

## Зміст тактичної підготовки в різні періоди річного циклу тренувань у баскетболі

Пащенко Н.О., Ольховікова І. В.

*Харківська державна академія фізичної культури*

**Анотація.** Тактична підготовленість спортсмена є одним із визначальних чинників результативності його виступів під час змагальної діяльності в командних ігрових видах спорту. В основі тактичної підготовленості гравців і команд лежить володіння сучасними засобами, формами і видами тактики баскетболу; відповідність обраної тактики особливостям конкретного змагання гри; погоджування тактики з рівнем досконалості інших сторін підготовленості баскетболістів (психічної, технічної, фізичної, теоретичної).

**Ключові слова:** баскетбол; учбово-тренувальний процес; тактична підготовка; тактика; тактична підготовленість; етапи підготовки.

Особливою проблемою тактичної підготовки в спортивних іграх є розробка таких техніко-тактичних ігрових схем і відповідної їм побудови підготовки, при яких використовувались би сильні сторони кожного гравця і згладжувались його недоліки. В цьому випадку у процесі тренувальної і змагальної діяльності вдається задовольнити як індивідуальні, так і колективні потреби, забезпечити високу результативність команди, яка буде сильна як колективною грою, так і використанням сильних сторін кожного гравця. Інакше великий вплив на результативність команди справлятимуть слабкі сторони кожного гравця, які в кінцевому підсумку призведуть до наявності техніко-тактичних і психологічних ланок, лімітуючих як командну, так і індивідуальну результативність. Практична реалізація вказаної стратегії вимагає аналізу індивідуальних складових, характерних для кожного спортсмена (фізична і техніко-тактична підготовленість, якість психіки, авторитет і становище в команді тощо), і групових, які відображають можливості команди, її положення в системі змагань, цілі і задачі, що стоять, та ін. У відповідності з цим формується командна структура, яка включає позиції, роль і статус кожного гравця. Наступними етапами є командне об'єднання, в процесі якого формуються техніко-тактичні взаємодії між гравцями та гральними ланками, і командний процес, в якому вирішуються питання техніко-тактичної взаємодії гравців усієї команди для ефективного вирішення командних та індивідуальних задач. При раціональній побудові процесу забезпечується досягнення як командних (результативність і стабільність виступів), так і індивідуальних цілей (Платонов, 2020).

У підготовчому періоді річного циклу підготовки баскетболістів завдання тактичної підготовки обумовлюється логікою поетапного процесу

компонування всіх зростаючих індивідуальних можливостей баскетболістів у рішенні групових і командних тактичних задач. З огляду на те, що баскетболісти починають заняття у підготовчому періоді після активного відпочинку, завданням першого етапу цього періоду є відновлення частково втрачених навичок і умінь, що відповідає спеціальній кондиції у виконанні індивідуальних і групових дій. На другому етапі підготовки зважаються завдання групової і командної тактичної підготовки, відновлюються і вивчаються взаємодії гравців при застосуванні обраних систем і варіантів гри в нападі і захисті. На базі міцно засвоєного матеріалу починається освоєння організаційної структури ведення гри, враховуються дії окремих гравців, групи гравців і команди в цілому (Платонов, 1988).

На третьому етапі підготовчого періоду зважаються задачі: досягти високого рівня взаємодій у малих групах і в складі команди, домогтися високого рівня індивідуальної майстерності у виконанні своєї ігрової функції. Характерною рисою тактичної підготовки баскетболістів у підготовчому періоді є модельований підхід у створенні умов і режиму підготовки, подібними до змагань, визначення оптимального тренувального складу, визначення стартового складу (Платонов, 2017).

Підготовка команди в змагальному періоді визначається системою проведення змагань. Виходячи з особливостей участі команди в змаганнях і планується тактична підготовка (Поплавський, 2004).

Тактична підготовка гравців команди в період змагань в плані визначення методики дуже подібна з передзмагальним етапом підготовчого періоду. Тільки тут уся тактична підготовка має конкретний цілеспрямований зміст, заснований на інформації (техніко-тактичні показники, дані про морально-вольову, функціональну підготовку гравців) з перших і наступних змагань.

Головна задача тренерів і гравців полягає в поетапній реальній ліквідації тактичних похибок, що виявлені в результаті комплексного контролю. У першу чергу, необхідно внести реальні тактичні виправлення і можливі удосконалення в конкретні взаємодії гравців і в побудову гри в цілому. В другу чергу, необхідно внести корекцію складу команди, позиції гравців, раціональне використання основних гравців і резерву. У третю чергу, необхідна корекція обсягу часу, відведеного на спеціальну фізичну і технічну підготовку на належному психологічному забезпеченні цієї підготовки (Платонов, 2013).

