

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ВОЛЖСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ ИНСТИТУТ
ВОЛГОГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
УНИВЕРСИТЕТА
Кафедра физической культуры

ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ ОТБОРА В БАСКЕТБОЛЕ

Методические рекомендации

Волгоград 2000

Составитель канд. пед. наук И.В. Лосева

Рецензент канд. пед. наук В.К. Бутаев

Печатается по решению редакционно-издательского
совета Волгоградского государственного университета

Основные моменты отбора в баскетболе:
Методические рекомендации / Сост. И.В. Лосева. —
Волгоград: Издательство Волгоградского государственного
университета, 2000. — 24 с.

Предлагаемые методические рекомендации предназначены
для студентов физкультурных институтов, а также для тренеров
по баскетболу и волейболу.

Рассматриваются вопросы методики отбора, условий,
предлагаются критерии отбора перспективных детей в баскетболе.



© Издательство Волгоградского
государственного университета, 2000

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
I. Спортивная ориентация.....	5
1. <i>Спонтанный отбор</i>	5
2. <i>Организованный отбор</i>	6
II. Спортивный отбор.....	10
1. <i>Критерии морфологических особенностей</i>	10
2. <i>Соотношения между календарным и биологическим</i> <i>возрастами</i>	13
III. Психологические аспекты отбора.....	15
1. <i>Когнитивные функции</i>	15
2. <i>Конативные функции</i>	18
IV. Личность баскетболиста.....	20
V. Отбор команды.....	21
Список литературы.....	23

ВВЕДЕНИЕ

Постепенно возрастающая конкуренция на мировой спортивной арене выдвигает все более сложные проблемы перед спортивной педагогикой. Важнейшая из них — это проблема повышения уровня и надежности спортивного результата.

Баскетбол — это игра командная. Очень многое зависит от творческой мыслящей личности тренера. Любой тренер сам создает себе команду, отбирая и подбирая игроков друг для друга. 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. Она заставляет многих специалистов объединяться и работать сообща. Коллективная работа таких специалистов, как врачи, тренера, психологи, физиотерапевты подразумевает тесное сотрудничество на всех этапах работы. Но все же ведущая роль принадлежит тренеру.

Выраженный коллективный характер игры в баскетбол ставит спортивную специализацию в этом виде спорта в особое положение. Лучшей является команда, в которой проявилось наибольшее положительное взаимодействие индивидуальных ценностей отдельных игроков. Спортивные команды представляют собой социальные системы, поддерживающие свою социальную структуру и стабильность путем динамического развития и противостояния различным действиям. Из этого следует, что отбор игроков в команду экстракласса является процессом, никогда не приобретающим статической формы и никогда не носящим окончательного характера. Выбор игрового состава является тоже процессом отбора.

При решении задач, связанных с этим выраженно-оперативным и исполнительным видом отбора, действия тренера определяются не только узкими профессиональными рамками его роли, но и подразумевают высокую степень его познаний в области психологии личности и психологии группы.

В научных исследованиях по спортивной науке широко используется системный анализ, то есть исследование объектов посредством представления их в качестве систем и анализа этих

систем. На основе такого подхода к нашей проблеме можно выделить три важнейшие подсистемы отбора:

1) спортивная ориентация, являющаяся спортивно-педагогическим процессом, включающая в себя выявление талантов, их направление в сторону определенного вида спорта и введение их в начальную фазу специализированной спортивной тренировки;

2) отбор, который является процессом периодического отбирания лучших спортсменов на различных этапах их спортивного совершенствования;

3) формирование команд, представляющее процесс организации комплектования, сплочения спортивного коллектива.

Рассмотрим каждую подсистему в отдельности.

I. Спортивная ориентация

Спортивная ориентация может рассматриваться согласно ее теоретическим и методологическим основам, как специфическая форма профессиональной ориентации. Поэтому основные теоретические предпосылки профессиональной ориентации применительны и в спортивном отборе.

В основе спортивной ориентации лежит система профессионального действия, посредством которого молодой человек направляется в наиболее соответствующий ему вид спорта, в котором он может добиться наибольших результатов (речь идет о высоких спортивных достижениях).

В спортивном ориентировании мы встречаем два основных вида отбора: спонтанный и организованный (плановый).

