

РОЗДІЛ 5

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

УДК 796.323.2(076):796.06

DOI 10.32782/ped-uzhnu/2024-4-17

Бондарчук Наталія Яківна,
ORCID ID: 0000-0002-0933-9356
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри фізичного виховання
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ В БАСКЕТБОЛЬНІ ГРУПИ ДЮСШ

METHODOLOGICAL RECOMMENDATIONS FOR IMPROVING THE QUALITY OF SPORTS SELECTION IN THE SPORTS SCHOOLS BASKETBALL GROUPS

У пропонованій статті досліджено організаційно-методичні засади спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ і сформульовано практичні рекомендації з підвищення якості такого відбору. Відзначено, що узагальнено він включає в себе як медико-біологічні, так і соціально-педагогічні аспекти, і повинен здійснюватися на основі методологічних принципів комплексного підходу, послідовності та вибірковості, діагностики здатності до навчання і подальшої спортивної підготовки. У статті надано загальну характеристику початкового відбору, в якому рекомендовано надавати перевагу організованому (плановому) і стандартизованому варіантам, але з наданням тренерам відносно широких повноважень щодо визначення рамок тестів на виявлення баскетбольних якостей.

Особливу увагу приділено важливості застосування комплексного підходу до вибору ключових критеріїв відбору і показників, які можуть свідчити про наявність у дітей специфічних баскетбольних здібностей. У рамках такого підходу рекомендовано включати у структуру спортивного відбору агітаційну роботу, перегляд дітей у дошкільних та загальноосвітніх навчальних закладах, анамнез (попередню роботу з батьками й дітьми), діагностику ігрової діяльності (з використанням модельних тестів на основі рухливих ігор), інтересів і рівня домагань дітей, їх здібностей до ігрової взаємодії, а також медичну експертизу. Ступінь баскетбольної обдарованості може бути визначено за допомогою спеціальних баскетбольних модельних тестів, які запропоновано використовувати на додаток до діагностики ігрової діяльності. Також рекомендовано комплексно використовувати такі основні критерії початкового відбору як морфологічні особливості (довжина тіла, тип тілобудови та інші), рухові якості (швидкість бігу, координація рухів, вестибулярна стійкість, відчуття м'яча тощо) та психологічні особливості (емоційна стійкість, оперативне мислення, реакція прогнозування й т. д.). Серед основних засобів спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ відзначено антропометричні виміри, тести функціонального стану і фізичної підготовленості, засоби визначення здібностей до ігрової діяльності, ігрові тести на визначення ступеня обдарованості в баскетбольній грі.

Ключові слова: баскетбол, ДЮСШ, група, спортивний відбір, початкова підготовка.

The proposed article researches the organizational and methodical principles of sports selection for the basketball groups of sports school, and formulates practical recommendations for improving the quality of such selection. The author showed that, in general, this selection includes both medical-biological and socio-pedagogical aspects, and it should be carried out on the basis of the methodological principles of integrated approach, consistency and selectivity, diagnosis of the ability to further education and sports training. The article contains a general description of initial selection, and within this selection, it recommends giving preference to organized (planned) and standardized options, but giving coaches relatively broad authority to determine the framework of tests for identifying basketball qualities.

The author pays special attention to the importance of applying a comprehensive approach to the search of key selection criteria, as well as indicators that may indicate the presence of specific basketball abilities in children. As part of such an approach, it is recommended to include in the structure of sports selection an agitation work, preview of children in preschool and general educational institutions, anamnesis (previous work with parents and children), diagnosis of game activity (using model tests based on mobile games), of children interests and level of expectation,

and their abilities for game interaction, as well as medical expertise. The degree of basketball giftedness can be determined with the help of special basketball model tests, which are proposed to be used in addition to the diagnosis of game activity. The author also recommends the comprehensive using of such basic initial selection criteria as morphological features (body length, body type, etc.), motor qualities (running speed, coordination of movements, vestibular stability, feeling of the ball, etc.) and psychological features (emotional stability, operational thinking, prediction reaction, etc.). Anthropometric measurements, tests of functional state and physical fitness, means of determining abilities for game activities, game tests for determining the degree of giftedness in the basketball game were noted among the main means of sports selection for the basketball groups of sports school.

Key words: basketball, sports school, group, sports selection, initial training.

