**Воробйова Валерія Олександрівна. Підготовка баскетбольних команд в гуманітарних вищих навчальних закладах з урахуванням психофізіологічних здібностей гравців : Дис... канд. наук: 24.00.01 – 2007**

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **Воробйова В.О.** **Підготовка баскетбольних команд в гуманітарних вищих навчальних закладах з урахуванням психофізіологічних здібностей гравців**. – Рукопис.  Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський та професійний спорт. – Харківська державна академія фізичної культури, Харків, 2007.  Дисертація присвячена проблемі побудови навчально-тренувального процесу в баскетбольних командах гуманітарних вищих навчальних закладів. На основі визначення командної та індивідуальної структури комплексної підготовленості гравців гуманітарних вищих навчальних закладів, яка включала аналіз 43 показника з фізичної, технічної підготовленості та психофізіологічних здібностей студентів-баскетболістів, аналізу літературних даних та виявлення індивідуальних особливостей спортсменів методом кластерного аналізу, створена методика підготовки студентів-баскетболістів гуманітарних вищих навчальних закладів. Методика включає урахування індивідуальних особливостей гравців, фізичні та психофізіологічні здібності баскетболістів гуманітарних вищих навчальних закладів, а саме – високий рівень здібностей до перемикання уваги, швидкісно-силові можливості та превалювання образного складу мислення. Складовою частиною розробленої методики є також створення зручних у застосуванні статичних та динамічних мультиплікаційних наочних посібників на основі сучасних інформаційних технологій. Розроблена методика зробила позитивний вплив на показники спеціальної фізичної і техніко-тактичної підготовленості, ігрову результативність, психофізіологічні показники.  Результати дослідження впроваджені в навчально-тренувальний процес чоловічих баскетбольних команд Горлівського державного інституту іноземних мов, Харківського національного педагогічного університету ім. Г.С.Сковороди, Харківської державної академії дизайну та мистецтв, Донецького державного інституту фізичної культури. | |
| |  | | --- | | 1. Аналіз літератури щодо наявності особливостей мислення у студентів-гуманітаріїв і можливостей врахування даних особливостей при побудові навчально-тренувального процесу в баскетбольних командах показав наступне:  існують певні особливості в процесах вищої нервової діяльності у студентів-"гуманітаріїв" і "природників": гуманітарні професії вимагають більшого розвитку художнього типу мислення, а технічні професії вимагають більшого розвитку логічного типу мислення;  для гуманітаріїв є характерним сполучення сили й лабільності нервової системи, що становить природну основу художнього типу;  для природників є характерним сполучення слабості й інертності нервової системи, що відрізняє "розумовий" тип.  Питання врахування особливостей мислення та психофізіологічних здібностей баскетболістів при побудові навчально-тренувального процесу з баскетболу в гуманітарних вищих навчальних закладах у наявних на даний момент наукових дослідженнях не розглядалося.  2. Показники антропометричних даних, рівня спеціальної фізичної й технічної підготовленості пов’язані з показниками психофізіологічних здібностей, про що свідчать наступні дані:  довжина тіла позитивно пов'язана з різницею ЧСС між значенням у положенні лежачи й положенні стоячи (r=0,97 при р<0,001);  довжина тіла позитивно корелює з показниками варіативності реакції (r=0,56 для варіативності реакції на світло і r=0,60 для варіативності реакції на звук при р<0,01);  показник швидкісної стрибучості пропорційний коефіцієнтам перемикання уваги (r=0,58 при р<0,05), часу реакції на звук (r=-0,42 при р<0,05), складній реакції на відсутність ознаки (r=-0,43 при р<0,05), психічній стійкості (r=-0,40 при р<0,05), здатності до концентрації уваги (r=-0,81 при р<0,05);  показники швидкості пробігання баскетбольної площадки "туди й назад" і стрибка з місця зворотно пропорційні розумовому впрацьовуванню за тестом Шульте (r=-0,85 і r=0,75 при р<0,05);  показники тестів "швидкісна стрибучість" і "швидкість захисних переміщень" проявляють достовірні коефіцієнти кореляції з результатами виконання тестів Шульте, Горбова й Бурдона, а також з показниками швидкості простої і складної реакції.  