1. Спонтанный отбор

Спонтанный отбор основан на естественном ходе событий при выборе молодыми спортсменами-новичками вида спорта, которым они хотят заниматься. Психофизические и прочие потенциалы самых талантливых начинают все более и все очевиднее превосходить качества посредственных игроков. Так «открываются» особо талантливые спортсмены даже в условиях неорганизованной деятельности. Талантливые новички по существу не «открываются», а сами говорят о себе в полный

голос. Для того чтобы на них обратили внимание, нет необходимости в особых специальных усилиях тренера. Здесь действует истина, согласно которой крупные таланты просто не могут оставаться неоткрытыми. Этот факт представляет собой единственную ценность спонтанного отбора.

Отрицательные аспекты спонтанного отбора, однако, более многочисленны. К тому же они настолько значительны, что для маленьких «баскетбольных стран» данный вид отбора являлся бы своего рода «роскошью». При спонтанном отборе уверенно можно установить лишь, сколько игроков «прорвалось» до уровня экстракласса в клуб мастеров. Гораздо труднее определить уровень соревновательных возможностей сильнейших игроков, которые бы у них имелись, если бы они были открыты и направлены на занятия баскетболом своевременно.

С другой стороны, можно только предполагать, сколько талантов истинных было направлено в другие виды спорта, сколько перестало заниматься, так как были лишены минимума педагогического вмешательства.

Оценка потенциальных возможностей новичков не должна все-таки проводиться лишь в зависимости от интуитивных взглядов баскетбольного специалиста или от его опыта, так как оценки, произведенные на основании интуиции и опыта, в огромнейшей мере увеличивают возможность серьезных промахов.

2. Организованный отбор

Организованный отбор встречается чаще в двух вариантах. Первый характеризуется действием, ограниченным относительно коротким периодом. Основной рабочий принцип этого отбора сводится к концентрированию педагогических и специализированных действий на относительно короткий временной период, с намерением в течение одной проводимой акции «посмотреть» и «оценить» возможно большее число новичков, а затем тех, кто оценен, как перспективный, отобрать и оставить для дальнейшей работы, а остальных исключить. Этот отбор, таким образом, содержит в себе по меньшей мере два отрицательных фактора:

- даже самый крупный специалист по отбору без оптимального периода наблюдения и прослеживания игрока не

в состоянии оценить актуальные качества начинающего спортсмена;

- второй фактор — методологического характера, так как центр тяжести наблюдений и оценок неизбежно ставит на повестку дня утверждение качеств кандидата в данный момент (актуальные качества), и в гораздо меньшей мере способствует прогнозу его способностей к наивысшим достижениям.

Второй вариант — отбор в качестве системы или спортивно-педагогического процесса с характеристиками программной работы. Этот вариант несомненно имеет преимущества:

- самая активная роль в данном отборе отведена тренеру или другому специалисту, сотрудничавшему с ним, тренеры постоянно ищут таланты, наполняя ими свои команды, а не ждут пока таланты появятся и сами заявят о себе;

- вмешательство специалистов и их оценки основаны на прогнозировании окончательных достижений спортсмена в соревновательном баскетболе, а не при определении актуальных качеств спортсмена;

- результаты учеников и тренера доступны для более точной оценки и для определения их значимости.

Отбор, проводимый как программно-систематический процесс, уменьшает возможность серьезных промахов при выборе и отсеивании игроков.

Личный подход тренера к спортивной ориентации должен быть результатом знания им многочисленных факторов, определяющих желание юного спортсмена заниматься определенным видом спорта. Среди них нужно выделить следующие:

- доступность спортивного объекта и легкость, с которой можно приступить к созданию команды;

- определение потенциала таланта. Новичок может «открыть» его сам, либо при помощи специалиста;

- склонность к избранному виду спорта на основании ожиданий, что с его помощью будет достигнута определенная цель, и, что это может принести в каком-то аспекте пользу;

- более или менее направленные влияния, зависящие от окружения (ровесники, родители, старшие братья).

Факторы, определяющие спортивную ориентацию юной личности, сами собой указывают на то, что тренер в роли

специалиста по отбору решает весьма сложные и тонкие задачи, имеющие и свой спортивно-педагогический, и свой психолого-социологический, и свой психолого-педагогический аспект. Достаточно высокий уровень профессиональной подготовленности тренера препятствует промахам, к числу которых можно отнести, например, оценки, основанные только на физических качествах или на потенциальных возможностях новичка.

Юный спортсмен должен быть оценен как сложное существо с его желаниями и потребностями, которые иногда сочетаются, а иногда весьма отличаются. Поэтому, как правило, программа дает лучшие, более надежные и более продолжительные результаты, чем любые формы кампаний.