Постановка проблеми. Проблема спортивного відбору та орієнтації є однією з головних у системі спортивної підготовки в усіх видах спорту – і зокрема в баскетболі. З такого відбору починається шлях у великий спорт для будь-якого спортсмена, а далі він виступає важливим чинником росту спортивних результатів на всіх стадіях спортивної підготовки. Проблема відбору зачіпає численні соціальні, психологічні і педагогічні аспекти. Щодо деяких із них у науці склалися чіткі уявлення, а щодо інших – вони перебувають ще на стадії формування. Це є прогалиною в теоретичному осмисленні різних особливостей спортивного відбору, що негативно відбивається і на його методичному забезпеченні. Зазначена проблема у практиці спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ доповнюється природними труднощами, адже найчастіше вкрай складно розпізнати в дитині молодшого шкільного віку потенційного спортсмена високого класу. Іноді всі знання, весь досвід та інтуїція тренера не в змозі ефективно вирішити проблему початкового відбору, про що свідчать значні відсівні зі спортивних шкіл і труднощі з комплектуванням баскетбольних команд майстрів здібними гравцями. За таких умов авторка статті відчуває необхідність поділитися певними методичними напрацюваннями щодо можливого підвищення якості спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ за рахунок вибору правильних варіантів відбору і застосування комплексного підходу при використанні його різних методів і засобів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій з даної проблематики виявив, що науково-методичної літератури, спрямованої на вдосконалення тренерської практики початкового спортивного відбору, недостатньо. З наявної літератури варто відзначити дослідження Л. Гацоевої та співавторів (2014), де наводяться особливості і результати тестування фізичної підготовленості дівчат у рамках баскетбольного відбору [4]. М. Безмилов та співавтори у розлогій статті (2020) звертають увагу на оцінювання при відборі інтелекту та інтуїції дітей, інших особистісних якостей, що можуть впливати

на прояви специфічних ігрових здібностей, які не підлягають об'єктивному вимірюванню в метричних одиницях [2]. Дослідження В. Білокопя (2020) присвячені аргументованому вибору критеріїв спортивного відбору на початковому етапі баскетбольної підготовки [3]. О. Мозговий (2006) пропонує тренерам аналізувати певні антропометричні характеристики та розумово-психологічні якості дітей із орієнтацією на характеристики відомих баскетболістів [6]. У даній статті використано також результати наукових розвідок О. Шинкарук (2015) [8] та методичні напрацювання вчених Житомирського державного університету ім. І. Франка (2019) [5]. Певні важливі відомості з проблематики спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ містяться в дисертаційному дослідженні Т. Павлової (2011) [7] та навчальній програмі для ДЮСШ від Федерації баскетболу України 2019 р. [1].

Мета статті – дослідити організаційно-методичні засади спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ і сформулювати практичні рекомендації з підвищення його загальної якості.

Виклад основного матеріалу. Під спортивним відбором у баскетбольні групи ДЮСШ слід розуміти процес пошуку найбільш обдарованих дітей, здатних у майбутньому досягти високих спортивних результатів. Такий відбір узагальнено включає в себе як медико-біологічні, так і соціально-педагогічні аспекти [1, с. 44]. Його повний процес збігається за тривалістю з усією спортивною кар'єрою баскетболістів, але визначення відповідності здібностей майбутнього спортсмена його спортивній діяльності починається при зарахуванні в ДЮСШ і комплектуванні перших груп початкової підготовки. Йдеться про первинний і попередній етапи відбору, які разом об'єднуються в початковий етап, на якому визначаються гіпотетично обдаровані і здібні до баскетбольної підготовки діти. Надалі перспективність такої підготовки оцінюється на проміжному та основному етапах відбору, на яких юні баскетболісти диференціюються за ігровими амплуа, а потім з них формуються команди різних рівнів [1, с. 44–45; 3, с. 21].

Останнім часом деякі ДЮСШ організують роботу підготовчих груп, в яких усі бажаючі займаються ще до проходження початкового відбору. У процесі ж самого відбору, який проводиться серед хлопців і дівчат 8-10 років, повинен бути визначений ступінь прояву ознак і показників розвитку організму, найбільш прогностично значимих для подальших успішних занять баскетболом. Відповідно, увага акцентується не на ознаки, що можуть мати тимчасовий характер, особливо враховуючи специфіку молодшого шкільного віку, а на сталі якості і здібності, які через багато років можуть призвести до вагомих спортивних успіхів [3, с. 21]. Початковий відбір у ДЮСШ може здійснюватися у формах вибору та відсіву: відсів передбачає відбір певної кількості з числа дітей, батьки яких звернулися у спортивну школу, а в умовах вибору відбір проводиться тренером чи іншим фахівцем з числа дітей, які не знають, що їх оцінюють (наприклад, на шкільних заняттях з фізичної культури) [5, с. 21]. Важливо розуміти, що відбір у формі вибору виключає деякі негативні моменти відсіву, оскільки дозволяє значно збільшити загальний час початкового відбору, а отже, і його якість.

