

УДК: 796.323.2

КОТЛОВ Егор Викторович

доцент, "Межфакультетская кафедра физического воспитания и спорта", Андижанский государственный университет, г.Андижан, Узбекистан,
e-mail: egorii.7@mail.ru

на основе рецензии А. Холиков доцент "межфакультетская кафедра физического воспитания и спорта", Андижанский государственный университет

MODELING OF THE TRAINING PROCESS AIMED AT DEVELOPING OFFENSIVE ACTIONS OF STUDENT BASKETBALL PLAYERS

Abstract

The article examines current issues of attacking actions formation in student basketball. The modern practice of basketball players training is analyzed, the importance of developing tactical thinking, speed and coordination abilities is emphasized. The importance of modernization of the educational and training process, introduction of innovations and special methods for increasing the effectiveness of attacking actions and the overall level of the game is determined. The obtained results can be used to optimize the educational and training process and introduce innovative approaches to the formation of professional qualities of future athletes.

Key words: basketball, student teams, offensive actions, defensive play, individual skills, training process, training intensity, tactical thinking.

BASKETBOLCHI TALABALARNING Hujumkor HARAKATLARINI RIVOJLANTIRISHGA QARATILGAN O'QUV-MASHG'ULOT JARAYONINI MODELLASHTIRISH

Annotatsiya

Maqolada talabalar basketbolida hujum harakatlarini shakllantirishning dolzarb muammolari muhokama qilinadi. Basketbolchilarni tayyorlashning zamonaviy amaliyoti tahlil qilinadi, taktik fikrlash, tezlik va muvofiqlashtirish qobiliyatlarini rivojlantirish muhimligi ta'kidlanadi. Hujum harakatlarining samaradorligini va o'yinning umumiy darajasini oshirish uchun o'quv-mashg'ulot jarayonini modernizatsiya qilish, innovatsiyalar va maxsus usullarni joriy etish muhimligi belgilab olindi. Olingan natijalardan o'quv-mashg'ulot jarayonini optimallashtirish va bo'lajak sportchilarning kasbiy fazilatlarini shakllantirishga innovatsion yondashuvlarni joriy qilish uchun foydalanish mumkin

Kalit so'zlar: basketbol, talabalar jamoalari, hujumkor harakatlar, himoyaviy o'yin, individual maxorat, o'quv-mashg'ulot jarayoni, mashg'ulot intensivligi, taktik fikrlash.

МОДЕЛИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА, НАПРАВЛЕННОГО НА РАЗВИТИЕ АТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ СТУДЕНТОВ-БАСКЕТБОЛИСТОВ

Аннотация

В статье рассматриваются актуальные проблемы формирования атакующих действий в студенческом баскетболе. Анализируется современная практика подготовки баскетболистов, подчёркиваются значимость развития тактического мышления, скоростных и координационных способностей. Определена значимость модернизации учебно-тренировочного процесса, внедрения инноваций и специальных методик для повышения эффективности атакующих действий и общего уровня игры. Полученные результаты могут быть использованы для оптимизации учебно-тренировочного процесса и внедрения инновационных подходов к формированию профессиональных качеств будущих спортсменов.

Ключевые слова: баскетбол, студенческие команды, атакующие действия, игра в защите, индивидуальные навыки, учебно-тренировочный процесс, интенсивность тренировок, тактическое мышление.

Формирование атакующих действий в баскетболе является ключевым элементом успешной игровой стратегии, особенно применительно к спортивным состязаниям студенческой направленности. В данном сегменте спортивной активности уровень подготовленности спортсменов варьируется существенно вследствие неоднородности физической готовности. Баскетбол, как командный вид спорта, требует высокой координации, быстроты реакций, точности в исполнении атакующих действий, а также умения эффективно использовать стратегию против различных игровых ситуаций. Современные педагогические рекомендации подчеркивают необходимость концентрации усилий системы подготовки студентов-баскетболистов именно на развитие перечисленных качеств [2,4].

