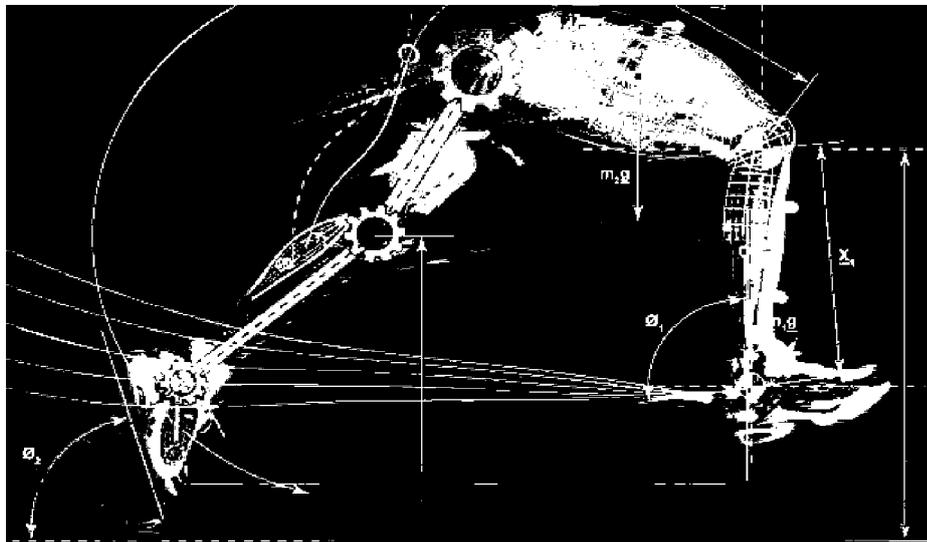


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І  
СПОРТУ УКРАЇНИ

# СУЧАСНІ БІОМЕХАНІЧНІ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ І СПОРТІ



Матеріали  
V Всеукраїнської електронної конференції

18 травня 2017 року

Київ 2017

УДК 796.012:004(063)  
ББК 75.00 Я431  
С91

Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті: Матеріали V Всеукраїнської електронної конференції (Київ, 18 травня 2017 р.) / ред. В.В. Гамалій, В.О. Кашуба, О.А. Шинкарук. – К.: НУФВСУ, 2017. – 117 с.

**Редакційна колегія:**

<i><b>Бондарь О. М.</b></i>	к.фіз.вих., доцент
<i><b>Гамалій В. В.</b></i>	к.пед.н., професор
<i><b>Гончарова Н.М</b></i>	к.фіз.вих., доцент
<i><b>Денисова Л.В.</b></i>	к.пед.н., доцент
<i><b>Жирнов О.В.</b></i>	к.фіз.вих.
<i><b>Кашуба В. О.</b></i>	д.фіз. вих., професор
<i><b>Коробейников Г.В.</b></i>	д.б.н., професор
<i><b>Лисенко О.М.</b></i>	д.б.н., професор
<i><b>Литвиненко Ю.В.</b></i>	к.фіз.вих., доцент
<i><b>Носова Н.Л.</b></i>	к.фіз.вих., доцент
<i><b>Сергієнко К.М.</b></i>	к.фіз.вих., доцент
<i><b>Шевчук О.М.</b></i>	к.фіз.вих.
<i><b>Хмельницька І. В.</b></i>	к.фіз.вих., доцент
<i><b>Шинкарук О.А.</b></i>	д.фіз. вих., професор
<i><b>Юрченко О.А.</b></i>	к.фіз.вих.
<i><b>Юхно Ю.О.</b></i>	к.фіз.вих., доцент

Збірник містить наукові статті учасників V Всеукраїнської електронної конференції «Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті». Розглянуто актуальні питання використання сучасних біомеханічних та інформаційних технологій в системі підготовки спортсменів, фізичному вихованні різних груп населення, оздоровчо-руховій діяльності, адаптивному фізичному вихованні та фізичній реабілітації, спортивній медицині. Також представлено сучасні інформаційні технології в системі підготовки фахівців у галузі фізичної культури та спорту.

Надані матеріали пройшли рецензування і представлені в авторській редакції.

© Національний університет  
фізичного виховання і спорту  
України, 2017

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗМИНКИ КАК ИНФОРМАЦИОННАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИИ УПРАВЛЕНИЯ БАСКЕТБОЛЬНОЙ КОМАНДОЙ В ХОДЕ ИГРЫ

Шутова С.Е., Батьковская А.М.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев

**Введение.** Высокие достижения в соревнованиях команда может показать не только при эффективной подготовленности и определенном соотношении сил соперников, но и при умелом управлении ее подготовкой. Мастерство тренера в управлении может повлиять на результат встречи, даже тогда когда играют равные по силам соперники [1, 2].

Подготовка команды к будущему матчу предполагает учет всех возможных факторов влияния на результат встречи, в том числе таких, как изучение игры соперника, составление плана игры, установок команды на будущую игру, проведение генеральной репетиции на тренировке или контрольной игры с моделированием игры будущего соперника. В основу эффективной реализации каждого фактора входят психологические особенности их осуществления [1, 2, 3].

