

БІОМЕХАНІЧНІ Й ІНФОРМАЦІЙНІ ЗАСОБИ І ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ ТА СПОРТІ

ФІЛЕНКО І. Ю.

Харківська гімназія № 172

ВПЛИВ ІНТЕЛЕКТУ ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ 12–14 РОКІВ НА ТЕХНІЧНУ ТА ТАКТИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ

Анотація. *Встановлено, що розумові здібності спортсмена впливають на техніко-тактичну підготовленість спортсменів; доведено можливість формування в процесі спортивної підготовки нових розумових здібностей, необхідних для успішної діяльності і результативності; в експериментальній групі досліджувані показали 65–70% приріст результату.*

Ключові слова: *техніка, тактика, баскетбол, інтелект, спортсмени, підготовленість.*

Вступ. Баскетбол є одним із популярних видів спорту та широко впроваджується в шкільній програмі підготовки учнів. Інтелектуальні можливості спортсменів є вагомим чинником успішності. Дослідження І. П. Помещикової, О. А. Єфімова [3], В. С. Ашаніна, С. С. Пятисоцької, В. А. Друзя та інших авторів [1] свідчать про необхідність розвитку інтелектуального потенціалу спортсмена та його безпосередній вплив на спортивний результат, успішність виступу команди. Юні спортсмени віком 12–14 років мають інтенсивний розвиток розумових та фізичних якостей. Як зазначають О. В. Церковна та С. Г. Строкач [5], тренер з баскетболу, викладач фізичної культури має враховувати чинник динамічного розвитку дитини та, впливаючи на фізичну підготовку, спиратися на інтелектуальний потенціал дитини. Дослідження інтелектуальних можливостей юних баскетболістів проводяться в роботах В. А. Гомельського [2], Е. Р. Яхонтова [6] та інших авторів. Авторами встановлено безпосередній вплив інтелекту юних спортсменів на фізичний рівень розвитку, технічну та тактичну підготовку. Але при цьому в проаналізованих роботах не акцентується увага на використанні комп'ютерних психодіагностичних методик виявлення інтелекту дитини та відсутні методики побудови тренувальних занять з урахуванням типу сприйняття та обробки інформації спортсменом.

Мета дослідження: дослідити вплив інтелектуальних можливостей юних баскетболістів 12–14 років на технічну та тактичну підготовленість.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати можливості використання інтелектуального потенціалу юних спортсменів при підготовці в баскетболі.
2. Виявити інтелектуальний рівень та рівень розвитку фізичних якостей юних баскетболістів 12–14 років.
3. Дослідити вплив інтелектуального потенціалу спортсменів на технічну та тактичну підготовленість.

Матеріал і методи дослідження: аналіз літературних джерел; тестування; педагогічний експеримент; методи математичної статистики. Дослідження проводилися протягом 2014/2015 років у гімназії № 172 м. Харків. У дослідженні брали участь юні баскетболісти 10–12 та 13–14 років. Експериментальне впровадження розробки проводилося на тренувальних заняттях з баскетболу. Були складені контрольна і експериментальна групи, які продовжували навчання за пропонованою методикою з використанням розроблених комбінацій навчання технічних та тактичних елементів у баскетболі. У контрольній групі навчання проводилося по загальноприйнятій методиці без використання розробки. Після педагогічного експерименту для оцінки ефективності педагогічних дій було проведено повторне обстеження.

