

Національний університет фізичного виховання і спорту України
Міністерство освіти і науки України
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Міністерство освіти і науки України

Кваліфікаційна наукова праця
на правах рукопису

БЕЗМИЛОВ МИКОЛА МИКОЛАЙОВИЧ

УДК 796.323.2.015.3 (043.5)

ДИСЕРТАЦІЯ

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ НАЙБЛИЖЧОГО
РЕЗЕРВУ НАЦІОНАЛЬНИХ ЗБІРНИХ КОМАНД В ІГРОВИХ ВИДАХ
СПОРТУ (НА МАТЕРІАЛІ БАСКЕТБОЛУ)

24.00.01 – олімпійський і професійний спорт

Подається на здобуття наукового ступеня доктора наук
з фізичного виховання та спорту

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей,
результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело



М. М. Безмилов

Науковий консультант:

Шинкарук Оксана Анатоліївна, доктор наук з фізичного виховання та спорту,
професор

Київ – 2022

АНОТАЦІЯ

Безмилов М. М. Теоретико-методичні основи підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту (на матеріалі баскетболу). – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» (017 – Фізична культура і спорт). – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2022.

Дисертаційне дослідження присвячено розв'язанню актуальної наукової проблеми формування теоретико-методичних засад централізованої підготовки найближчого резерву національних команд (юнацьких та молодіжних збірних). Обґрунтовано необхідність використання новітніх підходів у процесі формування віддаленого та найближчого резерву національних збірних, що полягає у планомірній підготовці гравців у системі дитячо-юнацького спорту із подальшою концентрацією найбільш перспективних спортсменів у національних збірних командах країни. Представлено можливі варіанти ефективної координації зусиль державних, громадських та приватних організацій і установ під час централізованої підготовки спортсменів у новітніх умовах глобалізації та комерціалізації ігрових командних видів спорту.

Мета роботи полягала у формуванні цілісної системи знань щодо підготовки та її складових - змагальної діяльності, спортивного відбору і орієнтації, найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту для оптимізації управління багаторічною підготовкою перспективних гравців на матеріалі баскетболу.

Теоретико-методологічним підґрунтям досліджень стали фундаментальні положення: теорії періодизації багаторічної підготовки; теорії спортивних ігор; багаторічної системи відбору та орієнтації підготовки; моделювання та прогнозування в спорті; індивідуалізації тренувального процесу; підготовки юних спортсменів та спортсменів високого класу в спортивних іграх;

управління та контролю змагальної діяльності, ігрової спеціалізації і універсалізації, вибору ігрових функцій.

Для вирішення мети та завдань дослідження застосовували методи: загальнонаукові (аналіз та синтез, узагальнення, структурно-функціональний та синергійний аналіз, теоретичний аналіз літературних джерел, даних мережі Інтернет, контент-аналіз документальних матеріалів, опис), соціологічні, спортивно-педагогічні, психологічні та психофізіологічні, медико-біологічні методи дослідження, методи математичної статистики.

Основні положення наукової новизни дисертаційного дослідження: вперше сформовано систему знань, яка розглядає багаторічну підготовку, відбір гравців та їх орієнтацію, контроль їх підготовки як цілісну систему централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту, та доведено її значущість для реалізації на практиці на якісно новому рівні з урахуванням сучасних тенденцій розвитку спортивних командних ігор;

Обґрунтовано теоретико-методичні засади централізованої етапної підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту та розроблено багаторічну програму організації навчально-тренувальної та змагальної діяльності гравців юнацьких збірних команд з баскетболу;

Розроблено уніфіковану програму техніко-тактичної та фізичної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд;

Розроблено та апробовано критерії відбору баскетболістів під час підготовки найближчого резерву збірних команд і визначено їх довгострокову значущість;

Обґрунтовано педагогічні та організаційно-методичні засади, принципи відбору гравців у національні збірні команди різних вікових категорій;

Розроблено поетапний механізм селекції та алгоритм зворотної ротації спортсменів в ієрархічній системі інституту національних збірних команд;

Представлено технологію перманентного моніторингу потенційних кандидатів в умовах навчально-тренувальної і змагальної діяльності;

Обґрунтовано багаторівневу модель ігрової спеціалізації баскетболістів та визначено провідні фактори під час вибору ігрового амплуа;

Розроблено та впроваджено уніфіковану програму техніко-тактичної підготовки гравців юнацьких національних збірних та представлено покроковий механізм її реалізації за роками в системі централізованої підготовки, та при проведенні короткострокових тренувальних циклів та спеціалізованих зборів;

Визначено багаторічну динаміку становлення вищої спортивної майстерності в баскетболі та особливості підготовки гравців на різних стадіях багаторічного вдосконалення;

Розроблено багатоетапний алгоритм безпосередньої підготовки команди до змагань із конкретним суперником, що вирішує завдання ігрових налаштувань та переважний вибір організаційно-тактичних дій команди в захисті та нападі з урахуванням переваг та недоліків опонента;

Доведено найбільш сприятливі зони демонстрації найвищих спортивних результатів гравців у баскетболі та значущість змагань серед юнаків та юніорів під час формування найближчого резерву;

Обґрунтовано механізм комплексного контролю за тренувальними та змагальними навантаженнями баскетболістів кадетських і юніорських збірних команд у системі багаторічної підготовки найближчого резерву та розроблено універсальний алгоритм (протокол) тестування гравців національних збірних команд різних вікових категорій, встановлено чіткі критерії оцінювання ефективності їх виконання;

Підтверджено та доповнено новими даними співвідношення сил на міжнародній баскетбольній арені, тенденції розвитку світового баскетболу, роль окремих факторів під час підготовки спортивного резерву в провідних баскетбольних країнах світу, організаційно-методичні особливості підготовки найближчого резерву в ігрових командних видах спорту в різних країнах світу;

Розширено відомості про структуру змагальної діяльності в ігрових (команди) видах спорту;

Доповнено та уточнено дані щодо провідних компонентів структури змагальної діяльності баскетболістів високої кваліфікації різного ігрового амплуа та систем оцінки змагальної діяльності в баскетболі;

Доповнено та розширено знання щодо особливостей підготовки баскетболістів на різних етапах багаторічного вдосконалення, багаторівневої системи відбору та орієнтації, моделювання та прогнозування, методики контролю та оцінювання змагальної діяльності.

Практична значущість дослідження полягала: у створенні передумов для формування цілісної системи знань щодо централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту; в обґрунтуванні та впровадженні в навчально-тренувальний процес збірних юнацьких команд України з баскетболу вікових категорій U 14–U 20; в уніфікації програми техніко-тактичної та фізичної підготовки, критеріїв відбору та ігрової орієнтації, модельних характеристик різних сторін підготовленості; у розробленні алгоритму комплексного контролю. Отримані результати найшли відображення в навчальній програмі для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю та були впроваджені у діяльність Федерації баскетболу України (2016–2021), у практику роботи БК «Київ-Баскет» (Київ, 26.07. 2019), в освітній процес під час викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту (спеціалізація – баскетбол) на кафедрі спортивних ігор НУФВСУ, в програму курсів підвищення кваліфікації тренерів Федерації баскетболу України, в програму занять ліцензійних курсів категорії відповідно до навчальних програм ФБУ.

Системний аналіз літературних джерел, нормативно-правових матеріалів, даних мережі Інтернет, практичного досвіду свідчить про необхідність удосконалення системи підготовки спортсменів на сучасному етапі розвитку спортивних ігор. Це можливо у процесі формування багаторічної підготовки, що передбачає реалізацію закономірностей та принципів становлення вищої

спортивної майстерності та досягнення найвищих результатів на основі максимальної реалізації природних задатків спортсменів та органічного взаємозв'язку із системою відбору віддаленого та найближчого резерву збірних команд України та орієнтації підготовки гравців. Підкреслено, що успішність підготовки віддаленого та найближчого резерву залежить від ефективного вирішення стратегічних завдань етапів багаторічного вдосконалення сталості, та наступності професійної діяльності фахівців, що працюють у системі резервного спорту. Отримані дані дозволяють стверджувати, що проблема ускладнюється суттєвим погіршенням якості підготовки віддаленого та найближчого резерву в спортивних іграх, використанням консервативних, застарілих організаційно-методичних підходів та технологій тренувань в умовах глобалізації та комерціалізації ігрових видів спорту. Визначено перспективний напрям формування найближчого резерву національних збірних команд шляхом впровадження проєктів централізованої підготовки перспективних гравців на базі юнацьких та молодіжних збірних команд. Подібний підхід дозволяє об'єднати зусилля державних та громадських інституцій для створення ефективної діючої системи багаторічної підготовки перспективної молоді та підпорядкувати розрізнену діяльність окремих клубів та команд загальнодержавним інтересам.

Встановлення організаційно-методичних та педагогічних особливостей та підходів до підготовки віддаленого та найближчого резерву в різних країнах світу дозволило обґрунтувати теоретико-методичні засади централізованої етапної підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту та довести ефективність даного підходу в країнах, які не можуть здійснювати екстенсивний варіант підготовки спортивного резерву та поступаються кількістю населення, матеріально-технічним та кадровим потенціалом.

У ході досліджень визначено ключові компоненти централізованої підготовки найближчого резерву в провідних країнах світу: концентрація перспективних гравців у кожній віковій категорій в єдиних центрах підготовки; прогресивна динаміка кількості спільних тренувань для гравців–кандидатів у

збірну команду; збільшення участі в міжнародних змаганнях гравців збірних команд, що пройшли централізовану підготовку; залучення до роботи із гравцями збірних команд провідних вітчизняних та зарубіжних фахівців.

Результати, отримані протягом багаторічних досліджень, дозволили обґрунтувати значущість принципів централізованої підготовки, які в сукупності впливають на становлення особистості гравця та формування його стійкої мотивації на досягнення високого спортивного результату: патріотичне виховання; інтегративність та об'єктивізація; орієнтація на стратегічну перспективу; уніфікація та наступність підготовки; прогресивно-лабільне функціонування; протекціонізм гравців збірних команд; та форми організації централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд: концентрація перспективних гравців у кожній віковій групі в єдиних спеціалізованих центрах для підготовки протягом тривалого періоду часу (від 2-х до 4-х років); проведення етапних зборів протягом року.

Всебічний аналіз діяльності баскетбольних клубів різних країн, органів розвитку та управління баскетболом в країнах та в світі, змагальна діяльність та система підготовки зарубіжних та українських гравців дозволили встановити зовнішні (нормативно-правове, матеріально-технічне та фінансове забезпечення підготовки збірних команд), внутрішні (кадрове забезпечення, функції управління і контролю, відбору та орієнтації в процесі централізованої підготовки збірних команд, організація, програмування та періодизація спортивної підготовки) та проміжні (система спортивних змагань збірних команд та науково-методичне, медичне й інформаційне забезпечення підготовки) чинники та компоненти забезпечення централізованої підготовки національних збірних команд.

Системний підхід та аналіз підготовки збірних команд різних вікових категорій зарубіжних країн, підходів до її реалізації були спрямовані на визначення перспективних напрямів багаторічної підготовки найближчого резерву збірних команд.

До них віднесено: підготовку перспективних юних гравців в національну збірну команду баскетболу; пошук та розвиток баскетбольних талантів в країні;

створення умов для набуття міжнародного ігрового досвіду гравцями юнацьких збірних команд; відбір та успішний виступ гравців юнацьких збірних команд різних вікових категорій в елітному дивізіоні континентальних міжнародних змагань; формування традицій та системи підготовки найближчого резерву національних збірних команд.

Складовою цілісної системи знань підготовки найближчого резерву збірних команд є відбір гравців та орієнтація їх підготовки. Нами систематизовано і доведено їх довгострокову значущість та апробовано на практиці критерії відбору баскетболістів найближчого резерву збірних команд, серед яких морфофункціональні, спортивно-педагогічні, соціально-психологічні, медичні, нормативно-правові. Розроблено уніфіковані модельні параметри критеріїв відбору для гравців різних вікових категорій збірних команд та обґрунтовано необхідність використання комплексу показників для визначення перспективних можливостей гравців, де урахування специфічних ігрових здібностей є пріоритетним критерієм обдарованості спортсменів вже в юнацькому віці.

У ході експериментальних досліджень для гравців нападу (форвардів та центрових) значущими визначено морфологічні показники, для баскетболістів захисту (польові гравці) – показники, що характеризують фізичну, функціональну та психологічну підготовленість. Нами доведено, що ефективність змагальної діяльності баскетболістів юнацьких збірних команд не може розглядатися як фактор прогнозування довгострокових перспектив юних спортсменів.

Розгляд системи відбору та орієнтації підготовки гравців як значущої складової багаторічної підготовки дозволив обґрунтувати принципи спортивного відбору найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту, які спрямовані на орієнтацію досягнення довгострокового результату; урахування біологічних закономірностей розвитку спортсменів; прогресивне зниження кількості кандидатів у команду та створення конкурентного середовища; суб'єктивно-об'єктивну рівновагу в оцінюванні потенційних можливостей; динамічність та циклічність; систематичність та етапність.

Урахування низки складових відбору та орієнтації підготовки найближчого

резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту стало підґрунтям для розробки та впровадження поетапного механізму селекції та алгоритму зворотної ротації спортсменів в ієрархічній системі інституту національних збірних команд, обґрунтування технології перманентного моніторингу потенційних кандидатів в умовах навчально-тренувальної і змагальної діяльності.

Забезпечення необхідних умов для подальшого прогресу талановитих спортсменів здійснюється за рахунок використання тренерами феномена вікового «ігрового донорства», що пов'язаний із використанням тимчасових біологічних переваг дітей (акселератів) для поступової стратегічної підготовки талановитих спортсменів для спорту вищих досягнень. Це призводить до втрати 50 % гравців попереднього складу після першого етапу централізованої підготовки національних збірних команд (молодіжні змагання U 16) та ускладнює перехід спортсменів з одного етапу багаторічної підготовки на наступний.