Так, специализированная тренировка — это не только педагогический процесс, следующий за отбором, это есть его составная часть, так как окончательные качества кандидатов могут быть надежно оценены лишь после достаточно длительного периода проведения специализированных тренировок. Поэтому отбор игроков и специализированное спортивное обучение следует проводить параллельно. При ранней специализации необходимо учитывать возрастные особенности каждой категории спортсменов (пионеры, подростки, юниоры). Также следует обратить внимание при отборе на то, что не всегда календарный возраст соответствует биологическому. В детском возрасте наступает все более подчеркнутое превосходство акселератов. Практическое значение этого феномена огромно, так как акселерат ранее завершил период «вырастания» и развития, а его низкорослые сверстники смогут его «перегнать» лишь в 16—18 лет. Таким образом может случиться, что низкорослый ребенок не будет ориентирован на баскетбол, перестанет им интересоваться, а в более поздних фазах своего возраста и развития он перегонит в росте даже самых высокорослых сверстников. Поэтому оценки, основывающиеся только и исключительно на чувстве тренера, зачастую бывают недостаточно надежными. Но это, конечно, несколько не отрицает ценности субъективной оценки опытных тренеров.

Итак, предварительный отбор, с одной стороны, является результатом спортивной ориентации, а с другой — вводной и начальной фазой специализированной тренировки. Существенным критерием для включения в предварительный

отбор является любовь и желание ребят заниматься баскетболом. Поэтому следует принимать всех желающих, включая и тех, которые по своим функциональным показателям и таланту не обещают стать выдающимися спортсменами.

Окончательный отбор (на данной фазе спортивного совершенствования) осуществляется лишь после достаточно длительного времени проведения специализированных тренировок.

И в исследовательской, и в практической работе чувствуется все большая необходимость в применении стандартизированных методов. Стандартизированный метод представляет собой вмешательство специалиста, которое по своей форме, структуре, содержанию и способу применения точно утверждено и определено (стандартизировано). Правильность стандартизированных методов предварительно проверена строгим специальным методологическим и статистическим анализами, и такой метод является надежным для его широкого применения на практике.

Стандартизированный метод дает возможность сравнения, проверки, объективизации и оценки результатов в определенной области исследования или практики, этот метод характерен для профессионального подхода.

Среди стандартизированных методов по своему значению и широте применения выделяются тесты, которыми можно измерять, объяснять и оценивать определенную деятельность испытуемых в соответствии с заранее определенными стандартами (критериями и нормами).

Оценка эффективности отбора должна основываться на возможно более точных, научных принципах. Тренеру следует в наибольшей степени избегать частной, односторонней, субъективной и произвольной оценки. Об эффективности отбора можно судить лишь на основании объективизированных показателей результатов в начале работы и после завершающего окончательного отбора. Для этого необходимо систематически наблюдать и регистрировать прирост спортивных результатов, причем не только у одаренных, но и у отсеянных игроков.

II. Спортивный отбор

Выбор, направляемость и совершенствование баскетболистов проводится по критериям, распространяющимся на оценки:

- морфологических особенностей;
- физических и функциональных качеств;
- особенностей личности.

Все эти особенности и качества тренер не оценивает в их «прирожденной» форме и непосредственно, а оценивает в качестве предпосылок развития в направлении желаемого уровня физической, технико-тактической и соревновательной готовности.

Дело в том, что тренер стремится к суммарному представлению актуальных и прогнозируемых качеств кандидатов, а не к простым и изолированным оценкам их быстроты, силы, прыгучести, роста и т. д.

1. Критерии морфологических особенностей

Рост. Выявлено высокорослые представители популяции являются для специалистов баскетбола наиболее интересными юными кандидатами в баскетболисты. Трудно прогнозировать роль выразительно высокорослых игроков в дальнейшем развитии мирового баскетбола. Однако совершенно непреложен факт, что поиск высокорослых игроков оттеснил на второй план другие значительные аспекты профессиональной работы. Рост, особенно в высоту, представляет собой весьма сложную биологическую, психологическую, медицинскую, психосоциальную проблему, и роль тренера при отборе выразительно высоких игроков особенно ответственная и требует соблюдения ряда тонкостей.

Рост следует рассматривать в качестве адаптивирования организма к условиям жизни. Границы этого адаптивирования обусловлены генетически. Рост является выражением излишка энергии и в качестве такового он служит индикатором нормальной затраты энергии в молодом организме.

