УДК 796/085

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ У БАСКЕТБОЛИСТОВ БЕЛАРУСИ И КИТАЯ

Чэнь Ибо

Аспирант

Белорусский Государственный университет
физической культуры, г. Минск, Республика Беларусь

Дунай Валерий Иванович

канд. биол. наук, доцент

Ректор Полесского государственного университета
г. Пинск, Республика Беларусь

Аринчина Наталья Георгиевна

канд. мед. наук, доцент

Белорусский Государственный Университет
физической культуры, г. Минск, Республика Беларусь

Аннотация: цель исследования – выявить особенности развития профессиональных качеств баскетболистов Беларуси и Китая. Обследовано 70 студентов, занимающихся баскетболом: 40 студентов из Беларуси, 30 студентов из Китая. Используются следующие методики: исследование специальных координационных качеств баскетболиста: прыгучести, скоростно-силовых способностей, ловкости; для оценки физического развития, были изучены антропометрические показатели по стандартным методикам: длина тела стоя и сидя, масса тела, кистевая динамометрия, станковая динамометрия, жизненная емкость легких, окружность грудной клетки. Выявлено, что специфические профессиональные качества – прыгучесть, скорость силовая, ловкость – были достоверно лучше у белорусских баскетболистов, а антропометрические показатели – были достоверно лучше у китайских баскетболистов. Результаты данного исследования свидетельствуют о различном подходе к оценке наиболее значимых профессиональных качеств при проведении профессионального отбора баскетболистов в Беларуси и Китае.

Ключевые слова: студенты, баскетболисты, Беларусь, Китай, специальные координационные качества, антропометрические показатели.

FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL QUALITIES IN BASKETBALL PLAYERS OF BELARUS AND CHINA

Chen Yibo

Dunai Valery Ivanovich

Arinchina Natalia Georgievna

Abstract: The purpose of the study is to identify the features of the development of professional qualities of basketball players in Belarus and China. 70 students involved in basketball were examined: 40 students from Belarus, 30 students from China. The following methods were used: the study of special coordination qualities of a basketball player: jumping ability, speed-strength abilities, dexterity; to assess physical development, anthropometric indicators were studied according to standard methods: body length standing and sitting, body weight, wrist dynamometry, stanovaya dynamometry, vital capacity of the lungs, chest circumference. It was revealed that specific professional qualities-jumping ability, power speed, agility - were significantly better in Belarusian basketball players, and anthropometric indicators were significantly better in Chinese basketball players. The results of this study indicate a different approach to assessing the most significant professional qualities in the professional selection of basketball players in Belarus and China.

Key words: students, basketball players, Belarus, China, special coordination qualities, anthropometric indicators.

Введение. Спортивные игры, и особенно баскетбол, характеризуются значительными физическими нагрузками, которые определяются игровой деятельностью спортсменов-баскетболистов, условиями игры, характером выполняемых игровых действий и особенностями соревновательной борьбы, происходящей в ходе баскетбольного матча [1]. Специфика этого вида спорта, характер и содержание двигательных действий, а также условия, в которых они проводятся, в значительной мере определяют уровень специальной подготовки как отдельных игроков, так и баскетбольных команд в целом [2]. Отбор - обязательная составная часть тренировочного процесса, и, если тренер упорно и профессионально проводит работу по отбору спортсменов, то его даже менее талантливые воспитанники могут достичь отличных

результатов. Именно проблема отбора является важнейшей в современном баскетболе [3]. Необходимо выделять качества, особо важные для баскетболиста. Основными физическими качествами, определяющими общую физическую подготовку баскетболиста, являются сила, ловкость, гибкость, общая и скоростно-силовая выносливость, координация, быстрота. Особо важными из перечисленных качеств являются быстрота, ловкость и выносливость[4]. Особенности игры в баскетбол являются разнообразная двигательная активность, взаимодействие с игроками своей команды и командой соперников, быстрота оценки игровых положений и действий игроков, высокая техническая подготовка и уровень физического развития. Баскетбол включает в себя бег, ходьбу, прыжки, метания, ловлю и броски, различные силовые упражнения [4].

Цель исследования – выявить особенности развития профессиональных качеств баскетболистов Беларуси и Китая.

Материал исследования: Обследовано 70 студентов, занимающихся баскетболом: 40 студентов из Беларуси, 30 студентов из Китая. Возраст обследуемых составил $18,1 \pm 1,2$ лет. Стаж занятий спортом, в среднем, составил $8,6 \pm 0,3$ лет. Спортивная квалификация большинства студентов соответствовала II разряду.

Методики исследования:

1. Оценка специальных координационных качеств баскетболиста: прыгучести, скоростно-силовых способностей, ловкости [5].

2. Для оценки физического развития, были изучены антропометрические показатели по стандартным методикам: длина тела стоя и сидя, масса тела, кистевая динамометрия, становая динамометрия, жизненная емкость легких, окружность грудной клетки [6,7,8].

3. Полученные результаты исследования подвергались статистической обработке с использованием пакета прикладных программ Excel. Достоверность различий оценивали при помощи t критерия Стьюдента.

