

ИЗСЛЕДВАНЕ НА УМЕНИЕТО НА НАЙ-ДОБРИТЕ БЪЛГАРСКИ БАСКЕТБОЛИСТИ (КАДЕТИ) ЗА ИГРА В НАПАДЕНИЕ С ТОПКА

Александър Папазов¹, Ася Църова²

¹ Национална спортна академия „Васил Левски“ – студент

² Технически университет (София)

ORCID 

Asya Tsarova – <https://orcid.org/0000-0001-9759-237X>

РЕЗЮМЕ

Целта на настоящото изследване е разкриване на особеностите на специфичните технико-тактически умения за игра в нападение с топка на най-добрите баскетболисти до 16 г. от София, селектирани за участие в националния отбор на България за кадети. *Предмет на изследването* е специфичната технико-тактическа подготвеност в баскетбола. *Обект на изследване* са специфичните технико-тактически умения за игра в нападение с топка на баскетболисти във възрастовия период 15–16 г. (кадети). *Контингент на изследване* са 13 баскетболисти (15–16-годишни) от гр. София, селектирани за участие в националния отбор на България за кадети. За реализиране на поставената цел и задачите на изследването са приложени следните *методи на изследване*: *теоретично проучване на специализираната литература* и *спортнопедагогическо тестиране*. Използваната тестова батерия включва 7 показателя. Резултатите от тестирането са обработени чрез: *алтернативен и вариационен анализ*. Анализът на информацията за моментното състояние на наблюдаваните умения при баскетболистите от изследваната съвкупност позволи да бъдат установени както положителните страни, така и слабостите в тяхната подготвеност и на тази база да бъдат направени препоръки за усъвършенстване на бъдещия учебно-тренировъчен процес.

Ключови думи: баскетбол, кадети, технико-тактически умения в нападение

RESEARCH OF THE SKILLS OF THE BEST BULGARIAN BASKETBALL CADETS FOR PLAYING IN A BALL ATTACK

Alexander Papazov¹, Asia Tsarova²

1. National Sports Academy "Vassil Levski" – student

2. Technical University (Sofia)

SUMMARY

The *aim* of this study is to reveal the peculiarities of the specific technical-tactical skills for ball attack of the best basketball players up to 16 years of age from Sofia, selected for participation in the national team of Bulgaria for cadets. The *subject* of the study is the specific technical and tactical preparedness in basketball. The *object* of the study is the specific

technical-tactical skills of the basketball players in the age period 15-16 years (cadets) for playing in attack with a ball. *Contingent* of research are 13 basketball players (15-16 years old) from Sofia, selected for participation in the national team of Bulgaria for cadets. In order to realize the set goal and the tasks of the study, the following *research methods* have been applied: *theoretical study of specialized literature and sports and pedagogical testing*. The test battery used includes 7 indicators. The results of the testing were processed by: *alternative and variation analyses*. The analysis of the information on the current state of the observed skills in the basketball players in the studied population allowed both the positive sides and the weaknesses in their preparedness to be identified and on this basis, recommendations for improving the future training process to be made.

Keywords: basketball, cadets, technical and tactical skills in offence

ВЪВЕДЕНИЕ

Характерна особеност на спортните игри (в това число и на баскетбола) е, че всяка една от тях предоставя богати възможности за разнообразна двигателна подготовка, вариативно обучение на техниката за игра с топка, усъвършенстване на индивидуалните, груповите и отборните действия и не на последно място комплексно психо-моторно развитие на състезателите. Според П. Клечков (2017) баскетболната игра е колективна дейност, изградена от специфична техника, рационална тактика и унифицирани правила. При нея всеки участник чрез разнообразни технически похвати и целесъобразни индивидуални тактически действия създава условия за реализиране на кош. За постигането на тази отборна идея обаче е необходим синхрон между действията на участниците, а отбелязването на кош е резултат от ефективните взаимодействия между тях през по-голямата част от времетраенето на играта.