Следовательно, если рост рассматривать как процесс адаптивирования организма, то надо принимать во внимание следующее:

а) физические процессы могут стимулировать процесс роста и развития;

б) неподходящие, а особенно очень высокие физические нагрузки могут в значительной степени замедлить и даже остановить процесс роста.

Например, оказалось, что рост детей-школьников выразительно ускоряется во время каникул, когда режим работы и отдыха, а

следовательно и дозирование энергетических затрат предоставляется свободному, а не программированному ходу событий. Обратившись к статистическим материалам, мы видим, что рост молодых людей из деревни, подверженным большим физическим нагрузкам в раннем возрасте, значительно ниже, чем горожан.

Итак, практические действия в области отбора, таким образом, ясны: умело дозированные тренировочные нагрузки могут стимулировать рост, в то время как высокие нагрузки могут его значительно замедлить и даже остановить.

При дозировании интенсивности и продолжительности тренировок тренер обязан наряду с календарным принимать во внимание и показатели биологического роста своих юных игроков.

Прогнозирование роста — это одна из важных задач тренера, так как окончательный рост игрока дает ответ на многочисленные вопросы в области спортивной ориентации и спортивной специализации.

Специалистов по баскетболу в наибольшей мере интересует высота тела, которая одновременно является и основным параметром суммарного роста. Для того чтобы прогнозировать окончательные размеры тела, необходимо обработать следующие данные:

- 1) рост родителей, а возможно и дальних предков и родственников;
- 2) вес тела при рождении;
- 3) ускорение роста, а также данные о ходе роста в детском периоде ускоренного роста (4—7 лет);
- 4) актуальный рост (высота тела во время измерения и прогнозирования);
- 5) ускорение роста в переходном возрасте, перемещенное вследствие явления акселерации к возрасту 9—11 лет для мальчиков и 10—12 лет для девочек;
- 6) степень зрелости (состояние окостенелости) скелета.

Основные черты роста в переходном возрасте — это его «неправильность» и неравномерность. Индивид, находящийся в переходном периоде, в фазе интенсивного роста обладает преимуществом продольных диаметров по сравнению с поперечными диаметрами тела, что делает его фигуру

«продолговатой», «вытянутой» и «худой». Выразительно длинными становятся руки и ноги, что создает впечатление весьма высоко расположенных бедер. Опущенные руки кончиками пальцев почти достают колен. Все конечности (кисти, уши, нос, стопы) становятся несоразмерно большими, что у девочек, в большей степени, чем у мальчиков, вызывает определенные эмоциональные неприятности.

Тренеры преимущественно прогнозируют высокий рост индивидов, находящихся в переходном возрасте, у которых имеются выраженные отличия стремительного, интенсивного и неравномерного роста. Однако черты переходной фазы роста следует воспринимать с определенной сдержанностью. Они только указывают на то, что молодой индивид вошел или находится в фазе интенсивного роста, но не дают сведений о том, сколько времени эта фаза продлится. Прогнозирование только на основании черт переходного возраста в отношении роста может оказаться весьма ненадежным, так как в экстремальных случаях окончательная высота индивида может быть достигнута как в течение нескольких месяцев, так и в течение нескольких лет.

Также тренеры часто используют рост родителей в качестве элемента прогнозирования окончательного роста их ребенка. Составлена следующая формула:

$$\text{Для мальчиков: } \frac{\text{рост отца} + \text{рост матери} \times 1,08}{2}$$

$$\text{Для девочек: } \frac{\text{рост отца} \times 0,923 + \text{рост матери}}{2}$$

По статистическим данным, в большинстве случаев данные формул определили положительные результаты прогноза. Но эти формулы не рекомендуется применять в баскетбольной практике в связи с наследственными и генетическими особенностями.

В спортивной практике также пользуются методом актуального роста (роста в момент измерения). Этот метод основан на закономерностях, касающихся динамики роста. На основании статистического анализа выявлено соотношение между актуальным ростом (ростом в данном календарном возрасте) и ростом окончательным.

2. Соотношения между календарным и биологическим возрастами

Оценка соотношения между календарным и биологическим возрастами самых юных игроков является решающей для прогнозирования не только окончательного роста, но и окончательных черт конституции тела в широком смысле. Тренер, в достаточной степени ориентированный в современных научных принципах, будет проводить отбор группы новичков, главным образом, согласно критерию биологического, а не календарного возраста. В области самого построения тренировок биологическая зрелость играет также решающую роль, так как более высокий уровень биологической зрелости оправдывает большие нагрузки, что особенно относится к физическим нагрузкам.

