

На правах рукописи

СЕРГАЗИНОВА МАЙРА АСКАРОВНА

**ОБУЧЕНИЕ СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫМ ВИДАМ ВЕДЕНИЯ
МЯЧА В ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОК**

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ – 2021

Работа выполнена на кафедре теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург».

Научный руководитель – Минина Любовь Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент, федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», кафедра теории и методики спортивных игр, профессор.

Официальные оппоненты:

Зайцев Анатолий Александрович, доктор педагогических наук, профессор, федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Калининградский государственный технический университет», кафедра физической культуры, заведующий;

Родин Андрей Викторович, кандидат педагогических наук, доцент, федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма», кафедра теории и методики спортивных игр, заведующий.

Ведущая организация – федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого».

Защита состоится 10 июня 2021 года в 15.00 часов на заседании диссертационного совета Д 311.010.01, созданного на базе ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», по адресу: 190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д. 35, актовЫй зал

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке и на сайте НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (<http://lesgaft.spb.ru>).

Текст автореферата размещен на сайте Университета (<http://lesgaft.spb.ru>) и на сайте ВАК при Минобрнауки России (<https://vak.minobrnauki.gov.ru>).

Автореферат разослан « ____ » « _____ » 2021 года

Ученый секретарь
диссертационного совета,
доктор педагогических наук,
профессор

Костюченко В. Ф.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Зрелищность баскетбола во многом обеспечивается тактико-техническим мастерством игроков, особенно, его разнообразием. Стремительный и маневренный современный баскетбол отличается активным использованием ведения мяча на всех участках площадки. Баскетболист должен уметь уходить от плотной опеки защиты, развивать быструю атаку, создавать ситуацию для ее продолжения или завершения. Высокотехнический игрок не только одинаково владеет обеими руками, использует ведение на высокой скорости, ведет мяч в любом направлении, но и умеет применять различные виды дриблинга в зависимости от возникшей в игре ситуации. Отсутствие этих навыков снижает ценность и востребованность игрока.

Российские игроки во многом уступают своим зарубежным коллегам в индивидуальной подготовленности. Анализ главных выступлений Национальных сборных России показал, что наши баскетболисты имеют ограниченный набор навыков обыгрыша с ведением мяча. Следствием сложившейся ситуации, уже много лет, является слабая позиция разыгрывающего защитника в отечественных сборных. В тоже время зарубежные игроки на всех позициях имеют большое преимущество за счет умения свободно использовать ведение мяча любой сложности при плотной опеке защитника.

Отличие баскетболистов в техническом оснащении, во многом объясняется отсутствием в специальной отечественной литературе информации по новым видам ведения мяча, применяемым в современном баскетболе. В программу подготовки спортивных школ не включены методики обучения сложнокоординационным видам выполнения технического приёма. Таким образом, уже юные баскетболисты, заранее проигрывают своим зарубежным сверстникам и не могут конкурировать в таком важном компоненте игры, как ведение мяча.

Степень разработанности проблемы исследования. Научно-педагогическим проблемам обучения техническим приёмам и тактико-техническим действиям в нападении всегда уделялось большое внимание специалистами по баскетболу. Среди исследований, выполненных за последние десятилетия, особенно актуальными остаются работы, отражающие динамику современного баскетбола. Влияние происходящих изменений проанализировано авторами, которые делают акцент на формировании основ техники игры, повышении результативности атакующих действий, развитии двигательных качеств, совершенствовании тактико-технической подготовки и многолетней подготовке в баскетболе в целом (*Бондарь А.А., Иванов С.В., Ииухин В.Ф., Козин В.В., Короткова И.М., Колесникова Л.А., Мухаев С.В., Мухаммед Д.Г., Романов А.А.*).

В настоящее время наблюдается повышение интереса к изучению координационных способностей баскетболистов. Авторами проведены исследования, специализирующиеся на развитии, совершенствовании и оценке координационных способностей игроков разного возраста и уровня

подготовленности (Аль А.З.С.А., Болдырева В.Б., Бондарь А.А., Писаренкова Е.П., Попереков В.С.).

В различных сложнокоординационных видах спорта выполнены научные работы, расширяющие представление о сложных двигательных действиях и особенностях обучения им в процессе спортивной подготовки (Ивлева М.М., Моисеев С.А., Плеханова М.Э., Шелков О.М., Шумайлов В.А.).

Не смотря на большое количество работ, касающихся обучения техническим приёмам в баскетболе, в настоящее время отсутствует научно-обоснованная информация, дающая полное представление о ведении мяча и особенностях обучения сложнокоординационным видам выполнения этого технического приёма. Создавшаяся ситуация во многом объясняет несоответствие подготовленности современных отечественных баскетболистов высоким требованиям тактико-технической подготовленности мирового баскетбола.

В связи с этим, **научная проблема** может быть сформулирована как несоответствие между современными высокими требованиями к уровню тактико-технической подготовленности баскетболистов и существующей теорией и практикой этой подготовки, и, в частности, в отсутствии научно-обоснованных методик обучения сложнокоординационным видам ведения мяча, которые широко и успешно используют ведущие зарубежные игроки в современном баскетболе.

Объект исследования: содержание тренировочного процесса баскетболисток на начальном этапе подготовки.

Предмет исследования: обучение сложнокоординационным видам ведения мяча баскетболисток 9-10 лет.

Цель исследования. Выявление важности сложнокоординационных видов ведения мяча в современном баскетболе и обоснование методики обучения этому игровому приему баскетболисток 9-10 лет.

Гипотеза исследования. Предполагалось, что эффективность ведения мяча повысится, и, в целом, положительным образом скажется на соревновательной деятельности баскетболисток 9-10 лет, если будет разработана и внедрена в тренировочный процесс их подготовки методика обучения сложнокоординационным видам ведения мяча, основанная на классификации ведения мяча и ситуаций его применения, с учетом новых видов его выполнения в современном баскетболе.

Для решения поставленной цели были сформулированы следующие **задачи:**

1. Выявить особенности использования ведения мяча в современном баскетболе и наиболее эффективные и часто используемые разновидности его применения высококвалифицированными баскетболистами в условиях соревновательной деятельности.

2. Определить современное представление о ведении мяча и методике обучения в баскетболе на основе анализа мнений тренеров.

3. Систематизировать разновидности ведения мяча и игровых ситуаций с ведением мяча с учетом тенденций современного баскетбола.