За да бъде достигнато високо спортно майсторство обаче, е необходимо много време и съвместните усилия както на самите състезатели, така и на техните треньори по баскетбол и на много други специалисти (лекари, психолози, мениджъри, научни работници и т.н.).

Непрекъснатата интензификация на средствата, способите и формите за водене на баскетболната игра, както и високите изисквания към подготовката на баскетболистите пораждат необходимостта от намиране на обективни критерии за управление и контрол на спортната подготовка на състезателите. Изключително важна в тази посока е съвместната дейност на БФБаскетбол и специалистите от Национална спортна академия „Васил Левски“, с участието на които са разработени голям брой системи за контрол, оценка и оптимизиране на спортната подготовка, в т.ч. и на подрастващите баскетболисти (Църрова, 2013).

Необходимо е тук да се отбележи и разработената през 2012 г. Система за оценяване на резултатите по спортна подготовка на учениците в спортните училища (Църова, Миладинов и кол., 2012), която позволява перманентно проследяване на нивото на спортната подготвеност и своевременно предприемане на оптимални решения за оптимизиране на бъдещия учебно-тренировъчен процес с младите баскетболисти, които са резерв на високото спортно майсторство.

МЕТОДИКА

Целта на настоящото изследване е разкриване на особеностите на специфичните технико-тактически умения за игра в нападение с топка на най-добрите баскетболисти до 16 г. от София, селектирани за участие в националния отбор на България за кадети.

Предмет на изследването е специфичната технико-тактическа подготвеност в баскетбола. **Обект на изследване** са специфичните технико-тактически умения за игра в нападение с топка на баскетболисти във възрастовия период 15–16 г. (кадети). **Контингент на изследване** са 13 баскетболисти (15–16-годишни) от гр. София, селектирани за участие в националния отбор на България за кадети.

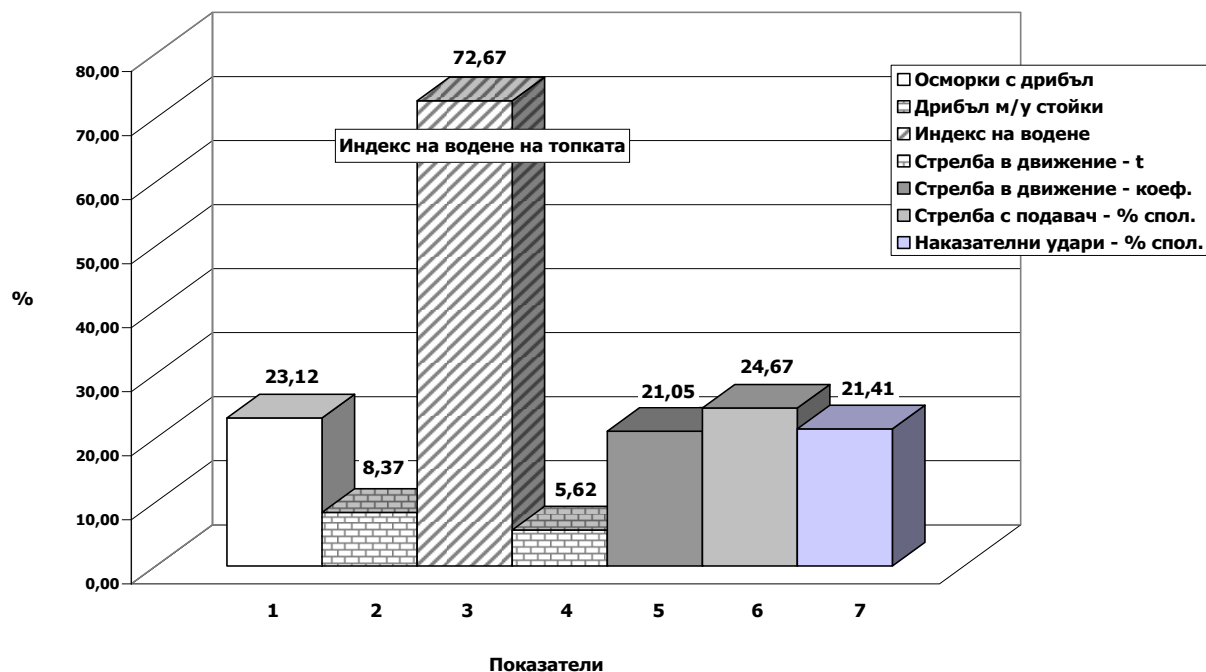
За реализиране на поставената цел и задачите на изследването са приложени следните **методи на изследване**: *теоретично проучване на специализираната литература и спортнопедагогическо тестиране*. Използваната тестова батерия е заимствана от посочената по-горе Система за оценяване на резултатите по спортна подготовка на учениците в спортните училища и включва 7 показателя, характеризиращи специфичната технико-тактическа подготвеност в баскетбола. Резултатите от тестирането са обработени чрез: *алтернативен и вариационен анализ*.