Розроблено та обґрунтовано поетапну модель ігрової спеціалізації в спортивних іграх, що містить три основні етапи. Перший спрямовано на концентрацію уваги та всебічний та універсальний розвиток юного гравця, на ньому не визначаються основні ігрові функції на майданчику; на другому етапі відбувається первинна спеціалізація – визначення майбутніх ігрових дій на майданчику у зоні захисту або нападу. Третій етап як заключний ставить за мету врахування ігрових здібностей та схильності гравця до вирішення техніко-тактичних завдань у змагальній діяльності та здійснюється після закінчення юнацького віку.

На вибір ігрової спеціалізації в баскетболі впливає низка чинників, серед яких найбільш статистично значущими ($p < 0,05$) є морфологічні дані спортсмена (8,3 ум.од.), техніко-тактична підготовленість (7,4 ум.од.), ігрова схильність до вирішення певних ігрових завдань (7,1 ум.од.).

Для системи централізованої підготовки розроблено та впроваджено уніфіковану програму техніко-тактичної підготовки гравців юнацьких національних збірних та представлено покроковий механізм її реалізації за роками та при проведенні короткострокових тренувальних циклів та спеціалізованих

зборів. В основі програми є поетапне оволодіння баскетболістами сучасними техніко-тактичними діями у нападі та захисті, характерними для провідних молодіжних збірних команд світу. Програма розрахована на чотирирічний період підготовки (з 14 до 18 років), після завершення якої гравці готові до поступового переходу у клубну команду високої кваліфікації.

Розробка програми дозволила визначити та обґрунтувати ключові параметри обсягу роботи, структуру і зміст навчально-тренувальних навантажень та змагальної діяльності для баскетболістів різних вікових категорій національних збірних команд за роками багаторічної підготовки; основні форми організації підготовки національних збірних команд протягом ігрового сезону. Нами запропоновано типову структуру організації підготовки гравців у короткострокових тренувальних циклах в три етапи: втягуючо-контрольний блок; навантажувальний блок; відновлювально-підвідний блок.

Аналіз виступів професійних баскетбольних клубів, національних збірних команд став підґрунтям для розробки моделі побудови етапу безпосередньої підготовки національних збірних команд до участі в офіційних міжнародних змаганнях з урахуванням термінів їх проведення, стану спортивної форми гравців в ігровому сезоні та тривалості підготовки до участі в них. Доведено пріоритетність планування змагальної практики як основного засобу мобілізації ігрового потенціалу спортсменів і команди напередодні участі у відповідальних змаганнях року. Розроблений багатоетапний алгоритм безпосередньої підготовки команди до змагань із конкретним суперником дозволив вирішувати завдання ігрових налаштувань та переважного вибору організаційно-тактичних дій команди в захисті та нападі з урахуванням переваг та недоліків опонента.

Таким чином, обґрунтування системи відбору, орієнтації підготовки гравців, розробки системи комплексного контролю в баскетболі дозволило вдосконалити механізм зворотних зв'язків між усіма учасниками централізованого проєкту підготовки найближчого резерву та виявилось ефективним важелем в управлінні підготовкою баскетболістів. Нами визначено два основних напрями комплексного контролю в процесі підготовки найближчого резерву національних збірних

команд: технологічний (забезпечення централізованої підготовки) та контроль підготовленості гравців.

Важливим етапом експериментальних досліджень стала розробка та впровадження у практику підготовки національних збірних команд з баскетболу різних вікових категорій універсального алгоритму (протоколу) тестування гравців та встановлення чітких критеріїв оцінювання ефективності їх виконання. До уніфікованого протоколу увійшли тести: на визначення рівня швидкісних якостей, гнучкості та координації (sprint $\frac{3}{4}$ (75 feet), reactive shuttle test; line agility; standing balance test; reactive shuttle test; line agility test; sit and reach test; octagon), швидкісно-силових якостей (стрибок у довжину з місця; стрибок у висоту з місця та розбігу; bench press; згинання–розгинання рук в упорі лежачі за 30 с; піднімання тулуба з положення лежачи (curl-ups) за 30 с), витривалості (човниковий тест 3 x 40 с; intermittent shuttle test Yo-Yo RL1).

Розроблений єдиний комплекс тестових завдань дозволив об'єктивно порівняти дані різних вікових груп гравців збірних команд, визначити стан готовності команди до участі у відповідальних міжнародних змаганнях, проаналізувати багаторічну індивідуальну динаміку досліджуваних параметрів. Доведено необхідність диференційованого контролю і оцінювання технічної і тактичної підготовленості баскетболістів.

Запропоновано використання засобів та методів комплексного контролю під час підготовки збірних команд з баскетболу різних вікових груп за декількома напрямками: аналіз рівня підготовленості кандидата у разі потрапляння в збірну команду; індивідуалізація підготовки спортсменів; оцінка динаміки змін показників протягом багаторічної підготовки у збірних; створення модельних параметрів підготовленості гравця збірної команди з урахуванням ігрової спеціалізації; спортивний відбір та орієнтація на основі попереднього врахування спеціальних ігрових здібностей кандидатів; корекція тренувальних і змагальних навантажень в різних структурних утвореннях процесу підготовки.

Контроль змагальної діяльності баскетболістів юнацьких збірних команд здійснюється за двома напрямками: контроль індивідуальних даних змагальної

діяльності гравців збірної команди; контроль змагальної діяльності команди з використанням якісних та кількісних критеріїв.

Аналіз провідного практичного досвіду підготовки юнацьких збірних команд в різних країнах світу, фундаментальні науково-теоретичні напрацювання вітчизняних та зарубіжних вчених, а також результати власних багаторічних експериментальних досліджень дозволили створити передумови для формування теоретико-методичних засад процесу централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових командних видах спорту. Запропоновані ключові положення, принципи, фактори та окремі компоненти забезпечення процесу централізованої підготовки можуть стати у майбутньому основою на шляху формування цілісної системи знань з питань підготовки віддаленого на найближчого резерву.

Ключові слова: багаторічна, централізована підготовка, командні спортивні ігри, баскетбол, збірні команди, віддалений та найближчий резерв, змагальна діяльність, спортивний відбір та орієнтація, контроль, критерії, тести, алгоритм, моделі, оцінка, побудова тренувального процесу, принципи.

SUMMARY

Bezmylov M. M. Theoretical and methodical bases for the preparation of the nearest reserve of national teams in game sports (on the basis of basketball). – Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

Dissertation for obtaining the scientific degree of the doctor of physical education and sports in a specialization 24.00.01 “Olympic and professional sport” (017 Physical Culture and Sport). – National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Kyiv, 2022.

The dissertation study is devoted to the solution of the actual scientific problem of the formation of the theoretical and methodological foundations of the centralized training of the nearest reserve of national teams (youth and youth national teams). The need to use the latest approaches in the process of forming the remote and nearest reserve of national teams based on the systematic training of players in the

system of children's and youth sports with the subsequent concentration of the most promising athletes in the national teams of the country is substantiated. Possible options for effective coordination of efforts of state, public and private organizations and institutions during the centralized training of athletes in the latest conditions of globalization and commercialization of game team sports are presented.

The purpose of the work was to form a complete system of knowledge regarding training and its components - competitive activity, sports selection and orientation, the closest reserve of national teams in game sports to optimize the management of multi-year training of promising players on the basis of basketball.

The theoretical and methodological basis of the research was the fundamental provisions: the theory of periodization of long-term training, the theory of sports games, the long-term system of selection and orientation of training, modeling and forecasting in sports; individualization of the training process, training of young athletes and high-class athletes in sports games, management and control of competitive activities, regarding game specialization and universalization, selection of game functions.

To solve the purpose and tasks of the research, the following methods were used: general scientific (analysis and synthesis, generalization, structural-functional analysis, theoretical analysis of literary sources, content analysis of documentary materials, description), sociological, sports-pedagogical, psychological and psychophysiological, medical-biological methods research, methods of mathematical statistics.

The main provisions of the scientific novelty of the dissertation research are that for the first time a system of knowledge has been formed that considers long-term training and its components - competitive activity, selection and orientation, control of their training, as an integral system of centralized training of the nearest reserve of national teams in game sports and proved its significance for practical implementation at a qualitatively new level, taking into account modern trends in the development of team sports games;

The theoretical and methodological principles of the centralized phased preparation of the nearest reserve of national teams in game sports were substantiated and a multi-year program for the organization of educational, training and competitive activities of players of youth national basketball teams was developed;

A unified program of technical, tactical and physical training of basketball players of youth national teams was developed;

The criteria for the selection of basketball players during the preparation of the nearest national team reserve were developed and tested, and their long-term significance was determined;

The pedagogical and organizational-methodical principles of selecting players for the national team of youth teams are substantiated;

The multi-level model of game specialization of basketball players is substantiated and the leading factors when choosing a game role are determined;

The mechanism of comprehensive control over the training and competitive loads of basketball players of cadet and junior national teams in the system of long-term training of the nearest reserve is substantiated;

The long-term dynamics of the formation of higher sportsmanship in basketball and the peculiarities of training players at various stages of long-term improvement are determined;

Proved the most favorable areas for demonstrating the highest sports results of basketball players and the significance of competitions among young men and juniors during the formation of the nearest reserve;

The balance of power in the international basketball arena, the development trends of world basketball, the role of certain factors in the preparation of the sports reserve in the leading basketball countries of the world, organizational and methodological features of the preparation of the nearest reserve in game team sports in different countries of the world are confirmed and supplemented with new data;

Information on the structure of competitive activity in game (team) sports has been expanded, data on the leading components of the structure of competitive activity of highly qualified basketball players of various playing roles have been

supplemented and clarified; supplemented and expanded knowledge about the peculiarities of training basketball players at various stages of multi-year improvement, a multi-level system of selection and orientation, modeling and forecasting, methods of control and evaluation of competitive activity.

The practical significance of the study was to create prerequisites for the formation of a coherent system of knowledge regarding the centralized training of the nearest reserve of national teams in game sports; substantiation and introduction into the educational and training process of national youth basketball teams of Ukraine in the age categories U 14–U 20 unified programs of technical and tactical and physical training, selection criteria and game orientation, model characteristics of various aspects of readiness, complex control algorithm. The obtained results were reflected in the curriculum for children's and youth sports schools, specialized children's and youth sports schools of the Olympic reserve, schools of higher sportsmanship and specialized educational institutions of the sports profile, were implemented in the activities of the Basketball Federation of Ukraine (2016–2021) in the work practice of BC "Kyiv-Basket" (Kyiv, 26.07. 2019), in the educational process when teaching the academic discipline "Theory and methodology of coaching activity in the chosen sport (specialization - basketball) at the Department of Sports Games of NUFVSU, in the program of advanced courses qualifications of coaches of the Basketball Federation of Ukraine, in the program of classes for license courses of the category in accordance with the educational programs of the Federal University of Ukraine.

A systematic analysis of literary sources, regulatory and legal materials, Internet data, and practical experience shows the need to improve the system of training athletes at the current stage of the development of sports games. This is possible with the formation of long-term training, which involves the implementation of the laws and principles of the formation of the highest sports skills and the achievement of the highest results based on the maximum realization of the natural talents of athletes and an organic relationship with the system of selection of the distant and nearest reserve of the national teams of Ukraine and the orientation of the training of players. It is emphasized that the success of the preparation of the remote

and nearest reserve depends on the effective solution of the strategic tasks of the stages of multi-year improvement, stability, and continuity of the professional activity of specialists working in the system of reserve sports. The obtained data allow us to state that the problem is complicated by a significant deterioration in the quality of training of the remote and nearest reserve in sports games, the use of conservative, outdated organizational and methodical approaches and training technologies in the conditions of globalization and commercialization of game sports. The prospective direction of formation of the nearest reserve of national teams through the implementation of projects of centralized training of promising players on the basis of youth and youth national teams has been determined. Such an approach makes it possible to combine the efforts of state and public institutions to create an effective and effective system of multi-year training of promising youth and subordinate the disparate activities of individual clubs and teams to national interests.

The establishment of organizational, methodological and pedagogical features and approaches to the training of the remote and nearest reserve in different countries of the world made it possible to substantiate the theoretical and methodological principles of the centralized phased training of the nearest reserve of national teams in game sports and to prove the effectiveness of this approach in countries that cannot carry out extensive the option of training the sports reserve and are inferior to the population, material and technical and personnel potential.

In the course of research, the key components of the centralized preparation of the nearest reserve in the leading countries of the world were determined. These are: the concentration of promising players in each age category in single training centers; progressive dynamics of the number of joint training sessions for players - candidates for the national team; increasing participation in international competitions of national team players who have undergone centralized training; involvement of leading domestic and foreign specialists in working with national team players.

Obtained over many years of research made it possible to substantiate the significance of the principles of centralized training, which collectively affect the development of the player's personality and the formation of his sustainable

motivation to achieve a high sports result: patriotic education; integrativeness and objectification; orientation to the strategic perspective; unification and continuity of training; progressive-labile functioning; protectionism of national team players; and forms of organization of centralized training of the closest reserve of national teams: concentration of promising players in each age group in single specialized training centers for a long period of time (from two to four years); holding stage meetings during the year.

A comprehensive analysis of the activities of basketball clubs of various regions, bodies of development and management of basketball in countries and in the world, competitive activities and the system of training foreign and Ukrainian players made it possible to establish external (legal, regulatory, material, technical and financial support for the training of national teams), internal (personnel support, management and control functions, selection and orientation, in the process of centralized training of national teams, organization, programming and periodization of sports training) and intermediate - the system of sports competitions of national teams and scientific-methodical, medical and information support of training factors and components ensuring centralized training of national teams.

The systematic approach and analysis of the preparation of national teams of different age categories of foreign countries, approaches to its implementation was aimed at determining promising directions for long-term training of the nearest reserve of national teams.

These include: training promising young players for the national basketball team; search and development of basketball talents in the country; creation of conditions for players of youth national teams to gain international playing experience; selection and successful performance of players of youth national teams of various age categories in the elite division of continental international competitions; formation of traditions and system of preparation of the nearest reserve of national teams.

