

1. Ківернік О. В. Форми організації занять з фізичного виховання у вищих навчальних закладах / Ківернік О. В., Турчик І. Х., Пітин М. П. // Спортивна наука України: електронне видання. – 2008. – № 1. – С. 17–23. – Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/e-journals/SNU/2008-1/Articles/08kavhee.pdf>.
2. Мельник М. Г. Проблеми розвитку студентського спорту України у XXI столітті / Мельник М. Г., Пітин М. П. // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2015. – Вип. 129, т. 1. – С. 169–172.
3. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті: монографія / Мар'ян Пітин. – Л.: ЛДУФК, 2015. – 372 с.
4. Степанюк С. І. Студентський спортивний рух: історія та сучасність / Степанюк С. І., Вацеба О. М. – Л.: Українські технології, 2003. – 60 с.
5. Physical Self-Concept as an Important Outcome in Physical Education Classes: Evaluation of the Usefulness in Physical Education of Three Physical Self Concept Measures Utilising a Database of Australian and Israeli Students Garry [Electronic resource]. – Access mode: www.aare.edu.au/05pap/ric05302.pdf.
6. Prystupa E. Olympic education and informational society: problem and research / E/ Prystupa, Y. Briskin, M. Pityn // Zdrowie i Społeczeństwo. – Radom, 2014. – Т. 4, № 1. – Р. 81–88.
7. The „Flight” Program: Nontraditional Preparation of Physical Education Teachers. by Connie L. Blakemore, Nena R. Hawkes, Carol Wilkinson, Joyce M. Harrison, p.5. <http://www.questia.com/googleScholar.qst?docId=5002238474>.
8. The role of Olympic education in solving problems of modern generation / Eugeny Prystupa, Yuriy Briskin, Maryan Pityn, Oksana Blavt // Фізична активність, здоров'я та спорт. – Л.: ЛДУФК, 2012. – № 3 (9). – С. 3–9.
9. Wold B. Lifestyles and Physical Activity: A theoretical and empirical analysis of socialization among children and adolescents / B. Wold. – University of Bergen, 1989. – 310 p.

Мітова О.О., Івченко О.М.

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

КОМПЛЕКСНИЙ КОНТРОЛЬ БАСКЕТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЗА ЧИННОЮ НАВЧАЛЬНОЮ ПРОГРАМОЮ ДЮСШ

У статті розглядаються проблеми комплексного контролю в юнацькому баскетболі. Представлена детальна характеристика тестів з різних видів підготовленості баскетболістів в чинній навчальній програмі з баскетболу для ДЮСШ. Метою даного етапу дослідження було - провести комплексний контроль та оцінити рівень підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки за чинною навчальною програмою ДЮСШ. Здійснено контроль і оцінка показників фізичного розвитку, фізичної, технічної підготовленості баскетболістів 13-14 років, а також, техніко-тактичних дій під час їх змагальної діяльності. У ході проведених досліджень виявлено, що проблема контролю підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки розкрита недостатньо, є актуальною, вимагає пошуку та впровадження нових підходів з урахуванням усіх факторів, що впливають на ефективність змагальної діяльності. Аналіз комплексу тестів з різних видів підготовленості свідчить про необхідність його вдосконалення відповідно до вікових особливостей, сенситивних періодів розвитку рухових якостей, психологічних та психомоторних відмінностей особистості гравців, особливостей змагальної діяльності, сучасних тенденцій комплексного контролю у світовому баскетболі, що дозволить тренерам отримати більш детальну інформацію про стан готовності спортсменів на основі підходів диференціації та індивідуалізації.