Важнейшей составляющей учебно-тренировочного процесса выступает систематическая работа над развитием тактического мышления, совершенствованием взаимодействий игроков друг с другом и повышением способности мгновенно реагировать на изменение условий игры [1]. Оптимальность построения тренировочного процесса определяется точностью выбора приоритетов, распределением нагрузки и вниманием ко всем составляющим игрового мастерства, таким как индивидуальная техника и взаимодействие группы игроков. Среди отдельных направлений особое значение приобретают упражнения, развивающие технику ведения мяча, точность передач мяча и бросков, поскольку данные компоненты формируют основу успешных игровых действий [6].

Предметом настоящего исследования стал учебно-тренировочный процесс, нацеленный на подготовку атакующих действий в баскетболе игроков студенческих команд. Исследование включало изучение особенностей организации тренировочной практики, интенсивности нагрузок, частоты включения упражнений на развитие атакующих компонентов и индивидуальной профессиональной компетентности игроков. Был выявлен ряд зон повышенной потребности в дополнительном внимании, среди которых оказались игра в защите и тактический компонент соревновательного взаимодействия.

Анализ этих данных позволил оптимизировать тренировочный процесс, обеспечив тем самым повышение качества подготовки баскетболистов студенческих команд и расширение существующих педагогических подходов в сфере спортивного образования [7].

Современная наука уделяет большое внимание комплексному подходу к обучению и тренировке студентов, занимающих лидирую-

щие позиции в спортивной практике, что делает данное направление актуальным объектом исследования [3]. Значимость проведенного исследования обусловлена возможностью углубления понимания специфики тренировочных процессов и определения областей, нуждающихся в дополнительной проработке для эффективного формирования конкурентноспособных спортивных команд и квалифицированных спортсменов.

Цель данного исследования — оценка текущего состояния учебно-тренировочного процесса в студенческом баскетболе с фокусировкой на формирование атакующих действий и определении факторов, оказывающих влияние на их успешность.

Для оценки эффективности учебно-тренировочного процесса и динамики развития атакующих действий у студентов использовался **метод анкетирования**. Вопросник содержал пять значимых разделов, охватывая следующие направления: период начала интереса к баскетболу, восприятие интенсивности тренировочного процесса, частота интегрирования упражнений на атаку, самооценка персональных достижений и определение тех сфер подготовки, которым необходима дополнительная поддержка. Полученные материалы подверглись статистическому анализу посредством расчета относительных величин, позволившему выявить ключевые закономерности и различия в отношении исследуемых характеристик между участниками разных возрастных категорий [5].

В анкетировании принимали участие 76 респондентов, принадлежавших трем категориям обучающихся. Данные, полученные в результате анкетирования, подтвердили наличие выраженных тенденций в восприятии учебно-тренировочного процесса и выявили важные приоритеты в образовательной работе со студентами-баскетболистами. Кроме того, были проведены сравнительные анализы по возрастным группам для выявления различий в тренировочном процессе и уровне внимания к различным навыкам. Анализ полученных результатов показал следующую структуру распределения ответов на вопрос относительно возраста начала активного увлечения баскетболом: подавляющее большинство респондентов проявило повышенный интерес в возрасте от 10 до 14 лет (45%), далее отмечалось некоторое уменьшение вовлеченности в период от 15 до 19 лет (30%). Интерес значительно снижался в возрастной группе от 20 до 24 лет (15%), а также — от 25 до 30 лет и старше (10%), что обусловлено переходом приоритета на образование и профессиональную деятельность (рис. 1).

Оценивая уровень интенсивности учебного процесса, спортсмены распределились следующим образом: крайне высокие нагрузки указали 20% опрошенных, что отражает желание достичь максимальных результатов путем регулярных высокоинтенсивных занятий. Высокую интенсивность назвали 35% респондентов, что демонстрирует значительный объем нагрузок и целенаправленную работу над улучшением физической формы. Среднюю оценку дали 30% испытуемых, вероятно отра-

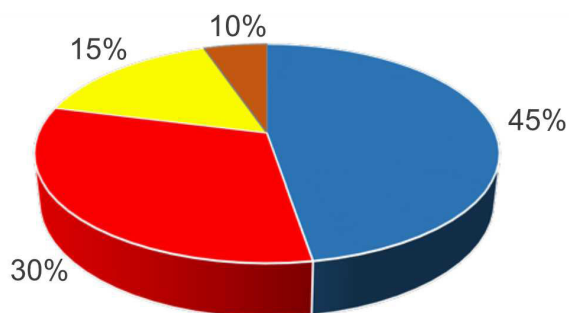


Рис. 1

Относительно частоты включения в учебный процесс элементов атаки результаты опроса выявили следующее распределение мнений: каждый четвертый респондент указал высокую частоту включений атакующих действий в ежедневные тренировки (25%), треть всех игроков систематически практикуют та-