The selection of players and the orientation of their training is a component of the integral knowledge system of training the nearest reserve of national teams. We

systematized, proved their long-term significance and tested in practice the criteria for selecting basketball players of the nearest reserve of national teams, including morphological, sports-pedagogical, social-psychological, medical, regulatory and legal criteria. Unified model parameters of selection criteria for players of different age categories of national teams have been developed and the need to use a set of indicators to determine the promising capabilities of players has been substantiated, where taking into account specific playing abilities is a priority criterion for the giftedness of athletes already at a young age.

In the course of experimental studies, morphological indicators were determined to be significant for offensive players (forwards and centers), and indicators characterizing physical, functional and psychological readiness were statistically significant for defensive basketball players (court players). We have proven that the effectiveness of the competitive activity of basketball players of youth national teams cannot be considered as a factor in predicting the long-term prospects of young athletes.

Consideration of the system of selection and orientation of training of players as a significant component of long-term training made it possible to justify the principles of sports selection of the nearest reserve of national teams in game sports, which are aimed at the orientation of achieving a long-term result; taking into account the biological patterns of the development of athletes; progressive reduction of the number of candidates for the team and creation of a competitive environment; subjective-objective balance in assessing potential opportunities; dynamism and cyclicity; systematicity and phasing.

Taking into account a number of components of the selection and orientation of the preparation of the nearest reserve of national teams in game sports became the basis for the development and implementation of a step-by-step selection mechanism and the algorithm of the reverse rotation of athletes in the hierarchical system of the institute of national teams, the justification of the technology of permanent monitoring of potential candidates in the conditions of educational and training and competitive activity.

Ensuring the necessary conditions for the further progress of talented athletes is carried out through the use by coaches of the phenomenon of age-related "game donation", which is connected with the use of temporary biological advantages of children (accelerators) for the gradual strategic training of talented athletes for sports of higher achievements. This leads to the loss of 50% of the players of the previous squad after the first stage of centralized training of national teams (youth competitions U 16) and makes it difficult for athletes to transition from one stage of long-term training to the next.

A step-by-step model of game specialization in sports games containing three main stages has been developed and substantiated. The first stage focuses on the comprehensive and universal development of the young player, it does not define the main game functions on the court; at the second stage, primary specialization takes place - determination of future game actions on the court in the defense or attack zone. The third stage of game specialization, as the final one, aims to take into account the player's playing abilities and propensity to solve technical and tactical tasks in competitive activities and is carried out after the end of youth.

The choice of game specialization in basketball is influenced by a number of factors, among which the most statistically significant ($p < 0.05$) are the athlete's morphological data (8.3 points), technical and tactical preparedness (7.4 points), game inclination to solve certain game tasks (7.1 points).

For the system of centralized training, a unified program of technical and tactical training of players of the youth national teams was developed and implemented, and a step-by-step mechanism for its implementation by year and during short-term training cycles and specialized meetings was presented. The basis of the program is the gradual mastering by basketball players of modern technical and tactical actions in attack and defense, characteristic of the leading youth national teams of the world. The program is designed for a four-year training period (from 14 to 18 years old), after which the players are ready for a gradual transition to a highly qualified club team.

The development of the program made it possible to determine and justify the key parameters of the scope of work, the structure and content of educational and training loads and competitive activities for basketball players of different age categories of national teams according to the years of long-term training; the main forms of organizing the training of national teams during the game season. We have proposed a typical structure for the organization of training players in short-term training cycles in three stages: a pulling-control unit; loading unit; regenerating unit.

The analysis of the performances of professional basketball clubs and national teams became the basis for the development of a model for the construction of the stage of direct preparation of national teams for participation in official international competitions, taking into account the timing of their holding, the state of the players' sports form in the game season and the duration of preparation for participation in them. The priority of planning competitive practice as the main means of mobilizing the game potential of athletes and teams on the eve of participation in important competitions of the year has been proven. The developed multi-stage algorithm of direct preparation of the team for the competition with a specific opponent made it possible to solve the problem of game settings and preferential selection of organizational and tactical actions of the team in defense and attack, taking into account the advantages and disadvantages of the opponent.

Thus, due to the justification of the selection system, the orientation of training of players, the development of a system of complex control in basketball, it was possible to improve the mechanism of feedback between all participants of the centralized project of training the nearest reserve and turned out to be an effective lever in the management of the training of basketball players. We have identified two main areas of complex control in the process of preparing the nearest reserve of national teams: technological (ensuring centralized training) and control of players' readiness.

An important stage of experimental research was the development and implementation into the practice of training national basketball teams of various age categories of a universal algorithm (protocol) for testing players and establishing

clear criteria for evaluating the effectiveness of their performance. The unified protocol included tests: to determine the level of speed qualities, flexibility and coordination (sprint $\frac{3}{4}$ (75 feet), reactive shuttle test; line agility; standing balance test; reactive shuttle test; line agility test; sit and reach test; octagon) , speed and strength qualities (long jump from a standing position; high jump from a standing position and running; bench press; flexion - extension of the arms in a supine position in 30 s; raising the trunk from a lying position (curl-ups) in 30 s), endurance (shuttle test 3 x 40 s; intermittent shuttle test Yo-Yo RL1).

The developed single set of test tasks made it possible to objectively compare the data of different age groups of national team players, determine the team's readiness to participate in important international competitions, and analyze the multi-year individual dynamics of the studied parameters. The need for differentiated control and assessment of technical and tactical training of basketball players has been proven.

It is proposed to use means and methods of complex control during the preparation of national basketball teams of different age groups in several directions: analysis of the candidate's level of preparation when getting into the national team; individualization of training of athletes; assessment of the dynamics of changes in indicators during multi-year training in national teams; creation of model parameters of the preparedness of the player of the national team, taking into account game specialization; sports selection and orientation based on preliminary consideration of special playing abilities of candidates; correction of training and competitive loads in various structural formations of the training process.

Control of competitive activity of basketball players of youth national teams is carried out in two directions: control of individual data of competitive activity of national team players; control of the team's competitive activity using qualitative and quantitative criteria.

The analysis of the leading practical experience of training youth national teams in different countries of the world, the fundamental scientific and theoretical work of domestic and foreign scientists, as well as the results of our own long-term

experimental research made it possible to create the prerequisites for the formation of the theoretical and methodological foundations of the process of centralized training of the nearest reserve of national teams in game teams types of sports. The proposed key provisions, principles, factors and individual components of the process of centralized training can become the basis for the formation of a complete system of knowledge on the training of the remote reserve in the future.

Key words: long-term, centralized training, team sports games, basketball, national teams, remote and immediate reserve, competitive activity, sports selection and orientation, control, criteria, tests, algorithm, models, assessment, building of the training process, principles.

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Безмылов Н. Н. Привлечение зарубежных игроков в украинские клубы как современная тенденция развития украинского баскетбола. Наука в олимпийском спорте. 2010. № 1-2. С. 14–19. *Фахове видання України.*
2. Безмилов М. М., Шинкарук О. А. Педагогічне тестування баскетболістів різної кваліфікації та ігрових амплуа для ефективності змагальної діяльності. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2010. № 3. С. 8–12. URL : https://reposit.unisport.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/787878787/1170/%D0%A2%D0%9C%D0%A4%D0%92_%E2%84%963_2010.pdf?sequence=1&isAllowed=y *Фахове видання України. Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
3. Безмылов Н. Н. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации в игровом сезоне. Наука в олимпийском спорте. 2011. № 1-2. С. 45–52. URL : <http://reposit.unisport.edu.ua/handle/787878787/303>. *Фахове видання України.*

4. Шинкарук О. А., Безмилов М. М. Теоретико-методичні засади розробки та використання модельних характеристик техніко-тактичних дій баскетболістів високої кваліфікації. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2013. № 2. С. 35–44. DOI: [https://doi.org/10.32652/tmfvs.2013.2.35–44](https://doi.org/10.32652/tmfvs.2013.2.35-44). Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
5. Безмылов Н.Н., Шинкарук О.А. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне: монография. Київ: «НВП Поліграфсервіс», 2013. 144 с. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
6. Безмылов Н. Н. Современная классификация баскетболистов по игровым амплуа. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. пр. Східноєвроп. національного університету імені Лесі Українки, Луцьк. 2014. Ч4 (28). С. 104–108. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Fvs_2014_4_25. Фахове видання України.
7. Высочина Н. Л., Безмылов Н. Н. Особенности психологического обеспечения подготовки спортсменов в игровых видах спорта. Наука в олимпийском спорте. 2015. № 3. С. 40–44. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/NOS_2015_3_7 Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні аналізу, систематизації матеріалу.*
8. Безмылов Н. Н., Мурзин Е. В. Подготовка резерва и отбор игроков в национальную сборную команду по баскетболу. Наука в олимпийском спорте. 2016. № 2. С. 32–38. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NOS_2016_2_4 Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
9. Безмылов Н. Н., Мурзин Е. В. Эффективность соревновательной деятельности как надежный критерий системы отбора баскетболистов в состав национальной сборной команды. Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. Серія № 15. 2016. Вип. 1 (68) 16. С. 10–18. URL:

http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2016_1_5. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні аналізу, систематизації матеріалу.*

10. Безмылов Н. Н., Шинкарук О. А., Митова Е. А. Комплексная оценка уровня подготовленности баскетболистов при проведении ежегодной процедуры драфта в профессиональные клубы НБА. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць*. 2016. Вип. 2. С.112–119. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
11. Безмылов Н. Н. Многолетняя подготовка и отбор баскетболистов в Испании. *Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. Серія № 15*. 2016. Вип. 11 (81) С. 24–28. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2016_11_8. Фахове видання України.
12. Безмилов М. Комплектування команд високої кваліфікації в умовах інтернаціоналізації світового баскетболу. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2016. № 3. С. 3–11. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2016.3.3-11>. Фахове видання України.
13. Безмилов М. Система підготовки баскетбольного резерву та відбір баскетболістів у Литві. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 2. С. 7–13. DOI : <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2017.2.7-13>. Фахове видання України.
14. Безмилов М. Традиції і сучасний стан підготовки баскетбольного резерву в країнах колишньої Республіки Югославії. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 1. С. 3–10. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2017.1.3-10>. Фахове видання України.
15. Безмылов Н. Н. Влияние «эффекта возраста» на отбор спортсменов и комплектование составов молодежных команд в игровых видах спорта. *Наука в олимпийском спорте*. 2017. № 2. С. 17–22. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/NOS_2017_2_4. Фахове видання України.

16. Безмилов М. Програма підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Франції. Спортивний вісник Придніпров'я. 2017. № 2. С. 5–12. URL : <http://www.infiz.dp.ua/misc-documents/2017-02/2017-02-02.pdf>. Фахове видання України.
17. Безмилов М. Відбір та багаторічна підготовка баскетболістів в різних країнах світу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017. № 3. С. 3–9. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2017.3.3-9>. Фахове видання України.
18. Безмилов М. Організація та критерії відбору спортсменів в ігрових видах спорту на етапі підготовки до досягнення вищої спортивної майстерності. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2019. № 2. С. 3–12. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2019.2.3-12>. Фахове видання України.
19. Безмилов М, Шинкарук О, Чжигон Ш. Особливості відбору баскетболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2020. № 2(50). С. 93–102. DOI: [10.29038/2220-7481-2020-02-93-102](https://doi.org/10.29038/2220-7481-2020-02-93-102). Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
20. Безмилов М.М., Шинкарук О.А. Тенденції та актуальні проблеми підготовки баскетболістів високого класу в сучасних умовах глобалізації та популяризації баскетболу. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2020. № 28. С. 112–131. URL : https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/36453/3/FKSZN_2020-9_p184_188.pdf. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в створенні ідеї, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
21. Безмилов М, Шинкарук О, Murphy T. Підготовка спортивного резерву та відбір баскетболістів в США. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020. № 3. С. 10–20. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2020.3.10-20>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу.*

22. Kostiukevych V, Lazarenko N, Vozniuk T, Shchepotina N, Shynkaruk O, Voronova V, Borysova O, Didyk T, Perepelytsia O, Hudyma S, Bezmylov N. Choice and experimental substantiation of tests for controlling physical and technical preparedness of hockey players. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2020. Vol. 20(5), Art 372. P. 2735–2744. DOI:10.7752/jpes.2020.05372. Наукове періодичне видання Румунії, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q4). *Особистий внесок здобувача полягає в обговоренні результатів досліджень.*
23. Bezmylov M, Shynkaryk O, Byshevets N, Gan Qi, Shao Zhigong. Morphofunctional characteristics of basketball players with different roles as selection criteria at the stage of preparation for higher achievements. *Physical Education Theory and Methodology*. 2022. Vol. 22(1). P. 92–100. DOI:10.17309/tmfv.2022.1.13 Фахове видання України, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q2). *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
24. Zhigong S, Bezmylov M, Shynkaryk O. Individual characteristics of physical and mental development and their connection with regular physical exercises when playing basketball. *Current Psychology*. Published online: 09 September 2022. DOI:10.1007/s12144-022-03692-w. Наукове періодичне видання (США), яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q2). *Особистий внесок здобувача полягає в систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
25. Безмилов М. Періодизація підготовки спортсменів в ігрових видах спорту: фактори впливу та перспективні напрями подальшого розвитку специфічної системи знань. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. №3. С. 3 – 19. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.3.3-19>. Фахове видання України.
26. Bezmylov M., Shynkaruk O., Griban G., Semeniv B., Yudenko O., Lytvynenko A., Otroshko O., Kholchenkova N., Kurtova H., Kostenko M., Osmanova A. Peculiarities of physical fitness of 17-20 years old basketball players taking into account their playing role. *International Journal of Human Movement and Sports*

Sciences. 2022. Vol. 10(6). P. 1163–1172. doi: 10.13189/saj.2022.100606. <https://www.hrpub.org/download/20221130/SAJ6-19928920.pdf>. Наукове періодичне видання (США), яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q3). *Особистий внесок здобувача полягає в систематизації матеріалу, проведенні експерименту та формулюванні висновків.*