3. У структурі підготовленості студентів-баскетболістів гуманітарного вищого навчального закладу було виділено 5 факторів: перший фактор становить 20,7% із загального числа всієї поясненої дисперсії, другий фактор становить 20,6%, третій фактор – 20,5%, четвертий – 19,6% і п'ятий – 18,6% сумарної дисперсії.  З першим фактором (20,7% загальної дисперсії) найбільші коефіцієнти кореляції утворять показники почуття часу (r=0,81-0,99) і показники, які відображують рівень уваги (r=0,90-0,94). Перший фактор був названий "Увага, уповільнене сприйняття часу".  Найбільші коефіцієнти кореляції із другим фактором (20,6% загальної дисперсії) утворюють показники помилки на прискорення суб'єктивного сприйняття часових інтервалів, пов'язаних з укороченням часового відрізка 12 с на половину (r=0,96), показник варіативності реакції на звук (r=0,93), показник варіативності реакції на світло (r=0,79), показник довжини тіла (r=0,84), показник різниці ЧСС при зміні положення тіла з горизонтального на вертикальне (r=0,93). Другий фактор був інтерпретований як "Концентрація уваги, нестабільність реакції, довжина тіла, утруднена вегетативна регуляція судинного тонусу".  Третій фактор (20,5% загальної дисперсії) складений показниками, які відображують швидкісні якості й ступінь загальної витривалості або стомлюваність: час пробігання 6 м (r=-0,82), величина суб'єктивного сприйняття напруженості навантаження (r=0,96). У третій фактор увійшли також показники часу простих реакцій на звукові й світлові подразники, а також показники часу складних реакцій з позитивними коефіцієнтами кореляції (r=0,6-0,9). Третій фактор був інтерпретований як "Швидкісні якості, стомлюваність".  У четвертий фактор (19,6% загальної дисперсії) увійшли показники, які відображають швидкісно-силову підготовленість, а саме: "стрибок вгору з розбігу" (r=0,86), "метання набивного м'яча з розбігу" (r=0,85), час пробігання площадки "туди й назад" (r=-0,81), "стрибок вгору з місця" (r=0,70), коефіцієнт розумового впрацьовування по тесту Шульте (r=0,91), показники, які відображують зниження розумового впрацьовування при збільшенні швидкісно-силових якостей (r=0,97), помилка при скороченні коротких інтервалів часу (r=0,84) і помилка убік уповільнення при відтворенні часового відрізка, рівного половині від 12 с (r=-0,74). Виходячи з отриманих коефіцієнтів взаємозв'язку, четвертий фактор був названий "швидкісно-силові якості".  З п'ятим фактором (18,6% загальної дисперсії) проявляють однакову спрямованість взаємозв'язку показник спеціальної витривалості й показник швидкісної техніки (r=-0,89; r=-0,77). Такий же напрямок взаємозв'язку виявлений і для коефіцієнта перемикаємості уваги за тестом Горбова (r=-0,87). П'ятий фактор був названий "перемикаємість уваги, спеціальна витривалість".  Основні характеристики факторної структури комплексної підготовленості баскетболістів різних гуманітарних вищих навчальних закладів подібні між собою.  4. Загальна характеристика студентів-баскетболістів гуманітарних вищих навчальних закладів на підставі проаналізованих показників і виявленої загальної структури підготовленості формулюється як "перевага уваги, швидкісних якостей і високої стомлюваності", на відміну від структури комплексної підготовленості баскетболістів технічних вузів, у якій на перший план виступають такі фактори, як витривалість і стан серцево-судинної системи в сполученні з розумовою працездатністю.  5. Найбільш типовими індивідуальними моделями факторної структури комплексної підготовленості баскетболістів гуманітарних вищих навчальних закладів є наступні:  "центровий" – найбільш виражений фактор № 2 (концентрація уваги, нестабільність реакції, величина довжини тіла, утруднена вегетативна регуляція судинного тонусу");  "крайній нападаючий" – найбільш виражені фактори № 3 ("швидкісні якості, стомлюваність") і № 4 ("швидкісно-силові якості");  "захисник" – найбільш виражені фактори № 1 ("увага, уповільнене сприйняття часу") і № 5 ("перемикаємість уваги, спеціальна витривалість").  