Результати дослідження. У ході дослідження було встановлено вплив фізичної підготовленості на технічну та тактичну підготовленість юних баскетболістів, що дозволило визначити показники, які найбільш впливають на загальну, фізичну і спеціальну підготовленість спортсменів. Кидок набивного м'яча найбільш за все впливає на виконання ближнього ($r=0,39$; $p>0,05$), штрафного ($r=0,38$; $p>0,05$) і дальнього ($r=0,57$; $p>0,01$) кидків, на кидок з подвійного кроку ($r=0,40$; $p>0,05$), передачу м'яча в ціль з 7 м ($r=0,42$; $p>0,05$), підбір м'яча після кидка без торкання майданчика ($r=0,43$; $p>0,05$). Взаємозв'язок кидка набивного м'яча з технікою виконання кидків в баскетболі пояснюється схожістю рухових дій при виконанні даних вправ і свідчить про необхідність застосування даної вправи не тільки при фізичній підготовці юних баскетболістів, але й при формуванні спеціальної підготовленості. На виконання кидкових вправ і підбору м'яча після кидка достовірно впливає стрибок вгору ($p>0,05$). Це пояснюється тим, що при кидку спортсмен виконує вистрибування вгору, яке за своїми біомеханічними характеристикам відпо-

відає стрибка вгору. Отримані результати свідчать про необхідність застосування стрибкових вправ при вивченні елементів техніки виконання різних кидків.

При виконанні вправ, пов'язаних зі швидкісним переміщенням по майданчику, встановлена залежність з бігом на 10 м ($p > 0,05$) і човниковим бігом ($p > 0,05$). Бігові вправи на короткі дистанції, розвиваючи швидкість, є одним із засобів підготовки в баскетболі, але більш значущими є ті вправи, які спрямовані на розвиток спритності. Фактор спритності, представлений човниковим бігом, впливає на виконання тих завдань, які вимагають швидкої реакції на мінливу ситуацію. Це означає, що необхідно в процесі підготовки юних баскетболістів застосовувати ситуаційні завдання, вирішення яких вимагає активацію розумової діяльності, підключення кмітливості, розвиток творчих здібностей і уяви у спортсменів, їх інтелектуальних можливостей.

Інтегральний показник інтелекту спортсмена, який є одним з найбільш значущих індивідуально-психологічних характеристик особистості, можна визначити за допомогою класичних тестів IQ, які дозволяють дати оцінку його можливостей і прогноз поведінки в різних тренувальних і змагальних ситуаціях. Одним з інструментів інтегральної діагностики інтелекту спортсмена є короткий орієнтовний тест за методикою В. Н. Бузина. Даний тест призначений для визначення інтегрального рівня інтелектуальної продуктивності та результативності спортсмена і передбачає діагностику наступних параметрів інтелекту: здатність до узагальнення та аналізу, гнучкість і інертність мислення, емоційні компоненти мислення, уміння переключатися і відволікатися, швидкість і точність сприйняття матеріалу, використання мови, грамотність, вибір оптимальної стратегії, орієнтовно-просторова уява.

При організації диференційованого підходу до тренувального процесу бажано виділяти в окремі групи спортсменів, чий показник рівня розумових здібностей виходить за межі $M \pm \sigma$ для даного виду спорту або команди. Якщо ж відсутня можливість для диференціювання спортсменів, слід враховувати, що ті спортсмени, чий результат тестування нижче, ніж $M \pm \sigma$, матимуть труднощі при роботі з іншими спортсменами в даній групі чи команді, і тренеру слід приділяти йому особливу увагу. Спортсмени, чий інтегральний показник рівня розвитку розумових здібностей виходить за межі $M \pm \sigma$, бажано пропонувати завдання підвищеної складності або рекомендувати індивідуальний тренувальний процес. При цьому слід враховувати, що рівень загальних здібностей у спортсмена мінливий, тому не можна розглядати результат тесту як кінцевий результат інтелекту спортсмена.

Аналіз впливу показника спортивної кваліфікації на рівень розвитку розумових здібностей спортсменів свідчить, що чим краще розвинені розумові здібності юних баскетболістів, тим більш високою рівень спортивної майстерності вони продемонстрували, але при цьому не спостерігається достовірного впливу рівня інтелектуальних здібностей спортсменів на їх фізичну підготовленість (табл.).