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

1. Безмылов Н. Н. Интегральная оценка эффективности соревновательной деятельности баскетболистов НБА (способ Джона Холлингера). Межд. научн.-практ. конф. государств – участников СНГ по проблемам физ.культ. и спорта: Материалы Межд. научн.практ. конференции, г. Минск: БГУФК, 2011. Ч.2. С. 22 – 23.
2. Безмылов Н. Н., Шинкарук О. А. Титул “MVP” как высшая индивидуальная оценка эффективности игровых действий баскетболистов. материалы 1-ой Межд. научн.-практ. конф. посвященная 41-летию основания Таджикского института физической Культуры имени Саидмумина Рахимова, Душанбе, 2012. Ч.2 С. 71–74. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
3. Шинкарук О., Безмилов М. Експертне оцінювання ефективності змагальної діяльності баскетболістів високої кваліфікації в ігровому сезоні. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. пр. Волинського національного університету імені Лесі Українки. 2012. Ч4 (20). С. 509–513. URL: <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/705>. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
4. Безмылов Н. Н., Шинкарук О. А. “Плотность” игр чемпионата как количественный критерий оценки соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне: матер. XIII Международной научной сессии по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки

- кадров по физической культуре и спорту»: материалы Междунар. научн. – практ. конф.: в 3 ч./БГУФК; Минск, 20 марта – 30 мая 2013 г. Ч. 1. С. 10–13. *Здобувачеві належать безпосередня участь у проведенні дослідження, аналізі отриманих результатів та їх обговоренні.*
5. Безмылов Н. Н. Индекс “плотности” игрового сезона ведущих баскетболистов Европы и НБА. XIII Международная научная сессия по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»: в 3 ч./БГУФК; Минск 2013. Ч. 3. Молодежь – науке. Актуальные проблемы теории и методики физической культуры и спорта: материалы VI Международной научно-практической конференции молодых ученых; Минск, 16 мая 2013 г. С. 7–10.
 6. Безмылов Н. Н. Современные технологии контроля соревновательной деятельности баскетболистов в НБА. Баскетбол: історія, сучасність, перспективи: матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції (м. Дніпро, 20-21 грудня 2016 року) / відповід. ред. О. О. Мітова; тех. ред. Т. В. Михайлова. [Електронний ресурс] Дніпро, ДДІФКіС, 2016. С.118–124. URL: <http://infiz.dp.ua/misc-documents/conf-2016-01-basketball.pdf>
 7. Безмылов Н. Н. Психофизиологическая составляющая системы многолетнего отбора в игровых командных видах спорта. Індивідуальні психофізіологічні особливості людини та професійна діяльність: VI Всеукраїнська науково-практична конференція: Черкаси, 20-22 вересня 2017 р.: тези доповідей. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2017. С. 15–16. URL: http://eprints.cdu.edu.ua/786/1/maket_.pdf
 8. Безмилов М. М. Лю Менань. Моделювання техніко-тактичної діяльності та чинники, що визначають ефективність застосування моделей під час оцінювання змагальної діяльності спортсменів високого класу в командних спортивних іграх. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей X Міжнародної наукової конференції, 24-25 травня 2017 року. [Електронний

- ресурс]. Київ, 2017. С. 59–61. URL: https://unisport.edu.ua/sites/default/files/konferencya/nufzsu%20konferentsii/zbirnik_tez_2017_na_sajt.pdf. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
9. Высочина Н. Л., Безмылов Н. Н., Петрачков А. В. Чувство времени и его роль в игровых видах спорта. Congresul Științific Internațional ”Sport. Olimpism. Sănătate”, ediția a IV-a. 2019. С. 150–152. URL : https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/150-152_23.pdf. *Здобувачеві належать безпосередня участь у проведенні дослідження, аналізі отриманих результатів та їх обговоренні.*
10. Безмилов М, Подковиров А. Актуальні проблеми підготовки в баскетболі. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених, 16 травня 2020 року [Електронний ресурс]. – Київ, 2020. С. 50–52. URL: https://unisport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/molod_xiii_zbirnyk_2.pdf. *Здобувачеві належать безпосередня участь у проведенні дослідження, аналізі отриманих результатів та їх обговоренні.*
11. Безмилов М. М. Централізована підготовка найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей XIV Міжнародної конференції молодих вчених, 19 травня 2021 року [Електронний ресурс]. – Київ, 2021. С. 91–93. URL:https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/1618/molod_xiv_zbirnyk_traven_2021.pdf?sequence=1#page=92.

Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

1. Шинкарук О. А., Безмилов М. М. Анализ эффективности применения интегральных индексов для оценки соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне. Наука в олимпийском спорте. 2012. №2. С. 41–48. URL : <http://reposit.uni->

- sport.edu.ua/handle/787878787/1138. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
2. Шинкарук О. А., Безмилов М. М. Інтегральні індекси ефективності змагальної діяльності баскетболістів різного амплуа. Вісник Запорізького національного університету. 2012. №4. С. 14–22. DOI: https://doi.org/10.32652/olympic2013.1_%25x. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
 3. Безмилов І. М., Безмилов М. М. Методичні рекомендації для проведення занять з баскетболу в Київському національному університеті імені Тараса Шевченка: навч.-метод. Комплекс. Видавничо-поліграфічний центр “Київський університет”, 2014. 78 с. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
 4. Безмылов Н. Н. Влияние реализации отдельных технико-тактических действий на итоговое выступление баскетбольной команды в соревнованиях. Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. 2014. Серія № 15. Вип. 11 (52) 14. С. 9–14. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2014_11_4. Фахове видання України.
 5. Безмылов Н. Н. Сравнительный анализ эффективности соревновательной деятельности мужских и женских баскетбольных команд высокой квалификации. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2015. №1 (45). С. 23–28. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/snsv_2015_1_6. Фахове видання України.
 6. Безмылов Н. Н. Реализация технико-тактических действий баскетболистами национальной сборной команды Украины на чемпионате мира 2014 года с учетом игрового амплуа. Știința Culturii Fizice. 2015. 3(23). С. 47–54. URL: https://ibn.idsi.md/vizualizare_articol/42887.
 7. Лю Пон, Безмилов М. М. Комплексний контроль рухових здібностей

бадмінтоністів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей X Міжнародної наукової конференції, 24–25 травня 2017 року [Електронний ресурс]. Київ, 2017. С. 131–133. URL: https://unisport.edu.ua/sites/default/files/konferencya/nufzsu%20konferentsii/zbirnik_tez_2017_na_sajt.pdf. *Особистий внесок здобувача полягає у формуванні ідеї, розробці та систематизації матеріалу.*

8. Поплавський Л., Маслово О., Безмилов М., Мітова О., Мурзін Є., Четвертак О. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ: Республіканський науково-методичний кабінет Міністерства молоді та спорту України, 2019. 165 с. *Особистий внесок здобувача полягає у розробці критеріїв відбору баскетболістів на різних етапах багаторічного вдосконалення та формування загальних принципів багаторічної підготовки віддаленого та найближчого резерву.*
9. Холопов В, Безмилов М. Особливості змагальної діяльності в баскетболі 3х3. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених, 16 травня 2020 року [Електронний ресурс]. – Київ, 2020. С. 104-106. *Здобувачеві належать безпосередня участь у проведенні дослідження, аналізі отриманих результатів та їх обговоренні.*
10. Холопов В, Безмилов М. Особливості реалізації стандартних положень під час розіграшу м'яча з позиції «check-ball» командами високої кваліфікації в баскетболі 3 × 3. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020. № 4. С. 43–52. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2020.4.43-52> Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у формуванні ідеї, розробці та систематизації матеріалу.*

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ	38
ВСТУП	40
РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ В ІГРОВИХ ВИДАХ СПОРТУ ПІД ЧАС ФОРМУВАННЯ КОМАНД НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ	52
1.1. Формування теоретико-методологічних основ процесу багаторічної підготовки спортивного резерву в ігрових командних видах спорту	52
1.2. Науково-теоретичні передумови формування централізованої системи підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових командних видах спорту	73
1.3. Багаторічний відбір та орієнтація спортивної підготовки в ігрових видах спорту	83
1.4. Теоретико-методичні аспекти використання змагальної діяльності як ключового компонента централізованої підготовки найближчого та віддаленого резерву в ігрових видах спорту	92
1.5. Управління і контроль в системі підготовки найближчого резерву національних збірних команд	101
1.6. Проблеми періодизації підготовки спортсменів клубних та національних збірних команд у спортивних іграх до головних змагань ігрового сезону	114
Висновки до розділу 1	131
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	134
2.1. Методи дослідження	136
2.1.1. Загальнонаукові методи дослідження	137
2.1.1.1. Теоретичні загальнологічні методи (аналіз та синтез,	137

	узагальнення, структурно-функціональний аналіз, сінергійний аналіз)	
2.1.1.2.	Емпіричні методи дослідження (теоретичний аналіз літературних джерел, даних мережі Інтернет, контент- аналіз документальних матеріалів, опис)	140
2.1.2.	Соціологічні методи	143
2.1.2.1.	Опитування	144
2.1.2.2.	Анкетування	144
2.1.2.3.	Метод експертних оцінок	145
2.1.3.	Спортивно-педагогічні методи дослідження	146
2.1.3.1.	Педагогічне спостереження	146
2.1.3.2.	Педагогічне тестування	148
2.1.3.3.	Аналіз змагальної діяльності	159
2.1.4.	Психологічні та психофізіологічні методи дослідження	165
2.1.5.	Медико-біологічні методи дослідження	171
2.1.6.	Методи математичної статистики	177
2.2.	Організація дослідження	180
РОЗДІЛ 3.	ПЕДАГОГІЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПІДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВУ ТА ВІДБОРУ БАСКЕТБОЛІСТІВ В РІЗНИХ КРАЇНАХ СВІТУ	184
3.1.	Особливості багаторічної підготовки та відбору баскетболістів у США	185
3.2.	Традиції і сучасний стан підготовки баскетбольного резерву в країнах Балканського регіону	195
3.3.	Система підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Литві	202
3.4.	Багаторічна підготовка і відбір баскетболістів в Іспанії	209
3.5.	Програма підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Франції	213

3.6.	Організаційно-методичні засади підготовки та критерії відбору баскетболістів до юнацьких національних збірних команд Ізраїлю	217
3.7.	Відбір та багаторічна підготовка баскетболістів в різних країнах світу (Німеччина, Австралія, Туреччина, Китаю, країни Африки)	223
	Висновки до розділу 3	230
РОЗДІЛ 4.	ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЦЕНТРАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ НАЦІОНАЛЬНИХ ЗБІРНИХ КОМАНД	233
4.1.	Науково-теоретичні передумови формування централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних в ігрових командних видах спорту	233
4.2.	Ключові завдання, принципи та концептуальні засади централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд	251
4.3.	Форми та особливості централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд	260
4.4.	Компоненти забезпечення централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд	268
	Висновки до розділу 4	288
РОЗДІЛ 5.	СПОРТИВНИЙ ВІДБІР, ОРІЄНТАЦІЯ ТА ІГРОВА СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ СПОРТСМЕНІВ ПІД ЧАС ПІДГОТОВКИ НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ ЗБІРНИХ КОМАНД	290
5.1.	Загальний алгоритм організації, ключові фактори та принципи спортивного відбору та орієнтації в процесі багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних команд	290
5.2.	Ключові критерії відбору спортсменів та орієнтації	300

	підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту	
5.3.	Модельно-цільові показники підготовленості баскетболістів юнацьких збірних команд різних вікових категорій	307
5.4.	Специфічні ігрові здібності та їх врахування під час визначення стратегічної перспективи спортсменів юнацьких збірних команд	328
5.5.	Пріоритетний вплив ключових факторів підготовленості на перспективи потрапляння баскетболістів юнацьких збірних команд до спорту вищих досягнень	335
5.6.	Етапна модель ігрової спеціалізації та її врахування під час підготовки найближчого резерву національних збірних команд	341
5.7.	Вплив «ефекту віку» на формування складів юнацьких збірних команд різних вікових категорій	347
	Висновки до розділу 5	359
РОЗДІЛ 6.	ПЛАНУВАННЯ ТРЕНУВАЛЬНОЇ ТА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У СИСТЕМІ ЦІЛЕСПРЯМОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ НАЦІОНАЛЬНИХ ЗБІРНИХ КОМАНД В ІГРОВИХ ВИДАХ СПОРТУ	361
6.1.	Організаційно-методичні засади побудови тренувального процесу баскетболістів юнацьких збірних команд у системі довгострокової підготовки найближчого резерву збірних команд	361
6.2.	Структура і зміст уніфікованої програми техніко-тактичної підготовки баскетболістів юнацьких національних збірних команд	368
6.3.	Планування фізичної підготовки в процесі багаторічного	378

	вдосконалення найближчого резерву національних збірних команд	
6.4.	Структура, зміст та ключові завдання підготовки юнацьких національних збірних команд під час організації короткострокових етапних тренувальних циклів	385
6.5.	Методичні аспекти планування змагальної діяльності в процесі цілеспрямованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд	392
6.6.	Особливості побудови етапу безпосередньої підготовки юнацьких національних збірних команд до офіційних міжнародних змагань	400
	Висновки до розділу 6	410
РОЗДІЛ 7.	КОМПЛЕКСНИЙ КОНТРОЛЬ У СИСТЕМІ ЦЕНТРАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ НАЦІОНАЛЬНИХ ЗБІРНИХ КОМАНД	412
7.1.	Загальні положення та концептуальні напрями контролю в системі централізованої підготовки юнацьких збірних команд	412
7.2.	Контроль фізичної і техніко-тактичної підготовленості баскетболістів юнацьких національних збірних команд	418
7.3.	Аналіз і оцінка змагальної діяльності баскетболістів юнацьких національних збірних команд	424
7.4.	Контроль антропометричних даних, складу тіла та психологічної підготовленості баскетболістів юнацьких національних збірних команд	433
7.5.	Контроль адаптаційних реакцій баскетболістів на тренувальні та змагальні навантаження в процесі цілеспрямованої підготовки юнацьких національних збірних команд	439
	Висновки до розділу 7	446

РОЗДІЛ 8. АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ	448
ДОСЛІДЖЕННЯ	
ВИСНОВКИ	467
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	474
ДОДАТКИ	534

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

ДВ	– діапазон відхилення, бали.
ІН	– індекс напруги, ум.од.
МОК	– Міжнародний олімпійський комітет;
МСК	– максимальне споживання кисню, мл/кг^{-1}
МЦОІ	– час центральної обробки інформації, мс
НОК	– Національний олімпійський комітет
ОТ	– особистісна тривожність, бали;
ПАНО	– поріг анаеробного обміну
ПЗМР	– проста зорово-моторна реакція, мс;
РВ 1-3	– реакція вибору 1 із 3 подразників, мс
РВ 2-3	– реакція вибору 2 із 3 подразників, мс
РД	– рівень домагань, бали;
С	– самооцінка, бали;
СНП	– сила нервових процесів, %
СТ	– ситуативна тривожність, бали;
ТТД	– техніко-тактичні дії, ум.од.
ФРНП	– функціональна рухливість нервових процесів, сигн/хв^{-1}
ФБУ	– Федерація баскетболу України
ЧСС	– частота серцевих скорочень $\text{уд}\cdot\text{хв}^{-1}$
А	– результативні передачі м'яча
ВЛ	– блок-шоти м'яча
ВЛОВ	– base line offence ball
С	– центровий гравець
DRB	– підбирання м'яча в захисті
EFF	– інтегральний показник ефективності змагальної, ум.од. діяльності, ум.од.

