабільнішу техніку (рис. 2).

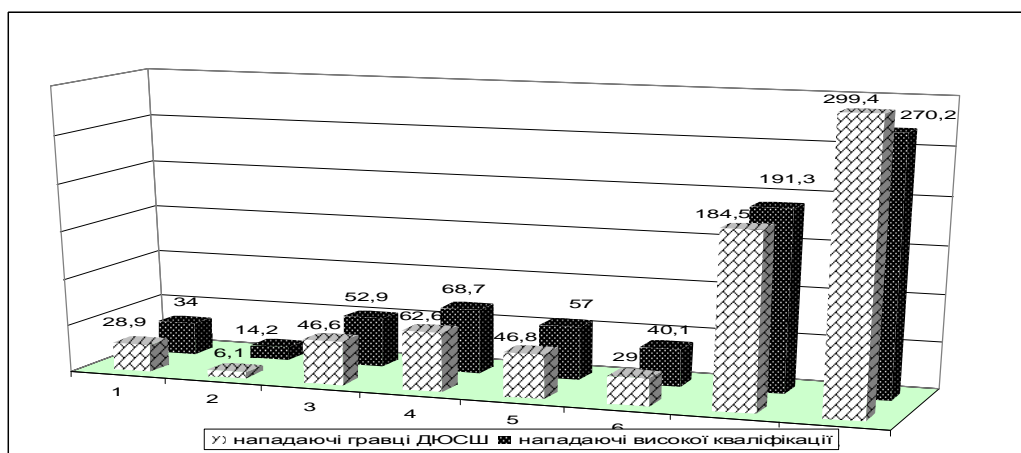


Рис. 2. Кваліфікаційна різниця нападаючих гравців спортивної школи та вищої ліги

1 – ефективність 3-очкових кидків, 2 – результативність, 3 – стрибок у висоту з місця, 4 – стрибок із розбігу, 5 – стабільність 2-очкових кидків, 6 – стабільність штрафних кидків, 7 – довжина тіла, 8 – реакція вибору.

За ефективністю виконання 2-очкових кидків у нападаючих різної кваліфікації відмінностей не виявлено ($p > 0,05$). У нападаючих – гравців команди спортивної школи цей показник більш стабільний ($r = 38,9\%$).

Не виявлено достовірних відмінностей у кількості перехоплень м'яча за гру, утрат м'яча й кількості набраних фолів ($p > 0,05$).

Нападаючі гравці різної кваліфікації активно беруть участь у боротьбі за м'яч під час невлучного кидка як у захисті, так і в нападі. Але цей показник кваліфікаційних відмінностей не виявив ($p > 0,05$).

Не виявлено достовірних відмінностей і в загальній ігровій ефективності баскетболістів ($p > 0,01$). Але нападаючі – випускники спортивних шкіл – грають украй нестабільно. Зафіксована більша варіативність $V = 309\%$, у той час як у нападаючих більш високої кваліфікації $V = 94,7\%$.

Як показало обстеження ЗД, нападаючі команди вищої ліги частіше використовують результативні передачі, ніж більш юні баскетболісти ($p < 0,05$). Вони принесли в команду на 8,1 очка більше й перевищують молодших гравців щодо ефективності 3-очкових кидків (5,1%).

Тестування фізичної та технічної підготовленості нападаючих різної кваліфікації виявило низку достовірних відмінностей. Так, за висотою стрибка з місця, нападаючі вищої ліги виграють 6,3 см у нападаючих спортивних шкіл і 6,1 см – у стрибку з розбігу. Більш високі результати вони показують також у стабільності кидків. Під час тестів на стабільність середніх і дальніх кидків нападаючі високої кваліфікації набирають на 10,2 очка більше, ніж представники команд спортивних шкіл. Крім того, вони випереджають більш юних баскетболістів у тесті на стабільність штрафних кидків (на 11,1 очка).

Не виявлено достовірних відмінностей у нападаючих гравців за довжиною стрибка, швидкістю захисних переміщень та швидкістю бігу на 20 м ($p > 0,05$).

У морфометричному аспекті у нападаючих різної кваліфікації виявлено деякі відмінності. Так, гравці вищої ліги на 6,8 см вищі від нападаючих спортивної школи. За іншими показниками пропорції тіла достовірних відмінностей не виявлено ($p > 0,05$). А в таких показниках морфометрії, як вага тіла, окружність плеча, окружність стегна й екскурсія грудної клітки, молодші нападаючі поступаються ($p < 0,05$).