4. Разработать методику обучения сложнокоординационным видам ведения мяча и проверить ее эффективность в подготовке баскетболисток 9-10 лет.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников, педагогическое наблюдение, опрос в виде анкетирования, классификация, антропометрия, спортивно-педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, методы статистической обработки материалов исследования.

Организация исследования. Исследование проводилось в период с 2016 по 2020 года на базе НГУ имени П.Ф. Лесгафта и состояло из четырех этапов.

На первом этапе (2016-2017 гг.) изучалась и анализировалась научно-методическая литература по проблеме исследования, в результате чего было выявлено состояние изучаемого вопроса и сформулирована тема исследования, определены основные положения диссертации. Производился анализ учебных программ по виду спорта «баскетбол» и учебно-методической работы тренеров, работающих с баскетболистами на различных этапах подготовки. Сформулированы цель, гипотеза, объект, предмет исследования, разработаны задачи, определен комплекс методов для их разрешения.

На втором этапе (2017-2019гг.) было проведено педагогическое наблюдение за игровой деятельностью высококвалифицированных баскетболистов. Осуществлялось наблюдение по видеозаписям прошедших Олимпийских игр мужских и женских команд 2016 года, в ходе которого фиксировались количественные и качественные показатели ведения мяча. Определялись и систематизировались виды ведения мяча.

Проводилось анкетирование тренеров по баскетболу города Санкт-Петербурга и других городов России (Москва, Московская область, Пермь, Ростов-на-Дону, Апатиты, Екатеринбург, Новосибирск, Тула, Вологда, Ижевск, Оренбург, Чебоксары, Самара) работающих в СШОР, с командами ДЮБЛ, профессиональными и студенческими командами, а также тренеров по индивидуальной работе с игроками различного уровня. Определен контингент испытуемых. Разработана программа спортивно-педагогического тестирования баскетболисток 9-10 лет.

На третьем этапе (2019-2020гг.) составлена классификация видов ведения мяча и классификация игровых ситуаций с ведением мяча, выделены наиболее характерные признаки сложнокоординационных видов ведения мяча. Обобщив полученные в ходе предварительных исследований данные, была разработана методика обучения сложнокоординационным видам ведения мяча.

Проводился педагогический эксперимент. В теоретическом и прикладном значении определялось влияние разработанной методики на овладение сложнокоординационными видами ведения мяча баскетболистками 9-10 лет. Динамика изменений выражалась в повышении эффективности применения

сложнокоординационных видов ведения в игровой и соревновательной деятельности.

На четвертом этапе (заключительном 2020 г.) производился анализ и обобщение результатов диссертационного исследования, завершалась структуризация работы, формулировались выводы, осуществлялась подготовка практических рекомендаций, осуществлялось оформление работы и подготовка к ее защите.

Положения, выносимые на защиту.

1. Полнота представления о ведении мяча в современном баскетболе не может быть достигнута без сложнокоординационных видов его выполнения и классификации этого технического приема с учетом, как минимум, четырех признаков: высоты отскока мяча; направления движения; способа контроля мяча рукой, сопровождающего движения, а также классификации игровых ситуаций с ведением мяча, выполненной на основании следующих признаков: характера защитных противодействий, характера преодоления защитных противодействий и завершения игровой ситуации.

2. Сложнокоординационные виды ведения мяча в баскетболе имеют следующие характерные признаки сложности выполнения: сочетание нескольких базовых видов ведения мяча в одном; максимальную скорость выполнения ведения в целом, или его составляющих; проявление телесной и ручной ловкости одновременно; проявление ритмики при выполнении ведения; ограничение пространства и площади опоры при выполнении ведения.

3. Применение ведения мяча в соревновательной деятельности юными баскетболистками будет более эффективным, если методика обучения сложнокоординационным видам ведения мяча будет основываться на последовательном включении в тренировочный процесс юных баскетболисток упражнений направленных:

- на совершенствование базовых видов ведения мяча,
- на обучение сложнокоординационным видам ведения мяча,
- на решение индивидуальных тактических задач с применением

сложнокоординационных видов ведения.

Научная новизна исследования заключается в теоретическом и экспериментальном обосновании необходимости обучения сложнокоординационным видам ведения мяча в баскетболе:

- Выявлены современные тенденции развития баскетбола, касающиеся ведения мяча (частота применения ведения высококвалифицированными баскетболистами в соревновательных условиях, время, затрачиваемое на ведение мяча в одной атаке и в одном матче, различия в применении ведения баскетболистами и баскетболистками, различия в применении ведения мяча игроками различного амплуа).

- Выявлены новые виды ведения мяча в баскетболе, являющиеся сложнокоординационными тактико-техническими приемами игры. Впервые предложены шесть отличительных признаков сложнокоординационных видов ведения мяча.

- Составлены классификация ведения мяча в баскетболе (технический аспект) и классификация игровых ситуаций с ведением мяча (тактический аспект).
- Разработана методика обучения сложнокоординационным видам ведения мяча в баскетболе. Конкретизированы комплексы упражнений, основанные на разработанной классификации ведения мяча.
- Теоретически обоснована и экспериментально проверена методика обучения сложнокоординационным видам ведения мяча.

Теоретическая значимость состоит в необходимости дополнить теорию и методику баскетбола информацией о современных тенденциях развития и специфике содержания баскетбола, касающегося ведения мяча; новой классификацией ведения мяча; классификацией игровых ситуаций с ведением мяча; признаками сложнокоординационных видов выполнения технического приёма и методикой обучения юных баскетболисток.

Практическая значимость результатов исследования определяется разработкой научно-обоснованного подхода к обучению сложнокоординационным видам ведения мяча в баскетболе. Разработанная методика обучения позволяет повысить эффективность процесса обучения сложнокоординационным видам ведения мяча, что обеспечивает результативность соревновательной деятельности баскетболисток на начальном этапе подготовки.