Ключові слова: контроль, тести, юні баскетболісти, етап попередньої базової підготовки

Мітова Е.А., Івченко О.Н. Комплексний контроль баскетболістів на етапі попереднього базової підготовки по дійсній навчальній програмі ДЮСШ. В статті розглядаються проблеми комплексного контролю в юнацькому баскетболі. Представлена детальна характеристика тестів по різних видах підготовленості баскетболістів в дійсній навчальній програмі з баскетболу для ДЮСШ. Метою даного етапу дослідження було - провести комплексний контроль та оцінити рівень підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки за чинною навчальною програмою ДЮСШ. Здійснено контроль і оцінка показників фізичного розвитку, фізичної, технічної підготовленості баскетболістів 13-14 років, а також, техніко-тактичних дій під час їх змагальної діяльності. У ході проведених досліджень виявлено, що проблема контролю підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки розкрита недостатньо, є актуальною, вимагає пошуку та впровадження нових підходів з урахуванням усіх факторів, що впливають на ефективність змагальної діяльності. Аналіз комплексу тестів з різних видів підготовленості свідчить про необхідність його вдосконалення відповідно до вікових особливостей, сенситивних періодів розвитку рухових якостей, психологічних та психомоторних відмінностей особистості гравців, особливостей змагальної діяльності, сучасних тенденцій комплексного контролю у світовому баскетболі, що дозволить тренерам отримати більш детальну інформацію про стан готовності спортсменів на основі підходів диференціації та індивідуалізації.

Ключевые слова: контроль, тесты, юные баскетболисты, этап предварительной базовой подготовки.

Mitova E.A., Ivchenko O.N. Complex control of basketball players in the pre-basic training according to the existing educational program of Children and Youth Sports School. The article deals with the problem of complex control in youth basketball. The detailed description of the tests for different types of training of basketball players in the current curriculum for Children and Youth Sports School is presented. The aim of the study was to conduct a complex control and assess the level of preparedness of basketball players in the pre-basic training on existing training programs of Children and Youth Sports School. The control and evaluation of physical development, physical and technical preparedness of basketball players of 13-14 years, as well as

technical and tactical actions during their competitive activity was carried out. It was found that the level of physical and technical preparedness of basketball players corresponds to excellent and good level in all tests. However, complex control, proposed by the program of Children and Youth Sports School, does not include tests of psychological, theoretical and integral types of preparedness that makes it impossible to assess the efficiency of the training process fully and to identify the individual deficiencies in young basketball players. In the course of the research it was revealed that the problem of the control of preparedness of basketball players is disclosed not enough, it is urgent and it is needed to find and introduce new approaches, taking into account all the factors affecting the efficiency of competitive activity. Analysis of complex of tests on various types of preparedness demonstrates the need to improve it in accordance with the age characteristics, sensitive periods of development of physical qualities, psychological and psychomotor differences in players' personalities, modern trends of integrated control in the world of basketball that will allow coaches to get more information on the state of readiness of athletes taking into account the individualization and differentiation.

Key words: control, tests, young basketball players, the stage of preliminary basic training.

Актуальність. Управління та контроль в системі підготовки спортсменів об'єднує область знань, що піддалася в останні два десятиліття інтенсивній розробці. Це обумовлено проявом загальної тенденції і об'єктивізації системи підготовки спортсменів, впровадженням досягнень науково-технічного прогресу, використанням можливостей загальнонаукових дисциплін - кібернетики, системного підходу, дослідження операцій та інших, пошуку резервів вдосконалення системи підготовки спортсменів. Аналіз останніх досліджень Шинкарук О.А. [14] щодо узагальнення та вивчення програм, тестів та показників, які застосовуються в процесі відбору і орієнтації підготовки спортсменів в різних країнах свідчить про наявність як низки спільних характеристик, так і суттєвих відмінностей в підходах:

- велика частина тестів та показників, які реєструються і складають зміст системи оцінки підготовленості спортсменів в країнах, несумісні між собою, що ускладнює обмін інформацією, стримує вдосконалення навчально-тренувального процесу в цілому [8, 9, 10, 13];

- різні методологічні підходи при формуванні комплексу показників, оцінних шкал, інтегральних оцінок перспективності часто не враховують специфіку виду спорту, біологічний вік, характер попередньої підготовки, темпи зростання спортивних досягнень тощо [3, 4, 7, 9, 14].