EFF	– коефіцієнт ефективності, ум.од.
EFF DPP	– коефіцієнт ефективності з урахуванням амплуа
F	– фоли гравця
FA	– кидки з гри
FIBA	– Міжнародна федерація баскетболу;
FTA	– штрафні кидки
H/off	– hand / off
INDEX	– індекс ефективності (європейський варіант), ум.од.
IPS	– індекс щільності ігрового сезону, ум.од.
“MVP”	– найбільш “корисний” гравець
NBA	– Національна баскетбольна асоціація
NCAA	– Національна асоціація студентського спорту
ORB	– підбирання м’яча в нападі
PER	– рейтинг ефективності гравця, ум.од.
PF	– «важкий» форвард
PG	– розігравач
PIR	– індекс ефективності дій
PNR	– «pick and roll»
PTS	– набрані очки в матчі
SF	– «легкий форвард»
SG	– «атакувальний» захисник
SLOB	– side line offence ball
ST	– перехоплення м’яча
T	– ігровий час
T/O	– втрати м’яча
TRB	– загальна сума підбирань м’яча
ULEB	– Об’єднана ліга європейських баскетбольних країн

ВСТУП

Актуальність. Підготовка спортивного резерву – це багаторічний та складний процес, що вимагає значного людського та ресурсного потенціалу з боку держави. Зростаюча конкуренція та динамічність спортивного результату на світовій арені потребують постійного пошуку ефективних шляхів удосконалення системи підготовки спортивного резерву. Особливо гостро дана проблема стоїть в ігрових командних видах спорту. Відсутність безперервної роботи, яка спрямована на підготовку своєчасного резерву, часто призводить до того, що збірні команди на тривалий період часу втрачають свої позиції лідерів у виді спорту [172, 185, 241, 253, 294, 337, 345, 497, 550].

Формування та вдосконалення системи підготовки віддаленого та найближчого резерву, проблеми спортивного відбору та орієнтації, визначення спортивної обдарованості молодих спортсменів, впровадження дієвої системи комплексного контролю за гравцями залежать і від сучасних світових тенденцій розвитку олімпійського спорту в цілому та його окремих напрямів. Одними з таких тенденцій, що вплинули на подальший розвиток ігрових видів спорту, стали глобалізація, комерціалізація та професіоналізація спортивної діяльності. Останні два десятиліття характеризуються значними змінами в методиці підготовки спортсменів в ігрових видах спорту. Переглянуто принципи та методику техніко-тактичної і фізичної підготовки спортсменів у багаторічному процесі, організацію підготовки віддаленого та найближчого резерву для спорту вищих досягнень, розширено кількість міжнародних змагань для спортсменів юнацьких вікових категорій, їх роль у системі поетапної підготовки найближчого резерву національних збірних команд.

У спортивних іграх, як і в інших видах спорту, накопичено значний обсяг теоретичних знань та практичного досвіду з питань підготовки спортивного резерву, відбору та орієнтації підготовки гравців на різних етапах багаторічної підготовки, контролю за підготовленістю спортсменів. Удосконалення системи

підготовки та її складових (спортивного відбору в різних видах спорту, орієнтації підготовки, контролю, оцінки змагальної діяльності) ґрунтується на методологічних та теоретичних положеннях, які знайшли своє відображення в наукових працях М. С. Бриля [69], С. В. Брянкіна [71], Н. Ж. Булгакової [72], Л. В. Волкова [81], А. А. Гужаловського [91], Е. Ю. Дорошенка [97], В. М. Зациорського [104], В. О. Запорожанова [106], Т. П. Короткова [123], В. М. Корягіна [125], Р. Е. Мотилянської [167], В. Г. Нікітушкіна [170, 171], В. М. Платонова [185], Л. К. Серова [200], Р. О. Сушко [210], О. А. Топишева [217], В. П. Філіна [220], О. А. Шинкарук [237, 238, 240], А. В. Шопіна [246], В. М. Шулятьєва [247] та інших науковців. Суттєвий вклад у розробку даної проблеми зробили зарубіжні дослідники: D. Burgess [304], S. Gil [362], K. Johnston [399], K. Karpowicz [409], Z. Komadel [419], J. Torres-Unda [548], R. Vaeyens [555].

Дослідження В. З. Бабушкіна [11], М. С. Бриля [69], А. Ніколіча, В. Параносича [173] та інших науковців в ігрових видах спорту дозволили створити чітке уявлення про багатоступеневість та етапність процесу спортивної підготовки та відбору гравців. Фахівцями вказується на складність діагностики та раннього розпізнавання майбутніх талантів [81, 173, 250, 373, 404, 482, 503, 552 та ін].

Низкою дослідників доведено значущість здібностей та якостей спортсменів для визначення їх перспективності на різних етапах багаторічної підготовки: Т. Г. Артеменко [9], М. Б. Гойхман [85], Е. Ю. Дев'яткіна [94], Д. Міланович [162], Т. В. Павлова [181], Слим Риад Али [201], І. Л. Стасюк [204]; розроблено критерії для оцінювання перспективності дітей та підлітків у спортивних іграх: Г. Р. Амренова [5], А. М. Власов [79], Т. Н. Кочарян [131], О. В. Попрашаєв [188], Е. В. Федотова [218], N. Apostolidis [262], P. Vale [274], I. Basinac [285]; розкрито структуру загальних та спеціальних здібностей: В. С. Лизогуб, В. О. Пустовалов [143]; Е. Н. Лисенко [151], О. В. Попрашаєв [188], С. Е. Шутова [248]; наведено конкретні кількісні та якісні дані, які характеризують потенціал гравця:

Є. І. Гришина, Т. П. Генінг [88], С. В. Жданов [102], Г. А. Лісенчук [144], С. Г. Строкач [208], Н. П. Філатова [219], E. Vanister [279], J. Carter [308], W. Di Salvo [334], F. Erčulj [339] тощо.

Останнім часом в європейському баскетболі спостерігається тенденція щодо створення централізованих проєктів для підготовки найближчого резерву національних збірних команд. Їх метою є об'єднання зусиль держави та громадських спортивних організацій для концентрованої тривалої підготовки баскетболістів молодіжних збірних команд [61, 264, 348, 349, 403]. Подібні централізовані програми підготовки найближчого резерву з успіхом були реалізовані в Іспанії (1991), Греції (1993), Туреччині (1994), Франції (1997), Ізраїлі (2012) та інших країнах світу, що дозволило цим країнам зберегти провідні позиції в світовому баскетболі. Такий підхід до підготовки найближчого резерву збірних команд є потенційно ефективним для країн з невеликою кількістю населення та незначною кількістю дітей, які займаються видом спорту. Незважаючи на окремі національні відмінності програм організаційно-методичного та соціально-економічного характеру, вони мають схожі принципи реалізації. Особливості функціонування і управління виду спорту в державі визначають формат та характер реалізації подібних централізованих проєктів.

На сучасному етапі розвитку спорту відбувається критичне переосмислення цілої низки теоретичних і практичних положень теорії спорту. Виникає необхідність детального вивчення всіх складових системи багаторічної підготовки, серед яких особливе місце займає система підготовки спортивного резерву [6, 46, 100, 136, 153, 196, 241, 299, 505, 536].

Актуальним завданням, на наш погляд, є обґрунтування значущості та розробка централізованої концептуальної моделі підготовки найближчого резерву національних збірних команд України з баскетболу з урахуванням провідного світового досвіду, традицій вітчизняної баскетбольної школи та соціально-економічних реалій функціонування виду спорту в нашій державі.

Зв'язок роботи із науковими планами, темами. Дисертаційну роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. за темою 2.34 «Технологія відбору і орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту» (№ державної реєстрації 0113U003916), за темою 2.27. «Вдосконалення системи спортивної підготовки і змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів в сучасних умовах інтенсифікації змагальної діяльності» (№ державної реєстрації 0117U000806), за темою 2.20 «Удосконалення змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів у спортивних іграх» (№ державної реєстрації 0116U001628) та відповідно до Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2021–2025 рр. за темою 2.2 «Удосконалення підготовки до головних змагань макроциклу збірних команд України у спортивних іграх» (№ держреєстрації 0121U108185).

Внесок дисертанта, як співвиконавця тем, полягав в обґрунтуванні технології підготовки віддаленого та найближчого резерву в різних країнах світу за сучасних умов глобалізації та комерціалізації спортивних ігор, визначенні принципів та критеріїв спортивного відбору і орієнтації, обґрунтуванні механізму етапної ротації гравців в ієрархічній системі національних збірних команд, розробленні уніфікованої програми багаторічної поетапної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд.

Мета роботи: на основі теоретичного аналізу та експериментальних досліджень сформувати цілісну систему знань щодо підготовки та її складових – змагальної діяльності, спортивного відбору і орієнтації, контролю найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту для оптимізації управління багаторічною підготовкою перспективних гравців на матеріалі баскетболу.

Завдання роботи:

1. За даними літературних джерел, нормативних документів, даних мережі Інтернет та практичного досвіду здійснити системний аналіз та узагальнення з проблемних питань підготовки спортивного резерву, відбору та орієнтації їх

підготовки, контролю підготовленості спортсменів в ігрових командних видах спорту.

2. Встановити організаційно-методичні та педагогічні особливості та підходи до підготовки віддаленого та найближчого резерву в різних країнах світу за сучасних умов глобалізації та комерціалізації спортивних ігор та обґрунтувати значущість системи централізованої підготовки найближчого резерву збірних команд.

3. Визначити чинники та компоненти забезпечення централізованої підготовки національних збірних команд, перспективні напрями багаторічної підготовки найближчого резерву збірних команд.

4. Розкрити особливості системи та принципи відбору і орієнтації підготовки гравців найближчого резерву збірних команд, систематизувати та довести довгострокову значущість критеріїв відбору баскетболістів найближчого резерву збірних команд, розробити механізм етапної ротації гравців у ієрархічній системі національних збірних команд.

5. Обґрунтувати організаційні засади тренувальної та змагальної діяльності баскетболістів юнацьких збірних команд в системі багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних команд.

6. Розробити уніфіковану програму багаторічної поетапної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд та універсальний алгоритм тестування гравців в системі комплексного контролю..

7. Сформулювати основні положення, що є підґрунтям знань щодо багаторічної підготовки, відбору гравців та їх орієнтації, комплексного контролю як цілісної системи, та представити механізми їх практичної реалізації в процесі централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту.

Об'єкт досліджень: система багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових командних видах спорту.

Предмет досліджень: складові системи та засади підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту (централізована підготовка, відбір, орієнтація, контроль, побудова тренувального процесу).

Теоретико-методологічним підґрунтям досліджень стали фундаментальні положення: теорії періодизації багаторічної підготовки [66, 109, 157, 184, 295], теорії спортивних ігор [90, 138, 139, 156], багаторічної системи відбору та орієнтації підготовки [72, 91, 93, 198, 223, 231, 233, 235, 241], моделювання та прогнозування в спорті [102, 128, 130, 131, 178, 206, 331], індивідуалізації тренувального процесу [11, 70, 121, 124, 153], підготовки юних спортсменів [81, 172, 294] та спортсменів високого класу в спортивних іграх [86, 87, 98, 100, 124, 144, 150, 224], управління та контролю змагальної діяльності [84, 96, 141, 164, 298, 382, 460, 467, 481], щодо ігрової спеціалізації і універсалізації, вибору ігрових функцій [11, 173, 177, 187, 188, 202, 213, 344, 447, 550].

Методи досліджень. Загальнонаукові методи (аналіз та синтез, абстрагування, узагальнення, порівняння та співставлення, структурно-функціональний аналіз, синергійний аналіз), дозволили визначити проблемне поле дослідження, отримати загальне уявлення про ступінь розробленості зазначеної проблеми, виявлення загальних закономірностей та принципів.

Група емпіричних методів досліджень: теоретичний аналіз та узагальнення джерел науково-методичної літератури та даних мережі Інтернет; контент-аналіз; опис – використовували з метою визначення проблемних питань, які пов'язані із підготовкою найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту, та встановлення провідних чинників, які впливають на спортивну обдарованість баскетболістів в юнацькому віці; вивчення спортивних біографій гравців високого класу та особливостей їх змагальної діяльності; кількісно-якісне дослідження та аналіз документів, матеріалів для оперування фактологічною інформацією.

Соціологічні методи (опитування; анкетування, метод експертних оцінок) проводили з метою: визначення думок спеціалістів відносно актуальних проблем теорії та методики підготовки найближчого резерву національних

збірних команд, оптимального віку для початку занять баскетболом та вузької ігрової спеціалізації у команді; виявлення провідних факторів, які впливають на вибір ігрового амплуа у команді; визначення комплексу специфічних ігрових характеристик, які не піддаються об'єктивно метричному вимірюванню, проте мають значний вплив на результативність гравців. Метод експертних оцінок дозволив встановити значущість чинників та складових, що визначають ефективність централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд, інформативних критеріїв відбору та спортивної орієнтації в баскетболі.