Виявлені моделі гравців є основою для розробки індивідуальних програм тренування, уточнення функцій баскетболістів і організації тактичних взаємодій в іграх.  5. Для підвищення ефективності навчально-тренувального процесу баскетболістів гуманітарного вищого навчального закладу доцільно застосовувати розроблену нами методику, що має на увазі опору на командну й індивідуальну факторну структуру підготовленості спортсменів і дані кластерного аналізу щодо подібності й розходження гравців за комплексом показників; розробку й застосування методів для активізації образного сприйняття елементів техніки й тактики баскетболу на основі сучасних інформаційних технологій; комплексний розвиток швидкісних, швидкісно-силових якостей у сполученні з розвитком здібності диференціювати зусилля й виконувати точні рухи.  6. Розроблена комплексна методика підготовки баскетбольних команд гуманітарних вищих навчальних закладів сприяє підвищенню практично всіх показників тестування спеціальної фізичної підготовленості, якості виконання техніко-тактичних прийомів баскетболу, ефективності ігрових дій, підвищенню кількості реалізованих у грі тактичних взаємодій, підвищенню психофізіологічних здатностей. Про це свідчать наступні дані:  Найбільші показники приросту результатів виявлені в тестах "Швидкісна стрибучість" (приріст склав 13,4%, t-розрах.=4,54, що перевершує значення для інших показників), "Стрибок з розбігу" (приріст склав 10,2%), "Метання набивного м'яча" (приріст склав 5,7-9,7%), "Швидкість захисних переміщень" (приріст склав 9,7%), "Ефективність штрафних кидків" і "Ефективність кидків із середньої дистанції".  Зміна показників ігрової ефективності в експериментальній групі вірогідна при найвищому рівні значимості (р<0,001). У контрольній групі подібні зміни ігрової ефективності практично не виражені (р>0,05).  В експериментальній групі приріст експертної оцінки на 2,6 бали в результаті застосування експериментальної методики достовірний при р<0,001. У контрольній групі приріст показника експертної оцінки техніки виконання кидка однією рукою зверху становить 0,6 бала, що вірогідно при меншому рівні значимості в порівнянні з експериментальною групою (р<0,05). В експериментальній групі знизилося також відсоткове співвідношення помилок з 43-70% до 0-43%. У контрольній групі відсоток помилок знизився до 14-57% при кінцевому тестуванні.  Середні значення кількості основних тактичних взаємодій нападу, застосованих у грі у баскетболістів експериментальної групи, склали від 1,60 до 3,70 взаємодій. Дані зміни достовірні при найвищому рівні значимості (р<0,001). У контрольній групі подібні зміни кількості тактичних взаємодій, застосованих у ході гри, недостовірні (р>0,05).  Результати порівняльного аналізу психофізіологічних показників, отриманих при тестуванні баскетболістів експериментальної групи до та після проведення експерименту, показують, що всі психофізіологічні показники випробуваних експериментальної групи статистично значимо покращилися (відсоток поліпшення становить 6,6-42,8% при р<0,001). У контрольній групі кількість статистично значимих змін виявилася значно меншою (2 показники) у порівнянні з експериментальною групою (відсоток поліпшення становить 1,6-19,2% при р>0,05). Найбільші розходження у баскетболістів експериментальної групи в результаті проведення експерименту виявлені в показниках уваги, психічної стійкості, розумової працездатності, швидкості простої і складної реакції, почуття часу.  7. Розроблена методика є адекватною для рішення завдань навчально-тренувального процесу в баскетбольних командах гуманітарних вищих навчальних закладів і може бути рекомендована в практику підготовки баскетбольних команд вищих навчальних закладів гуманітарного профілю.  В *перспективі подальших досліджень* передбачається розробка методики підготовки баскетбольних команд вищих навчальних закладів технічного профілю, а також продовження досліджень в галузі індивідуалізації підготовки спортсменів і виявлення психофізіологічних здібностей гравців. | |