Вплив інтелектуальних здібностей юних баскетболістів на техніко-тактичну підготовленість і фізичний розвиток на етапі початкової підготовки (n=30)

Показники техніко-тактичної підготовленості	Інтегральна оцінка інтелектуальних здібностей	Показники фізичного розвитку	Інтегральна оцінка інтелектуальних здібностей
Близький кидок (разів)	0,62	Біг на 10 м (с)	-0,18
Штрафний кидок (разів)	0,60	Біг на 10 м спиною вперед (с)	0,05
Дальній кидок (разів)	0,62	Біг на 20 м (с)	-0,15
Кидок з подвійного кроку (разів)	0,69	Стрибок вгору (см)	0,33
Передача в ціль з 7 м (разів)	0,68	Стрибок у довжину з місця (см)	0,33
Підбір м'яча після кидка без торкання майданчика (разів)	0,49	Кидок набивного м'яча (м)	0,51
Вибивання м'яча у суперника під час ведення (разів)	0,48	Човниковий біг 4x9 м (с)	-0,01
Переміщення без м'яча в швидкому відриві (бали)	0,42		

Примітка. Для $n=30$ при критичному значенні $r \geq 0,35$, $p > 0,05$; $r \geq 0,46$, $p > 0,01$; $r \geq 0,57$, $p > 0,001$.

Отримані нами дані підтверджують дослідження провідних вчених про необхідність відбору в спорт вищих досягнень кандидатів з високими показниками інтелекту. Фахівцями встановлено, що ефективність тренувального процесу безпосередньо залежить від типу особистості спортсмена, його розумових можливостей і використаних відповідних їм методів і засобів навчання [4].

Висновки. У результаті проведеного дослідження встановлено, що розумові здібності спортсмена впливають на техніко-тактичну підготовленість спортсменів по всіх досліджуваних показниках ($p > 0,05$); доведено можливість формування в процесі спортивної підготовки нових розумових здібностей, необхідних для успішної діяльності і результативності, або освіти заміників (компенсаторних механізмів) відсутніх розумових властивостей. Аналіз впливу показника спортивної кваліфікації на рівень розвитку розумових здібностей спортсменів свідчить, що чим вищий рівень спортивної майстерності, тим краще розвинені розумові здібності у спортсмена. Отримані дані підтверджують дослідження про необхідність відбору в спорт вищих досягнень кандидатів з високими показниками інтелекту.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та впровадженні комп'ютерних навчальних засобів підготовки юних баскетболістів, основаних на факторі інтелектуального розвитку спортсменів.

Список використаної літератури:

1. Ашанин В. С. Теоретические основы построения оценки физического развития и состояния физического здоровья обследуемого контингента / В. С. Ашанин, С. С. Пятисоцкая, В. А. Друзь, Э. А. Задорожная, А. Н. Литвиненко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків, 2012. – № 2. – С. 131–137.
2. Гомельский В. А. Папа. Великий тренер / В. А. Гомельский. – Москва : Городец, 2008. – 493 с.
3. Помещикова І. П. Основи баскетболу [навчальний посібник] / І. П. Помещикова, О. А. Єфімов. – Х., ХДАФК, 2012. – 108 с.
4. Терентьева Н. М. Теорія та методика фізичного виховання : навч. посіб. / Н. М. Терентьева, М. А. Мамешина, І. П. Масляк. – Харків : ХДАФК, 2008. – 148 с.
5. Філенко І. Ю. Развитие силовых качеств баскетболистов на этапе предварительной базовой подготовки в недельном цикле / И. Ю. Филенко, Е. В. Церковная, С. Г. Строкач // *Materialy XI miedzynarodowej naukowo-praktycznej konferencji «Naukowa mysl informacyjnej powieki – 2015»*. – *Psychologia i sociologia Fizyczal kultura i sport : Przemysl. Publishihg House «Nauka i studia»*. – *Volum 12.* – *Stran. 52–58.*
6. Яхонтов Е. Р. Учебное пособие – 4-е изд., СПб ГУФК им. П. Ф. Лесгафта. Высшая школа тренеров по баскетболу. – СПб., Олимп, 2008. – 134 с.