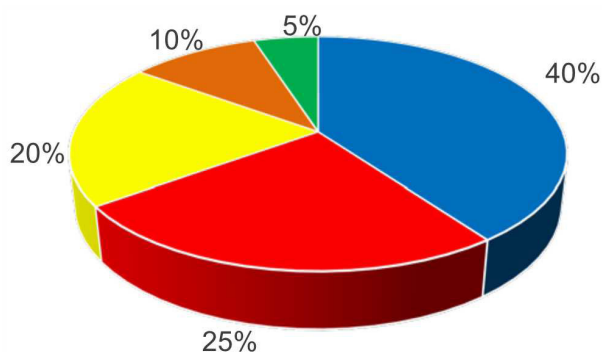


Рис. 2

При оценке индивидуальных игровых качеств выявлены значительные различия предпочтений среди студентов-баскетболистов: абсолютное лидерство продемонстрировала категория игроков нападения (40%), отражающая доминирование нападающего компонента игры. Вторую позицию заняла техника передачи мяча (30%), демонстрируя важность точности исполнения данной техники для успеха команды. Далее следуют показатели игры в защите (15%), меньше респондентов считают игру в защите своей сильной стороной, что

жающих потребность в умеренных нагрузках, позволяющих поддерживать баланс между учебой и спортом. Лишь 10% сочли тренинг недостаточно интенсивным, подчеркнув необходимость повышения качества и количества упражнений. Наконец, совсем незначительная доля респондентов (5%) оценила интенсивность как низкую, что свидетельствует либо о недостаточных нагрузках, либо о проблемах мотивации и восприятия студентов-баскетболистов объема выполняемой работы (диагр.1).

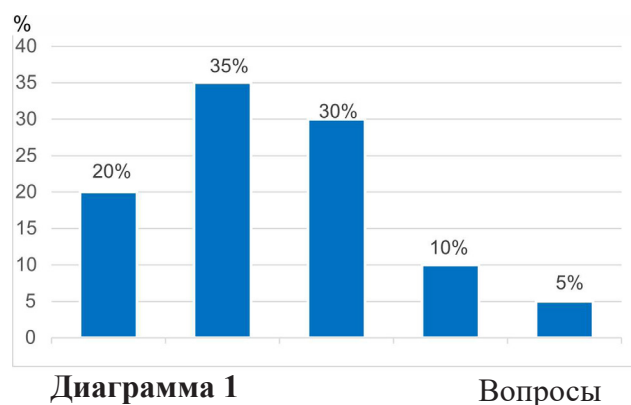


Диаграмма 1

кие упражнения регулярно (40%), около пятой части опрошенных занимаются такими действиями периодически (20%), редко обращаются к данному элементу лишь десятая часть (10%), а совсем малое число опрошенных (5%) вовсе исключают данную категорию упражнений из программы подготовки (рис. 2).

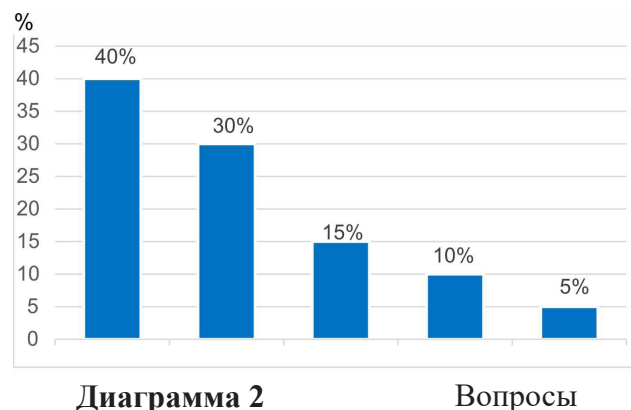


Диаграмма 2

может быть связано с индивидуальными предпочтениями или недостаточным вниманием к этому навыку. Перемещение по площадке (10%) – этот навык менее выделяется, что может указывать на недостаточное внимание игроков к мобильности или возможные проблемы с координацией действий. Наименьшее предпочтение получил компонент тактического мышления (5%), что может свидетельствовать о меньшем акценте на стратегию и анализ игры со стороны тренерского штаба (диагр.2).