На стадії первинного відбору (як першої стадії початкового) вирішується, чи буде та чи інша дитина займатися саме баскетболом. Основними критеріями первинного відбору є найбільш сприятливий вік для таких занять, відсутність схильності до захворювань чи інших відхилень у стані здоров'я, відповідність вимогам баскетболу антропометричних і конституційних особливостей дитини, рівня розвитку її рухових здібностей. Результати саме первинного відбору, як правило, слугують підставою для зарахування дитини до груп початкової підготовки – за результатами складання тестів згідно з програмними вимогами та експертної оцінки тренерів-викладачів ДЮСШ. Другу стадію початкового відбору становить попередній відбір, під час якого виявляються здібності юного баскетболіста до подальшого спортивного вдосконалення. Такий відбір загалом проводиться за критеріями відсутності протипоказань при адаптації організму до навантажень, відповідності потенційних можливостей різних систем організму вимогам баскетболу, ступеня мінливості функціональних систем організму під впливом оптимального тренування [5, с. 21]. Вже наприкінці першого року занять у ДЮСШ значна увага приділяється можливостям організму дитини долати фізичні навантаження, динаміці розвитку фізичних якостей, розумовим

здібностям. Аналізуючи ці дані, тренер робить перші висновки про успішність початкової спортивної підготовки, а також доцільність її продовження [1, с. 45].

Пізніше, на наступних стадіях навчання, відбувається поглиблений відбір з визначенням ігрових функцій юних баскетболістів, оцінюванням їх професійної перспективності. Про ефективність спортивної підготовки на різних її етапах, які опосередковано є наслідком успішного поглибленого відбору, свідчить виконання вихованцями наприкінці кожного навчального року вимог до кількісно-якісних показників теоретичної, фізичної, технічної, тактичної та інтегральної баскетбольної підготовки. Далі окремі вихованці відбираються у команди вищих розрядів і збірну команду країни [2, с. 93–101; 8, с. 458–463].

У початковому спортивному відборі рекомендується надавати перевагу організованому (плановому) стандартизованому відбору. Плановий відбір ґрунтується на детально організованій тренером педагогічній діяльності на підставі заздалегідь розробленої програми, і це забезпечує йому переваги над іншими варіантами. З іншого боку, оскільки нестандартизовані методи відбору залишають надто багато місця для суб'єктивного і довільного застосування тренерами певних професійних принципів, краще спиратися на стандартизований метод, який ґрунтується на тестуванні й передбачає певною мірою окреслений за своїми структурою і змістом вплив фахівця. Але слід враховувати, що за певними напрямками відбору можливості застосування стандартизованого методу обмежені. Авторська рекомендація полягає в наданні тренерам-викладачам відносно широких повноважень щодо визначення рамок тестів на виявлення специфічних баскетбольних якостей. Адже саме тренери найкраще знають, які ситуації є найбільш специфічними в баскетболі і яким чином їх можна якнайкраще пристосувати до умов об'єктивного спостереження й виміру.

У практиці спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ використовуються різні технології оцінювання спортивних здібностей і баскетбольної обдарованості дітей, проте мало хто з тренерів опікується намаганням застосовувати комплексний підхід щодо ключових критеріїв відбору і показників, які можуть свідчити про наявність у дітей таких здібностей [3, с. 20]. Між тим, у рамках комплексного підходу відбір починається ще за межами спортивної школи – з агітаційної роботи серед населення щодо перспектив вступу дітей до баскетбольного відділення ДЮСШ.