Полученные результаты могут быть использованы в практической деятельности тренеров спортивных школ, при обучении спортсменов на начальном этапе подготовки; в системе подготовки специалистов по баскетболу в высших учебных заведениях; на курсах повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов по баскетболу.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

- положения теории и методики педагогических исследований (*Ашмарин Б.А. Яхонтов Е.Р. и др.*);
- положения теории и методики физической культуры и спорта (*Защипорский В.М.; Кузнецов В.С.; Курамышин Ю.Ф.; Лях В.И.; Максименко А.М.; Матвеев Л.П. и др.*)
- основополагающие работы по теории и методике спортивной подготовки в баскетболе и спортивных играх (*Аль Анссари З.А, ВисселХол, Вуттен М.; Елевич С.Н., Ю.Д. Железняк, Д.И., Нестеровский, Пайе Б., Пайе П., Яхонтов Е.Р., Clinton M. Adkins, Steven R. Bain, Edward A Dreyer и др.*);
- исследования, посвященные изучению развития координационных способностей в различных видах спорта (*Берштейн Н.А., Двейрина О.А., Лосин Б.Е., Лях, Рудковская Т., Майданюк Е., Таран И.И., Внебрачный Д.И., Šimonek J. и др.*);
- основные положения классификации (*Кожанов А.Л., Соловьёв Е.К., Субботин А.Л., Яхонтов Е.Р. и др.*).

Достоверность и обоснованность полученных результатов обеспечена надежностью методологической базы исследования, адекватностью использованных методов сформулированным задачам, репрезентативностью эмпирической базы исследования, корректностью статистической и математической обработки экспериментальных исследований.

Личный вклад соискателя ученой степени в получении результатов, изложенных в диссертации.

В обосновании научной проблемы, определении темы диссертации и основного методологического аппарата, разработке общего замысла исследования, подборе методов, используемых в работе, самостоятельном проведении педагогического эксперимента, обработке и интерпретации полученных результатов, организации апробации и внедрения результатов исследования. Автором подготовлены текст диссертации, автореферата и публикаций.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные положения диссертационного исследования были представлены на авторитетных Российских и международных научно-практических конференциях, и конгрессах (2016-2020гг.). Результаты исследований реализованы в практической деятельности, что подтверждено актами внедрения. В тренировочный процесс СШОР Кировского района г. Санкт-Петербурга в отделении баскетбола, в процесс профессиональной подготовки студентов в НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» профиля «Теория спортивной тренировки в избранном виде спорта» кафедры теории и методики спортивных игр. По материалам исследования опубликовано 8 статей, из которых 3 опубликованы в рецензируемых журналах, входящих в перечень ВАК Российской Федерации.

Структура и объем работы. Диссертация изложена на 185 страницах и состоит из введения, четырёх глав, заключения, списка литературы, приложений. Работа содержит 19 таблиц, 11 рисунков и шесть приложений. Список литературы содержит 265 источников, в том числе 14 зарубежных и три интернет-ресурса.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Результаты анализа исследуемой проблемы, выполненного в рамках **первой главы** диссертации «Обучение сложнокоординационным видам ведения мяча в подготовке юных баскетболисток», позволили выявить, что в современной теории и практике баскетбола существует необходимость в выделении и классифицировании всех видов ведения мяча, включая сложнокоординационные, и обосновании методики обучения этим техническим приёмам. В современной литературе информация о ведении мяча соответствует 20-30 лет давности.

Во **второй главе** диссертации «**Методы и организация исследования**» раскрыта технология решения задач, связанных с выявлением важности сложнокоординационных видов ведения мяча в современном баскетболе и обоснованием методики обучения этому игровому приёму баскетболисток 9-10 лет.

В **третьей главе** диссертации «**Обучение сложнокоординационных видов ведения мяча в подготовке юных баскетболисток**», представлены: результаты педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью

высококвалифицированных баскетболистов мужских и женских команд (36 мужских и 36 матчей турнира Олимпийских игр 2016 года в Рио-де-Жанейро), результаты опроса 86 тренеров и специалистов по баскетболу, результаты классифицирования видов ведения мяча.

В процессе предварительных исследований были получены данные, представленные в следующих ниже таблицах 1, 2, 3, 4.

Таблица 1 – Временные затраты на ведение мяча за одну атаку у высококвалифицированных баскетболистов (N=36) и баскетболисток (N=36) (с)

| Выборка | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | За весь матч |
|----------------|------------|------------|------------|------------|--------------|
| | М | | | | М ± m |
| Мужчины (N=36) | 7,48 | 7,54 | 7,66 | 7,49 | 7,54 ± 0,06 |
| Женщины (N=36) | 6,09 | 6,07 | 6,07 | 6,05 | 6,07 ± 0,01 |

Примечание: N – количество игр, M – среднее время, затрачиваемое на ведение мяча.

Мужчины-баскетболисты в среднем используют ведение мяча семь секунд в одной атаке, тот же показатель у женщин составил шесть секунд. Это существенная временная составляющая атаки в баскетболе, если исходить из времени полной атаки, равного 24 секундам. Если атака составляет 14 секунд, то время на ведение составляет половину всей продолжительности. В среднем за игру, команды проводят 50% атак быстрее 10 секунд (Яхонтов Е.Р. *Общая характеристика игр в баскетбол. СПб. : ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1993. 10 с.*), что подтверждает значимость применения ведения в игре.

В таблице 2 представлены показатели времени, отводимого на ведение мяча за одну игру. Полученные результаты не имеют существенных различий в затратах времени между мужскими и женскими командами. Таким образом, ведение мяча, по длительности его применения, одинаково используется в мужском и женском баскетболе.

Таблица 2 – Временные затраты на ведение мяча за одну игру у высококвалифицированных баскетболистов (N=36) и баскетболисток (N=36) (мин)

| Выборка | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | За весь матч |
|----------------|------------|------------|------------|------------|--------------|
| | М | | | | М ± m |
| Мужчины (N=36) | 2,21 | 2,22 | 2,1 | 2,36 | 8,89 ± 0,07 |
| Женщины (N=36) | 2,13 | 2,04 | 2,06 | 2,06 | 8,29 ± 0,02 |

Примечание: N – количество игр, M – среднее время, затрачиваемое на ведение мяча; m – ошибка среднего арифметического.

Стоит отметить, что среди прочих технических приемов в баскетболе, из 40 минут игрового времени почти четверть отводится ведению мяча, что, в очередной раз, свидетельствует об актуальности исследования и важности дополнения и совершенствования методики обучения ведению мяча.

У баскетболистов количество атак с ведением больше, чем у баскетболисток, это объясняется тем, что мужчины применяют ведение мяча для решения игровых ситуаций, связанных с атакой кольца чаще, чем баскетболистки, так как они владеют этим техническим приёмом более эффективно (таблица 3).