Спортивно-педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, аналіз змагальної діяльності та педагогічне тестування), дозволили порівняти ефективність ігрових дій баскетболістів різного віку, статі, кваліфікації та амплуа, виявити та обґрунтувати інформативні критерії для оцінювання рівня підготовленості баскетболістів юнацьких збірних команд у процесі цілеспрямованої багаторічної підготовки, розробити модельно-цільові характеристики для здійснення спортивного відбору та ігрової орієнтації тощо.

Психологічні та психофізіологічні методи дослідження застосовували для визначення індивідуальної структури психологічної підготовленості баскетболістів юнацьких збірних команд, значущих для командних спортивних ігор психологічних якостей та психофізіологічних характеристик, що впливають на ефективність тренувальної і змагальної діяльності гравців.

Медико-біологічні методи дослідження (ергометрія, спірометрія, газоаналіз, пульсометрія, хронометрія, біохімічні методи досліджень, варіаційна пульсометрія, антропометрія, аналіз складу тіла), дозволили виявити рівень та структуру функціональної підготовленості баскетболістів різного віку, кваліфікації та ігрового амплуа, їх антропометричні дані, реакцію серцево-судинної системи на тренувальні та змагальні навантаження в рамках тривалого та щільного ігрового сезону, а також у період безпосередньої підготовки юнацьких збірних команд для участі в офіційних міжнародних турнірах.

Методи математичної статистики було застосовувано для опрацювання експериментального матеріалу з використанням пакета стандартних програм (MS Excel; Statistica 10.0).

Наукова новизна роботи полягає в тому, що вперше:

- сформовано систему знань, що розглядає багаторічну підготовку, відбір гравців та їх орієнтацію, контроль їх підготовки як цілісну систему централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту, та доведено її значущість для реалізації на практиці на якісно новому рівні з урахуванням сучасних тенденцій розвитку спортивних командних ігор;
- обґрунтовано теоретико-методичні засади централізованої етапної підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту та розроблено багаторічну програму організації навчально-тренувальної та змагальної діяльності гравців юнацьких збірних команд з баскетболу;
- розроблено уніфіковану програму техніко-тактичної та фізичної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд;
- розроблено та апробовано критерії відбору баскетболістів під час підготовки найближчого резерву збірних команд та визначено їх довгострокову значущість;
- обґрунтовано педагогічні та організаційно-методичні засади, принципи відбору гравців у національні збірні команди різних вікових категорій;
- розроблено поетапний механізм селекції та алгоритм зворотної ротації спортсменів в ієрархічній системі інституту національних збірних команд, представлено технологію перманентного моніторингу потенційних кандидатів в умовах навчально-тренувальної і змагальної діяльності;
- обґрунтовано багаторівневу модель ігрової спеціалізації баскетболістів та визначено провідні фактори під час вибору ігрового амплуа;
- розроблено та впроваджено уніфіковану програму техніко-тактичної підготовки гравців юнацьких національних збірних і представлено покроковий

механізм її реалізації за роками в системі централізованої підготовки, та в ході проведення короткострокових тренувальних циклів та спеціалізованих зборів;

➤ визначено багаторічну динаміку становлення вищої спортивної майстерності в баскетболі та особливості підготовки гравців на різних стадіях багаторічного вдосконалення;

➤ розроблено багатоетапний алгоритм безпосередньої підготовки команди до змагань із конкретним суперником, що вирішує завдання ігрових налаштувань та переважний вибір організаційно-тактичних дій команди в захисті та нападі з урахуванням переваг та недоліків опонента;

➤ доведено найбільш сприятливі зони демонстрації найвищих спортивних результатів гравців у баскетболі та значущість змагань серед юнаків та юніорів під час формування найближчого резерву;

➤ обґрунтовано механізм комплексного контролю за тренувальними та змагальними навантаженнями баскетболістів кадетських та юніорських збірних команд у системі багаторічної підготовки найближчого резерву та розроблено універсальний алгоритм (протокол) тестування гравців національних збірних команд різних вікових категорій, встановлено чіткі критерії оцінювання ефективності їх виконання;

➤ підтверджено та доповнено новими даними співвідношення сил на міжнародній баскетбольній арені, тенденції розвитку світового баскетболу, роль окремих факторів під час підготовки спортивного резерву в провідних баскетбольних країнах світу, організаційно-методичні особливості підготовки найближчого резерву в ігрових командних видах спорту в різних країнах світу;

➤ розширено відомості про структуру змагальної діяльності в ігрових командних видах спорту, доповнено та уточнено дані щодо провідних компонентів структури змагальної діяльності баскетболістів високої кваліфікації різного ігрового амплуа та систем оцінки змагальної діяльності в баскетболі;

➤ доповнено та розширено знання щодо особливостей підготовки баскетболістів на різних етапах багаторічного вдосконалення, багаторівневої

системи відбору та орієнтації, моделювання та прогнозування, методики контролю та оцінювання змагальної діяльності.

Практична значущість дисертаційної роботи полягає у тому, що на основі теоретичного аналізу та експериментальних досліджень створено передумови для формування цілісної системи знань щодо централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту. Обґрунтовано та впроваджено в навчально-тренувальний процес збірних юнацьких команд з баскетболу вікових категорій U14–U20, уніфіковано програми техніко-тактичної та фізичної підготовки, критерії відбору та ігрової орієнтації, модельні характеристики різних сторін підготовленості, алгоритм комплексного контролю.

Результати дослідження увійшли до навчальної програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю (Київ, 2019) [15].

Теоретичні положення та практичні рекомендації з підготовки віддаленого та найближчого резерву впроваджено у діяльність громадської організації – Федерація баскетболу України (2016–2021 рр.), у практику роботи БК «Київ-Баскет», (Київ, 26.07.2019), про що свідчать відповідні акти (Додатки Г, Д, ...).

Основні положення дисертаційної роботи впроваджено в освітній процес в ході викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту (спеціалізація – баскетбол) на кафедрі спортивних ігор НУФВСУ, в програму курсів підвищення кваліфікації тренерів Федерації баскетболу України, в програму занять ліцензійних курсів категорії відповідно до навчальних програм ФБУ (Додаток Г).

Публікації. Наукові результати дисертації висвітлено в 47 наукових публікаціях: 26 статей у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, одна з яких проіндексована у базі даних Scopus (Q2), одна стаття у періодичному науковому виданні Румунії, проіндексованому в базі

даних Scopus (Q4); дві статті у періодичних наукових виданнях США, проіндексованих в базі даних Scopus (Q2 і Q3); одна монографія; 11 публікацій апробаційного характеру; 10 публікацій додатково відображають наукові результати дисертації (Додаток А).

Особистий внесок здобувача в спільні публікації полягає в постановці проблеми, визначенні мети, завдань та виборі методів дослідження, статистичному аналізі та інтерпретації отриманих результатів, підготовці матеріалів до друку. Внесок співавторів визначається участю в організації досліджень окремих наукових напрямів, допомогою в обробленні матеріалів та частково в обговоренні.

Апробація результатів дисертації. Основні положення й результати дослідження оприлюднено на: VIII–XIII Міжнародних конференціях «Молодь та олімпійський рух» (Київ, 2015–2021); I Міжнародній науково-практичній конференції, присвяченій 41-й річниці заснування Таджикського інституту фізичної культури імені Саїдмуміна Рахімова (Душанбе, 2012); Congresul Științific Internațional ”Sport. Olimpism. Sănătate” (Кишинев, 2019); X Міжнародній науково-практичній конференції «Фізична культура, спорт та здоров’я нації» (Вінниця, 2019); I-III Міжнародних конференціях «Сталий розвиток і спадщина у спорті: проблеми та перспективи» (Київ, 2017–2020); Міжнародній науково-практичній конференції «Здоров’я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кращі практики» (Київ, 2019); III Міжнародній науково-практичній конференції «Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України» (Київ, 2019); I Всеукраїнській науково-практичній інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи» (Дніпро, 2016); VI Всеукраїнській науково-практичній конференції «Індивідуальні психофізіологічні особливості людини та професійна діяльність» (Черкаси, 2017); II Всеукраїнській електронній науково-практичній конференції з

міжнародною участю «Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії» (Київ, 2019) (Додаток Б).

Результати досліджень представлено на ліцензійних курсах для тренерів Федерації баскетболу України категорії «PRO» (Київ, 2018–2019), категорій «А» та «В» (Київ, 2018–2019; Одеса, 2018–2019; Рівне, 2018–2019; Суми, 2019; Харків, 2018–2019; Львів, 2019; Запоріжжя, 2019; Кам'янське, 2019), а також у дистанційному форматі для тренерів категорій «В», «А» та «PRO» з використанням сучасних комунікаційних платформ (2020–2022).

Структура та обсяг роботи. Дисертаційна робота містить анотацію, список публікацій здобувача за темою дисертації, зміст, перелік умовних скорочень, вступ, вісім розділів та висновки до них, загальні висновки, список використаних джерел, додатки. Обсяг основного тексту дисертації становить 403 сторінки. Цифровий матеріал дисертації ілюстровано 18 таблицями та 87 рисунками. Список використаних джерел становить 577 найменувань, з яких 249 – кирилицею та 328 – латиницею.

РОЗДІЛ 1

ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ В ІГРОВИХ ВИДАХ СПОРТУ ПІД ЧАС ФОРМУВАННЯ КОМАНД НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ

1.1. Формування теоретико-методологічних основ процесу багаторічної підготовки спортивного резерву в ігрових командних видах спорту

Стрімкий розвиток досягнень у світовому спорті вимагає постійного пошуку ефективних засобів та методів підготовки, вдосконалення технології підготовки спортивного резерву на всіх етапах багаторічного вдосконалення. Відомо, що основи майбутніх успіхів закладаються в дитячому та юнацькому спорті. Підготовка спортивного резерву – це багаторічний та складний процес, ефективність якого багато в чому залежить від успішної реалізації та послідовності вирішення стратегічних завдань на кожному із етапів багаторічної підготовки. Сьогодні в провідних країнах світу ведуться цілеспрямовані дослідження, спрямовані на наукове обґрунтування та подальше вдосконалення системи підготовки спортсменів у дитячо-юнацькому спорті [110, 172, 241, 294, 318, 464, 505].

Престижність ігрових видів спорту у всьому світі, їх комерційна привабливість та видовищність, обумовлюють високій рівень конкуренції на міжнародних спортивних змаганнях серед клубних команд та національних збірних [67, 73, 186, 211, 212]. З кожним роком втрутитися у боротьбу за найвищі нагороди на головних міжнародних змаганнях з футболу, баскетболу, хокею та інших спортивних іграх стає все важче. Гранди світового футболу та баскетболу мають можливість сконцентрувати в складах своїх команд найсильніших гравців планети, загальна трансферна вартість яких нині досягає сотні мільйонів доларів, і ця динаміка з кожним роком демонструє тенденцію до постійного зростання. Звичайно, подібний стан речей безпосередньо впливає на розвиток спортивних ігор та на прагнення спеціалістів у багатьох країнах

світу підвищити рівень виступів власних спортсменів на престижних змаганнях та забезпечити всі необхідні умови для якісної багаторічної підготовки віддаленого на найближчого резерву.

Багаторічні успішні виступи на міжнародній спортивній арені малоймовірні без наявності високоефективної системи підготовки спортивного резерву на всіх етапах багаторічного вдосконалення [6, 100, 136, 221, 406, 489].

Своєчасна підготовка талановитої молоді є ключовою умовою майбутніх успішних виступів національних збірних команд. Непоодинокими є випадки, коли після багатьох років тріумфальних виступів команда випадає із когорти найсильніших, і можливою причиною цього може бути те, що своєчасно не був підготовлений гідний резерв нинішньому поколінню спортсменів.

Для підготовки гравця високого класу в ігрових видах спорту може знадобитися до п'ятнадцяти років цілеспрямованої роботи. Досягнувши зони найвищих спортивних результатів, яка в багатьох ігрових видах спорту охоплює віковий період від 23 до 32 років, гравець представляє собою особливу цінність для професійних клубів та національної збірної команди своєї країни [23, 39, 187, 274].

Завдяки фундаментальним працям Т. Бомпи [65], А. П. Бондарчука [66], В. Б. Іссуріна [110], Л. П. Матвєєва [157], М. Г. Озоліна [176], В. М. Платонова [184], та інших відомих вітчизняних та зарубіжних фахівців, було сформовано наукову концепцію періодизації багаторічної підготовки, яка отримала сьогодні значне поширення під час підготовки спортсменів в різних видах спорту. Суть даної концепції полягає у представленні підготовки резерву від початкових етапів багаторічного вдосконалення до рівня вищих досягнень у вигляді єдиного багатоступеневого процесу, який підпорядковується важливим, об'єктивно існуючим закономірностям.

При цьому багаторічний процес підготовки спортсменів, включаючи всі його етапи, необхідно орієнтувати на вирішення стратегічних (підсумкових) завдань, які пов'язані із пошуком та раціональною підготовкою спортсменів, які зможуть проявити себе на рівні спорту вищих досягнень. Саме такий підхід

створює необхідні умови для системної, планомірної підготовки віддаленого та найближчого спортивного резерву і забезпечує ефективне вирішення специфічних (адекватних віку та закономірностям становлення майстерності) завдань на кожному із етапів багаторічного вдосконалення.

У сучасній теорії спорту багаторічну підготовку прийнято розглядати у вигляді тривалого та складного процесу, всі елементи якого взаємопов'язані та взаємообумовлені і підпорядковані стратегічному завданню планомірної підготовки спортсменів для досягнення максимальних спортивних результатів у спорті вищих досягнень [110, 137, 172, 184].