РЕЗУЛТАТИ

Както е посочено в Методиката на изследването, за установяване на нивото на развитие на признаците, характеризиращи технико-тактическите умения в нападение с топка на 16-годишните баскетболисти (кадети), включени в наблюдаваната от нас съвкупност, е проведено спортнопедагогическо тестиране по 7 показателя.

Приложеният вариационен анализ, при висока степен на статистическа достоверност ($P_t \geq 95\%$), позволява да бъдат разкрити средните нива и вариативността на изследваните признаци. Анализът показва, че средният брой на тупканията на топката в пода при изпълнението на осморките с дрибъл е почти 58, но постиженията на отделните баскетболисти се движат между 44 и 88, средното време за преминаване по маршрута при

изпълнение на тест 2 е малко над 22 сек, но постиженията се движат между 25,5 и 19,25 сек и т.н. Тези различия се отразяват на вариативността на показателите, намираща израз в коефициента на вариация V (Фигура 1).



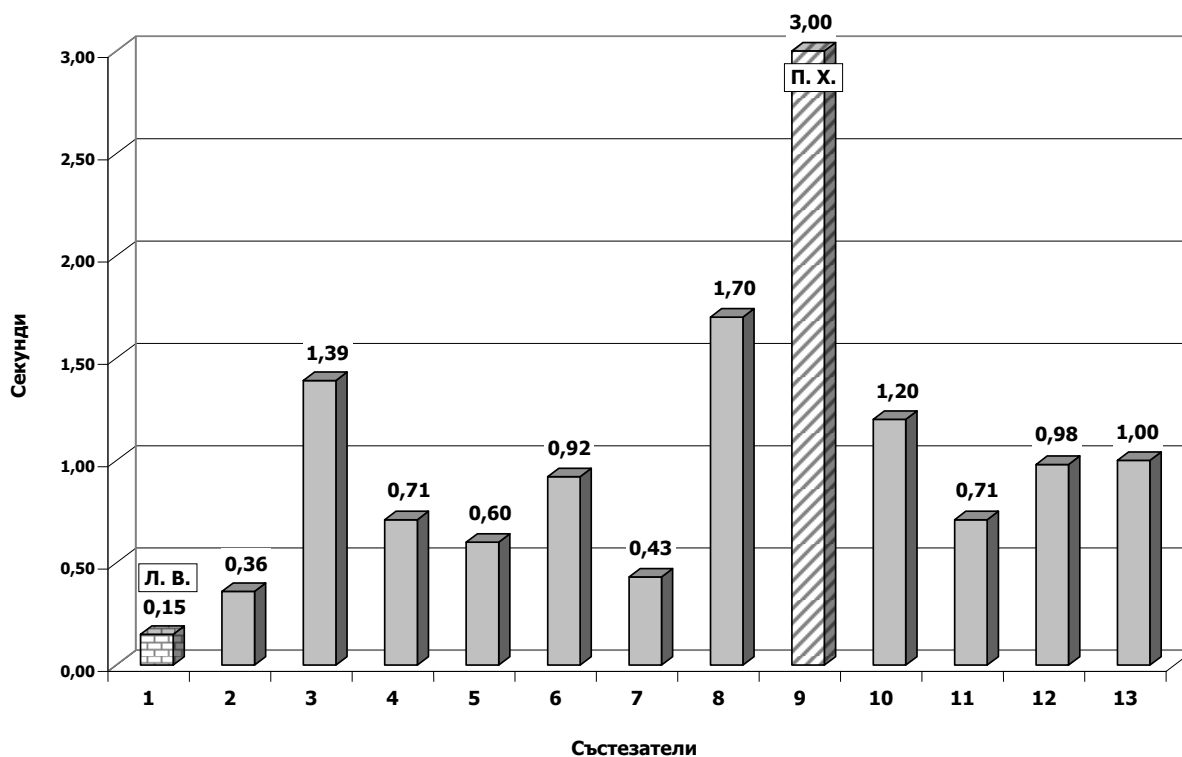
Фигура 1. Разсейване на изследваните признаци около средното ниво за изследваната съвкупност