Таблица 3 – Атаки с ведением мяча за одну игру у высококвалифицированных баскетболистов (N=36) и баскетболисток (N=36) (кол-во раз)

| Выборка | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | За весь матч |
|----------------|------------|------------|------------|------------|--------------|
| | M | | | | M ± m |
| Мужчины (N=36) | 20,1 | 23,8 | 23,8 | 24,4 | 92,1 ± 0,26 |
| Женщины (N=36) | 20,05 | 19,3 | 19,52 | 19,59 | 78,46 ± 0,21 |

Примечание: N – количество игр, M – среднее время, затрачиваемое на ведение мяча; m – ошибка среднего арифметического.

Применение ведения мяча в баскетболе, даже элитными баскетболистами не застраховано от ошибок. Средние показатели потерь при выполнении ведения мяча у мужчин и женщин составляет 2,14 и 2,58 соответственно. Если принять во внимание, что общие потери мяча за одну игру у элитных баскетболистов составляют от 10 до 20 раз, то доля потерь, приходящихся на ведение, кажется незначительной. Но даже этот показатель, на наш взгляд, мог бы иметь тенденцию к уменьшению, за счет совершенствования техники ведения, в частности, с применением сложнокоординационных (продвинутых) видов ведения мяча, при активном сопротивлении игроков защиты и на ограниченном пространстве.

Сложность выполнения новых видов ведения мяча определяется сочетанием нескольких видов ведения мяча в одном и обуславливается повышенными требованиями к проявлению скоростных и координационных способностей при выполнении ведения мяча в современном баскетболе. Доля сложнокоординационных видов ведения от общего числа применения ведения у мужчин и женщин составляет соответственно – 16,2% и 14,5%.

Игроки передней линии реже используют ведение, так как они практически не участвуют в переводе мяча в передовую зону и редко обыгрывают защитников с периметра. Сложнокоординационные виды ведения находятся, в основном, в арсенале техники игроков задней линии.

В ходе проведённых наблюдений за соревновательной деятельностью было зафиксировано более 20 сложнокоординационных видов ведения мяча, некоторые из которых описаны в зарубежной методической литературе.

Самыми востребованными у высококвалифицированных баскетболистов и баскетболисток были, выявленные нами 13 вариантов, ранжированные по частоте применения:

1. Ведение мяча с варьированием ритма передвижения как отдельный технический прием и в сочетании с переводами или финтами (Hesitation dribble + crossover/in&out).
2. Ведение с изменением темпа и скорости передвижения как отдельный прием и в сочетании с переводами мяча (Change-of-pace dribble + crossover).
3. Ведение для разрыва дистанции с защитником как отдельный прием и в сочетании с переводами. Может выполняться с одним или несколькими ударами мяча в пол (Bounce-off + crossover).
4. Ведение с выполнением двух переводов мяча подряд.
5. Ведение с шагом в противоположную сторону от предполагаемого направления движения в сочетании с переводом мяча (Negative step + cross).
6. Ведение мяча с быстрым шагом или прыжком толчком одной ногой назад для выполнения броска (Stepback). Может выполняться одновременно с переводом мяча в сочетании с финтами.
7. Ведение с финтом на перевод перед собой (In&out).
8. Ведение с выполнением трех любых переводов мяча подряд в сочетании с финтами.
9. Ведение с передвижением приставным шагом в сочетании с переводом (Slide + cross).
10. Ведение с выполнением более трех любых переводов мяча подряд в сочетании с финтами.
11. Ведение с выполнением двух и более сложнокоординационных видов ведения подряд.
12. Ведение с многократным изменением направления движения или «Хоккейный дриблинг» (The hokkey dribble).
13. Ведение с ударом мяча вперед в качестве финта на уход с последующим маятниковым переводом мяча другой рукой (Shamgot).

Всего за весь турнир Олимпийских игр сложнокоординационные виды ведения были применены мужчинами 1794 раза, а женщинами – 1546 раз. Очевидно, что в мужском баскетболе, по сравнению с женским, наблюдается преимущество по количеству применения сложнокоординационных видов ведения мяча.

Стоит отметить, что из перечисленных нами 13 сложнокоординационных видов ведения мяча, семь наиболее часто применялись элитными баскетболистами и баскетболистками. Их доля составляет практически 80% от общего числа использования сложнокоординационных видов ведения.

Повышение доли сложнокоординационных видов ведения мяча в арсенале современных баскетболистов, связано и с изменениями правил

соревнований по баскетболу, в частности, сокращением времени, отводимого на атаку команде. Игроки в современном баскетболе стали реже проводить многоходовые длительные комбинации и чаще стараются обыграть соперника один на один за счет индивидуальных действий – эффективных сложных видов ведения мяча.

На втором этапе предварительных исследований с целью изучения мнения тренеров по вопросам теории и методики ведения мяча был проведен опрос тренеров. Анализ и обобщение полученной информации позволил конкретизировать отдельные аспекты методики обучения сложнокоординационным видам ведения мяча:

1. Обучение целесообразно начинать на начальном этапе спортивной подготовки баскетболистов со второго года обучения (9-10 лет);

2. При обучении сложнокоординационным видам ведения мяча необходимо использовать расчленённый метод.

3. Упражнения, направленные на совершенствование ведения мяча у юных баскетболистов, необходимо включать в каждое тренировочное занятие, при этом, объём выполнения специальных упражнений с ведением мяча должен составлять от 15 до 30 минут.

4. Проведение упражнений с ведением мяча необходимо осуществлять с применением группового и поточного методов организации.

5. В качестве методов совершенствования ведения мяча следует чаще применять метод повторного упражнения, а также – соревновательный и игровой методы.

6. Для обучения сложнокоординационным видам ведения и их совершенствования целесообразно использовать упражнения, включающие ведение с несколькими мячами (2-3 баскетбольных, различные сочетания баскетбольного мяча с теннисными, набивными, мячами различного веса и размера) и современные приспособления.

7. Обучение всему диапазону ведения мяча необходимо, как для правой, так и для левой руки.

Большинство тренеров (98%) отметили важность для теории и практики баскетбола проведения исследования по выявленной проблеме. Для обозначения новых «продвинутых» способов ведения мяча 50% респондентов выбрали термин «сложнокоординационные».