Об'єктивні закономірності та принципи становлення вищої спортивної майстерності в системі багаторічного вдосконалення становлять зміст теорії періодизації багаторічного підготовки. Такої позиції чітко притримуються спеціалісти, які займалися розробкою фундаментальних положень теорії юнацького спорту та побудови багаторічної підготовки спортсмена [157, 184].

Як вважає В. М. Платонов [185], головним критерієм ефективності багаторічної підготовки має бути найвищий спортивний результат, який досягнуто в оптимальних вікових межах для певного виду спорту. І жодні зовнішні фактори не повинні порушувати раціонально побудований процес багаторічного вдосконалення. Перш за все, тут необхідно повністю усунути прагнення до спортивних досягнень в дитячо-юнацьких змаганнях шляхом ранньої спеціалізації та використання в тренувальному процесі обсягів роботи, засобів та організаційних форм підготовки, які є характерними для підготовки дорослих спортсменів високого класу [65, 172, 185, 294, 333, 498, 526].

Нині в спортивній науці сформувалось чітке уявлення щодо загальної структури, змісту та визначальних принципів побудови процесу підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного вдосконалення. Завдяки фундаментальним працям відомих вітчизняних та зарубіжних фахівців [76, 77, 80, 109, 158, 184, 294] розгалужені знання, гіпотези та окремі факти з проблеми періодизації багаторічної підготовки набули методологічної стрункості. Сформована своєрідна ієрархія знань, універсальна теоретико-

методична конструкція, яка відображає основні ланки процесу багаторічної підготовки спортсменів і спирається на існування об'єктивно існуючих закономірностей спортивно-педагогічного характеру та біологічних особливостей формування багаторічної адаптації людського організму для успішної спортивної діяльності. В рамках сформованої системи знань подальшої деталізації потребують лише дослідження, які спрямовані на поглиблений пошук механізмів оптимізації підготовки в рамках конкретних структурних ланок загальної системи (як приклад, на етапах збереження та поступового зниження досягнень).

На думку В. М. Платонова [185], у сучасній багаторічній підготовці спортсменів чітко простежуються дві принципово різні частини, або стадії. У першій із них здійснюється планомірна багаторічна підготовка спортсменів від початку занять спортом до досягнення найвищих результатів. Весь зміст підготовки в цій частині має бути підпорядкований створенню умов для повної реалізації задатків та здібностей спортсменів в оптимальній для конкретного виду спорту віковій зоні, усуненню причин, які можуть порушити закономірний хід цього процесу. Зовсім інша ситуація складається зі спортсменами, які вийшли на рівень вищих досягнень та досягли успіхів на міжнародній спортивній арені. У цих спортсменів на перший план виходить вже не планомірна підготовка до демонстрації найвищих результатів, а експлуатація досягнутого рівня спортивної майстерності в численних змаганнях.

Раціональне планування багаторічної підготовки багато в чому пов'язане із встановленням точних вікових меж, в рамках яких зазвичай і демонструються найвищі спортивні результати в різних видах спорту та його окремих дисциплінах. На сьогодні, в процесі багаторічної підготовки, прийнято виділяти такі вікові межі: перших великих успіхів; оптимальних можливостей; підтримання високих спортивних результатів.

Як зазначає В. Г. Нікітушкін [171], досягнення спортсменів, які планують свої найкращі спортивні результати в оптимальному для цього віковому

діапазоні, зазвичай характеризуються високим та стабільним рівнем. І навпаки, численні дані свідчать про нетривалість спортивного довголіття тих дітей, підлітків та юнаків, які здійснили швидкий крок до відносно високих спортивних результатів в ранньому віці на основі передчасної поглибленої спеціалізації та форсування тренувального процесу.

Про важливість врахування в системі багаторічної підготовки оптимальних вікових меж та особливостей становлення спортивної майстерності на різних етапах підготовки вказує і В. В. Ніколаєнко [172]. Багато в чому це, на думку автора, обумовлено дією різноманітних специфічних факторів, характерних для конкретної спортивної діяльності, таких, як структура змагальної діяльності та підготовленості, закономірності становлення вищої майстерності й формування довгострокових адаптаційних реакцій до тренувальних та змагальних навантажень тощо. Саме ці фактори, на думку автора, і визначають такі важливі компоненти багаторічної підготовки як сприятливий вік для початку занять спортом та досягнення найбільших успіхів, загальну тривалість багаторічної спортивної підготовки та її окремих етапів, вікову динаміку становлення спортивної майстерності та ін.

Важливим напрямом подальшого розширення та вдосконалення системи знань, пов'язаних із теорією періодизації багаторічної підготовки, є врахування сучасних тенденцій розвитку різних видів спорту та поглиблення знань щодо особливостей підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного вдосконалення.

Розширення науково-методичних основ підготовки спортсменів, організаційні зміни в сфері спорту вищих досягнень та накопичений практичний досвід потребують постійного врахування і вдосконалення положень, які лежать в основі раціональної побудови періодизації багаторічної підготовки спортсменів. Важливо розуміти, що сучасні уявлення про структуру тренувань не можуть розглядатися в догматичному форматі. Вони постійно трансформуються та вдосконалюються, про що свідчать дослідження передової спортивної науки та практичний досвід провідних атлетів сучасності.

Система підготовки спортсменів в ігрових видах спорту є складним та багатофакторним процесом, загальна тривалість якого може досягати 20–30 років роботи, спрямованої на планомірну підготовку юних спортсменів та подальше забезпечення необхідних умов для тривалої високоефективної спортивної діяльності на заключних етапах багаторічного вдосконалення. Багаторічний розвиток спортсменів в ігрових видах спорту, на думку M. Trninić et al. [553], є багатомірним та пластичним процесом, який перебуває під прямим впливом генетичного потенціалу індивідуума та залежить від організаційно-методичних умов спортивної підготовки і системи спортивних змагань, а також соціального та спортивного середовища. Змінюючись від одного віку спортсмена до іншого, процес багаторічної підготовки відзначається тим, що між попередніми і наступними роками існує визначений взаємозв'язок і підсумки одного року стають основою для підготовки у наступному році [185, 241].

На сучасному етапі розвитку теоретико-методичних знань багаторічну підготовку спортсменів прийнято розподіляти на дві, відносно самостійні стадії – становлення вищої спортивної майстерності та реалізації вищої майстерності [185]. Для підготовки гравця високого класу в спортивних іграх в рамках першої стадії може знадобитися від 10 до 15 років цілеспрямованої роботи [61, 136, 187, 550]. При цьому, майже третина цього часу (від 3 до 5 років) витрачається на поступову адаптацію молодих гравців (17–21-річних) до сучасних вимог спорту вищих досягнень. Не всі спортивні клуби сьогодні готові вирішувати цю проблему, віддаючи перевагу залученню у команду вже досвідчених та відомих спортсменів, які були підготовлені на базі інших команд.

Запропоновані В. М. Платоновим [185] дві стадії багаторічної підготовки в спортивних іграх, на наш погляд, можуть мати дещо модифікований вигляд. Першу стадію багаторічної кар'єри (становлення вищої спортивної майстерності) в командних іграх умовно можна розподілити на дві частини. Перша частина (базова підготовча, перші три етапи багаторічної підготовки)

охоплює період навчання в дитячо-юнацьких спортивних школах (або приватних академіях та клубах), який приходить на вік від 6–7 до 16–17 років та співпадає з навчанням дітей в загальноосвітніх установах. В рамках даної частини, основна робота спрямована на формування важливого функціонального та рухового фундаменту, створення необхідного арсеналу техніко-тактичних навичок та ін.

Друга частина першої стадії (перехідна) представляє складний процес поступового переходу гравців із дитячого та юнацького спорту в спорт вищих досягнень. Саме на цьому етапі завершує свою кар'єру велика кількість гравців, які так і не змогли вийти на професійний рівень. Спортсмени у віці 16–21 рік зіштовхуються з великою кількістю абсолютно нових для себе стрес-факторів (психологічне напруження, змагальні та тренувальні навантаження, необхідність постійно вести боротьбу за місце у складі команди з більш віковими та досвідченими гравцями, жорсткий відбір та ін.). Молоді гравці, потрапляючи в нові для себе умови, вимушені постійно доводити свою перспективність та демонструвати неупинний прогрес, перебуваючи при цьому більшу частину ігрового часу на лаві запасних та виступаючи за молодіжні склади команди.

Друга стадія багаторічної підготовки (розвиток та реалізації вищої майстерності) охоплює тривалий період вступів на рівні професійних клубів та національних збірних команд. Це період численних трансферів і змін клубів та чемпіонатів. Окремим гравцям вдається відіграти на високому рівні на даному етапі більше ніж п'ятнадцять сезонів.

Фахівцями зі спортивних ігор сьогодні накопичено великий обсяг цінних науково-методичних напрацювань, пов'язаних із підготовкою спортсменів на різних етапах багаторічної кар'єри. Попри різну формальну назву етапів та їх кількість, що спостерігається у працях вітчизняних [100, 136, 172, 187, 205] та зарубіжних фахівців [276, 427, 552, 553], зміст та принципові положення самої підготовки є універсальними та незмінними.

Підготовка початківців повинна характеризуватися позитивним емоційним фоном. Необхідно використовувати різноманітні засоби та методи, доцільно застосовувати вправи та окремі рухи з інших видів спорту. Під час підготовки на даному етапі посилюється інтерес, мотивація та готовність продовжувати тренування в обраному виді спорту [110].

На думку фахівців [136, 153, 172, 185, 294], на даному етапі багаторічної підготовки не варто планувати тренувальні заняття зі значними фізичними та психічними навантаженнями, які передбачають використання монотонного матеріалу. Одноманітна тривала робота, яка призводить до глибокого виснаження та тривалого відновлення на перших двох етапах багаторічної підготовки неприпустима, у тому числі й у зв'язку із ризиком перевтоми та перетренованості.

У цей період часу у юного спортсмена закладається різностороння технічна база, яка передбачає оволодіння широким комплексом різноманітних рухових дій. Такий підхід – основа для майбутнього технічного вдосконалення [65, 107, 110, 172, 185]. В ігрових видах спорту вже на початкових етапах багаторічного вдосконалення виконання технічних елементів (передач, зупинок, ведення та ін.) повинно поєднуватись із оволодінням елементарними тактичними діями (переміщення та ін.), які є передумовою для подальшого навчання більш складним груповими та командними взаємодіям у нападі та захисті.

Вже на даному етапі підготовки В. Б. Іссурін [110] рекомендує планувати участь дітей у змаганнях, уточнюючи при цьому, що йдеться про використання різноманітної змагальної програми та обмеженої кількості таких виступів. Вочевидь, участь у змаганнях у такому ранньому віці може сприйматися лише як додатковий мотиваційний фактор для подальших тренувань. У таких ранніх змаганнях повинні брати участь всі діти без винятку, без жодного натяку на підсумковий спортивний результат. Змагання необхідно проводити за спрощеними правилами, на менших за розмірами майданчиках, на меншій

висоті кошика (у футболі воріт та ін.) та меншій кількості гравців, що одночасно беруть участь у грі тощо.

Програма змагань на початкових етапах багаторічної підготовки повинна кардинально відрізнитися від програми змагань для дорослих спортсменів, характеризуватися емоційністю та різноманіттям, вирішувати завдання контролю за якістю підготовки, розвивати прагнення юних спортсменів до змагальної діяльності.

При меншому форматі гри діти виконують більше передач м'яча, ведення та кидків у кошик, більше разів переходять від захисту до нападу, а спрощені тактичні умови роблять процес гри більш простішим для прийняття рішень, гру візуально зрозумілою для дітей [172]. Однак навіть за спрощених умов змагальної діяльності в цьому віці, при меншій кількості гравців, діти все одно концентруються навколо м'яча заважаючи один одному і не використовують усієї ширини майданчика для гри.

Суттєвим недоліком ранньої участі дітей у змаганнях, на нашу думку, може бути те, що рівень володіння базовими технічними навичками і прийомами гри є дуже низьким та нестабільним. В умовах емоційного характеру гри, який для багатьох дітей є стресовим середовищем, незакріплені початкові рухові вміння можуть виконуватись зі значними помилками. Природне бажання дітей перемогти в грі і відзначитися вдалим діями призводить до шкідливої примітивізації змагальної діяльності, яка спрямована на пошук найлегших шляхів для виконання результативних дій (закидання м'яча у передову зону в баскетболі, часто із викривленням техніки виконання цієї передачі, намагання забити гол після розіграшу стандартного положення в футболі, часто з далеких відстаней, тощо).

Тренувальний заняття на початкових етапах багаторічного вдосконалення потрібно будувати із розрахунку того, що після виконання короточасних інтенсивних вправ організм дітей відновлюється набагато швидшими темпами, ніж організм дорослої людини [81, 268, 353, 505]. Діти швидше відновлюються і після окремих тренувальних занять, тривалість яких на даному етапі

підготовки не повинна перевищувати 60 хв. На першому та другому етапах багаторічної підготовки важливо знайти форми проведення занять, які б стимулювали пізнавальну діяльність, ініціативу та прояв індивідуальності юних спортсменів [153, 172].

На думку фахівців [136, 185, 187], протягом етапу попередньої базової підготовки дитячий організм є досить чутливим для розвитку координаційних здібностей та вдосконалення технічної майстерності. У цей віковий період діти повинні повністю оволодіти базовими техніко-тактичними рухами та вміти використовувати основні прийоми в грі.

Принципово важливим моментом стратегії підготовки на початкових етапах навчання є знаходження оптимального співвідношення між техніко-тактичною і фізичною підготовкою. Техніко-тактичне вдосконалення повинно бути не тільки максимально різноманітним і не допускати формування жорстких рухових навичок, а й знаходитись на відповідному рівні розвитку рухових якостей. Не можна допускати форсування фізичної підготовки, перш за все силової, з метою оволодіння технічних прийомів з високою значущістю силового компонента [172, 294, 427].

Тренування на етапі попередньої базової підготовки повинні відрізнитися використанням різноманітних засобів та методів тренувань. Часто спортсмени можуть поєднувати заняття різними ігровими видами спорту (футбол, баскетбол, гандбол тощо). Відомо, що такий підхід з різносторонньої підготовки юних спортсменів з успіхом використовувався в колишній Югославії, яка протягом тривалого періоду часу (1970–1990 роки) займала провідні позиції на міжнародній спортивній арені в багатьох ігрових видах спорту.

