

ТОЧНОСТЬ ЗАВЕРШАЮЩЕЙ ПЕРЕДАЧИ МЯЧА ПАРТНЁРУ В ДВИЖЕНИИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ПОЗИЦИОННЫХ АТАК В БАСКЕТБОЛЕ

Ф.А.Пулатов

и.о. доцент,

Узбекский государственный университет физической культуры и спорта.

г. Чирчик.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14562832>

Аннотация. В статье анализируются результаты исследования скорости и точности реакции выбора выгодно движущегося партнера с последующей передачи мяча, имеющая важное значение для эффективной организации позиционных атак в баскетболе.

Ключевые слова: баскетболисты, партнер, выбор, скорость, точность реакции, передача, перемещение.

ACCURACY OF THE FINAL PASS OF THE BALL TO A PARTNER IN MOTION WHEN USING POSITIONAL ATTACKS IN BASKETBALL

Abstract. The article analyzes the results of a study of the speed and accuracy of the reaction of choosing an advantageously moving partner with the subsequent pass of the ball, which is important for the effective organization of positional attacks in basketball.

Keywords: basketball players, partner, choice, speed, accuracy of reaction, pass, movement.

Актуальность проблематики. В современном баскетболе результативность позиционных атак, как правило, зависит от точности реакции выбора партнёра, перемещающегося в выгодном направлении к щиту при условии своевременной передачи ему мяча. В тоже время многократно повторяющиеся скоростные перемещения с рывками, поворотами и вращениями, характерные для интенсивной комбинационной игре, действуя на рецепторы вестибулярного анализатора не редко вызывают состояние укачивания тела, что приводит к снижению устойчивости сохранения равновесия и дискоординации точно-целевых движений [1; 2; 3; 4].

Целевой установкой данного исследования являлась изучение скорости и точности реакции выбора партнера с последующей передачей ему на точность в обычных условиях и на фоне последствия угловых ускорений у баскетболистов высших разрядов.

Для решения этой цели и оценки данных ситуационных действий использовались следующие тестовые упражнения по схеме 1 и 2: 1^а схема- один из игроков команды занимает место в середине за 3х очковой линией с мячом; остальные игроки равномерно располагаются по периметру 3 х очковой линии и осуществляют небольшие перемещения в своих зонах; по сигналу экспериментатора (тренера) названный по коду игрок (код-а, б, в, г) поднимает руку; игрок с мячом производит выбор этого игрока и передает ему мяч; тестовое упражнение выполняется 5-кратно в каждом варианте перемещения кодированных игроков по периметру 3х очковой линии; 2^а схема- то же самое выполняется, но с перемещением игроков по всему параметру 3х очковых линии. Схемы вариантов с перемещением игроков представлены в рис. 1 и 2.

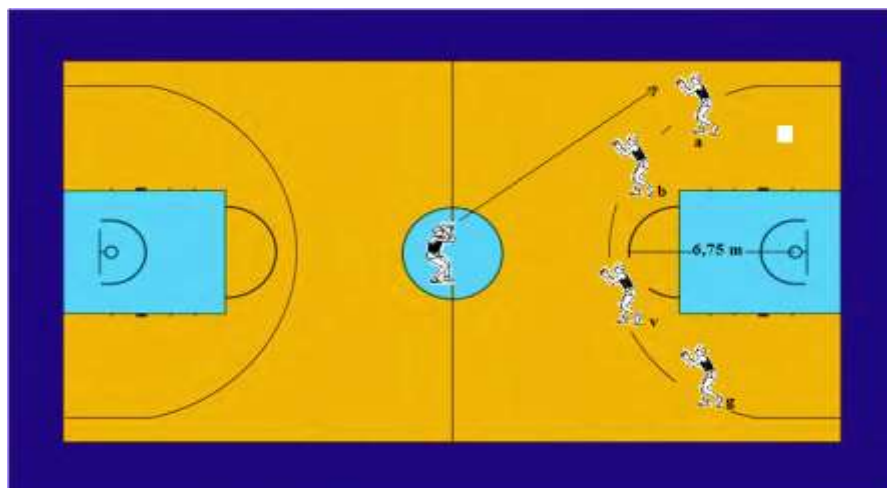


Рис. 1. Схема 1-варианта перемещения игроков в своих зонах.