Известно, что большую помощь в получении информации, при изучении игры соперника, оказывает наблюдение за его предигровой разминкой, но, к сожалению, принято отслеживать только показатели технико-тактических действий баскетболистов, игнорируя психологические особенности [2].

**Целью** нашей работы явилось выявление психологических особенностей организации и проведения предигровой разминки, как дополнительных информационных данных, позволяющих совершенствовать современную технологию управления командой в ходе игры.

## **Задачи исследования:**

1. Проанализировать данные специализированной научно-методической литературы и обобщить результаты практического опыта ведущих специалистов в области предсоревновательной психологической подготовки спортсменов в баскетболе.

2. Выявить психологические особенности предигровой разминки высококвалифицированных баскетболисток, влияющие на эффективность игровой деятельности.

## **Методы и организация исследования:**

1. Анализ специализированной научно-методической литературы и интернет ресурсов.

2. Видеоанализ.

3. Педагогическое наблюдение.

4. Пульсометрия.

5. Методы математической статистики.

Исследования проводились на базе Национального университета физического воспитания и спорта Украины. Для осуществления сравнительного анализа предигровой разминки и соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболисток, нами был проведен видеоанализ товарищеских и отборочных игр Чемпионата Европы среди женских команд сезона 2013-2014 гг., в котором были рассмотрены игры сборных Италии, Франции, Турции и Украины.

**Результаты исследования.** В ходе исследований был осуществлен сравнительный анализ эффективности игровой деятельности, посредством видеоанализа дружеских и отборочных игр Чемпионата Европы среди женских команд сезона 2013-2014 гг. Выявленная динамика эффективности разминки по пятиминутным отрезкам в играх сборных женских команд Италии, Франции, Турции и Украины подтвердила предположение о негативном влиянии нерационально организованной и проведенной разминки на эффективность атак в начале первого и третьего периодов игры. Анализ трех игр сборной Украины показал, что при подготовке к двум (с Италией и Францией) играм, разминка была проведена с более низкой интенсивностью по сравнению с соперницами, без четкой организации и несоответствия

временным параметрам. Отмечалось, однообразие, монотонность различных упражнений, что эмоционально обедняло настрой баскетболисток и заметно снижало зрелищность. Это способствовало нейтрализации дополнительного стимула к качественной подготовке украинских баскетболисток к игре.

В игре со сборной командой Италии в первых пятиминутках первой и второй половины игры эффективность атакующих действий сборной команды Украины составила 37.5 % и 0 % соответственно. При этом количество потерь в начале второй половины игры также негативно отразилось на итоговом результате - «Украина 59 : 79 Италия». Как показали результаты анализа игры сборной Украины со сборной Франции, негативное влияние разминки особо не отразилось на игре украинских баскетболисток в первой четверти (первая и вторая пятиминутки), что свидетельствует о достаточной готовности команды к вступлению в процесс «вработывания» в начале игры. Этот факт подтверждается и результатом первого периода игры, который завершился со счетом 15:13 в пользу сборной команды Украины. Однако, снижение эффективности игровых действий сборной Украины в начале второй половины игры, свидетельствует об отсутствии у спортсменок наличия «устойчивого состояния», в связи с неправильно организованным отдыхом и системой подготовки во время перерыва между двумя половинами игрового времени. Итоговый счет - «Украина 52:53 Франция».

Результаты исследований показывают, что одним из условий предигровой разминки является ее интенсивность и достаточное психическое напряжение. Все должно выполняться легко, но быстро, без больших пауз, и, что очень важно, весело. Легкая усталость после разминки – верная гарантия хорошего и устойчивого состояния, вследствие чего баскетболисткам требуется значительно меньше времени на период игрового «вработывания». В заключении следует отметить, что разминку в баскетболе необходимо делать более игровой и специализированной. Например, баскетболистка, у которой бросок идет не раньше середины игры, должна в разминке обстреливать корзину в более вариативных и более боевых условиях. Здесь хорошо применять различные сопротивления партнеров, иногда даже с акцентом на достаточно жесткую опеку. К сожалению, такой простой методический прием украинские команды почти не применяют.

**Выводы.** Результаты проведенного исследования показали, что существующие психологические особенности предигровой разминки, состоят в ее организации и проведении. Монотонность и низкая эмоциональность разминки не способствует психологическому настрою баскетболисток на игру и ускоряет процесс утомления, что в свою очередь отрицательно сказывается на результате матча. Выявленные психологические особенности организации и проведения разминки, следует использовать при проведении разведывательных наблюдений за предигровой подготовкой соперника, с дальнейшим применением данной информации в управлении баскетбольной командой в ходе матча.

1. Вальтин А.И. Проблемы современного баскетбола / А.И. Вальтин - К.: Ін Юре, 2003. - С. 93-149.
2. Воронова В.І. Психологія спорту / В.І. Воронова – К.: Олімпійська література, 2007. – С. 114-118.
3. Поплавский Л.Ю. Влияние предигровой разминки на эффективность соревновательной деятельности баскетболисток высокого класса / Л.Ю. Поплавский, С.Є. Шутова, Батьковська А.М. // Материалы Международного научного конгресса: «Спорт. Олимпизм. Здоровье». – Кишинев, 2016 г. – Т.ІІ. – С. 293-299.