

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Министерство молодежной политики и спорта республики Башкортостан
Уфимский государственный нефтяной технический университет
Уфимский государственный авиационный технический университет
Башкирский государственный педагогический университет им. Акмуллы
Ассоциация образовательных организаций
«Электронное образование республики Башкортостан»



100 
БАШКОРТОСТАН
1919–2019

**СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ:
ИНТЕГРАЦИЯ НАУКИ И ПРАКТИКИ**
**SPORTS OF HIGHER ACHIEVEMENTS:
INTEGRATION OF SCIENCE AND PRACTICE**

Материалы II Международной научно-методической конференции

15 апреля 2019 года

Уфа
Издательство УГНТУ
2019

УДК 796.034.6
ББК 75.4
С 73

Редколлегия:

Н.А. Красулина (отв. редактор)

Л.Р. Шафикова (редактор)

О.С. Маркешина (редактор)

А.В. Греб (редактор)

С 73 Спорт высших достижений: интеграция науки и практики: материалы
II Междунар. науч.-метод. конф. / редкол.: Н.А. Красулина и др. - Уфа:
Изд-во УГНТУ, 2019.- 142с.

ISBN 978-5-7831-1618-6

Представлены материалы Международной научно-методической конференции «Спорт высших достижений: интеграция науки и практики» для сотрудников, преподавателей, научных работников вузов, тренеров спортивных школ России и зарубежья. В сборнике отражены результаты научно-исследовательской и методической работы. В материалах конференции представлены научно-технические, организационно-методические и нравственно-этические аспекты спорта высших достижений

УДК 796.034.6
ББК 75.4

ISBN 978-5-7831-1740-4

© ФГБОУ ВО «Уфимский
государственный нефтяной
технический университет», 2019
© Коллектив авторов, 2019

УДК: 796.323.32

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БАСКЕТБОЛИСТОВ 17- 18 ЛЕТ
TECHNICAL AND TACTICAL PECULIARITIES OF THE TRAINING AND TRAINING PROCESS OF BASKETBALL PLAYERS 17-18 YEARS

Орепчук Ю. Ю.¹, Яковлев А.А.¹, Яковлев А.Н.¹

¹Полесский государственный университет,

Пинск, Республика Беларусь

Orepchuk Yu. Yu.¹, Yakovlev, A.A.¹, Yakovlev, A.N.²

¹Polissky State University, Pinsk, Republic of Belarus

Yak-33-c1957@mail.ru

Аннотация. Стремительное развитие технико-тактического потенциала современных баскетболистов проявляется в ходе спортивных соревнований в виде усложнения моделей организации игры, что диктуется проявлением предельных возможностей организма (морфофункциональных показателей, уровня физической подготовленности, физических качеств).

Так, баскетболисты 17-18 лет уже обладают определённым арсеналом техники, необходимым уровнем развития физических качеств, с приоритетным направлением на специальную выносливость [2].

Комплексный характер подготовки приводит к результатам, которые подтверждают готовность успешно вступать в противоборства с баскетболистами, обладающими значимыми спортивными достижениями. В этой связи наличие конкуренции приводит к состязательной активности [3].

Ключевые слова: технико-тактические действия, баскетбол, учебно-тренировочный процесс, штрафные броски.

Abstract. The rapid development of the technical and tactical potential of modern basketball players manifests itself in the course of sporting events in the form of complication of the game organization patterns, which is dictated by the manifestation of the limiting capabilities of the organism (morpho-functional indicators, level of physical fitness, physical qualities).

So, basketball players of 17-18 years old already possess a certain arsenal of technology, a necessary level of development of physical qualities, with a priority direction for special endurance [2].

The complex nature of the training leads to results that confirm the readiness to successfully enter into confrontation with basketball players with significant sporting achievements. In this regard, the presence of competition leads to competitive activity [3].

Keywords: technical and tactical actions, basketball, training process, free throws.

Актуальность. Прежде чем вступить в противоборство с соперником на площадке необходимо сформировать комплекс необходимых умений и навыков, доведенных до совершенства, которые отражают механизм

взаимодействия с партнерами по команде, на фоне преодоления сопротивления игроков команды.

Обеспечение превосходства в быстроте, выносливости, скорости принятия решения по сравнению с представителями других видов спорта наиболее отчетливо проявляется в баскетболе.

Методы и организация исследования: теоретико-методические основы юношеского спорта (В.П. Губа, П.В. Квашук, В. Г. Никитушкин, 2009); управление подготовкой юных баскетболистов (А. Я. Гомельский, 2002).

Методы исследования: анализ литературы, антропометрия, контрольно-педагогические испытания (тесты), методы математической статистики.