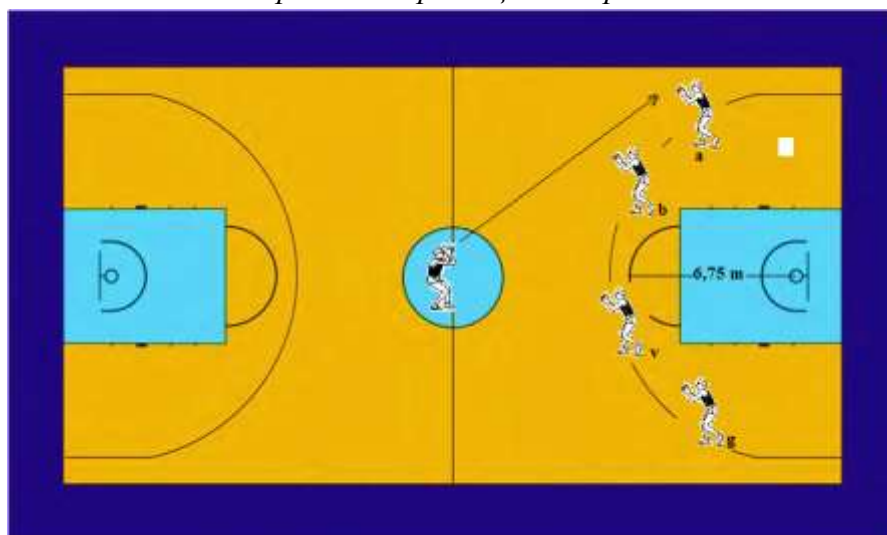


Рис. 2. Схема 2-варианта перемещения игроков по всему параметру 3х очковой линии с изменением позиций: "а" вместо "в"- "в" вместо "а" и "г" вместо "б"- "б" вместо "г".

Исследования проводились в обычных условиях и на фоне последействия вращательной нагрузки в виде 10-кратного быстрого вращения тело в позе наклона туловища вперед на 90° .

Объект исследования. К исследованию были привлечены наиболее подготовленные баскетболисты-студенты, обучающиеся на первом и четвертом курсах и занимающиеся в группах спортивно-педагогического совершенствования мастерства по данному виду спорта.

Результаты исследования и их обсуждение. Исследования, проведенные в обычных условиях без вращательной нагрузки, показали, что у баскетболистов 1 курса среднее время каждой реакции выбора партнера с передачей ему мяча по схеме 1, где игроки производят перемещения в своей зоне, составила $1,9 \pm 0,04$ сек., а у баскетболистов

4 курса эта величина реакции выбора партнера оказалась несколько короче и была равна $1,5 \pm 0,02$ сек. (Таблица 1). Видно, что данное упражнение является относительно простым для баскетболистов высших разрядов и подобные упражнения, как правило, отрабатываются на начальном этапе обучения. Но несмотря на это, скорость реакции выбора партнера с передачей ему мяча у квалифицированных баскетболистов-студентов обеих курсов была относительно низкой, что может повлиять на быстроту организации позиционной атаки.

Таблица 1.

Время и точность реакции выбора выгодно движущегося партнера с последующей передачей ему мяча у баскетболистов в обычных условиях без воздействия вращательной нагрузки ($\bar{X} \pm \sigma$)

Моделированные тесты	Баскетболисты 1 курса $n=6 \times 3=18$	Баскетболисты 4 курса $n=6 \times 3=18$	Разница показателей
Среднее время каждой реакции выбора партнера с передачей мяча по 1 схеме перемещения игроков своей зоне (сек.)	$1,9 \pm 0,04$	$1,5 \pm 0,02$	$>0,4$
То же по 2 схеме перемещения игроков по всему параметру 3х очковой линии (сек.)	$4,8 \pm 0,18$	$3,3 \pm 0,12$	$>1,5$
Число точных реакций выбора партнера и передачи мяча из пяти попыток по 1 схеме (кол-во)	$2,3 \pm 0,11$	$3,6 \pm 0,17$	$>1,3$
То же по 2 схеме (кол-во)	$1,4 \pm 0,03$	$2,9 \pm 0,05$	$>1,5$

