

Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. № 1 (191). – С. 11–15.

2. Особенности психолого-педагогической подготовки сотрудников силовых ведомств и отдельных категорий госслужащих к рукопашному бою / А.В. Агеев, М.Л. Куликов, Е.А. Назаренко, М.В. Пучкова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 9 (163). – С.457–460.

3. Агеев, А.В. Организация специальной подготовки госслужащих в высших учебных заведениях / А.В. Агеев, М.В. Пучкова // Сборник материалов VIII Международного научного конгресса «Спорт, человек, здоровье». Санкт-Петербург, 12-14 октября 2017 г. – Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2017. – С. 430–432.

REFERENCES

1. Ageevets, A.V., Obrazheev, S.V. and Puchkova M.V. (2021), “Freelance center for special training as an organizational form of work with certain categories of civil servants”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 1 (191),–pp. 11–15.

2. Ageevets, A.V., Kulikov, M.L., Nazarenko, E.A. and Puchkova, M.V. (2018), “Features of the psychological and pedagogical training of employees of law enforcement agencies and certain categories of civil servants for hand-to-hand combat”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 9 (163), pp. 457–460.

3. Ageevets, A.V. and Puchkova, M.V. (2017), “Organization of special training of government employees in higher educational institutions”, Collection of materials VIII of the International scientific congress "Sport, Person, Health" St. Petersburg, on October 12-14, 2017, publishing house Polytechnic University, St. Petersburg, pp. 430–432.

Контактная информация: ageevets59@mail.ru

Статья поступила в редакцию 23.01.2023

УДК 796.323

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИКО-ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В ЗАЩИТЕ У СПОРТСМЕНОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ БАСКЕТБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ

Марк Вячеславович Алексеев, преподаватель, Пётр Борисович Святченко, старший преподаватель, Эльдар Камильевич Абдулаев, преподаватель, Алёна Владимировна Блинова, старший преподаватель, Балтийский государственный технический университет «ВОЕНМЕХ» им. Д.Ф. Устинова, Санкт-Петербург

Аннотация

В настоящее время требования к подготовленности баскетболистов постоянно возрастают, следовательно, проблемы, связанные с совершенствованием процесса подготовки, являются актуальными. Целью исследования, представленного в данной статье, является повышение эффективности технико-тактических действий в защите у баскетболистов студенческого возраста. Исследование было организовано в течение двух лет на базе студенческой баскетбольной команды в высшем учебном заведении с участием двадцати спортсменов. В ходе последовательного педагогического эксперимента на первом этапе тренировочный процесс был организован по традиционной программе подготовки, а на втором этапе был внедрён специально разработанный комплекс упражнений. Данный комплекс был направлен на совершенствование технико-тактических действий игроков в защите. С использованием метода анализа видеоматериалов на первом и втором этапах исследования была произведена оценка технико-тактических действий в защите у спортсменов во время матчей по семи показателям. В результате на первом этапе были получены исходные данные, на основе которых был разработан специальный комплекс упражнений, а на втором этапе была произведена оценка его эффективности. В результате педагогического эксперимента были зафиксированы улучшения показателей технико-тактических действий в защите, что указывает на эффективность использования предложенного комплекса упражнений в тренировочном процессе баскетболистов студенческой команды.

Ключевые слова: баскетбол, подготовленность, технико-тактические действия.

IMPROVEMENT OF TACTICAL AND TECHNICAL ACTIONS IN PROTECTION AMONG THE ATHLETES OF THE STUDENT BASKETBALL TEAM

Mark Vyacheslavovich Alekseev, the teacher, Petr Borisovich Svyatchenko, the senior teacher, Eldar Kamilievich Abdulaev, the teacher, Alena Vladimirovna Blinova, the senior teacher, Baltic State Technical University "VOENMEH" D.F. Ustinov, St. Petersburg

Abstract

Currently, the requirements for preparedness of basketball players are constantly increasing, therefore, the problems associated with improving the training process are relevant. The purpose of the study presented in this article is to increase the effectiveness of technical and tactical actions in defense among college-aged basketball players. The study was organized for two years on the basis of the student basketball team in the higher educational institution with the participation of twenty athletes. In the course of the consistent pedagogical experiment, at the first stage, the training process was organized according to the traditional training program, and at the second stage, the specially designed set of exercises was introduced. This complex was aimed at improving the technical and tactical actions of the players in defense. Using the method of analyzing video materials at the first and second stages of the study, an assessment was made of the technical and tactical actions in defense of athletes during matches according to seven indicators. As a result, at the first stage, the initial data were obtained, on the basis of which a special set of exercises was developed, and at the second stage, its effectiveness was assessed. As a result of the pedagogical experiment, improvements in the performance of technical and tactical actions in defense were recorded, which indicates the effectiveness of the use of the proposed set of exercises in the training process of basketball players of the student team.