Така робота покликана суттєво допомогти тренерам-викладачам повноцінно укомплектувати навчальні групи початкової підготовки, що надалі гарантує підвищення якості спортивного відбору. Важливу роль відіграє перегляд дітей у дошкільних та загальноосвітніх навчальних закладах, де тренери звертають увагу на зовнішні дані окремих дітей, наявність у них стійких потягів до вдосконалення своїх рухів, успішність оволодіння руховими навичками тощо. Технології анамнезу передбачають роботу як із самими дітьми, так і з їх батьками, під час якої тренер не тільки отримує важливу для відбору інформацію про конкретну дитину, а й аргументує користь від занять баскетболом, розвіює побоювання батьків щодо можливого травмування їх дітей або шкоди занять у ДЮСШ для шкільного навчання. В рамках діагностики інтересів і рівня домагань дитини рекомендується застосовувати методи не тільки педагогічного спостереження та бесіди, а й опитування шляхом анкетування. Початковий відбір повинен враховувати такий значною мірою ірраціональний чинник як схильність до участі у спортивній грі, який можна представити як поєднання внутрішнього задоволення від участі в грі, ігрової інтуїції, фізичної працездатності, координації, кмітливості та швидкості реакцій, інтелектуальних можливостей, що визначають здібність до самостійного максимально швидкого вирішення будь-яких ігрових завдань залежно від ситуації. Для максимально повної оцінки здібностей дитини до ефективної ігрової взаємодії пропонується комплексна методика, що включає в себе опитування, ігрове тестування і метод експертних оцінок. Ступінь обдарованості може бути визначено за допомогою спеціальних баскетбольних модельних тестів, які пропонується використовувати на додаток до діагностики ігрової діяльності. Завданням медичної експертизи є встановлення відхилень у здоров'ї дитини, які можуть слугувати протипоказаннями при відборі, а також визначення рівня її фізичного розвитку з урахуванням потенційної баскетбольної спеціалізації [1, с. 47–48].

Початковий відбір і подальшу спрямованість спортивної підготовки юних баскетболістів рекомендується проводити за критеріями, в рамках яких особливо значимими є фізичні якості, морфологічні та психологічні особливості дитини, що оцінюються не безпосередньо в їх проявах, а як передумови забезпечення в подальшому ефективної фізичної, технічної і тактичної баскетбольної підготовки, належного рівня змагальної готовності – з використанням характеристик відомих

спортсменів-баскетболістів на початку їх спортивного шляху [6, с. 63–64]. Беручи до уваги спадкові ознаки дитини, слід пам'ятати, що саме генетичні чинники найбільшою мірою визначають потенційні можливості розвитку, які можуть бути реалізовані через цілеспрямовані педагогічні впливи, висунення до організму юних баскетболістів високих вимог [3, с. 21].

При аналізі морфологічних особливостей основну увагу рекомендується приділяти довжині тіла, рук і кистей, величині розмаху рук і типу тілобудови, розглядаючи ці показники в контексті основних функцій подальшого росту й розвитку [1, с. 46–48]. Щодо розвитку фізичних якостей, сила в статичних умовах не має для юних баскетболістів особливого значення, так само як і прояви сили в уповільнених рухах, тому особливу увагу рекомендується звертати на вибухову, повторну та амортизаційну силу. Швидкісні якості слід оцінювати в потенційному ігровому контексті їх ситуаційної цінності, а координацію рухів розглядати як передумову подальшого засвоєння баскетбольної техніки. Крім зазначених якостей, на підвищену увагу тренера заслуговують насамперед відчуття м'яча, відносна сила, швидкість простого одиночного руху, швидкість бігу, частота рухів, вестибулярна стійкість, швидкісна витривалість, швидкість утворення нових навичок [4, с. 6–7]. До значимих у початковому відборі психологічних особливостей дитини належать емоційна стійкість, прояви темпераменту, швидкість сенсорних реакцій та оперативного мислення, специфіка реакцій прогнозування, швидкість обробки інформації, сміливість і рішучість, рівень вимогливості, дисциплінованість [1, с. 46–48].

Серед основних засобів спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ варто відзначити антропометричні виміри, тести функціонального стану і фізичної підготовленості, засоби визначення здібностей до ігрової діяльності, ігрові тести на визначення ступеня обдарованості в баскетбольній грі. Зокрема, для оцінки рівня розвитку фізичної підготовленості та рухових здібностей використовуються стандартні тести на розвиток різних фізичних якостей (біг на короткі дистанції, зокрема з високого старту і спиною вперед, стрибки у довжину і висоту з місця, човниковий біг, кидки набивного м'яча на дальність тощо), а також різноманітні естафети та рухливі ігри, в яких оцінюються певною кількістю балів успішні дії. В якості засобів визначення здібностей до ігрової діяльності рекомендується використовувати спеціальні модельні тести, розроблені на матеріалі рухливих ігор.