Аналіз науково-методичної літератури виявив, що основи проведення педагогічного контролю у спортивних іграх останнього десятиліття представлені на даних передової спортивної практики переважно передбачені для застосування в системі підготовки висококваліфікованих гравців [6]. Питання контролю різних видів підготовленості в юнацькому спорті у спортивних іграх розглядалися у роботах А.М.Власов [3]; А.Базілевський [2]; М.А.Годик, А.И.Скородумова [4], І.Г.Максименко [5], М.Пітин [11], однак аналіз чинних навчальних програм для командних спортивних ігор свідчить про їх застарілість, невідповідність сучасним тенденціям розвитку спортивних ігор (роки видання від 1999-2003рр.) [1]. Етап попередньої базової підготовки вирішує такі основні завдання, як: поглиблена перевірка відповідності попередньо відібраного контингенту дітей вимогам успішної спеціалізації в обраному виді спорту, виявлення доцільності подальшого спортивного вдосконалення та визначення його напрямку (Максименко І.Г. [5], Платонов В.Н. [12], Шинкарук О.А., [14]). Аналіз доступної літератури з даного напрямку свідчить, що проблема контролю підготовленості юних українських баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки розкрита недостатньо, є актуальною та потребує пошуку і впровадження нових підходів з урахуванням всіх чинників, що впливають на ефективність змагальної діяльності.

Мета даного етапу дослідження - провести комплексний контроль та оцінити рівень підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки за чинною навчальною програмою ДЮСШ.

Завдання:

1. Проаналізувати сучасний стан комплексного контролю баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки за чинною навчальною програмою ДЮСШ.

2. Провести комплексний контроль та оцінити рівень підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки за чинною навчальною програмою ДЮСШ.

Результати дослідження. Детальний аналіз вітчизняної навчальної програми для ДЮСШ з баскетболу [1] свідчить про те, що в контролі різних сторін підготовленості пропонуються однакові тести для всіх вікових груп з 12 до 17 років, відмінності спостерігаються лише в оцінці показників. Крім того визначено такі недоліки: 1) застаріла методика педагогічного контролю баскетболістів у порівнянні з провідними баскетбольними країнами; 2) необґрунтовані наукові підходи до комплексного контролю юних баскетболістів з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дітей; 3) відсутність науково обґрунтованої системи нормативних оцінок інтегральної підготовленості (не всі фізичні якості контролюються у відповідності до сенситивних періодів, відсутність тестів на захисні дії, оперативне мислення тощо); 4) слабка постановка педагогічного контролю розвитку психологічного стану, морально-вольових та інтелектуальних якостей спортсменів, а також, теоретичних знань. Виявлено, що в українській навчальній програмі для ДЮСШ та СДЮСШОР (1999) навчальний матеріал складається з теоретичної, фізичної, технічної, тактичної, інтегральної видів підготовки, а також контрольних випробувань й інструкторської та суддівської практики [1]. Однак аналіз контролю свідчить, що зовсім відсутні тести з тактичної, психологічної та теоретичної видів підготовленості, а також недостатньо тестів, які б поєднували деякі види підготовленості та відповідали сучасним умовам змагальної діяльності гравців у баскетболі й віддзеркалювали рівень інтегральної підготовленості. Крім того, відзначено, що контрольні нормативи з фізичної підготовленості містять замало тестів з визначення рівню розвитку координаційних здібностей та рівноваги, хоча їх розвиток є необхідним для командних спортивних ігор. Стосовно контрольних випробувань з технічної підготовленості, на нашу думку, також спостерігаються деякі недоліки. Рівень технічної підготовленості виявляється за 5 тестами, з них – жодного на захисні дії. Тому необхідно включити тести для визначення рівня оволодіння захисними навичками, що підвищить рівень контролю. Нами було проведено педагогічне тестування за чинною програмою ДЮСШ з баскетболу. Показники фізичного розвитку, фізичної та технічної підготовленості представлено у таблиці 1. Аналіз результатів тестів «біг 20м» та «стрибок у довжину з місця» свідчить про те, що показники відповідають оцінці «відмінно». Результати тестів «стрибок угору з місця» та «човниковий біг 4x9м»