Keywords: basketball, preparedness, technical and tactical actions.

Баскетбол на современном этапе характеризуется значительным многообразием технико-тактических действий, которые используются спортсменами во время игр. Успешность выступления баскетбольной команды во многом зависит от уровня технико-тактической подготовленности, а игра в защите занимает одно из важнейших мест при подготовке. Возросшие требования в современном баскетболе заставляют искать эффективные средства для построения командной игры в защите [3, 4, 5]. Для успешного выполнения защитных действий баскетболисты должны уметь правильно перемещаться, рационально использовать технические приемы в зависимости от конкретной игровой ситуации.

Несмотря на значительный накопленный материал научных трудов, связанных со спортивной подготовкой в баскетболе, остаются вопросы, которые требуют постоянного внимания [1, 2, 5]. Наблюдается выраженное противоречие между постоянно возрастающими требованиями к уровню технико-тактической подготовленности игроков, повышением специфической игровой активности отдельных спортсменов и команды в целом с одной стороны, и недостаточной разработанностью теоретико-методических основ управления тренировочным процессом с другой. На сегодняшний день вопросы, связанные с совершенствованием процесса технико-тактической подготовки при игре в защите, представляют особый интерес и являются актуальными.

Цель исследования: повысить эффективность технико-тактических действий в защите у баскетболистов 18–23 лет.

Исследование было проведено с января 2021 по май 2022 года на базе студенческой баскетбольной команды высшего учебного заведения в городе Санкт-Петербурге. Был организован последовательный педагогический эксперимент с участием группы численностью двадцать спортсменов в Балтийском государственном техническом университете «ВОЕНМЕХ» им. Д.Ф. Устинова.

На первом этапе исследования баскетболисты студенческой команды в период с января 2021 по май 2021 года занимались по традиционной программе подготовки, а на

втором этапе с сентября 2021 по май 2022 года учебно-тренировочный процесс был видоизменен. В ходе исследования на втором этапе был внедрен в тренировочный процесс специально разработанный комплекс упражнений, направленный на совершенствование технико-тактических действий игроков в защите. Отличительной особенностью данного комплекса от ранее применяемых являлось то, что в упражнениях моделировались соревновательные действия в защите на основе ранее заготовленных алгоритмов в зависимости от действий соперников в нападении.

На первом и втором этапах исследования были проанализированы видеоматериалы матчей студенческой команды БГТУ «ВОЕНМЕХ» им. Д.Ф. Устинова в дивизионе «Санкт-Петербург» Ассоциации студенческого баскетбола. Производилась оценка технико-тактических действий в защите у испытуемых по следующим показателям: игра 1x1 против дриблера; игра 1x1 за получение мяча; игра с помогающей стороны; страховка помогающего; ротация; выбор позиции при борьбе за отскок; перехваты.

На первом этапе исследования по результатам анализа видеоматериалов были получены исходные данные о технико-тактической подготовленности отдельных игроков и команды в целом. На основе полученных данных был разработан специальный комплекс упражнений, направленный на оптимизацию и повышение эффективности тренировочного процесса баскетболистов студенческой команды.

На втором этапе исследования после обработки материалов матчей были вычислены значения результативности технико-тактических действий в защите по каждому показателю в период применения разработанного комплекса упражнений. Результаты исследования первого и второго этапов представлены в таблице.

Таблица – Результативность технико-тактических действий в защите на первом и втором этапах исследования (n=20)

Показатель	Этап оценивания	Результативность, %, $\bar{x} \pm S_{\bar{x}}$	Ур. статистич. значимости, p
Игра 1x1 против дриблера	Первый этап	37,9±3,9	≤0,05
	Второй этап	49,3±3,2	
Игра 1x1 за получение	Первый этап	39,3±3,3	≤0,05
	Второй этап	47,1±4,5	
Игра с помогающей стороны	Первый этап	33,9±3,3	≤0,05
	Второй этап	47,4±4,1	
Страховка помогающего	Первый этап	32,7±2,3	≤0,05
	Второй этап	50,3±3,7	
Ротация	Первый этап	29,9±2,4	≤0,05
	Второй этап	51,1±4,7	
Выбор позиции при борьбе за отскок	Первый этап	40,1±3,8	≤0,05
	Второй этап	55,3±3,6	
Перехваты	Первый этап	40,9±2,7	≤0,05
	Второй этап	58,5±5,2	

Результаты педагогического эксперимента свидетельствуют о статистически достоверном повышении результативности показателей технико-тактических действий в защите, следовательно, использование предложенного комплекса упражнений в тренировочном процессе баскетболистов студенческой команды является эффективным.