От фигурата се вижда, че изследваната съвкупност е най-хомогенна (еднородна) по отношение на показатели 2 и 4 (съответно „дрибъл между стойки“ и „стрелба в движение – t“), при които стойностите на коефициента на вариация са пониски от 10%. Това, според изискванията на спортната статистика, означава, че наблюдаваните баскетболисти са показали много близки резултати при покриването на посочените тестове.

Високата вариативност на показател 3 показва, че изследваната съвкупност е нехомогенна по отношение на измервания признак, т.е. включените в нея момчета имат сериозни различия по отношение на посоченото по-горе умение за придвижване по терена във висока скорост със смяна на посоката и водещата ръка.

Както е известно обаче, крайният резултат тук зависи както от уменията за водене на топката, така и от нивото на развитие на специалната бързина на състезателите, която им позволява да се придвижват по терена без топка с висока скорост. Това обяснява напълно високата вариативност на показател 3 („индекс на водене на топката“). При него стойността на коефициента на вариация е 72,67%.

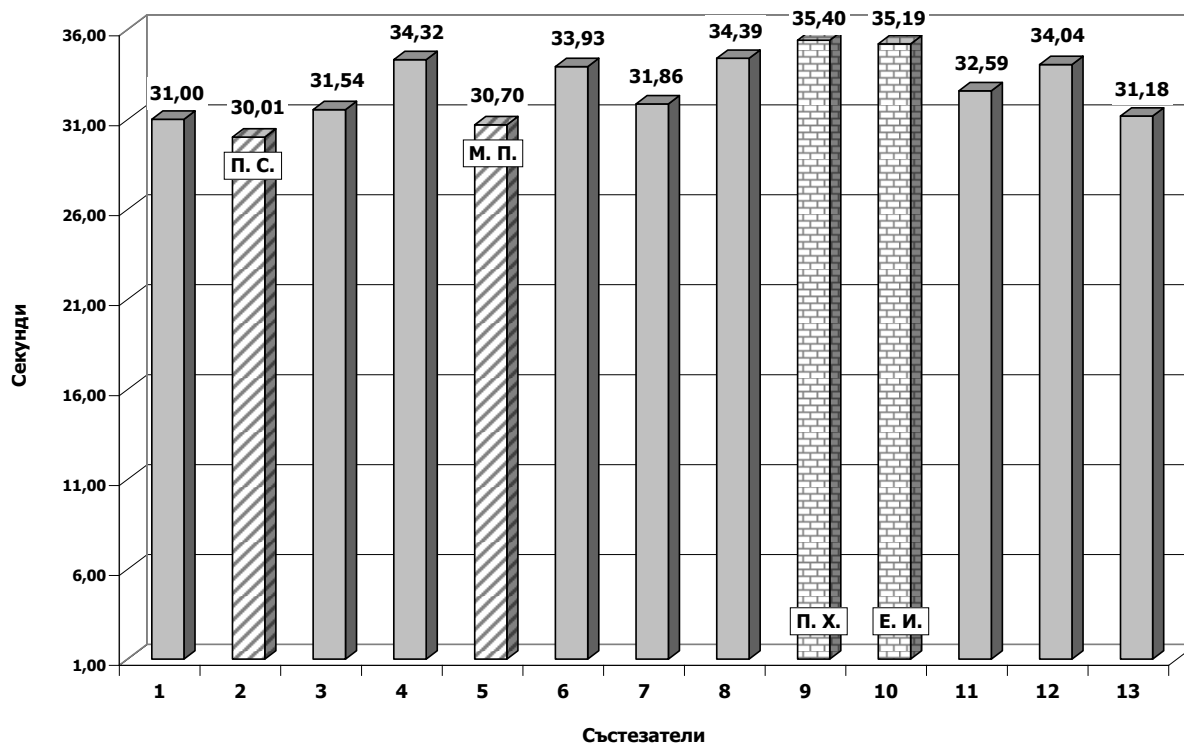
Добра нагледна представа за направената по-горе констатация дава Фигура 2, на която ясно се очертават големите разлики между индивидуалните резултати.