Результаты собственных исследований.

В таблице 1 представлены специфические качества баскетболистов.

Таблица 1

Специфические качества баскетболистов Беларуси и Китая

Специфические показатели	Группы обследуемых, n=70	
	Беларусь	Китай
Прыгучесть, см	61,93 ± 1,39	63,04 ± 1,46
Скорость силовая с места, см	239,14 ± 8,73	288,66 ± 9,37*
Скорость силовая двумя ногами, см	250,33 ± 8,88	284,66 ± 10,08*
Ловкость за 30 секунд	15,88 ± 0,56	15,33 ± 0,40

Примечание: * отмечена достоверность отличий, между группами спортсменов из Беларуси и Китая, $p < 0,05$.

Выявлены достоверные отличия в уровне специфических координационных качеств, важных для баскетболистов: большей скорости силовой с места, а также большей скорости силовой двумя ногами у игроков из Беларуси по сравнению с показателями игроков из Китая.

В таблице 2 представлены антропометрические показатели баскетболистов Беларуси и Китая.

Таблица 2

Антропометрические показатели баскетболистов Беларуси и Китая

Антропометрические показатели	Группы обследуемых, n = 70	
	Беларусь	Китай
1. Вес тела, кг	78,87 ± 1,49	87,20 ± 1,51*
2. Длина тела стоя, м	1,83 ± 0,01	1,86 ± 0,01
3. Длина тела сидя, м	0,91 ± 0,15	0,92 ± 0,16
4. Длина ног, м	0,91 ± 0,13	0,97 ± 0,14
5. грудная клетка в паузе, см	103,67 ± 1,83	113,67 ± 1,85 *
6. Грудная клетка на выдохе, см	99,63 ± 1,68	104,33 ± 1,71 *
7. ЖЕЛ, мл	4942,66 ± 137,62	5415,0 ± 137,2 *
8. Динамометрия слева, кг	50,33 ± 1,39	55,66 ± 1,39 *
9. Динамометрия справа, кг	49,83 ± 1,82	55,33 ± 1,85 *
10. Становая динамометрия, кг	138,33 ± 2,33	144,00 ± 2,34 *
11. Мышечная выносливость, отн. ед.	35,50 ± 1,03	39,88 ± 1,04 *

Примечание: * отмечена достоверность отличий, между группами спортсменов из Беларуси и Китая, $p < 0,05$.

В рамках данного исследования было выявлено, что антропометрические показатели баскетболистов Беларуси и Китая существенно различались между собой. Вес тела был достоверно больше у китайских баскетболистов; объем грудной клетки в паузе, на выдохе и величина ЖЕЛ были также достоверно больше у китайских игроков; показатели кистевой динамометрии, становой динамометрии и мышечной выносливости китайских игроков достоверно превышали показатели игроков из Беларуси.

Таким образом, было выявлено, что специфические профессиональные качества – прыгучесть, скорость силовая, ловкость – были достоверно лучше у белорусских баскетболистов, а антропометрические показатели – были достоверно лучше у китайских баскетболистов.

Результаты данного исследования свидетельствуют о различном подходе к оценке наиболее значимых профессиональных качеств при проведении профессионального отбора баскетболистов в Беларуси и Китае.

Список литературы

1. Сергеева, А.И. Система подготовки юных баскетболистов на этапе начальной подготовки в ДЮСШ №4 / А.И. Сергеева. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2015. — № 14 (94). — С. 555-559. — URL: <https://moluch.ru/archive/94/21244/> (дата обращения: 15.05.2021).
2. Лисица, А.В. Характеристика соревновательной деятельности юных баскетболистов различных игровых амплуа / А.В. Лисица // Научно-теоретический журнал «Ученые записки».- No 11(45). – 2008.- С.52-55.
3. Отбор в группах начальной подготовки. Методическая разработка Е.А. Корнева, Тула, 2017.-С.14.
4. Николич, А. Отбор в баскетболе: / А. Николич, В. Параносич // Пер. с сербско - хорв. — М.: Физкультура и спорт, 1984. — 144 с,
5. Украинцева, Ю.А. Повышение скоростно-силовых качеств (прыгучести) у юношей 17-20 лет, занимающихся баскетболом средствами степ-платформы / Ю.А. Украинцева, Г.А. Гуторова, С.А. Дайнеко, А.В. Сулимова //Современные проблемы науки и образования.- 2014.- №6.- С.207-212.
6. Беленко, И.С. Психофизиологические особенности у юных спортсмен-ов игровых видов спорта / И.С. Беленко // Вестник Томского

государственного педагогического университета. – Томск, 2009. – № 3(81). – С. 54–58.

7. Таран, И.И. Психофизиологические особенности баскетболистов разного амплуа / И.И. Таран, М.Н. Поповская, С. Силантьев // Физиология спорта.-2015.-№6.- С.23-25.

8. Возрастная и спортивная морфология: практикум: Метод. рекоменд. / Л.В. Капилевич, А.В. Кабачкова - Томск: Изд-во Том. ун-та, 2009. –69с.