Следует отметить и спортивные результаты. Так, в 2021 году (что соответствует первому этапу исследования) сборная БГТУ «ВОЕНМЕХ» им. Д.Ф. Устинова по баскетболу заняла 6 место в дивизионе «Санкт-Петербург» Ассоциации студенческого баскетбола, а в 2022 году по итогам сезона (второй этап исследования) команда заняла 1 место.

Разработанный комплекс упражнений позволил в ходе сезона решить специфические технико-тактические задачи при игре в защите и сформировать специальный технико-тактический потенциал, который обеспечивает достижение именно тех кондиций технико-тактической подготовленности, которые соответствуют требованиям игровой деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Влияние развивающих нагрузок на функциональные возможности баскетболистов в подготовительном периоде подготовки / А.Н. Болгов, А.М. Карагодина, О.Ф. Крикунова, Е.П. Удалова, И.В. Буянов, И.Д. Хосилов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2021. – № 12 (202). – С. 30–33.
2. Горovenko Е.С. Факторы, определяющие необходимость использования индивидуальных заданий в процессе общей физической подготовки баскетболистов студенческих команд / Е.С. Горovenko, А.А. Бессонов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2020. – № 3 (181). – С. 117–120.
3. Ильичева О.В. Функциональная подготовка баскетболистов 17–19 лет, направленная на повышение резервов сердечно-сосудистой системы и физической работоспособности / О.В. Ильичева, Я.В. Сираковская, А.В. Лаптев // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2018. – № 3 (157). – С. 157–160.
4. Карагодина А.М. Использование метода сопряженного воздействия в спортивной подготовке студентов для совершенствования бросков в баскетболе / А.М. Карагодина, О. В. Клычкова, В. А. Брыкина // *Primo Aspectu.* – 2018. – № 4 (36). – С. 151–157.
5. Козин В. В. Методология ситуационного подхода в технико-тактической подготовке спортсменов игровых видов / В. В. Козин, С. А. Кугаевский, А. В. Зыков // *Омский научный вестник.* – 2014. – № 2 (126). – С. 183–186.

REFERENCES

1. Bolgov, A.N., Karagodina, A.M., Krikunova, O.F., Udalova, E.P., Buyanov, I.V. and Khosilov, I.D. (2021), “Influence of developmental loads on the functional capabilities of basketball players in the preparatory period of training”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 12 (202), pp. 30–33.
2. Gorovenko, E.S., Bessonov, A.A. (2020), “Factors determining the need to use individual tasks in the process of general physical training of basketball players of student teams”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (181), pp. 117–120.
3. Illicheva, O.V., Sirakovskaya, Ja.V. and Laptev, A.V. (2018), “Functional training of basketball players aimed at increasing the reserves of the cardiovascular system and physical performance”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (157), pp. 157–160.
4. Karagodina, A.M., Klychkova, O.V. and Brykina, V.A. (2018), “The use of the conjugate impact method in the sports training of students to improve throws in basketball”, *Primo Aspectu*, No.4 (36), pp. 151–157.
5. Kozin, V.V., Kugaevsky, S.A. and Zykov, A.V. (2014), “Methodology of situational approach in technical and tactical training of athletes of game types”, *Omsk Scientific Bulletin*, No. 2 (126), pp. 183–186.

Контактная информация: Alekseev_mv@voenmeh.ru

Статья поступила в редакцию 09.01.2023

УДК 796.926

**ОЦЕНКА КОНЦЕНТРАЦИИ И УСТОЙЧИВОСТИ ВНИМАНИЯ ЮНЫХ
ГОРНОЛЫЖНИКОВ**

Надежда Дмитриевна Алексеева, старший преподаватель, Александр Алексеевич Зиновьев, старший преподаватель, Александр Алексеевич Ивачев, старший преподаватель, Максим Васильевич Давыдов, старший преподаватель, Балтийский государственный технический университет «Военмех» им. Д.Ф. Устинова, Санкт-Петербург

Аннотация

Введение. На занятиях ученики довольно часто отвлекаются, что снижает эффективность тренировочного процесса. Нами было сделано предположение, что в различные дни недели показатели умственной работоспособности могут быть неодинаковы. С целью проверки гипотезы было проведено исследование. Цель исследования: разработать методические рекомендации по органи-