Фигура 2. Резултати по тест 3 („индекс на водене на топката“)

Много важно за добрия баскетболист е умението за изпълнение на високоефективна скоростна стрелба в движение, която зависи както от бързината на придвижването по терена с водене на топката, така и от точността на стрелбата в кош след изпълнението на т.нар. баскетболни крачки. Информация за нивото на развитие на това умение носят показатели 4 и 5 (Фигура 3).

От фигурата се вижда, че най-бързо са завършили теста състезатели № 2 и № 5. Същите баскетболисти са постигнали и най-висока ефективност на скоростната стрелба в движение. Както се вижда от Фигура 4, те са отбелязвали кош средно на всеки 5 сек.



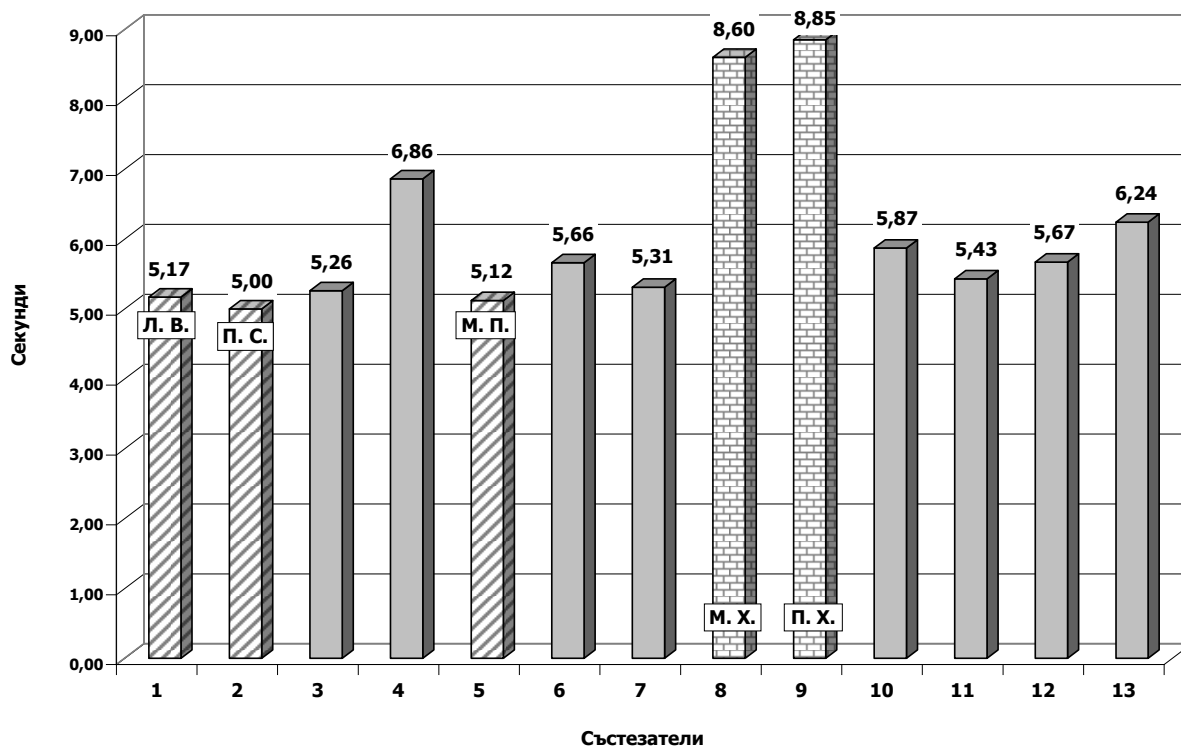
Фигура 3. Резултати по тест 4 („стрелба в движение – t“)