Аналіз результатів психологічної підготовленості нападаючих гравців не виявив достовірних відмінностей у показниках простої реакції ($p > 0,05$). Але вони зафіксовані за часом реагування в складній реакції ($p < 0,01$).

Так, нападаючі більш високої кваліфікації в складній реакції на 29,2 мс швидші, ніж більш юні нападаючі гравці.

Дослідження ЗД гравців задньої лінії виявило, що захисники вищої ліги ефективніше виконують 2-очкові кидки (різниця складає 15,3%), частіше роблять гострі результативні передачі (у середньому сім передач за матч) (рис. 3).

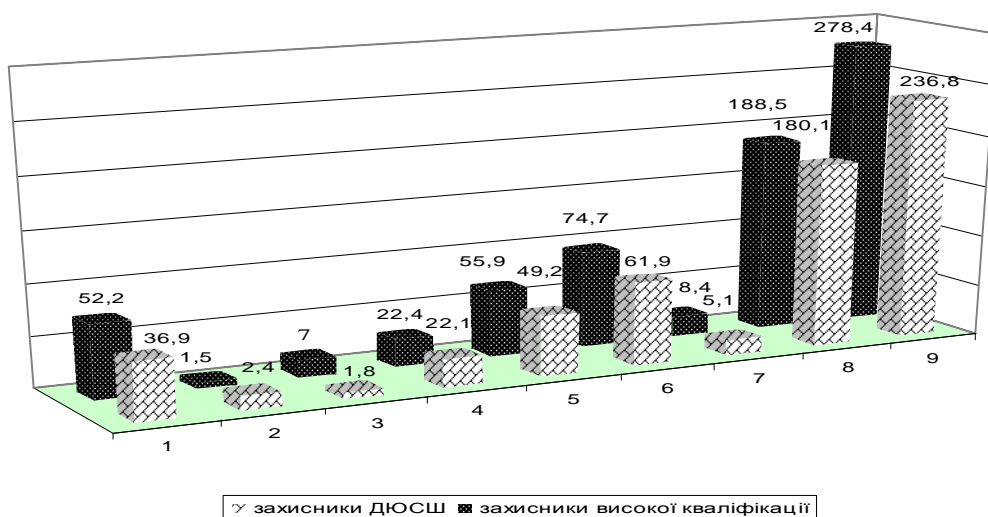


Рис. 3. Кваліфікаційна різниця захисників спортивної школи та вищої ліги

1 – ефективність 2-очкових кидків, 2 – кількість підборів м'яча на власному щиті, 3 – кількість голевих передач, 4 – швидкість захисних переміщень, 5 – стрибок у висоту з місця, 6 – стрибок у висоту з розбігу, 7 – екскурсія грудної клітки, 8 – довжина тіла, 9 – реакція вибору.

Але захисники – випускники спортивної школи – активніше включаються в боротьбу на власному щиті, порівняно з дорослими гравцями ($p < 0,05$).

У боротьбі під щитом суперника достовірних відмінностей не виявлено ($p > 0,05$), як і в ефективності 3-очкових та штрафних кидків ($p > 0,05$), кількості перехоплень м'яча і персональних зауважень ($p > 0,05$).

Граючи в нападі, захисники різної кваліфікації здобувають однакову кількість очок ($p > 0,05$).

У загальній ігровій ефективності відмінностей не виявлено, проте захисники вищої ліги проводять на майданчику на 5,3 хв більше.

Привертає увагу той факт, що загальна ігрова ефективність захисників різної кваліфікації має більшу варіативність: коефіцієнт варіації в більш кваліфікованих захисників дорівнює 173,3 %, а в юнаків – 175 %.

Результати тестування фізичної й технічної підготовленості захисників різної кваліфікації не виявили достовірних відмінностей у швидкості бігу на 20 м ($p > 0,01$), стрибку в довжину з місця ($p > 0,05$), а також у показниках технічної підготовленості: стабільності середніх і дальніх кидків та стабільності штрафних кидків ($p > 0,05$).

Захисники високої кваліфікації показують кращі результати в стрибках у висоту. Так, у стрибках з місця, вони виграють у молодших спортсменів – 6,7 см і у висоті стрибка з розбігу 12,8 см. Захисники вищої ліги також швидші від молодих колег у захисних переміщеннях у середньому на 0,3 с.

Аналіз морфометричних показників гравців захисної ланки вияв достовірну відмінність лише за окружністю грудної клітки ($p < 0,05$) в команді гравців більш високої кваліфікації.