На следующем этапе предварительных исследований была выполнена классификация ведения мяча в баскетболе. На основании анализа содержания знаний в теории и методике баскетбола нами выделены четыре существенных признака, которые составили сложное основание, а именно: высота отскока, направление движения, способ контроля мяча рукой и сопровождающее движение. В основе выбора перечисленных признаков было положено условие неизменности основного звена техники ведения – толчкового движения мяча кистью по направлению в пол. Ни один из приведенных признаков не является родовым по отношению к другому,

каждому из них присуща своя логическая независимость, параллельность. Результаты классифицирования представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Классификация ведения мяча в баскетболе

| Признак классификации | Виды ведения |
|-----------------------------------|---|
| А. По высоте отскока мяча | 1. Высокое 2. Низкое |
| Б. По направлению движения | 1. На месте 2. Вперёд 3. Назад 4. В сторону |
| В. По способу контроля мяча рукой | 1. Без смены руки 2. Со сменой руки |
| Г. По сопровождающему движению | 1. Шаг(и) 2. Бег 3. Поворот 4. Финт |

Осуществив процедуру классифицирования по четырем признакам, мы получили 64 класса ведения мяча. Название класса ведения может быть следующим: «высокое» (А1), «вперёд» (Б1), «с переводом» (В2), «бегом» (Г2). Ряд классов, образованных сочетанием классификационных признаков не имеют реальных объёмов понятий, или являются пустыми, что требует дополнительного анализа и осмысления после проведения процедуры описания всех классов. Полученные виды ведения мяча можно считать основными или базовыми при подготовке спортивного резерва.

Игровые ситуации в баскетболе, в которых игроки применяют ведение мяча очень разнообразны. Для классификации выделено четыре признака, характеризующих цель применения ведения (таблица 5).

Таблица 5 – Классификация игровых ситуаций с ведением мяча в баскетболе

| Признак классификации | Виды игровых ситуаций |
|--|--|
| А. По задаче, решаемой в игровой ситуации | 1. Вывод из тыловой зоны в передовую 2. Получение позиционного преимущества над защитником 3. Создание условий для броска мяча 4. Отвлечение внимания |
| Б. По характеру защитных противодействий | 1. Без сопротивления защитника 2. С сопротивлением защитника 3. С активным сопротивлением защитника |
| В. По характеру преодоления защитных противодействий | 1. Без обыгрывания 2. С обыгрыванием в начале ведения мяча 3. С обыгрыванием по ходу ведения |
| Г. Завершение игровой ситуации | 1. Передача мяча 2. Бросок мяча в кольцо |

Классифицирование игровых ситуаций проводилось по основанию, имеющему четыре независимых признака, которые дают исчерпывающее представление о применении ведения мяча в баскетболе (72 класса).

Определение любого понятия, описывающего игровую ситуацию, представляет полный перечень всех четырех признаков, например: ведение мяча в ситуации «вывода из тыловой зоны в передовую» (А1), «с сопротивлением защитника» (Б2), «с обыгрыванием по ходу ведения» (В3) и «броском мяча в кольцо» (Г2).

На основании анализа и обобщения специальной литературы, а также опроса тренеров, нами были сформулированы наиболее характерные признаки сложнокоординационных видов ведения мяча:

1. Сочетание нескольких базовых видов ведения мяча в одном.
2. Максимальная скорость выполнения ведения в целом, или его составляющих.
3. Преодоление активного сопротивления защитника (движение свободной рукой, корпусом, занятие «укрывающей» позиции).
4. Проявление телесной и ручной ловкости одновременно.
5. Проявление ритмики при выполнении ведения.
6. Ограничение пространства и площади опоры при выполнении ведения.

Обоснование выбора признаков координационной сложности движений основывается на результатах исследования З.А. Аль Анссари (2017) и изучения специальной научно-методической литературы. Каждый из шести показателей получил высокую степень одобрения тренеров и специалистов по баскетболу.

Четвертая глава посвящена разработке методики обучения сложнокоординационным видам ведения мяча и проверке ее эффективности в подготовке баскетболисток 9-10 лет.

В целях оптимизации тренировочного процесса в баскетболе была разработана методика обучения сложнокоординационным видам ведения мяча. Полученное нами ранее представление о многообразии современных видов ведения и изучение мнений тренеров, позволило разработать содержание тренировочных занятий по обучению сложнокоординационным видам ведения мяча.

Методика обучения сложнокоординационным видам ведения мяча основывается на разработанной классификации ведения мяча в баскетболе и включает три комплекса упражнений:

1. Комплекс упражнений, направленный на совершенствование базовых видов ведения мяча.
2. Комплекс упражнений, направленный на обучение сложнокоординационным видам ведения мяча.
3. Комплекс упражнений, направленный на решение индивидуальных тактических задач с применением сложнокоординационных видов ведения мяча.

Информация, полученная при изучении специальной литературы и результатов опроса тренеров, позволила сформулировать основные принципы построения методики обучения сложнокоординационным видам ведения.

На занятии отводилось от 15 до 30 минут на упражнения с ведением мяча, и до 20 минут – на состязание 1x1 с применением навыков обыгрыша с помощью ведения мяча. Проведение упражнений с ведением осуществлялось с применением группового и поточного методов организации.

С целью проверки эффективности спроектированного содержания методики обучения сложнокоординационным видам ведения мяча, был проведен педагогический эксперимент, в котором принимали участие баскетболистки 9-10 лет второго года обучения на этапе начальной подготовки. В параллельном педагогическом эксперименте принимали участие две группы баскетболисток 9-10 лет: 20 баскетболисток СШОР Кировского района и 20 баскетболисток СШОР Невского района г. Санкт-Петербурга. Они составили, соответственно, экспериментальную и контрольную группы.

Для подтверждения однородности групп, принявших участие в исследовании, было проведено спортивно-педагогическое тестирование и антропометрия. Анализ полученных данных не выявил достоверных различий, при $p > 0,05$ (таблица 6).

Таблица 6 – Показатели физической подготовленности баскетболисток 9-10 лет ($n=40$) до педагогического эксперимента

| Показатели физической подготовки | M ± m | | Заключение |
|---|-------------|----------------|------------|
| | КГ (n=20) | ЭГ (n=20) | |
| Прыжок в длину с места, см | 155 ± 17 | 156,85 ± 16,24 | p > 0,05 |
| Прыжок в высоту с места, см | 27 ± 1,3 | 25 ± 1,5 | p > 0,05 |
| Бег 20м, с | 4,1 ± 0,12 | 4,24 ± 0,12 | p > 0,05 |
| Тест Шестиугольник (телесная ловкость), с | 3,3 ± 1,14 | 3,64 ± 1,15 | p > 0,05 |
| Ручная ловкость, раз | 16,4 ± 3,41 | 17,05 ± 3,19 | p > 0,05 |
| Время простой реакции, с | 0,37 ± 0,04 | 0,36 ± 0,06 | p > 0,05 |
| Время сложной реакции, с | 0,39 ± 0,04 | 0,39 ± 0,05 | p > 0,05 |

Примечание: n – количество испытуемых, M – среднее время, затрачиваемое на ведение мяча; m – ошибка среднего арифметического, КГ – контрольная группа, ЭГ – экспериментальная группа.

