

УДК 796.37.037

Чуприна О. – ст. гр. .КТ-31

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя.

ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА СТРУКТУРИ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ БАСКЕТБОЛІСТІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

Науковий керівник: Третьяк В.С.

Актуальність. Сучасний чоловічий баскетбол вимагає розробки методик, які дозволяють оптимізувати навчально-тренувальний процес, що є досить складним завданням, оскільки обсяг і інтенсивність тренувальних навантажень неможуть підвищуватися необмежено. Ця проблема ускладнюється ще й тим, що баскетбол – атлетична гра, яка вимагає розвитку всіх фізичних якостей, а також володіння широким арсеналом складної техніки, тактики. Крім того, проблема ускладнюється тим, що особливості підготовки неоднакові у спортсменів різної кваліфікації. Але навчально-тренувальний процес будується однаково як для майстрів спорту, так і для спортсменів 1-2 розрядів, без обліку особливостей структури підготовки цих груп спортсменів. Тому для гармонійної побудови навчально-тренувального процесу баскетболістів в першу чергу необхідне визначення структури підготовки гравців різної кваліфікації.

Як вважають провідні спеціалісти спортивних ігор, для оптимальної побудови навчально-тренувального процесу у баскетболі, слід застосовувати широкий спектр показників підготовки, враховуючи сучасні методи аналізу отриманих даних. На основі синтезу широкого комплексу показників рухової підготовки та створених методик тренування, які найбільш відповідають вимогам навчально-тренувального процесу в конкретній проміжок часу, стає досить реальним. Із сучасних математичних методів найбільш підходящим для цього є факторний аналіз. Результати факторного аналізу показників фізичної підготовки баскетболістів другого розряду показали, що кількість факторів, власне значення яких більше 1, дорівнює 7. До I фактору увійшли показники точності відтворення зусилля, максимальна динамометрія кисті, точність відтворення рухів – силовий фактор. До II фактору увійшли такі показники, як результат човникового бігу, висота стрибку уверх (за Абалаковим), ЧСС в положенні лежачи, час відновлення ЧСС після навантаження. Цей фактор був названий швидкісно-силовим. До III фактору увійшли показники точності середніх та штрафних кидків, швидкість захисних пересувань, швидкісна техніка, тривалість циклу м/с, стаж занять баскетболом. Назва цього фактору - технічна підготовленість.

Результати факторного аналізу структури підготовки баскетболістів вищих розрядів показав, що кількість факторів, власне значення, яких більше 1, дорівнює 10.

Висновок. У структурі фізичної підготовки баскетболістів високого класу і баскетболістів II спортивного розряду є схожі і різні риси. Так, в обох проаналізованих групах високе значення має силовий фактор, всі інші фактори різняться кращими показниками у гравців рівня "майстер спорту". Всі III фактори у досліджуваних групах спортсменів пов'язані із специфікою впливу професійних занять баскетболом на добір гравців та структури їх фізичної, технічної та тактичної підготовки.