Исследование скорости проявления такой реакции выбора партнера по названному коду (а, б, в или г) при быстром перемещении всех партнеров по всему периметру 3х очковой линии с изменением позиций (схема 2) позволило выявить ярко выраженную заторможенность реакции выбора нужного партнера. Так, например, скорость реакции выбора партнера и передачи ему мяча по 2 ой схеме перемещения игроков у баскетболистов 1 курса составила $4,8 \pm 0,18$ сек., а у баскетболистов 4 курса она была несколько короче и была равна $3,3 \pm 0,12$ сек., что 1,5 сек. лучше, чем у баскетболистов-первокурсников. Но и эти показатели исследуемой реакции не являются достаточными для эффективной организации позиционной атаки, которые могли бы позитивно повлиять на результативность бросков как из дальних, так и средних дистанций.

Последующими исследованиями установлено, что число точных реакций выбора партнера и передачи ему мяча из пяти попыток по схеме 1 у баскетболистов 1 курса составила $2,3 \pm 0,11$ раз, а у баскетболистов 4 курса оно составило $3,6 \pm 0,17$ раз или 1,3 раза больше, чем у первокурсников. Видно, что относительно короткое время реакции выбора партнера с передачей мяча, как это оказалось у баскетболистов обеих курсов (1,9 и 1,5 сек),

не обеспечивает достаточное число точного выбора партнера и передачи ему мяча по 1 схеме. А по второй схеме перемещения партнеров по всему периметру 3 х очковой линии скорость реакции выбора партнера с передачей мяча была продолжительной у баскетболистов обеих курсов. При этом число точных реакций выбора партнера и передачи ему мяча из пяти попыток у баскетболистов-первокурсников составило $1,4 \pm 0,03$ раза, а у баскетболистов 4 курса оно равнялось $2,9 \pm 0,05$ раз. Следует считать, что и такой уровень проявления точных реакций выбора партнера и передачи ему мяча является незначительным для достижения эффективности атакующих действий с результативными бросками.

Выше было отмечено, что разнородные и разноплоскостные вращения, в том числе и резкие повороты, характерные для баскетбола, могут оказать негативное влияние на координацию и точность реализации двигательных действий. В этом плане представляется важным изучить вопрос-влияет ли искусственно создаваемые кратковременные вращательные нагрузки в виде быстрого вращения тела в позе наклона туловища вперед на 90° на скорость и точность реакций выбора партнера с последующей передачей ему мяча.

Исследования, проведенные в этом направлении, показали, что скорость реакции выбора партнера и передачи ему мяча по 1 схеме под влиянием вращательной нагрузки у баскетболистов 1 курса составила $2,5 \pm 0,09$ сек. что на 0,6 сек. больше, чем величина, полученная в обычных условиях без вращательной нагрузки. (Таблица 2). А у баскетболистов 4 курса такая же реакция выбора партнера и передачи мяча ему по 1 схеме составила $2,1 \pm 0,07$ сек., которая также оказалась больше, чем скорость реакции выбора партнера, установленная в обычных условиях тестирования. По 2 схеме перемещения игроков эти же показатели скорости реакции выбора партнера с передачей ему мяча оказались ещё продолжительнее и составили $5,5 \pm 0,23$ и $5,2 \pm 0,21$ сек. соответственно. При этом число точных реакций выбора партнера и передачи ему мяча из пяти попыток по 1 схеме перемещения игроков в условиях последствия вращательной нагрузки у баскетболистов-первокурсников составила $1,6 \pm 0,03$ раза, что на 0,7 раз меньше, чем точность реакции выбора партнера и передачи ему мяча, полученная в обычных условиях тестирования.

Таблица 2.