Для определения уровня освоения навыков ведения мяча баскетболистками 9-10 лет были проведены контрольные испытания по оценке эффективности применения базовых и сложнокоординационных видов ведения мяча (таблицы 7, 8). Выполнение баскетболистками обеих групп контрольных упражнений не выявил статистически достоверных различий в полученных результатах, $p > 0,05$.

Таблица 7 – Результаты эффективности применения базовых видов ведения мяча баскетболистками 9-10 лет (n=40) до педагогического эксперимента

| Тест | M ± m | | Заключение |
|--|-----------|-----------|------------|
| | КГ (n=20) | ЭГ (n=20) | |
| Скоростное ведение мяча (тест «Змейка»), с | 49 ± 13,2 | 51 ± 12,9 | p > 0,05 |

Примечание: n – количество испытуемых, M – среднее время, затрачиваемое на ведение мяча; m – ошибка среднего арифметического, КГ – контрольная группа, ЭГ – экспериментальная группа.

Результаты тестирования испытуемых по уровню применения сложнокоординационных видов ведения мяча до педагогического эксперимента представлены в таблице 8.

Таблица 8 – Результаты педагогического наблюдения по определению эффективности применения сложнокоординационных видов ведения мяча баскетболистками 9-10 лет до педагогического эксперимента (N=5)

| Показатели применения ведения мяча | КГ (n=20) | ЭГ (n=20) | Заключение |
|---|-----------|-----------|------------|
| | M ± m | | |
| Количество применений сложнокоординационных видов ведения мяча в игре 1x1, раз | 11,6±0,9 | 10,6±1,1 | p > 0,05 |
| Количество результативных атак с применением сложнокоординационных видов ведения мяча в игре 1x1, раз | 0,40±0,24 | 0,40±0,24 | p > 0,05 |
| Количество потерь мяча при выполнении ведения во время игры 1x1, раз | 12,0±1,4 | 16,6±1,2 | p > 0,05 |
| Количество применений всех видов ведения мяча в одной игре, раз | 73,0±1,7 | 75±4 | p > 0,05 |
| Количество атак корзины соперника с ведением мяча в одной игре, раз | 35,4±1,7 | 33,0±2,0 | p > 0,05 |
| Количество результативных атак корзины соперника с ведением мяча в одной игре, раз | 10,0±0,9 | 7,4±0,4 | p > 0,05 |
| Количество применений сложнокоординационных видов ведения мяча в одной игре, раз | 2,0±0,5 | 1,80±0,20 | p > 0,05 |
| Количество потерь мяча при выполнении ведения в одной игре, раз | 8,0±2,5 | 16,2±1,0 | p < 0,05 |

Примечание: n – количество испытуемых, КГ – контрольная группа, ЭГ – экспериментальная группа, M – среднее время, затрачиваемое на ведение мяча; m – ошибка среднего арифметического, N - количество раз проведения теста, игры.

В связи с отсутствием в научно-методической литературе информации по оценке эффективности применения сложнокоординационных видов ведения мяча, нами была проведена оценка по количественным и качественным характеристикам ведения в игровых условиях.

В тренировочный процесс баскетболисток экспериментальной группы была внедрена методика обучения сложнокоординационным видам ведения. Баскетболистками контрольной группы ведение мяча осваивалось на основе стандартных рекомендаций к освоению технического приёма.

Из выделенных нами семи, наиболее часто встречаемых, сложнокоординационных видов ведения, для решения поставленных задач были выбраны следующие виды:

1. Ведение с двумя переводами мяча подряд (Double crossover).
2. Ведение для разрыва дистанции с защитником в комбинации с переводом (Bounce-off + crossover).
3. Ведение с шагом в противоположную сторону от предполагаемого направления движения в сочетании с переводом мяча (Negative step + cross).

С целью повышения эффективности применения ведения мяча баскетболистками 9-10 лет экспериментальной группы были внедрены в тренировочный процесс разработанные нами комплексы упражнений. Переход от одного комплекса упражнений к следующему осуществлялся с учётом усвоения упражнений предыдущего. После каждого этапа введения комплекса упражнений проводились контрольные испытания в состязании 1x1 и наблюдение за соревновательной деятельностью.

На первом этапе эксперимента, в течение первых двух месяцев, в тренировочный процесс экспериментальной группы были включены упражнения из первого комплекса. Они основаны на признаках сложнокоординационных видов ведения мяча (максимальная скорость выполнения ведения в целом, или его составляющих; преодоление активного сопротивления защитника (движение свободной рукой, корпусом, занятие «укрывающей» позиции); проявление телесной и ручной ловкости одновременно; проявление ритмики при выполнении ведения; ограничение пространства и площади опоры при выполнении ведения). Каждый признак, как в отдельности, так и в комбинации с другими, является важным компонентом сложнокоординационного ведения, требующим тренировки.

На втором этапе эксперимента (следующие два месяца), в процесс тренировок юных баскетболисток экспериментальной группы были включены упражнения, направленные на обучение сложнокоординационным видам ведения мяча, составляющие второй комплекс. Упражнения, направленные на совершенствование базовых видов ведения мяча, включались в тренировочные занятия в качестве подготовки к изучению сложнокоординационных видов.

Сложнокоординационные виды ведения изучались сначала на месте, далее, по мере освоения – в движении. Освоение и переход к следующим упражнениям осуществлялись под совместным контролем с тренером экспериментальной группы Е.Е. Сизовой. Упражнения, направленные на обучение сложнокоординационным видам ведения, выполнялись в сочетании с другими техническими приемами. Упражнения выполнялись в различных

условиях, с постепенным увеличением скорости, вариаций, сложности выполнения.

На третьем этапе в процесс тренировок экспериментальной группы были включены упражнения третьего комплекса, направленные на решение индивидуальных тактических задач с применением навыков сложнокоординационных видов ведения. В упражнения вводились различные внешние раздражители, сопротивление защитника, действие отвлекающих факторов игры, которые способствовали подготовке баскетболисток к применению сложнокоординационных видов ведения мяча в условиях реальной игры. В частности, упражнения включали заранее обусловленные действия защитника, введение конкретной модели игровой ситуации, ограничение пространства для обыгрыша, ограничение времени обыгрыша. Направленное воздействие перечисленных выше упражнений, способствовало формированию навыков применения сложнокоординационных видов ведения в соревновательной деятельности.