свідчать, що баскетболісти виконують завдання на доброму рівні. Тест «згинання і розгинання рук в упорі лежачи» виявив, що баскетболісти в середньому його виконують за $34,65 \pm 4,98$ с, що відповідає відмінному показнику за програмою ДЮСШ. Середній показник тесту «біг 1500м» ($6,24 \pm 0,55$ хв.) також відповідає оцінці «відмінно».

Таблиця 1

Показники підготовленості баскетболістів 13-14 років за контрольними тестами чинної навчальної програми СДЮСШОР (n=50)

Тести	\bar{x}	$\pm S$	V %
Фізична підготовленість			
Біг 20м, с	3,35	0,15	4,48
Стрибок у довжину з місця (см)	220,34	12,92	5,86
Стрибок угору з місця (см)	52,44	4,40	8,40
Човниковий біг-4x9 м, с	10,11	0,50	5,01
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи (к-ть.р.)	34,65	4,98	14,37
Біг 1500м,хв.с	6,24	0,55	8,96
Технічна підготовленість			
Комбінована вправа, с;	34,55	1,25	3,62
Перемінний біг 98 м,с	25,15	0,91	3,65
Штрафні кидки, % влучень	68,0	0,06	9,90
Кидки м'яча у кошик, % влучень з 40 кидків	53,0	0,07	15,11
Фізичний розвиток			
Довжина тіла, см	160,3	1,5	14,81
Маса тіла, кг	50,4	1,1	4,05
ЖЄЛ, мл	3101,4	101	3,80
Динамометрія правої руки, кг	24,5	0,8	9,07
Динамометрія лівої руки, кг	19,6	0,7	17,30

Коефіцієнти варіації показників у тестах коливаються від 4,48 до 8,96 %, що свідчить про однорідність показників у досліджуваних спортсменів, окрім прояву силових здібностей у тесті «згинання і розгинання рук в упорі лежачи», де $V = 14,37\%$. Показники тесту «Комбінована вправа» свідчить про те, що баскетболісти її виконують на оцінку «відмінно». Результати тестів «Комбінована вправа» та «Перемінний біг 98 м» свідчать, що баскетболісти виконують завдання на доброму рівні. Тест «Штрафні кидки, % влучень» виявив, що баскетболісти в середньому його виконують за $34,65 \pm 4,98$ с, що відповідає відмінному показнику за програмою ДЮСШ. Середній показник тесту «біг 1500м» ($6,24 \pm 0,55$ хв.) також відповідає оцінці «відмінно». Коефіцієнти варіації показників у тестах: «Комбінована вправа», «Перемінний біг 98 м», «Штрафні кидки» коливаються від 3,62 до 9,09%, що свідчить про однорідність показників у досліджуваних спортсменів, окрім прояву кидкової стабільності у тесті «Кидки м'яча у кошик, % м. влучень з 40 кидків», де $V = 15,11\%$. Такий коефіцієнт варіації свідчить, що на даному етапі багаторічної підготовки кидок – є найскладнішим елементом техніки, в зв'язку з тим, що іде перехід у програмі технічної підготовки від кидка з місця до кидка у стрибку. Проведенні нами дослідження з технічної підготовленості свідчать, що проблема контролю оволодіння та ефективності технічних елементів баскетболу на етапі попередньої базової підготовки розкрита недостатньо, відсутні тести на захисні дії.