У перехідному періоді для баскетболу різноманіття тактичних засобів змушує нас вишукувати необхідний час для їх вивчення й удосконалення. Особливо важливо для кваліфікованої команди оволодіти організацією ігрового процесу, визначеним стилем ведення спортивного двобою. По закінченні періоду змагань робота з тактичної підготовки повинна продовжуватися. До кінця спортивного сезону тренеру треба розробити модель майбутньої гри команди на наступний сезон, визначити її основну структуру в нападі і захисті, нові способи взаємодій гравців, збільшити тактичний діапазон гравців на основі

їхніх зростаючих фізичних можливостей у виконавській майстерності. На початку підготовчого періоду корисно перевірити знання гравців по теоретичному розділу тактики (Волков, 2008).

Тактична підготовка являє собою вивчення та випробування закономірностей ігрової діяльності, які склалися у грі. Вона здійснюється у тісному зв'язку з іншими видами підготовки, що дозволяє спортсмену отримувати уявлення про тактичні закономірності гри та набирати тактичних навиків (Платонов, 2017).

Кожен баскетболіст має знати зміст та класифікацію тактики та повинен довести практичне виконання індивідуальних, групових та командних дій до тактичного навичку.

Тактичний навик – автоматизовані компоненти обізнаної дії баскетболіста під час гри, які відпрацьовуються у процесі вправ. Тактичний навик відрізняється точністю та відповідним ритмом рухів. Але у грі ситуації швидко змінюються. Одне тактичне завдання може вирішуватися різними засобами, та різні завдання – одним й тим самим засобом. Здатність баскетболіста швидко орієнтуватися у виборі самого підходящого способу боротьби називається тактичним мисленням. Базою тактичного мислення є здатність швидко і правильно приймати ситуацію, яка склалася у грі та ті основні тактичні знання, які він набирає в процесі тренування .

Тактична підготовка гравця і команди може мати теоретичну і практичну спрямованість. Практична спрямованість вирішує завдання вдосконалення тактичної майстерності, а теоретична – аналізує закономірності гри, досвід підготовки та участі у змаганнях; розглядає можливості зміни засобів та способів, які використовуються для ведення боротьби, а також впровадження нових прийомів; враховує можливість зміни умов змагань і сил ймовірних суперників.

Головними напрямками техніко-тактичної підготовки є вивчення суті та найважливіших теоретико-методичних положень тактики баскетболу; оволодіння технічними прийомами та тактичними діями; вдосконалення тактичного мислення; вивчення інформації, необхідної для практичної реалізації тактичної підготовленості; практична реалізація тактичної підготовленості (Поплавський, 2004).

**Висновки** Аналіз спеціальної літератури, узагальнення передового досвіду практики свідчать про те, що тактична підготовка є однією з найважливіших видів підготовки спортсменів в баскетболі на різних етапах річного циклу.

#### Література:

- Волков, В.Л. (2008). Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: навчальний посібник. К : Освіта України.
- Платонов, В.Н. (2013). *Периодизация спортивной подготовки. Общая теория и ее практические применения*. Київ.
- Платонов, В.Н. (2017). *Рухові якості та фізична підготовка*. Київ. Олімпійська література.
- Платонов, В.Н. (1988). *Підготовка юного спортсмена*. Київ. Радянська школа.
- Платонов В.М. (2020). *Сучасна система спортивного тренування*. К.: Перша друкарня,

Поплавський, Л.Ю. (2004). *Баскетбол*: підручник. К: Олімпійська література.

**Відомості про авторів:**

**Пашенко Наталія Олександрівна** –

старший викладач кафедри спортивних та рухливих ігор

E-mail: [paschenko130@ukr.net](mailto:paschenko130@ukr.net)

<http://orcid.org/0000-0002-8890-6338>

*Харківська державна академія фізичної культури*

**Ольховікова Ірина Віталіївна** –

старший викладач кафедри спортивних та рухливих ігор

E – mail: [irina.shiryaeva90@gmail.com](mailto:irina.shiryaeva90@gmail.com)

<http://orcid.org/0000-0002-9241-1506>

*Харківська державна академія фізичної культури*

*Надійшла до редакції 13.01.2023 р.*