Исследования проведены в Полесском государственном университете, г. Пинск, на факультете организации здорового образа жизни в рамках занятий по СПС и участия в городских соревнованиях по баскетболу (Пинск).

Результаты и их обсуждение. На современном этапе развития баскетбола изменились временные параметры владения мячом, когда необходимо выполнить двигательное действие за минимальный промежуток времени, применив при этом нестандартное решение, что указывает на определенный запас у игрока технических вариантов для овладения мячом или успешной атаки.

В этой связи недостаточная физическая подготовленность и малые познания техники, приводят к её «погрешностям», т.е. игроки неспособны выдержать нагрузки учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности [1, 4].

Важным критерием физической подготовленности юношей-баскетболистов является количество бросков из различных положений. Если брать статистику бросков и проанализировать её, то можно увидеть, что большее количество бросков выполняется с дальней и средней дистанции, примерно 67% из всех бросков - это наиболее сложные броски так, как выполняются они с сопротивлением игроков команды противника [1].

Интенсивность двигательных действий юношей-баскетболистов в конце игры заметно снижается, в связи с этим увеличивается количество ошибок при выполнении тактического ведения игры, которые появляются при передачах и бросках, резко снижается эффективность защитных действий. Поэтому тренер вынужден делать замены игроков, предпринимать какие-либо действия, для того чтобы дать игрокам возможность отдохнуть от высокого игрового темпа. Но зачастую эти действия не приносят ожидаемого результата.

Не маловажную роль в учебно-тренировочном процессе и соревнованиях, играет уровень психической подготовленности молодых баскетболистов по К. Леонгарду и типов акцентуации характера по А.Е. Личко [3].

Тренеры многих команд, часто сталкиваются с такой проблемой, как боязнь игроков совершать какие-либо действия в противостоянии с командой

противника, поэтому необходимо акцентировать внимание комплексное проявление физического, технического потенциала и психологическую устойчивость к сбивающим факторам [5].

Психолого-педагогические аспекты тренировочного процесса реализуются при помощи психологических тестов, которые в той или иной степени дают представление о построении модели «будущей» деятельности на баскетбольной площадке.

Для роста спортивных результатов необходимо использование метрического метода оценки варианта биологического развития и развернутой соматодиагностики, с использованием изосомного и изохронного подходов [2, 4], оперативное управление силовой подготовкой в спортивных играх предполагает системный контроль физиологических и биомеханических параметров, учет электрофизиологических характеристик нервно-мышечного аппарата.

Заключение. Адаптация баскетболисток учебно-тренировочной и соревновательной деятельности происходит неравномерно: в первую очередь к физическим нагрузкам, во вторую очередь, к психическим, что связано с индивидуальным подходом каждого юного спортсмена.

Реализация инновационных средств программного обучения идет по пути: на начальном этапе создаются интеллектуальные обучающие системы или интеллектуальные образовательные комплексы, на последующих - разрабатываются физическая и математическая модели проекта учебного обучающего комплекса для более качественной подготовки баскетболистов, при которых происходит самостоятельная реализация всего усвоенного арсенала технико-тактических приемов в соревнованиях (соотношение: техническая подготовка: защитники - броски 60%, владение мячом 28%, подбор мяча 12%; нападающие - броски 48%, владение мячом 28%, подбор мяча 24%; центровые - броски 46%, владение мячом 32%, подбор мяча 22%; тактическая подготовка: защитники - передачи 50%, заслоны по горизонтали 50%; нападающие - передачи 25%, заслоны по вертикали 35%, постановка спины 40%; центровые - передачи 20%, заслоны по вертикали 40%, постановка спины 40%.

Литература

1. Гомельский, А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства: 1000 баскетбольных упражнений. — М.: Агентство «Файр», 1997.- 224 с.
2. Губа, В.П., Никитушкин, В.Г., Квашук, П.В. Индивидуальные особенности юных спортсменов (основы теории и методики индивидуализации в процессе отбора, ориентации и подготовки юных спортсменов) / В. П. Губа, В. Г. Никитушкин, П. В. Квашук, Смоленск, 1997. - 220 с.
3. Леонгард, К. Акцентуированные личности / Пер. с нем. В. Лещинской. - М.: Эксмо, 2006. - 347 с.
4. Лосин, Б.Е. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов : учебно-методическое пособие / Б. Е. Лосин ; С.-Петербург. гос. акад. физ.