Завершение обучения сложнокоординационным видам ведения предполагало выполнение его в условиях активного сопротивления защитника, или нескольких защитников, а также применение его в игре для решения тактической задачи.

На занятии отводилось от 15 до 20 минут на упражнения в состязании 1х1, с целью формирования у занимающихся навыка применения изучаемых приёмов ведения мяча в игре. Экспериментальная группа была разделена на пары по уровню подготовленности, в которых они соревновались 1х1 на протяжении всего эксперимента. Целью состязания 1х1 было применение сложнокоординационных видов ведения мяча, за которые баскетболисткам начислялись дополнительные очки. Таким образом, формировалась потребность игроков в применении изучаемых сложнокоординационных видов ведения мяча в игровых условиях, а также психологическая уверенность в применении сложнокоординационных видов ведения мяча.

Аналогично состязанию 1х1, установка на применение сложнокоординационных видов ведения мяча была включена в процесс двусторонней учебной игры. На заключительном этапе эксперимента баскетболистки должны были решать в двусторонней игре различные тактические задачи в объёме программы начального этапа подготовки.

После шести месяцев внедрения разработанной методики, нами было проведено повторное тестирование и оценка показателей применения ведения мяча баскетболистками обеих групп (таблица 10 и таблица 11).

После педагогического эксперимента у баскетболисток экспериментальной группы, в отличии от контрольной, повысилась эффективность ведения мяча, а именно: повысились количество применения сложнокоординационных видов ведения мяча; количество результативных атак с применением сложнокоординационных видов ведения; общее число применения ведения в одном матче; количество атак с ведением мяча и

количество результативных из них; количество применения сложнокоординационных видов ведения в двусторонней игре.

Таблица 10 – Результаты педагогических наблюдений по определению эффективности применения ведения мяча баскетболистками 9-10 лет экспериментальной группы (n=20) после педагогического эксперимента (N=5)

| Показатели применения ведения мяча | КГ (n=20) | ЭГ (n=20) | Заключение |
|---|-----------|-----------|------------|
| | M ± m | | |
| Количество применений сложнокоординационных видов ведения мяча в игре 1x1, раз | 11,6±0,9 | 53,2±2,8 | p < 0,05 |
| Количество результативных атак с применением сложнокоординационных видов ведения мяча в игре 1x1, раз | 1,6±0,5 | 15,4±1,0 | p < 0,05 |
| Количество потерь мяча при выполнении ведения во время игры 1x1, раз | 10,0±0,9 | 9,8±0,4 | p > 0,05 |
| Количество применений всех видов ведения мяча в одной игре, раз | 67±3 | 94±6 | p < 0,05 |
| Количество атак корзины соперника с ведением мяча в одной игре, раз | 30,6±1,8 | 40,2±0,9 | p < 0,05 |
| Количество результативных атак корзины соперника с ведением мяча в одной игре, раз | 8,0±0,7 | 11,8±0,6 | p < 0,05 |
| Количество применений сложнокоординационных видов ведения мяча в одной игре, раз | 3,6±0,4 | 12,8±1,5 | p < 0,05 |
| Количество потерь мяча при выполнении ведения в одной игре, раз | 7,6±2,4 | 19,4±1,8 | p < 0,05 |

Примечание: n – количество испытуемых, M – среднее время, затрачиваемое на ведение мяча; m – ошибка среднего арифметического, N – количество раз проведения теста, игры.

Полученные результаты имеют достоверные различия с аналогичными данными до педагогического эксперимента. У баскетболисток экспериментальной группы увеличилось количество потерь мяча во время ведения мяча, что объясняется увеличением количества применений ими ведения мяча и применением сложнокоординационных видов. Количество зафиксированных потерь мяча является допустимым значением при освоении техники ведения баскетболистками на начальном этапе подготовки.

Математический анализ результатов спортивно-педагогического тестирования баскетболисток 9-10 лет контрольной группы, до и после эксперимента, существенных различий между показателями не выявил.

В процессе педагогического эксперимента и освоения баскетболистками экспериментальной группы сложнокоординационных видов ведения мяча, было доказано, что разработанные комплексы специальных упражнений, позволяют повысить эффективность применения сложнокоординационных видов ведения спортсменками 9-10 лет, а также доказана целесообразность обучения сложнокоординационным видам ведения баскетболисток на начальном этапе второго года спортивной подготовки в баскетболе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании результатов проведенного научного исследования сформулированы следующие выводы:

1. В современном баскетболе игроки стали реже проводить многоходовые длительные комбинации и чаще стараются обыграть соперника один на один за счет индивидуальных действий. Соревновательная деятельность высококвалифицированных баскетболистов характеризуется появлением сложнокоординационных видов, которые позволяют решать сложные игровые задачи. Баскетболисты почти на 16% больше проводят атак с использованием сложнокоординационных видов ведения мяча по сравнению с баскетболистками, при этом, более чем на 20% реже теряют его при выполнении этого технического действия. Игроки «передней» линии реже используют ведение, так как они практически не участвуют в переводе мяча в передовую зону и редко обыгрывают защитников с «периметра». Сложнокоординационные виды ведения чаще используют игроки «задней» линии.

2. В соревновательной деятельности лучших баскетболистов мира зафиксировано более 20 сложнокоординационных видов ведения мяча, семь, из которых, элитными баскетболистами и баскетболистками используется наиболее часто (их доля составляет практически 80% от общего числа использования сложнокоординационных видов ведения).

3. Обучать сложнокоординационным видам ведения мяча в современном баскетболе необходимо при подготовке спортивного резерва (так считают 80% опрошенных тренеров). Начинать обучение целесообразно на начальном этапе спортивной подготовки, со второго года обучения в 9-10 лет (больше половины тренеров – 52%). Упражнения, направленные на совершенствование ведения мяча у юных баскетболистов, необходимо включать по 15-30 минут в каждое тренировочное занятие (по мнению 72% опрошенных специалистов). Для успешного освоения сложнокоординационных видов ведения мяча баскетболистами наиболее важными показателями, являются следующие физические и психофизиологические характеристики: координация движений (100% опрошенных тренеров); время сложной реакции (80%); быстроты движений рук (74%) и ног (67%); индивидуальные личностные особенности (71%); антиципация (62%).

