

Чуча Н.І.,
Харченко Є.С.

Харківська державна академія фізичної культури

РІВЕНЬ ПОКАЗНИКІВ ДАЛЬНОСТІ ПЕРЕДАЧ БАСКЕТБОЛІСТІВ ГРУПИ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Анотація. У статті надаються початкові показники дальності передач баскетбольного м'яча двома та однією рукою, виявлені під час тестування хлопців 10-12 років. Визначено, що найбільшу відстань м'яч долає після виконання передачі правою рукою від плеча.

Ключові слова: передача м'яча, дальність, юні баскетболісти, групи початкової підготовки.

Вступ. За багато років існування з моменту винаходу гри у баскетболі постійно змінюється та вдосконалюється техніка володіння м'ячем. Але з часів становлення правил гри технічний прийом «передача м'яча» є способом швидкого переходу команди від захисту до нападу та основним прийомом для розіграшу м'яча у швидких та позиційних атаках. Тому всі гравці команди повинні мати у своєму технічному арсеналі хоча б кілька основних способів передач, які вони можуть виконувати на місці та у швидкому пересуванні без помилок та втрат м'яча та на різну відстань.

Показники дальності та швидкості передач у баскетболістів – початківців впливають значною мірою на швидкість проведення самої атаки у нападі, а брак у точності виконання передачі партнерові може завадити реалізувати атакуючі дії, спровокувавши втрату або зав'язати боротьбу із захисником за оволодіння м'ячем. Поганий розрахунок відстані між партнерами може спричинити або «недоліт» м'яча до адресату, або сильно випередити його переміщення та вийти за межі майданчика. До хибних дій може привести невпевненість під час ловіння м'яча та відсутність зорового контролю м'яча на майданчику під час переходу до нападу.

Останні публікації досліджень в групах початкової підготовки баскетболістів присвячені вивченню динаміки рухових здібностей протягом року [2], розвитку та удосконаленню технічної підготовленості баскетболістів 10-11 років на базі розвитку координаційних та швидкісно-силових здібностей [1; 4]. На думку Ширяєвої І. В., особливе місце у тренуванні дітей на етапі початкової підготовки повинні займати вправи з м'ячами. Їх завданням є не тільки фізичний розвиток, а й оволодіння навичками техніки з м'ячем, навчання узгоджувати свої дії з м'ячем у часі і просторі [6].

Мітова О.О., & Сушко Р.О. (2015) надають багато варіантів контролю технічної підготовленості дітей та підлітків – баскетболістів (у тому числі і

дальність передачі м'яча), але не всі вони мають методику оцінки для дітей молодшого віку.

Виявленню початкової інформації щодо оволодіння передачами м'яча двома та однією рукою, дальністю їх виконання ми і присвятили це дослідження.

Мета дослідження – з'ясувати рівень показників дальності передач м'яча у баскетболістів групи початкової підготовки.

Матеріали та методи дослідження: У тестуванні приймали участь 10 хлопців – баскетболістів у віці від 10 до 12 років групи початкової підготовки КДЮСШ №7 (2-го року навчання), які тренуються 3 рази на тиждень, мають стаж занять баскетболом від 1,5 до 2 років та приймають участь у змаганнях серед однолітків на першість Харківської області з міні-баскетболу. У дослідженні використовували наступні методи: аналіз науково-методичних джерел, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Передача двома руками від грудей – найбільш поширена у дитячих командах. Це виправдано анатомічними розмірами верхніх кінцівок, які повинні утримувати великий за діаметром м'яч своїми маленькими кистями. Крім того, сполучне зусилля двох рук надає більшої точності польоту м'яча до рук партнера. Мітова О. та Сушко Р. рекомендують тест з виконанням передачі двома руками від грудей для оцінки сили рук баскетболістів [3]. Оцінювання цього тесту ми виконували за результатом передачі баскетбольного м'яча №6 в метрах на дальність у коридорі завширшки 3м.

На рис.1. ми можемо бачити результати тестування у 1 тесті – передача м'яча двома руками на дальність у хлопчиків групи початкової підготовки. Середній вік групи дорівнював $11,4 \pm 0,26$ років.