Стрелбата с отскок е най-често използваният начин за атака на коша в съвременния баскетбол. Известно е, че всеки играч има свой собствен стил, който определя положението както на стрелящата, така и на придържащата му ръка, височината, на която той изнася топката преди стрелбата, височината на отскока, момента на изхвърляне на топката и т.н. Най-важен обаче е крайният резултат – топката да попадне в коша на противника.

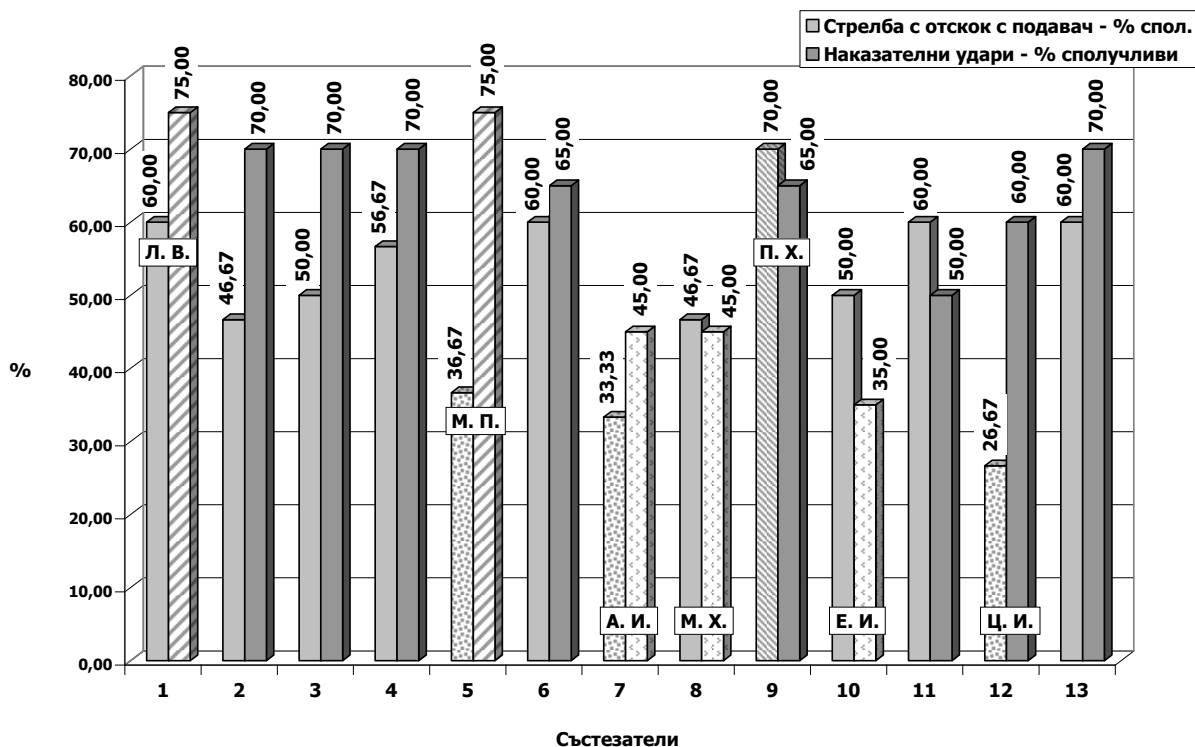
Анализът показва, че изследваните от нас кадети са постигнали среден резултат по показател 6 малко над 50%. Индивидуалните резултати на всяко от момчетата са представени на Фигура 5.