Время и точность реакции выбора выгодно движущегося партнера с последующей передачи мяча у баскетболистов в условиях последствия вращательной нагрузки

$(\bar{X} \pm \sigma)$

№	Моделированные тесты	Баскетболисты 1 курса $n=6 \times 3=18$	Баскетболисты 4 курса $n=6 \times 3=18$	Разница показателей
1	Время реакции выбора партнера и передачи мяча ему по 1 схеме на фоне	$2,5 \pm 0,08$	$2,1 \pm 0,06$	$>0,4$

	воздействия вращательной нагрузки (сек)			
2	То же по схеме 2	$5,5 \pm 0,23$	$5,2 \pm 0,21$	$>0,3$
3	Число точных реакций выбора партнера и передачи ему мяча по 1 схеме на фоне воздействия вращательной нагрузки (кол-во)	$1,6 \pm 0,03$	$2,3 \pm 0,07$	$>0,6$
4	То же по 2 схеме	$0,7 \pm 0,02$	$1,3 \pm 0,06$	$>0,5$

А у баскетболистов 4 курса число точных реакций выбора партнера и передача ему мяча из 5 попыток по схеме 1 на фоне воздействия вращательной нагрузке составило $2,3 \pm 0,07$ раз, что оказалась на 1,3 раза меньше, чем величина, полученная в обычных условиях. Крайне низкие показатели были зафиксированы в момент тестирования количественных параметров точности реакций выбора партнера и передачи ему мяча из 5 попыток по 2 схеме перемещения игроков в условиях последствия вращательной нагрузки.

В частности, у баскетболистов-первокурсников число точных реакций выбора партнера и передачи ему мяча на фоне воздействия вращательной нагрузки составило $0,7 \pm 0,02$ раза, а у баскетболистов 4 курса эта величина оказалась чуть больше и составила $1,3 \pm 0,04$ раз. Но эти показатели на 0,07 и на 1,6 раз были меньше, чем величины, зарегистрированные при обычных условиях тестирования. Видно, что предположение, выдвинутое в начале о возможности влияния вращательной нагрузки на показатели скорости и точности реакции выбора партнера с последующей передачи ему мяча на точность оказалось состоятельным и подтвердилось результатами данных исследований.

Закключение. Из приведенного анализа результатов исследования можно резюмировать следующее: -во-первых, показатели скорости реакции выбора партнера с последующей передачей ему мяча по 1 схеме оказались крайне низкими у баскетболистов обеих курсов, несмотря на большую разницу продолжительности их обучения и тренировки (почти 4 года), тем более, что такое произошло в обычных условиях без какой-либо нагрузки и в ходе самой простой схеме перемещения игроков в своей зоне и по периметру 3х очковой линии: во-вторых, эти же показатели изучаемых реакций выбора партнера с последующей передачи ему мяча ещё больше ухудшились (скорость реакции удлинилась) при тестировании этой же реакции по 2 схеме перемещения игроков: в третьих, такая же картина произошла при исследовании количественных параметров точности реакции выбора партнера с последующей передачи ему мяча; в четвертых, почти все исследуемые показатели на 20-30% ухудшились в момент их проявления на фоне последействия вращательной нагрузки. Все эти проблемы ориентируют на необходимость сопряженного использования в ходе занятий комбинированных упражнений, совершенствующих скорость и точность реакций выбора партнера с последующей реализацией удачных передач ему по всему периметру 3х очковой линии, что может усилить эффективность организации позиционных атак.

REFERENCES

1. Донцов С.В., Горячев В.А. Реакция на движущийся объект у юных баскетболистов/Сб. материалов IX международной научно практич, конф.: Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте., Смоленск, 2015, с. 34-35
2. Лях В.И. Теория управления двигательными действиями по Н.А. Бернштейну. // Теория и практика физической культуры, 2006, №7, С. 15–19.
3. Мирадилов Б.М. Исследования факторов, влияющих на эффективность точности выполнения бросковых действий у баскетболистов Сборник научных трудов, представленных на XXIV Международным конгресс «Олимпийский спорт и спорт для всех». Казан:Поволжская ГАФКСиТ, 2020г. С.305-307.
4. Pulatov F.A. Possible cause of performing the standart actions incorrectly in game sports and hypothesis of increasing performance. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. 7 №. 3, 2019 ISSN,- p. 30-33.