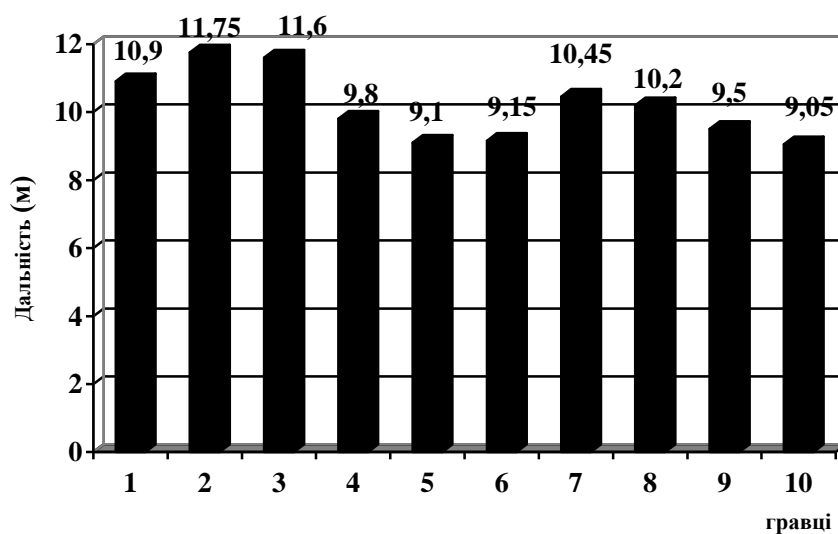


Рис. 1. Показники дальності передачі м'яча двома руками баскетболістів групи початкової підготовки.

За результатами тесту були отримані наступні результати:

- середній результат по команді – $10,15 \pm 0,32$ м;
- кращий результат, показаний індивідуально, дорівнював 11м 75см, що на 1м 60см краще середнього командного показника. Найгірший показник – 9м 05см, що на 1м 10см нижче, ніж середній командний показник.

Слід зазначити, що це один з наймолодших баскетболістів групи. Також зазначимо, що найкращі 5 результатів були показані хлопцями 12 років і всі вони перевищили середній командний показник.

На рис.2. ми можемо бачити результати тестування у 2 тесті – передача м'яча правою рукою на дальність у хлопчиків групи початкової підготовки. Умови виконання та оцінювання передач однією рукою такі ж, як у 1 тесті. Змінився лише спосіб виконання передачі м'яча.

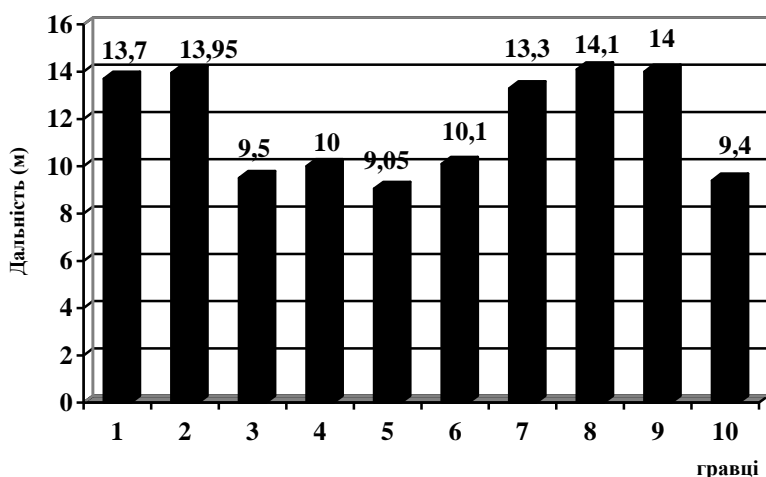


Рис. 3.2. Показники дальності передачі м'яча правою рукою від плеча баскетболістів групи початкової підготовки.

За результатами тесту «Передача м'яча правою рукою» були отримані наступні результати:

- середній результат по команді - $11,71 \pm 0,71$ м;
- кращий результат, показаний індивідуально, дорівнював 14,1 м, що на 2м 39 см краще середнього командного показника.

Найгірший показник – 9,05 м, що на 2 м 66 см нижче, ніж середній командний показник. Як і у першому тестуванні, ми можемо виділити п'ять результатів вище, ніж 13м, які показали баскетболісти 12 років.

На рис.3. ми можемо бачити результати тестування у 3 тесті – передача м'яча лівою рукою на дальність у хлопчиків групи початкової підготовки.

За результатами тесту «Передача м'яча лівою рукою» були отримані наступні результати:

- середній результат по команді - $9,35 \pm 0,48$ м;

- кращий результат, показаний індивідуально, дорівнював 11,6 м, що на 2 м 25 см краще середнього командного показника.