Тренер обязан знать и определять биологический возраст доверенных ему игроков. Он этого добивается на основании измерений и оценок роста, веса тела, ширины расставленных в сторону рук, зрелости костной системы и сексуальной зрелости (выраженной вторичными признаками).

Определение биологического возраста путем биометрического профиля требует от тренера профессиональной и весьма критической позиции в вопросах диссоциации (расхождения) между отдельными показателями. И в средней динамике роста, и особенно в случаях акселерации весьма часто встречаются неравномерности между отдельными показателями зрелости. Задача тренера — увидеть и профессионально оценить такого ученика, и рационально использовать тренировочные и соревновательные нагрузки к его физическим возможностям. В противном случае последствия могут быть нежелательными. Одним из таких последствий может быть замедление или даже прекращение роста. Трудно сказать, какова роль в этом явлении рано примененных или неадекватно дозированных нагрузок, но правильно будет указать на возможность возникновения такого рода нежелательных процессов и результатов.

Несмотря на то, что проблема роста и развития и их значение для отбора даны в сжатой форме, все же следует указать на некоторые общие правила:

а) период акселерации во время переходного возраста весьма неблагоприятен для прогнозирования роста и развития,

а также в отношении развития и совершенствования технических качеств;

б) физические нагрузки в этой фазе роста и развития должны быть соразмерены с индивидуальными способностями учеников;

в) качества самых юных игроков в отношении тренировочных и игровых нагрузок определяются их биологическим, а не календарным возрастом;

г) работа по развитию техники в период акселерации в переходном возрасте должна ограничиваться повторением и совершенствованием элементов техники, которыми ученик уже овладел;

д) акселерация в переходном периоде является временем, особенно благоприятным для проведения работы по обучению коллективной тактике;

е) вполне оправдано раннюю специализацию передвинуть в направлении более низкого календарного возраста (8 лет для мальчиков и для девочек), чтобы ребята еще до наступления фазы переходного возраста овладели элементами техники и индивидуальной тактики;

ж) в связи с пересмотром совершенно анахроничных административных категорий баскетбольного детского возраста, мы считаем, что было бы оправдано, хотя бы в разряде младших пионеров, ввести классификацию игроков на основании игрового возраста.

Формула Прокопа, предлагаемая для определения игрового возраста:

$$VI = \frac{\text{возраст по росту} + \text{возраст по весу} + \text{двойной календ.возр. п.}}{4}$$

Итак, измерения роста и другие антропологические измерения должны, хотя бы в равной степени, быть в компетенции тренера и его сотрудников (медиков).

III. Психологические аспекты отбора

Времена восхищенной веры во всемогущество технологии тренировок уже ушли в прошлое. Во все большей степени

выявляется, что отличная физическая и технико-тактическая подготовленность игроков и команды не обязательно достаточны для достижения спортивных успехов высочайшего класса. Крупнейшие спортивные соревнования подтверждают превосходство психически сильных и стабильных спортсменов и команд. По дидактическим принципам сделаем краткий обзор психических функций в свете специфических требований баскетбола.

1. Когнитивные функции

Когнитивные функции — функции, включающие в себя сознательные качества личности.

Функция наблюдения. Функция наблюдения представляет собой и в психофизиологическом, и психологическом отношениях уже весьма серьезный процесс и весьма сложное содержание сознания. Благодаря наблюдению актуальное впечатление органа чувств связывается с имевшимся ранее опытом, что придает этому опыту форму значимости. Иными словами, наблюдение является способностью узнавания, определения или утверждения, с одной стороны, общего, а с другой — особого, специфического качества, созданного на основании впечатлений, вызванных органами чувств.

В основе наблюдательной функции находятся ассоциативные процессы, следовательно те психические механизмы, которые обеспечивают развитие процесса мышления.

Среди наблюдательных функций для баскетбола особое значение имеют две:

а) Наблюдение пространства. Это обеспечивает возможность в течение очень короткого периода времени произвести расчет собственного положения спортсмена на площадке, позиции игроков противника и товарищей по команде.