СОДЕРЖАНИЕ

Бахчев Д.В., Даянова А.Р. Воспитание скоростных способностей боксеров 12-13 лет.....	5
Веде И.А, Юламанова Г.М. Обоснование эффективности методики совершенствования техники бросков гандболистов 14-15 лет.....	7
Ветлугин А.О., Гареева А.С. Критерии эффективности судейства футбольных арбитров.....	12
Волкова Е.С., Сальникова Е.П. Патологические состояния в спорте.....	16
Воробьев А.В., Уйманова И.П. Интеграция знаний о рекордных спортивных достижениях.....	19
Гареева А.С., Мавлютов А.В. Определение взаимосвязей между компонентами техники гребли и сенсомоторной координации байдарочников 15-16 лет.....	24
Гареева А.С., Цыбульский В.С. Выявление уровня индивидуальной тактической подготовленности хоккеистов 16-17 лет.....	29
Гилев Г.А., Владыкина В.В., Гладков В.Н., Сальников А.А. Об устранении негативных психологических предстартовых состояний.....	32
Гордиевская Т.В. О функционировании сердечнососудистой системы у юных спортсменов циклических и ациклических видов спорта	35
Заколотная Е.Е. Отношение студентов-спортсменов к нравственным проблемам профессионального спорта.....	41
Исмагилова Р.Р., Бобкина М.В., Гараева И.К., Греб А.В., Красулина Н.А. Тренировочный процесс в русской лапте с учетом гендерных особенностей и индивидуализации.....	45
Каримов Д.Г., Яшина Е.И. Воспитание скоростных способностей футболистов 12-13 лет.....	49
Кашапов М.Р., Козлов Н.П. Совершенствование техники комплексного приема передача и прием шайбы у хоккеистов 13-14 лет.....	52
Костырко М.Ф. Биомеханические исследования работы скелетных мышц при выполнении бокового прямого удара ногой в таэквондо.....	55
Кравец-Абдуллина А.В., Крутько В.Б., Щербина Ю.И. Формирование группового взаимодействия в команде по рафтингу у девушек 16-17 лет.....	59
Кузьмина Л.И., Киселева И.О. Определение уровня развития физической и координационной подготовленности юных акробатов на этапе начальной подготовки.....	64
Мокеев Г.И. Критерии мастерства спортсмена: подход от деятельности и от индивидуальности.....	69

Мокеев Г.И., Ванесян А.С., Шестаков К.В. Сравнительная характеристика восстановления кикбоксеров младшего школьного возраста и взрослых на основе применения здоровьесберегающего метода АМЭРСО.....	78
Нурисламова Р.М., Гареева А.С. Анализ показателей взаимосвязей технической подготовленности и парного взаимодействия в танце румба спортсменов 14-15 лет в спортивных бальных танцах	86
Орепчук Ю. Ю., Яковлев А.А., Яковлев А.Н. Технико-тактические особенности учебно-тренировочного процесса баскетболистов 17- 18 лет.....	91
Павлов С.В., Кравец-Абдуллина А.В., Габдюшева К.П. Комплектование составов в парных акробатических упражнениях.....	94
Ратковский А.А., Уйманова И.П. Спорт высших достижений в биатлоне: интеграция науки и практики.....	98
Репин Д.В., Гареева А.С. Определение наиболее значимых физических качеств пловцов с нарушением на различных этапах подготовки.....	103
Сурков Е.Н., Кравец-Абдуллина А.В. Определение результативности и частоты выполнения высоко оцениваемых элементов у высококвалифицированных спортсменов-сноубордистов на этапах кубка Мира и России.....	107
Томилин К.Г. Отработка информационных воздействий при выполнении движений скоростно- силового характера.....	112
Хабибуллин И.Р., Юрьева М.Н., Красулина Н.А., Азовцева О.В. Пример учебно-тренировочного занятия, направленного на развитие специальной выносливости для мини-футболиста.....	117
Хаматнурова Э.А., Юлманова Г.М. Обоснование эффективности методики совершенствования техники нападающего удара у волейболистов 15-16 лет.....	121
Хамматов Б.М., Юламанова Г.М. Особенности проявления свойств внимания в игровой деятельности хоккеистов 15-16 лет.....	125
Цветков С.В. Определение психофизиологического статуса хоккеистов с нарушением слуха.....	128
Шафикова Л.Р. Картина красной крови организма девочек различных возрастных групп.....	131
Шафикова Л.Р. Показатели крови акробатов в возрастном аспекте на фоне интенсивной скоростно- силовой деятельности.....	134
Шафинецкий Л. Л., Красулина Н.А., Халилов А.И., Халилова Р.И. Значение игры в неравных составах в гандболе	137
Щербакова Е.Е., Замышевская Е.Е. Значение рефлексивной практики в работе психолога с профессиональным спортсменом.....	140