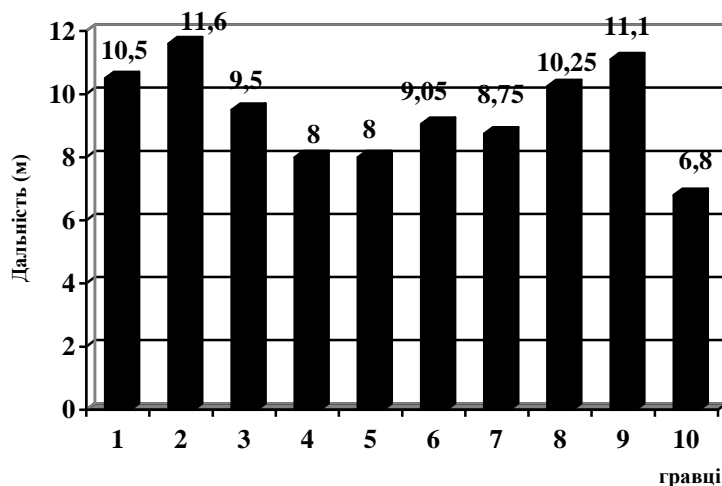


Рис. 3. Показники дальності передачі м'яча лівою рукою від плеча баскетболістів групи початкової підготовки.

Найгірший показник – 6,80 м, що на 2 м 55 см нижче, ніж середній командний показник. Як і у перших двох тестуваннях, ми можемо виділити п'ять кращих результатів, які показали баскетболісти 12 років. Всі вони перевищили середній командний показник.

Надалі ми порівняємо, яким чином відрізняються показники дальності передачі правою та лівою рукою від плеча. У таблиці 1. можна бачити різницю показників між дальністю передач правою та лівою рукою у метрах та відсотках.

Таблиця 1.

Різниця результатів тестування показників дальності передачі однією рукою від плеча баскетболістів групи початкової підготовки

№ з/п	Прізвище, ім'я	Вік	Передача правою рукою (м)	Передача лівою рукою (м)	Різниця результатів	
					Метри	%
1.	Л. М.	12	13,7	10,5	3,2	23,3
2.	М. Д.	12	13,95	11,6	1,9	13,6
3.	М. М.	12	9,5	9,5	0	0
4.	С. Д.	10	10	8	2	20
5.	С. Д.	11	9,05	8	1,05	11,6
6.	К. К.	11	10,1	9,05	1,05	10,4
7.	Г. М.	12	13,3	8,75	4,55	34,2
8.	Ш. Р.	12	14,1	10,25	3,85	27,3
9.	М. І.	12	14	11,1	2,9	20,7
10.	Н. А.	10	9,4	6,8	2,6	27,6
	$\bar{X} \pm m$	11,4±0,26	11,71±0,71	9,35±0,48	2,31±0,44	18,87±3,2

При порівнянні показників дальності передач правою та лівою рукою у метрах та відсотках ми отримали наступні результати.

Дальність передачі правою рукою порівняно з передачею лівою рукою в середньому по групі більше на $2,31 \pm 0,44$ м. У відсотках це дорівнює $18,87 \pm 3,2\%$ (табл. 1).

Порівнюючи отримані результати, ми виявили, що у дев'ятьох з десяти баскетболістів показники дальності передач м'яча правою рукою вище, ніж лівою рукою. І лише у одного баскетболіста однакові показники дальності передачі м'яча правою та лівою рукою від плеча.

Висновки. Аналіз результатів дослідження дозволив визначити, що у хлопців групи початкової підготовки 10-12 років при виконанні передач м'яча на дальність найбільшу відстань м'яч долає після виконання передачі правою рукою від плеча. Найкращі показники в усіх трьох тестах мали хлопці віком 12 років.

ЛІТЕРАТУРА

1. Головченко, М., & Бикова, О. (2017). «Взаємозв'язок розвитку координаційних здібностей та технічної підготовленості баскетболістів 10-11 років». *Збірник наукових праць Харківської державної академії фізичної культури*, 62-64.
2. Кравець, К.А., & Чуча, Н.І. (2017). «Динаміка розвитку рухових здібностей баскетболістів 9-10 років протягом річного циклу». *Спортивні ігри*, №3, 21-24.
3. Мітова, О.О., & Сушко, Р.О. (2015). «Методи наукових досліджень у баскетболі». Дніпропетровськ, 216 с.
4. Несен, О.О., Ширяєва, І.В., & Євтушенко, І.М. (2018). «Удосконалення технічної підготовленості баскетболістів 10-11 років на базі розвитку координаційних та швидко-силових здібностей». *Спортивні ігри*, №1, 13-21.
5. Шевченко, О.О., Чарікова, К.М., & Пустовий, А.В. (2014). «Шляхи підвищення ефективності довгої передачі однією рукою в баскетболі». *Сборник статей X международной научной конференции, 7 февраля 2014 г. Т. 2. Белгород – Харьков – Красноярск*, 214-218.
6. Ширяєва, І.В. (2014). «Тренування баскетболістів груп початкової підготовки». *Сборник статей X международной научной конференции, 7 февраля 2014 г. Т. 2. Белгород – Харьков – Красноярск*, 250-256.