б) Наблюдение времени. Проводится согласно следующим критериям: ни в какой другой спортивной игре фактор времени не является таким значительным, как в баскетболе. Каждый игрок подсознательно использует свой внутренний «хронометр», который для него отсчитывает 3, 5, 10, 30 сек. Формирование и определение таких навыков у игроков, несомненно, связано с недостатками в области спортивно-педагогической работы с ними, причем еще на первых фазах спортивной тренировки.

В целях формирования и закрепления положительных навыков у игроков самого юного возраста уже в наиболее ранних фазах работы следует принять следующий принцип: все методические указания и все тренерские инструкции должны быть оформлены и дозированы таким образом, чтобы в них фактор времени был представлен в оптимальном размере.

Характеристики обучения и мышления. Здесь конкретное мышление выступает как основная характеристика в деле обучения и освоения элементов техники и тактики.

Баскетбол — игра, в которой предполагается весьма высокая степень обученности спортсменов, притом не только игроков, но и специалистов. С другой стороны, все виды подготовки взаимно переплетаются и требуют от игрока соответствующего участия в решении сложных игровых отношений, которые невозможно показать на доске или площадке. Из этого следует, что качество абстрактного мышления подразумевается как необходимое условие для создания более полной и специфической игровой надстройки.

Успешность в прочих сферах социальной деятельности имеет огромное значение также и для успешной и длительной спортивной карьеры. Поэтому наиболее юных баскетболистов следует нацеливать на тщательное выполнение учебных и общественных обязанностей, но следует остерегаться требований, направленных на одновременное достижение высоких результатов во всех областях деятельности начинающего спортсмена. Молодому игроку надо дать самостоятельно определить свои желания и возможности.

Интеллигентность и ее связь с успешностью в спорте нередко является предметом различных дискуссий. Чаще всего спортивная интеллигентность понимается как качество разрешения новых и неизвестных ситуаций.

Однако для интеллигентного решения определенной проблемы (в частности, спортивных ситуаций) большую важность представляет быстрота, легкость, оживленность ассоциационных процессов, следовательно отыскивание решений в течение весьма короткого интервала времени. Это качество очень ценится тренерами. Определяют его так: «Он быстро думает».

Творчество. Под творческими качествами мы подразумеваем формы поведения, основанные на воображении, фантазии, то

есть на отвлечении от операций, определяющих обычный процесс мышления, понимания и принятия решений. Это отвлечение от обычного и ожидаемого решения приводит творческую личность к сфере нереального и невозможного, и решение будет настолько творческим, насколько окажется ближе к такому состоянию. Творческий игрок именно находит так называемое «невозможное», «невероятное», «несуществующее» решение и иногда сбивает с толку не только противника, но и товарищей по команде.

Внимание — сознательное вовлечение психической энергии в направлении определенного объекта или ситуации. Внимание — это не что иное, как одно из проявлений склонности, так как практически невозможно представить себе поддержание внимания в условиях, в которых существует отрицательное эмоциональное отношение к объекту внимания. Не только в спортивно-педагогической, но и в широкой педагогической практике внимание неоправданно рассматривается как психическая функция, находящаяся исключительно в области рациональных отношений и точек зрения учеников. Поэтому отсутствие внимания у учеников чаще всего приводит к отрицательной позиции преподавателя вплоть до применения санкций.

Связь внимания с возрастом играет большую роль при организации работы с самыми юными возрастными группами баскетболистов, ибо, как уже подчеркивалось, дети обладают значительно меньшими возможностями поддержания активного внимания, чем взрослые.

В качестве психической функции внимание выражается двумя своими видами:

- а) концентрацией — качеством достаточно длительного направления психической энергии на определенный объект;
- б) вигильностью (подвижностью) — качеством быстрого и успешного переключения внимания с одного объекта на другой.

А современный баскетбол требует высоких качеств как концентрации, так и вигильности внимания.

2. Конативные функции

Конативные функции содержат комплекс психических функций, находящихся в тесной связи с мотивами, импульсами, желаниями, эффективностью. Психические функции, связанные

с эмоциональной сферой психической жизни, в спортивной психологии часто охватываются группой конативных функций.