Както се вижда от фигурата, най-висока ефективност на стрелбата с отскок след получаване на топката от партньор е постигнал състезател № 9. Този баскетболист е реализирал 21 коша от всички 30 опита, които е извършил по време на изпълнението на тест 6. Това означава, че той е постигнал 70% ефективност на стрелбата с отскок. В същото време обаче се наблюдават и изключително ниски резултати при някои от състезателите: № 12, 7 и 5. Умението да се изпълняват сполучливо наказателните удари също е много важна характеристика от играта на успешния баскетболист.

Добрите отбори постигат около 25–30% от общия си резултат от наказателни удари.



Фигура 4. Резултати по тест 5 („стрелба в движение – коефициент“)



Фигура 5. Резултати по тестове 6 и 7, характеризиращи ефективността на стрелбата в коша

Много често стрелбата от наказателната линия решава изхода от двубоя. Представените на Фигура 5 резултати по тест 7 показват, че ефективността на стрелбата при изпълнение на наказателните удари се движи между 35 и 75%. Най-висока точност от наказателната линия са постигнали състезатели № 1 и № 5. Още 4 от момчетата са били точни при 70% от изпълнените от тях наказателни удари. Много ниски за подобна селекция играчи са с резултати от порядъка на 35–45% (състезатели № 10, 7 и 8).

По-подробният анализ на Фигура 5 показва, че при някои от състезателите (М. Х., П. Х. и К. Л.) се наблюдава по-висока ефективност при стрелбата с отскок от средно разстояние, отколкото при изпълнението на наказателни удари. Особено силно е подчертана тази аномалия при Е. И., който е реализирал 50% от стрелбите с отскок и само 35% от изпълнените наказателни удари.

ДИСКУСИЯ

Анализът на информацията за моментното състояние на наблюдаваните признаци при баскетболистите от изследваната съвкупност позволи да бъдат установени някои особености на уменията за игра в нападение с топка, които могат да бъдат от полза както на самите състезатели, така и на треньорите, работещи с тях. Познаването на резултатите от подобни изследвания също е полезно за усъвършенстване на бъдещия тренировъчен процес с младите надежди на България.

Ето защо изследванията на Р. Църова и И. Желев (2010) върху специфичната работоспособност на баскетболисти от две гарнитурни (родени през 1988 и родени през 1991/1992 г.) на националния отбор на България – кадети, са от полза в това отношение. Те позволяват на авторите, с висока гаранционна вероятност ($P_t \geq 95\%$), да твърдят, че кадети '91/92 отстъпват значимо на кадети '88 по отношение на нивото на развитие на специалната бързина на придвижване на младите баскетболисти по терена без топка. В същото време, анализът на признаците на технико-тактическата подготвеност за игра в нападение с топка им дава основание да потвърдят нулевата хипотеза относно значимостта на разликите между двете национални гарнитурни по отношение на признаците, характеризиращи уменията на състезателите да жонглират с топката на място и още – да се придвижват по терена с висока скорост чрез водене на топката. По останалите показатели обаче стойностите на сравнителния t -критерий са по-високи от критичната ($t_{кр.} = 2,03$), което позволява да бъде отхвърлена нулевата и приета за вярна алтернативната хипотеза. Това означава, че по отношение уменията за водене на топката във висока скорост с непрекъснатата смяна на посоката на движение момчетата от набор 91/92 г. значимо

изостават от родените през 1988 г. В същото време обаче те имат значимо превъзходство по отношение на точността на стрелбата в коша с подавач и уменията за майсторско водене на топката на място.

Изследванията на R. Tzarova & K. Tzarov (2012) показват, че баскетболистите от националния отбор (кадети), родени през 1995 г., имат сериозни проблеми с уменията за водене на топката по терена с висока скорост, което съвсем естествено снижава нивото на общата им технико-тактическа подготвеност.