Оцінка рівня фізичного розвитку за антропометричними показниками свідчить про те, що показники маси тіла баскетболістів мають рівень вище середнього; показники довжини тіла - вище середнього рівню; показники життєвої ємності легень становлять середній рівень; показники сили правої і лівої кисті відповідають теж середньому рівню. Визначений рівень свідчить про випередження таких показників як довжина та маса тіла, що пояснюється акселерацією дітей, яких було відібрано для занять баскетболом. Активна змагальна діяльність баскетболістів на офіційному рівні розпочинається з 12-14 років та реалізується участю команд у іграх Всеукраїнської баскетбольної юнацької ліги (ВЮБЛ). Юні спортсмени беруть участь у змаганнях, де мають можливість продемонструвати рівень змагальної підготовленості. В середньому за рік діти цього віку грають від 12 до 20 ігор. Нами було проаналізовано десять матчів юнаків 13-14 років. Результати аналізу статистичних протоколів змагальної діяльності представлено в таблиці 2.

Таблиця 2

Показники техніко-тактичних дій під час змагальної діяльності у баскетболістів 13-14 років (n=50)

Техніко-тактичні дії	\bar{x}	$\pm S$	V %
2-очкові кидки, к-ть	4,77	2,86	59,94
Влучні 2-очкові кидки, к-ть	2,23	1,70	76,37
3-очкові кидки, к-ть	1,06	1,00	94,24
Влучні 3-очкові кидки, к-ть	0,36	0,43	121,20
Усі влучні кидки з гри, к-ть	2,59	1,67	64,42
Результативні передачі, к-ть	1,02	0,66	64,57
Перехоплення, к-ть	0,75	0,46	60,93
Блок-шоти, к-ть	0,35	0,54	152,28
Підбирання в захисті, к-ть	2,90	2,25	77,49
Підбирання в атаці, к-ть	2,13	1,44	67,64
Усі підбирання, к-ть	5,03	2,79	60,60
Втрати м'яча	3,41	1,68	23,14

Аналіз результатів змагальної діяльності свідчить про значну неоднорідність даних показників техніко-тактичної підготовленості спортсменів, що є типовим для ігрової діяльності в командних спортивних іграх, де у гравців простежуються різні показники техніко-тактичних дій. Результати спостереження за матчами баскетболістів 13-14 років виявили наявність низьких показників змагальної діяльності у цьому віці, особливо в тих техніко-тактичних діях, які вимагають прояву фізичних

якостей (наприклад: швидкісно-силових – підбирання та блок-шоти; швидкості та координаційних здібностей – перехоплення; силових здібностей – трьох-очкові кидки тощо). Також виявлено, що гравцями допускається велика кількість помилок, що пов'язано з особливостями підліткового періоду, неузгодженістю прийняття рішень з руховими діями, нестабільним рівнем уваги під впливом емоційного та фізичного змагального навантаження. Відзначено слабкий рівень реалізації двох- та трьох очкових кидків.

ВИСНОВКИ. В ході комплексного контролю баскетболістів 13-14 років за чинною навчальною програмою ДЮСШ виявлено, що:

- фізична підготовленість відповідає відмінному та доброму рівню при високій однорідності показників у групі за всіма запропонованими тестами (від 4,48 до 8,96 %);
- технічна підготовленість відповідає відмінному та доброму рівням при високій однорідності показників у групі за всіма запропонованими тестами (від 3,62 до 9,09%), окрім прояву кидкової стабільності у тесті «Кидки м'яча у кошик, % м. влучень з 40 кидків», де $V = 15,11\%$;
- показники маси тіла баскетболістів мають рівень вище середнього; показники довжини тіла - вище середнього рівню; показники життєвої ємності легень становлять середній рівень; показники сили правої і лівої кисті відповідають теж середньому рівню.