Оцінка ефективності спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ повинна бути заснована на наукових принципах і максимально точних даних, незалежно від того, за допомогою яких методів вони були здобуті. Слід пам'ятати, що надійне, достовірне судження про ефективність відбору може бути сформульоване тільки на підставі об'єктивованих показників результатів відбору. Поряд із високим професіоналізмом тренера-викладача, успішний відбір потребує солідної документації, методологічно правильних способів спостереження та оцінювання, вмілого застосування сучасних статистичних методів. Класифікація претендентів, охоплених одним відбором (на тому чи іншому етапі), найчастіше включає такі чотири групи: 1) обрані – успішні; 2) обрані – неуспішні; 3) відсіяні – успішні; 4) відсіяні – неуспішні. Чим менше число дітей опиниться у другій і третій групах, тим успішнішим буде спортивний відбір [7, с. 21–29].

Висновки і перспективи подальших досліджень. Проведений аналіз дозволяє зробити такі узагальнені висновки: 1) спортивний відбір у баскетбольні групи ДЮСШ повинен здійснюватися на основі методологічних принципів комплексного підходу, єдності придатності, спортивної орієнтації та безпосередньо відбору, діагностики здатності до навчання, послідовності та вибіркової, єдності відбору і спортивної підготовки на її початковому етапі; 2) у процесі відбору увага акцентується не на ознаки, що можуть мати

тимчасовий характер, а на сталі якості і здібності, які в подальшому можуть призвести до вагомих спортивних успіхів; 3) у початковому баскетбольному відборі рекомендовано надавати перевагу організованому (плановому) стандартизованому відбору; 4) у рамках комплексного підходу спортивний відбір повинен включати агітаційну роботу, перегляд дітей у дошкільних та загальноосвітніх навчальних закладах, анамнез (попередню роботу з батьками й дітьми), діагностику ігрової діяльності (з використанням модельних тестів на основі рухливих ігор), інтересів і рівня домагань дітей, їх здібностей до ігрової взаємодії, а також медичну експертизу; 5) рекомендовано комплексно послуговуватися такими основними критеріями придатності юних баскетболістів до подальшого спортивного вдосконалення як морфологічні особливості (довжина тіла, тип тілобудови та інші), рухові якості (швидкість бігу, координація рухів, вестибулярна стійкість, відчуття м'яча тощо) та психологічні особливості (емоційна стійкість, оперативне мислення, реакція прогнозування й т. д.); 6) серед основних засобів спортивного відбору в баскетбольні групи ДЮСШ відзначено антропометричні виміри, тести функціонального стану і фізичної підготовленості, засоби визначення здібностей до ігрової діяльності, ігрові тести на визначення ступеня обдарованості в баскетбольній грі.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з аналізом баскетбольної підготовки в ДЮСШ на її початковому етапі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Баскетбол: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Уклад.: Л. Ю. Поплавський, О. В. Маслова, М. М. Безмилов, О. О. Мітова, Є. В. Мурзін, О. А. Четвертак. Київ: Федерація баскетболу України, 2019. 166 с.
2. Безмилов М. М., Шинкарук О. А., Чжигон Ш. Особливості відбору баскетболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2020. № 2 (50). С. 93–102.
3. Білоконь В. П. Особливості спортивного відбору студентів-баскетболістів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова*. Серія 15: *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2020. № 8 (128). С. 20–22.
4. Гацоева Л. С., Штура Д., Сисоева Л. Початковий спортивний відбір у жіночому баскетболі. *Актуальні проблеми юнацького спорту*: матеріали XI Всеукраїнської наук.-практ. конференції (25–26 вересня 2014 р., м. Херсон). Херсон: ПП Вишемирський В. С., 2014. 266 с. С. 6–8.
5. Кафтanova Т. В., Булгаков О. І., Скалій Т. В. Методичні рекомендації до семінарських занять з дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення (баскетбол)» для I курсу. Житомир: Видавництво Житомирського державного університету ім. І. Франка, 2019. 44 с.
6. Мозговий О. І. Особливості раннього спортивного відбору, орієнтації і спортивної обдарованості юних спортсменів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2006. № 8. С. 63–66.
7. Павлова Т. В. Комплексна оцінка здібностей дітей при відборі в ігрові види спорту на етапі початкової підготовки: дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01 – Олімпійський та професійний спорт. Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України, 2011. 167 с.
8. Шинкарук О. А. Організаційні основи підготовки й відбору спортсменів на різних етапах багаторічного вдосконалення. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*: зб. наук. праць. 2015. Вип. 19. Т. 2. С. 458–464.