От своя страна П. Клечков (2017) установява, че младите баскетболисти, включени с различни гарнитури на националния отбор за кадети в периода 2009–2016 г., като цяло имат значимо по-високо ниво на спортна подготвеност от онези, които са играли за България в периода 2003–2005 г. Прави впечатление обаче, че докато по отношение на физическото развитие и физическата подготвеност превъзходството им е подчертано, то по отношение на нивото на технико-тактическа подготвеност има още какво да се желае.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изследваната от нас съвкупност е относително еднородна (хомогенна) по отношение на по-голямата част от признаците, характеризиращи уменията за игра в нападение с топка. Нехомогенност се наблюдава единствено по отношение на уменията за придвижване по терена с водене на топката във висока скорост.

Като цяло, групата е показала най-високи резултати по отношение на:

- ефективността на скоростната стрелба в движение;
- уменията за придвижване по терена с водене на топката във висока скорост и
- ефективността на стрелбата с отскок след получаване на топката от партньор.

По време на бъдещите тренировки за развиване на уменията за придвижване по терена с дрибъл във висока скорост преимуществено да се прилага индивидуалният подход, тъй като изпълнението на едни и същи тренировъчни упражнения, с една и съща интензивност и изисквания към състезателите няма да доведе до същия тренировъчен ефект.

Необходимо е да се отбележи, че по отношение на развитието на технико-тактическите умения на млади баскетболисти, в т.ч. и играта в нападение с топка, е необходимо да бъдат взети сериозни мерки както от страна на БФБаскетбол, така и от страна на българските баскетболни клубове, работещи с подрастващи. Това ще повиши нивото на спортната подготвеност и ще доведе до по-висока състезателна ефективност на младите български състезатели.

ЛИТЕРАТУРА

Клечков, П. (2017). Взаимовръзка между спортната подготвеност и състезателната реализация на 15–16-годишни баскетболисти. Дисертационен труд, ВТУ, В. Търново. // Klechkov, P. (2017). Vzaimovrazka mezhdu sportnata podgotvenost I sastezatelna realizatsia na 15-16-godishni basketbolisti. Disertatsionen trud, VTU, V. Tarnovo.

Клечков, П. (2017). Сравнителен анализ и оценка на признаците на спортната подготвеност на 15–16-годишни национални състезатели по баскетбол. // *Спорт и наука*, брой 4, София, 3–11. ISSN: 1310-3393. // Klechkov, P. (2017). Sravnitelen analiz I otsenka na priznatsite na sportnata podgotvenost na 15-16-godishni natsionalni sastezатели po basketbol. // *Sport I nauka*, broy 4, Sofia, 3-11. ISSN: 1310-3393.

Църва, Р., Желев, И. (2010). Изследване на физическото развитие и специфичната работоспособност на баскетболисти от националния отбор – кадети. *Спорт и наука*, изв. брой. Част II, София, 163–168. ISSN: 1310-3393. // Tsarova, R., Zhelev, I. (2010). Izsledvane na fizicheskoto razvitie I spetsifichnata rabotosposobnost na basketbolisti ot natsionalnia otbor – kadeti. *Sport I nauka*, Izv. broy, Chast II, Sofia, 163-168. ISSN: 1310-3393.

Църва, Р., Миладинов, О. и др. (2012). Система за оценяване на резултатите по спортна подготовка на учениците в спортните училища. Бolid Инс, София, ISBN: 978-954-394-108-7. // Tsarova, R., Miladinov, O. I dr. (2012). Sistema za otsenyavane na rezultatite po sportna podgotovka na uchenitsite v sportnite uchilishta. Bolid Ins, Sofia, ISBN: 978-954-394-108-7.

Tzarova, R., Tzarov, K. (2012). Physical development and specific workability of 15-year-old boys from the national basketball team of Bulgaria. // *Journal of educational and instructional studies in the world*, Vol. 2, Issue 3, pp. 78-85. ISSN: 2146-7463.

Адрес за контакти:

Ася Църва

Технически университет – София

Департамент по физическо възпитание и спорт
секция „Водни и планински спортове“

E-mail:asia23@abv.bg