Аналіз техніко-тактичних показників під час змагальної діяльності свідчить, що кількість техніко-тактичних дій, які пов'язані з рівнем розвитку фізичних якостей, на етапі попередньої базової підготовки є недостатньою та показник в групі неоднорідний з високим рівнем коливання (коефіцієнт варіації від 23,14 % до 152,28 %). Аналіз комплексного контролю у чинній навчальній програмі для ДЮСШ свідчить, що комплекс тестів з різних видів підготовленості потребує вдосконалення відповідно до вікових особливостей, сенситивних періодів розвитку рухових якостей, психологічних та психомоторних відмінностей особистості гравців, особливостей змагальної діяльності, сучасних тенденцій комплексного контролю у світовому баскетболі, що дозволить тренерам отримати більш детальну інформацію про стан готовності спортсменів та вдосконалити навчально-тренувальний процес на основі підходів диференціації та індивідуалізації.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ полягають у вдосконаленні програми тестування для комплексного контролю баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву та шкіл вищої спортивної майстерності (навчально-тренувальні групи та групи спортивного удосконалення) / [Л.Ю.Поплавський, В.Г.Окіпняк. – К.: 1999. – 125 с.
2. Базілевський А. Методика контролю тактичного мислення баскетболістів / А. Базілевський, І. Глазирін // Спортивний вісник Придніпров'я. // Науково – теоретичний журнал. – 2010, 2. 214 - 216 с
3. Власов А.М. Комплексный контроль физической подготовленности и морфофункционального состояния юных баскетболистов 12-15 лет автореф М. - 2004 – 24 с.
4. Годик М. А. Комплексный контроль в спортивных играх [Текст] / М. Л. Годик, А. И. Скородумова. - М.: Советский спорт, - 2010 – 336 с.
5. Мітова О.О. Проблеми контролю в сучасних командних спортивних іграх / О.О.Мітова // Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, - №2. – 2015. – С. 166-171.
6. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практические применения/ В.Н. Платонов – К.: Олимп. Лит., 2013. – 624 с.
7. Buceta J.M. Basketball for Young players. Guidelines for coaches / J.M. Buceta, M. Mondoni, A. Avakumovic, L. Killik. – Madrid: FIBA, 2000.-358 p.
8. Erčulj F. An analysis of basketball players' movements in the slovenian basketball league play-off using the sagit tracing system // Facta universitatis: Scientific paper. Series: Phisycal Education and Sport / F. Erčulj, B. Dežman, G. Vučovič, J. Perš, M. Perše, M. Kristan. – Vol. 6. – № 1. – 2008. – P. 75 – 84.
9. Giorgio Gandolfi. NBA Coaches Playbook. Techniques, tactics, and teaching points. / Gandolfi Giorgio. – Human Kinetics. – 344 p.
10. Pityn M. Theoretical training in fencing: state and prospects of researches / Maryan Pityn, Yuriy Briskin, Olga Zadorozhna // Фізична активність, здоров'я та спорт. – 2012. – № 3 (9). – С. 23–28.
11. Platonov V. N. Teoria general del entrenamiento deportivo Olimpico / V. N. Platonov. – Barcelona : Paidotribo, 2002. – 686 p.
12. Spencer M. Mini Basketball. A guide to teaching and coaching. Written and Compiled By Martin Spencer / M. Spencer. - FIBA Mini-Basketball.–2011.–255 p.

Мулик К.В., Гриньова Т.І.
Харківська державна академія фізичної культури

РОЗРОБКА ТА ВПРОВАДЖЕННЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОГО МАРШРУТУ З ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ ДЛЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Дана стаття присвячена розробці та впровадженню пішохідного спортивно-оздоровчого маршруту по Харківській та Полтавській областях, для студентської молоді. Пішохідний туризм є одним із наймасовіших та найбільш доступним для студентської молоді. Це пов'язано з можливістю прокладати нитки маршрутів по різного роду дорогах та місцевостях, в повній мірі здійснювати туристсько-красназничу діяльність, і що дуже важливо, не залежати від засобів пересування (велосипед, байдарка, лижі, тощо). Метою розробленого нами пішохідного походу було безпечне проходження розробленої нитки маршруту, відвідування історичних місць та виявлення впливу фізичних навантажень на