Анализируя пятую категорию вопросов анкеты («Какие навыки требуют большего внимания?»), были получены следующие данные относительно приоритетов игроков в развитии игровых качеств:

- атакующие действия — наиболее значимая область совершенствования, согласно мнению большинства опрошенных (35%), это свидетельствует о заинтересованности спортсменов в повышении эффективности нападения и завершении комбинаций;

- игровые аспекты защиты также нуждаются в усиленном внимании (25%), особенно касательно приёма передач и организации защит-

ных действий против быстрых атак соперника;

- улучшение техники передач мяча признано необходимым для повышения её точности и вариативности третьими респондентами (20%);

- необходимость усовершенствования перемещения по игровой площадке отмечена отдельным контингентом участников опроса (15%) и связана с развитием быстроты реакции и координационных способностей;

- минимальное число респондентов (5%) выразило потребность развивать тактические компоненты игры, вероятно, вследствие недостаточно сформированного понимания стратегических решений в ходе матча (рис. 3).

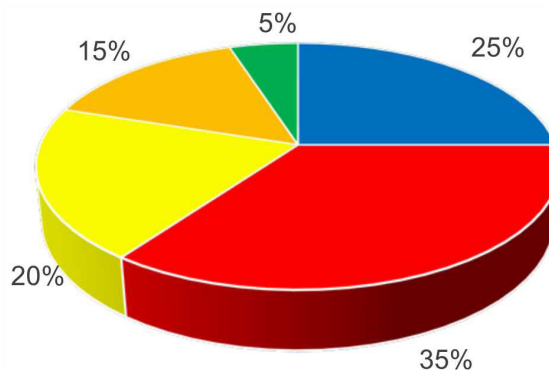


Рис. 3

Проведённое исследование посредством анкетирования выявило, что основной акцент в тренировочном процессе студентов-баскетболистов делается на развитие атакующих способностей. Большинство респондентов отметило высокий уровень значимости атакующих навыков, что подтверждает целенаправленность подготовки, ориентированной на результативную игру. Вместе с тем многие студенты подчеркнули важность совершенствования защитных действий и формирования тактического мышления, что позволяет говорить о наличии дисбаланса в комплексной подготовке студентов-баскетболистов.

Полученные данные **позволяют** говорить о целесообразности дальнейшей оптимизации учебно-тренировочного процесса, предусма-

тривающего не только акцент на атакующие аспекты, но и сбалансированное развитие игры в защите, передвижений по площадке и тактических навыков.

Комплексная методика подготовки, основанная на полученных выводах, способна существенно повысить эффективность педагогического воздействия в образовательных учреждениях и содействовать достижению более высоких спортивных результатов.

Таким образом, результаты исследования могут служить основой для корректировки содержания тренировочных программ, модернизации методологических подходов и общего роста эффективности спортивной подготовки студентов-баскетболистов.

Литература

- Горбунов В.И. Теория и практика баскетбола. // Учебное пособие. Екатеринбург, Уральский университет, 2021. – 177с.
- Иванова Е.Н. Тактическая подготовка в баскетболе: подходы и особенности. // Учебное пособие. СПб.: Питер, 2018. – 89 с.
- Ковалев С.А. Современные подходы к тренировочному процессу в баскетболе. // Учебник. Новосибирск, Сибирское издательство, 2023. – 248 с.
- Лебедев А.В. Методика тренировки в баскетболе. // Учебно-методическое пособие. М.: Спорт, 2020. – 20 с.
- Лутфуллина Р. Метод анкетирования – для анализа тренировочного процесса. // Фан-спортга, 2024, С. 5–12.
- Николаев И.С. Физическая подготовка в командных играх. // Учебное пособие. Казань, Казанский государственный университет, 2019. – 102 с.
- Петров М.Ю. Спортивная подготовка студентов: методический аспект. // Учебное пособие. М.: Академия, 2022. – 94 с.