У показниках довжини й ваги тіла, окружності плеча та стегна в захисників обох груп достовірних відмінностей не виявлено ($p > 0,05$).

Результати тестування психологічної підготовленості захисників різної кваліфікації свідчать, що час реагування в складній реакції в захисників більш високої кваліфікації на 41,6 с кращий, ніж у захисників спортивної школи. Водночас не виявлено достовірних відмінностей у показниках швидкості простого реагування ($p > 0,05$).

Висновки. За результатами тестування з використанням комплексної методики отримано кваліфікаційні відмінності рівня спеціальної підготовленості баскетболістів різних ігрових амплуа в команді випускників спортивної школи й у команді вищої ліги “Волинь-Баскет”. Так, у центрових гравців різної кваліфікації зафіксовано відмінності за 9-ма показниками. Із них за трьома показниками ЗД (кількість перехоплень м'яча, гострих гольових передач, набраних очок), за п'ятьма показниками морфометрії (довжина тіла, вага тіла, окружність плеча, окружність стегна, екскурсія грудної клітки), а також за таким показником психологічної підготовленості, як реакція вибору.

У нападаючих гравців різної кваліфікації зафіксовано відмінності за вісьма показниками. Із них за двома показниками ЗД (ефективність 3-очкових кидків і результативність), за двома показниками фізичної підготовленості (висота стрибка з місця й із розбігу), за двома показниками технічної підготовленості (стабільність кидків із відстані $< 6,75$ м і штрафних кидків), за показником росту гравців та психофізіологічною характеристикою (реакцією вибору).

У захисників різної кваліфікації визначено відмінності за 9-ма показниками. Із них: за трьома показниками ЗД (ефективність 2-очкових кидків, кількість підборів м'яча на власному щиті, кількість гольових передач), за трьома показниками фізичної підготовленості (висота стрибка з місця та з розбігу, швидкості захисних переміщень), за двома антропометричними показниками (екскурсія грудної клітки й довжина тіла) та за психофізіологічним показником – реакцією вибору. Але захисники високої кваліфікації поступаються молодшим гравцям в активності боротьби на власному щиті.

Перспективи подальших досліджень. Малодослідженим залишається питання пошуку оптимальних засобів, методів й методичних прийомів удосконалення спеціальної підготовленості баскетболістів різної кваліфікації.

Література

1. Берштейн Н. А. О ловкости и ее развитии / Берштейн А. Н. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 288 с.
2. Вальтин А. И. Проблемы современного баскетбола / Вальтин А. И. – Киев : [б. и.], 2003. – 150 с.
3. Вознюк Т. Оцінка перспективності юних баскетболістів / Т. Вознюк // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 3. – С. 198–201.
4. Запорожанов В. А. Управление тренировочным процессом высококвалифицированных спортсменов / [Запорожанов В. А., Платонов В. Н., Келлер В. С. и др.] – Киев : Здоровья, 1985. – 192 с.

5. Иванов В. В. – Комплексный контроль в подготовке спортсменов / Иванов В. В. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 256 с.
6. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / В. С. Келлер, В. М. Платонов– Л. : [б.в.], 1993. – 270 с.
7. Матвеев Л. П. – Основы общей теории спорта в системе подготовки спортсменов / Матвеев Л. П. – Киев : Олимпийская лит., 1999. – 320 с.
8. Платонов В. М. Фізична підготовка спортсмена / В. М. Платонов, М. М. Булатова – К. : Олімпійська л-ра, 1995. – 318 с.
9. Поплавський Л. Ю. Баскетбол / Поплавський Л. Ю. – К. : Олімпійська л-ра, 2004. – 448 с.

Анотації

У статті визначено відмінності в показниках спеціальної підготовленості баскетболістів різної кваліфікації.

Ключові слова: спеціальна підготовленість, змагальна діяльність, баскетболісти високої кваліфікації, баскетболісти-выпускники ДЮСШ.

Валерій Поляковський, Александр Швай, Светлана Грициляк. Сравнительная характеристика показателей специальной подготовленности баскетболистов разной квалификации. *В статье определены отличия в показателях специальной подготовленности баскетболистов разной квалификации.*

Ключевые слова: специальная подготовленность, соревновательная деятельность, баскетболисты высокой квалификации, баскетболисты-выпускники ДЮСШ.

Valerii Poliakovskiy, Oleksandr Shvai, Svitlana Hrytsyliak. Comparative characteristics of special training indicators of differently qualified basketball players. *The indicators differences of variously qualified basketball players training are depicted in the article.*

Key words: special training, a competition, highly qualified basketball players, sports school leavers.