В подходе к конативным функциям необходимо исходить из проблемы общей психологической энергии. Все люди сильно отличаются друг от друга по своей эмоциональности, то есть по количеству и качеству психической энергии, которой они располагают, выполняя свою обычную повседневную деятельность. Вопросы внешней психической энергии, или основной эмоциональности, связаны, с одной стороны, с чертами телосложения, а с другой — с темпераментом (нравом). Это указывает на неразрывную связь и взаимозависимость физической и психической энергии. К конативным функциям относятся:

Склонность. Содержит в себе целостность эмоциональных отношений к собственной личности и ко внешнему миру. По индивидуальным различиям в основном настроении индивидов делят на две группы:

а) выражено жизнерадостные, бодрые, оптимистичные, открытые, непосредственные в социальной коммуникабельности, веселые, готовые к оценке трудностей и возможным помехам. Они быстро восстанавливаются после неудач и не склонны к самообвинениям или к переживаниям из-за чувства своей вины;

б) сдержанные, мрачные, боязливые личности, переоценивающие даже незначительные опасности, замкнутые и слишком задумчивые, печальные, переоценивающие неудачи, после которых они восстанавливаются с трудом, склонные к самообвинениям и чувству своей вины. Нередко они слишком чувствительны к болевым ощущениям и переоценивают чувство угрозы получить травму.

Первый по своей сути смел, в то время как второй тоже в своем поведении боевит, но это подсознательная защита от страха. От тренера ожидают, что он не только своим спортивно-педагогическим, но и психолого-педагогическим воздействием поможет развитию у спортсмена его защитных качеств, поскольку таким образом тренер помогает игроку не только как спортсмену, но и как человеку, как личности.

Мотивация и воля тесно взаимосвязаны психическими функциями. В обычной речи мы считаем, что все вполне понятно при употреблении нами таких понятий, как воля, волевая

подготовка, самодисциплина. Воля включает в себя усилия и отказы, в то время как желание зачастую связано только с принципом удовлетворения.

С другой стороны, воля является выражением внутренних двигателей — мотивов. В связи с тем, что мотивы современного человека являются социализированными формами инстинктивных потребностей, эти мотивы изменили и свои формы, и свое содержание, но сохранили силу инстинкта. Мотивы являются весьма мощными генераторами энергии, что приводит к возрастанию напряженности, недовольства и других неприятных чувств в тех случаях, когда мотив не находит путей для своего осуществления.

Цели. Действия человека определяются и внешними двигателями — целями. Чаще всего лишь цели тесно связаны с мотивом, и они, взаимодействуя, стимулируют активность человека. Однако нередко цель и мотив проявляют менее согласованные формы взаимовлияния.

IV. Личность баскетболиста

Оценка личности баскетболиста не может быть сделана только путем применения одного психометрического инструмента. Личность гораздо сложнее, чем те ее черты, особенности и стороны, которые «поддаются измерению».

Абсурдно говорить о модели баскетболиста, если принять во внимание огромные различия между игроками одной и той же команды в отношении их основных и специальных ролей в игре, различий в возрасте, спортивном и жизненном опыте, образовании, этническом происхождении и принадлежности.

При отборе следует обратить внимание на следующие характеристики:

- хороший баскетболист должен обладать достаточно высоким уровнем общей психической энергии;
- нежелательны выраженные склонности к невротическим видам реагирования и поведения;
- баскетболист должен обладать надежными качествами адаптирования к резким, неожиданным и объективно непредусматриваемым изменениям ситуации;
- от хорошего баскетболиста ожидается хорошая сопротивляемость к стрессам.

Баскетболист должен:

1. Терпимо относиться к болевым ощущениям и к другим неприятным явлениям.
2. Обладать чувством времени и пространства.
3. Обладать хорошими качествами внимания, причем как в отношении переключения внимания, так и в отношении его концентрации.
4. Проявлять высокую способность к конкретному мышлению и к конкретному запоминанию.
5. Быть общительным, обладать живым и веселым характером, быть оптимистичным и уверенным в себе.
6. Определять момент и ситуацию.
7. Показывать оптимальную гармонию между потребностью к доминированию и потребностью к подчинению общим нуждам и целям.
8. В достаточно сильной степени чувствовать противника, стремясь при этом доказать собственное преимущество, сохранив требование честной игры.
9. Быть терпимым к спортивным и другим неудачам.
10. Показывать упорную потребность в развитии, укреплении, а затем в углублении и совершенствовании всех подходящих форм сотрудничества с тренером.

V. Отбор команды

Выраженный коллективный характер игры в баскетбол ставит спортивную специализацию в этом виде спорта в особое положение. Команда, составленная из одних только игроков экстракласса, не обязательно должна быть и самой успешной. Лучшей является команда, в которой проявилось наибольшее положительное взаимодействие индивидуальных ценностей отдельных игроков.