4. В процессе систематизации была разработана классификация ведения мяча в современном баскетболе, содержащая 64 класса выполнения игрового приема и классификация игровых ситуаций, включающая 72 класса его применения, которые являются технико-тактической основой для обучения сложнокоординационным видам выполнения технического приёма в процессе подготовки баскетболистов.

5. Разработанная методика обучения сложнокоординационным видам ведения, включающая три комплекса упражнений: комплекс упражнений, направленный на совершенствование базовых видов ведения мяча, основанный на признаках сложнокоординационных видов ведения; комплекс упражнений, направленный на обучение сложнокоординационным видам ведения мяча,

основанный на сочетании признаков сложнокоординационных видов ведения; комплекс упражнений, направленный на решение индивидуальных тактических задач с применением сложнокоординационных видов ведения позволяет уже юным 9-10 летним баскетболисткам успешно освоить сложные виды ведения мяча.

6. Специализированная шестимесячная подготовка, по обучению сложнокоординационным видам ведения мяча, позволила сформировать у юных баскетболисток навыки выполнения этого игрового приема, что подтверждается положительной динамикой показателей применения ведения в соревновательных условиях. После завершения специализированной подготовки у баскетболисток экспериментальной группы зарегистрированы значительно более высокие игровые показатели. В частности, увеличилось более чем на треть количество атак с использованием сложнокоординационных видов ведения мяча и почти на 88% повысилась их результативность.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

На основе результатов проведенного диссертационного исследования можно сформулировать следующие рекомендации:

1. Для повышения эффективности обучения сложнокоординационным видам ведения мяча в процессе подготовки баскетболисток 9-10 лет целесообразно применять разработанную методику обучения сложнокоординационным видам ведения мяча, придерживаться представленной в работе последовательности обучения, которая базируется на признаках сложнокоординационных видов ведения мяча.

2. Ориентиром для оценки готовности баскетболисток к изучению сложнокоординационных видов ведения может служить уровень освоения базовых видов ведения мяча; уровень развития специальной ловкости (телесной и ручной); сила нервных процессов; коэффициент функциональной асимметрии; уровень концентрации внимания; скорость переработки информации.

3. Методика обучения сложнокоординационным видам ведения мяча предполагает:

- изучение сложнокоординационных видов ведения мяча следует начинать на третьем году обучения начального этапа подготовки (9-10 лет);
- изучение сложнокоординационных видов ведения мяча можно начинать только после освоения базовых видов ведения;
- упражнения, направленные на совершенствование ведения мяча, необходимо включать в каждое тренировочное занятие, при этом, объём выполнения специальных упражнений с ведением мяча должен составлять от 15 до 30 минут;
- в каждое учебно-тренировочное занятие необходимо включать упражнения с состязанием один на один с использованием ведения мяча продолжительностью от 10 до 20 минут;
- для обучения сложнокоординационным видам ведения и их совершенствованию необходимо использовать упражнения, включающие ведение с несколькими мячами (2-3 баскетбольных, различные сочетания

баскетбольного мяча с теннисными, набивными, мячами различного веса и размера) и современные приспособления.

- при обучении сложнокоординационным видам ведения мяча необходимо использовать расчлененный метод;
- проведение упражнений с ведением мяча необходимо осуществлять с применением группового и поточного методов организации;
- в качестве методов совершенствования ведения мяча следует чаще применять метод повторного упражнения, а также – соревновательный и игровой методы.

4. Для оперативной проверки качества освоения сложнокоординационных видов ведения мяча рекомендуется применять метод количественной оценки их результативности.

5. Для реализации принципов систематичности и последовательности рекомендуется использовать предложенное содержание методики обучения сложнокоординационным видам ведения мяча в течение 120 тренировочных занятий (как минимум).

6. Для повышения эффективности тренировочного процесса и соревновательных результатов баскетболистов на начальном этапе спортивной подготовки рекомендуется включить предложенную методику обучения сложнокоординационным видам ведения мяча в примерную программу подготовки по баскетболу для детско-юношеских спортивных школ.

7. Для повышения уровня методической компетентности студентов направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» профиля «Теория спортивной тренировки в избранном виде спорта» рекомендуется обновить теоретическую базу ВУЗов новыми данными о современных тенденциях развития баскетбола, обновленной классификацией видов ведения мяча, классификацией игровых ситуаций с ведением мяча, признаками сложнокоординационных видов ведения.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ:

1. Классификация ведения мяча в баскетболе / М.А. Сергазинова, Л.Н. Минина, Б.Е. Лосин, С.Н. Елевич // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 3 (181). – С. 393–397.

2. Современные представления о ведении мяча в баскетболе / М.А. Сергазинова, Л.Н. Минина, Б.Е. Лосин, С.Н. Елевич // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 3 (181). – С. 397–401.

3. Особенности обучения сложнокоординационным видам ведения в подготовке юных баскетболисток / М.А. Сергазинова, Л.Н. Минина, Б.Е. Лосин, С.Н. Елевич // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 9 (187). – С. 341–345.

4. Сергазинова, М.А. Виды ведения мяча и их роль в становлении баскетболиста / М.А. Сергазинова, А.В. Солнышко, Л.Н. Минина // Материалы итоговой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,

за 2017 г., посвященной Дню российской науки. – Санкт-Петербург, 2018. – С. 191–192.

5. Сергазинова, М.А. Проблема терминологии и классификации ведения мяча в современном баскетболе / М.А. Сергазинова, Л.Н. Минина, С.Н. Елевич // IX Международный Конгресс «Спорт, человек, здоровье» 25-27 апреля 2019 г., Санкт-Петербург : материалы конгресса. – Санкт-Петербург, 2019 – С. 259–261.

6. Сергазинова, М.А. Проблема классификации и методики обучения ведению мяча в современном баскетболе / М.А. Сергазинова, Л.Н. Минина // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте : материалы XIII Международной научно-практической конференции (г. Смоленск, 28-30 января 2019 года). – Смоленск, 2019. – С. 195–197.

7. Сергазинова, М.А. Современное представление о ведении мяча в отечественном баскетболе / М.А. Сергазинова, Л.Н. Минина // Спортивные игры: настоящее и будущее. – Санкт-Петербург, 2019. – Вып. 8. – С. 70–76.

8. Сергазинова, М.А. Особенности использования ведения мяча элитными баскетболистами / М.А. Сергазинова, Л.Н. Минина // Материалы итоговой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург за 2019 г., посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне и Дню российской науки / Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург, 2020. – С. 103–106.