Спортивные команды, в том числе и баскетбольные, представляют собой социальные системы, поддерживающие свою социальную структуру и стабильность путем динамического развития и противостояния различным действиям. Социальный гомеостаз достигается непрерывным развитием различных течений групповой динамики. Из этого следует, что отбор игроков в команду экстракласса является процессом, никогда не носящим окончательного характера. Отбор игроков в

высококласную команду охватывает также и отбор более узкого соревновательного игрового состава. Создание спортивной команды экстракласса является не только основной, но и конечной целью качественного отбора. Отбор команды — это всегда проблема и обычно одна из самых трудных для тренера.

Существует много моментов, которые надо обдумать, прежде чем принять окончательное решение при отборе, но пять из них являются самыми важными. Тренеру необходимо определить:

- 1) лучших игроков;
- 2) подходящую позицию для каждого игрока;
- 3) правильные комбинации игроков для формирования сильнейшей команды;
- 4) замены основной пятерке и возможную перегруппировку позиций для сохранения силы команды, когда замена окажется необходимой;
- 5) подходящих игроков и точное их количество, необходимое для достижения лучших результатов.

Необходимо также учитывать индивидуальные характеристики. Они могут варьироваться в соответствии с личностной системой игры, но всегда остаются важными следующие:

1. Быстрота и скорость по отношению к тем, кто будет играть в одинаковых позициях.
2. Рост и прыжковые способности. Скорее важен не рост, а насколько высоко играет спортсмен.
3. Координация и равновесие.
4. Опыт.
5. Бойцовские качества, решительность, мужество, желание.
6. Способности в технике владения мячом и бросках.
7. Трудолюбие.
8. Энтузиазм.
9. Коллективизм и командные отношения.
10. Самоконтроль.
11. Стабильность, то есть сохранение своих качеств на протяжении продолжительного времени.

Необходимо учесть и тот факт, что команды, в которых выступают игроки нескольких игровых поколений, с различным спортивным и жизненным опытом, продолжительностью

спортивного и соревновательного стажа и различным уровнем спортивных достижений, обладают более значительным игровым потенциалом. Именно менее выраженная однородность психологических, социальных, спортивных и соревновательных черт приводит к положительной стимуляции, развивает сотрудничество в целях дополнения и компенсации и образует подходящие формы взаимной конкуренции.

Оптимально созданный отбор — это отбор, в котором произошел синтез не только игровых, но и человеческих качеств членов команды. Важную роль в команде тренеры отводят сплоченности. Сплоченность выражена взаимосвязью членов команды, их сотрудничеством и зависимостью игрока — индивида (игроков) от команды (группы).

Общая «работа» является вполне достаточной причиной для того, чтобы эмоциональные и личные позиции строго и последовательно подчинились общим целям и обязанностям. Важным фактором сплоченности команды является групповая идеология. Особенно важно, чтобы групповая идеология основывалась на принципах, согласно которым личные цели, желания и потребности могут быть достигнуты лишь через осуществление общих целей. Роль тренера как специалиста и руководителя в период руководства командой во время игры и вне ее принимает особую форму. Руководство командой во время встречи является наиболее окончательным и оперативным видом отбора. Тренер всегда ставит перед собой цель подготовить игроков и команду таким образом, чтобы они могли подавляющую часть своих кондиционных качеств и своих умений трансформировать в успешный результат.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Вуден Дж. Р. Современный баскетбол. М., 1987.
2. Белов С.А. Секреты баскетбола. М., 1982.
3. Ченегин В.М. Физическое развитие и половое созревание юных спортсменов. Волгоград, 1988.
4. Галочкин Ю.Г. Физиологические основы организации двигательных действий человека. Волгоград, 1991.
5. Профи: Сб. М., 1990.
6. Николич А., Параносич В. Отбор в баскетболе. М., 1984.
7. Спортивные игры: Учебник для физкультурных институтов / Под ред. Ю.И. Портных. М., 1988.

Основные моменты отбора в баскетболе

Методические рекомендации

Составитель **Лосева** Ирина Владимировна

Главный редактор *А.В. Шестакова*
Редактор *С.А. Астахова*
Технический редактор *Н.Н. Захарова*

Подписано в печать 12.07 2000 г. Формат 60x84/16.
Бумага типографская № 1. Гарнитура Таймс. Усл. печ. л. 1,4.
Уч.-изд. л. 1,5. Тираж 100 экз. Заказ .

Издательство Волгоградского государственного университета.
400062, Волгоград, ул. 2-я Продольная, 30.