Особливу увагу на цьому етапі потрібно звертати на розвиток різноманітних форм прояву швидкості, а також координаційних здібностей та гнучкості. В умовах природного високого темпу приросту фізичних здібностей недоцільно планувати великі фізичні навантаження, які мають гострий вплив – комплекси вправ з високою інтенсивністю та нетривалими паузами відпочинку,

відповідальні змагання тощо. Значну увагу під час навчально-тренувального процесу необхідно приділяти усуненню функціональної асиметрії та вдосконалювати можливість спортсмена використовувати під час гри «слабшу» руку (або ногу).

Участь у змаганнях, на думку багатьох фахівців [110, 185, 172, 187], на даному етапі багаторічного вдосконалення стає обов'язковою частиною загальної підготовки юних спортсменів, тому що надає можливість оцінити рівень техніко-тактичних і психологічних здібностей, які повинні перебувати у центрі уваги. Метою участі в змаганнях є не досягнення високих спортивних результатів, а формування у спортсмена бажання змагатися, формування звички порівнювати свої власні досягнення із досягненнями інших спортсменів. Змагання повинні будуватися на різноманітному матеріалі та мати виключно контрольню-підготовчий характер [185].

Одна із головних дискусій серед фахівців сьогодні розгорнулася навколо питання оптимальної кількості та формату проведення змагань для дітей у цьому віці. Так, наприклад, В. В. Ніколаєнко [172] вважає що замість тривалого чемпіонату доцільніше організувати короткочасні турніри – на один, два, три дні або більше. Така структура змагань знижує, на думку автора, значущість кінцевого результату, і, як наслідок, діти не опиняються в стані стресу, розслаблюються і підвищують свій творчий потенціал.

Іншої точки зору притримуються литовські фахівці на чолі із К. Matulaitis [454], які вважають що вже в цьому віці юні баскетболісти повинні брати участь в регулярному сезоні із додатковими змаганнями, організованими за типом короткострокового турніру.

Суттєво відрізняється і рекомендована кількість офіційних змагань для дітей в цій віковій категорії. Попри значне збільшення змагальної підготовки в тренувальному процесі та участі юних спортсменів в офіційних іграх, не варто забувати, що головною їх рисою повинно бути навчання, здобуття досвіду та перенесення здобутих на тренуваннях навичок та вмінь в реальні умови ігрової діяльності.

Спортивні змагання не повинні втрачати своєї переважної освітньої та контрольно-підготовчої спрямованості і на наступному етапі багаторічної підготовки – спеціалізованої базової підготовки, адже в цей період активного розвитку та дозрівання організму відбуваються значні зміни в рівні підготовленості та майстерності юних спортсменів.

Етап підготовки характеризується значним підвищенням фізичних та ігрових навантажень. Значно збільшується роль тактичної підготовки. На попередніх етапах переважна більшість тренувальних годин відводилася загальному розвитку організму та технічній підготовці. В деяких країнах світу до віку 13–14 років тактичні взаємодії гравців, які використовуються в дорослому баскетболі (PNR, зонна система захисту тощо), забороняють офіційно. Тобто основну увагу необхідно сконцентрувати на базовій різноманітній підготовці.

Звісно, що за умови збільшення в навчально-тренувальному процесі складного матеріалу тактичної підготовки одразу ж стають помітні інтелектуальні ігрові здібності спортсменів та їх здатність до подальшого вдосконалення. У цей період можуть проявлятися такі здібності і якості, які знаходились у рудиментарному стані на попередніх етапах підготовки. Баскетболісти, які були найрозвинутішими на попередніх етапах, можуть втратити свою перевагу і зупинитися за крок від спорту вищих досягнень.

На думку В. В. Ніколаєнка [172], в пубертатний період розвитку навіть при відповідальному відношенні до тренувань та адекватних тренувальних навантажень у підлітків може спостерігатися певна стабілізація досягнень, відсутність приросту спортивних результатів. Внаслідок чого тренери часто можуть відсіювати цей контингент, не розуміючи, що в перспективі, зазвичай, після завершення пубертатного періоду, спортсмен робить різкий стрибок у своїх досягненнях і починає значно випереджати своїх однолітків, які мали більш ранній тип дозрівання (як морфо-функціонального, так і інтелектуально-рухового).

Саме на даному етапі багаторічної підготовки доцільно розпочинати ігрову спеціалізацію, яка повинна визначити найбільш доцільні напрями використання індивідуальних можливостей кожного спортсмена для інтересів команди. Однак ця ігрова спеціалізація не повинна мати вузький характер, визначається лише переважна спрямованість дій гравця (лінія нападу або захисту) із подальшим поглибленням та диференціюванням функцій з урахуванням тих здібностей, які повністю проявляються у період остаточного дозрівання організму.

Не можна не погодитися із думкою В. Б. Іссуріна [110], який вказує на те, що не дивлячись на значний технічний та руховий потенціал, юніори на цьому етапі все ще біологічно незрілі (залишаються дітьми), і використання для них максимальних навантажень повинно бути обмеженим. Зокрема, автор вважає, що використання високоінтенсивних анаеробних гліколітичних вправ потребує повного контролю за їх виконанням, адже юніори можуть бути занадто честолюбні на тренуваннях, але недостатньо досвідчені у самостійному регулюванні метаболічних та м'язових реакцій.

Погоджується із цією думкою і К. С. Сарасанія [172], який вважає, що у віці 14–17 років потрібно виключати із тренувального процесу тренувальні заняття в яких спортсмени виходять на пульс $170\text{--}190 \text{ уд}\cdot\text{хв}^{-1}$. Пояснюється це тим, що в даному віці продовжується інтенсивний розвиток серцево-судинної системи і фізичні навантаження в таких пульсових режимах можуть провокувати розвиток такої патології, як «дефект діастолі» в міокарді. Однак незрозумілим залишається, яким чином можна реально регулювати ці пульсові діапазони, які пропонує автор, протягом тренувальних занять і особливо в офіційних іграх, адже в молодому віці реактивність серцево-судинної системи є набагато вищою ніж у дорослих спортсменів, і на рівень пульсу $170 \text{ уд}\cdot\text{хв}^{-1}$ гравець 14–15-річного віку може вийти після декількох ігрових прискорень (відбір м'яча, швидкій перехід в атаку тощо).

Під час підготовки на даному етапі важливо звертати увагу на систематичну роботу над вдосконаленням технічних навичок. Завершення

пубертатного періоду, яке в багатьох випадках припадає на етап спеціалізованої базової підготовки, характеризується інтенсивним зростанням довжини та маси тіла спортсменів. Технічні дії, які були відпрацьовані при інших антропометричних параметрах, потребують певної перебудови та приведення у відповідність з новими тотальними розмірами тіла. Саме тому, на думку В. В. Ніколаєнка [172, 555], на даному етапі підготовки необхідно планувати великий обсяг різноманітних рухових завдань спеціально-підготовчого характеру, які забезпечують ефективне технічне вдосконалення.

Орієнтація на високий спортивний результат, завоювання призових місць на юнацьких змаганнях регіонального, всеукраїнського та міжнародного масштабу, є помилковою. Для оцінювання ефективності підготовки спортсменів в ігрових видах спорту, на наш погляд, у цьому віці доцільно використовувати показники технічної і тактичної підготовленості юного спортсмена, прояв специфічних інтелектуально-рухових знань та вмінь, які відображають саме ігрові здібності спортсмена, адекватний віку розвиток фізичних здібностей і функціональних можливостей, які забезпечують успішність змагальної діяльності у високоінтенсивних інтервальних (перервних) режимах спортивних ігор, готовність юного спортсмена до перенесення великих фізичних навантажень наступних етапів багаторічного вдосконалення, емоційну та психологічну налаштованість на цілеспрямовану багаторічну підготовку та успішні виступи у спорті вищих досягнень.

Постійний пошук механізмів оптимізації процесу підготовки на базових етапах спортивної кар'єри є одним із найбільш ефективних шляхів для вдосконалення всієї системи багаторічної підготовки в ігрових видах спорту. Відчутних успіхів останнім часом у даному напрямі досягли в багатьох баскетбольних країнах світу (Іспанія, Франція, Ізраїль, Нідерланди, Литва, Сербія, Хорватія та ін.), що проявляється в регулярній підготовці молодих талановитих спортсменів, у тому числі й у професійні баскетбольні клуби НБА, та успішних виступах молодіжних і національних збірних команд на міжнародній арені. Позитивний досвід багаторічної підготовки юних

спортсменів в різних країнах світу має стати предметом детального вивчення та аналізу на предмет можливого перенесення в практику підготовки вітчизняних спортсменів з урахуванням реалій українського спорту та традицій власної «спортивної школи» [57, 61, 149, 348].

Існують й інші точки зору щодо пріоритетних шляхів покращення процесу підготовки юних спортсменів в ігрових видах спорту. Так, наприклад, І. Г. Максименко [153] вважає, що однією із головних проблем підготовки дітей в спортивних іграх, на перших трьох етапах багаторічного вдосконалення, є «недостатня адаптація» та перенесення фундаментальних положень підготовки спортсменів, які були розроблені на базі циклічних видів спорту (плавання, легка атлетика та ін.). Такий висновок, на наш погляд, є досить суперечливим та дискусійним. У своєму дисертаційному дослідженні автор вказує на те, що в ігрових видах спорту, на відміну від циклічних, співвідношення роботи на перших трьох етапах багаторічного вдосконалення за основними видами підготовки, не відповідає рекомендованим у спеціальній літературі параметрам. Вказується на перенасиченість змагальною діяльністю в юнацькому віці та багато інших недоліків. Аналіз нормативних документів (навчальні програми для ДЮСШ), що регламентують підготовку юних спортсменів в нашій державі, показав приблизно однаковий розподіл тренувальних годин за основними видами підготовки у футболі та у бігових дисциплінах легкої атлетики. Схожий розподіл спостерігається і для інших ігрових видів спорту (баскетбол, гандбол та ін.). Велика кількість змагань в дитячо-юнацькому віці в спортивних іграх сьогодні дійсно має місце і може негативним чином впливати на багаторічну планомірну підготовку спортивного резерву. В даному питанні важко не погодитися і з І. Г. Максименко та з іншими фахівцями зі спортивних ігор, які неодноразово вказували на цю проблему [170, 172, 185]. При цьому основний негативний ефект від подібної змагальної діяльності швидше за все обумовлюється не кількістю ігор протягом навчального року, а їх характером та націленістю на досягнення спортивного результату, який сьогодні в нашій державі (згідно з існуючими нормативними вимогами атестації тренерів)

впливає на підтвердження професійного статусу тренера та отримання ним категорійних переваг.

Не можна порівнювати циклічні види спорту з ігровими та рекомендувати останнім кількісні параметри змагальної діяльності протягом року, які характерні, наприклад, для плавання або легкої атлетики. Спортивні ігри мають зовсім іншу сутнісну складову, яка заснована на ігровій, комунікативній діяльності. Кількість змагань у спортивних іграх є набагато більшою порівняно із циклічними видами спорту і у спорті вищих досягнень. Ігрова діяльність у спортивних іграх є одним із основних джерел для навчання та вдосконалення вмінь та навичок, і розумне використання ігрової практики у дитячо-юнацькому віці є потужним стимулом для всебічного розвитку дітей та формування їх спортивної майстерності.

Відомий російський фахівець В. Г. Нікітушкін [170] вважає, що вже з першого етапу багаторічної підготовки різні види спорту повинні відрізнятися за співвідношенням основних видів робіт. Спортивні ігри та єдиноборства, які мають складну структуру змагальної діяльності та характеризуються тривалим періодом оволодіння технічними та тактичними навичками, повинні вже з перших етапів мати більшу частку технічної і спеціальної підготовки. І якщо для циклічних видів спорту автор пропонує розпочати підготовку із співвідношення 70 на 30 % з перевагою загальнопідготовчих вправ, то для спортивних ігор та єдиноборств це співвідношення має інший вигляд – 60 на 40 %. Причому спеціальнопідготовчі вправи відображають в даному випадку не стільки процес спеціальної фізичної підготовки, скільки процес початкового оволодіння технічними навичками та притаманними для виду спорту базовими рухами.

Цю думку опосередковано можна підтвердити рекомендаціями для багаторічної підготовки спортсменів, які були опубліковані Асоціацією американського футболу Канади. Найбільшу кількість часу на початкових етапах багаторічного вдосконалення, на думку канадських фахівців, необхідно приділяти саме фундаментальній технічній підготовці. З кожним новим етапом

частка технічної підготовки зменшується, натомість починає збільшуватися тактична і фізична підготовка.

Португальські вчені на чолі із А. Lamontagne [427] вважають, що для ігрових видів спорту необхідно використовувати іншу, більш складну шестифазну модель багаторічної підготовки, на відміну від циклічних видів спорту, для яких може бути застосована більш коротка чотирифазна модель. Пояснюють це автори тим, що тривалість підготовки спортсмена в спортивних іграх є набагато довшою та складнішою порівняно із іншими видами спорту. Спортивний результат обумовлюється дією багатьох чинників, яким необхідно приділяти значну увагу на початкових етапах підготовки. На відміну від спортивних ігор, в циклічних видах спорту, наприклад, результат залежить від невеликої кількості чинників (технічна підготовленість, функціональні можливості тощо), що, на думку авторів, і обумовлює більш швидкий прогрес та прискорений вихід спортсменів на рівень спорту вищих досягнень після початку систематизованих занять спортом.

Саме тому, на наш погляд, перспективним шляхом вдосконалення вітчизняної системи підготовки спортсменів у дитячо-юнацькому віці потрібно вважати дослідження передового досвіду підготовки юних спортсменів саме в ігрових видах спорту, споріднених за структурою змагальної діяльності та схожих за специфікою багаторічної та річної підготовки.

Під час багаторічної підготовки юних спортсменів в ігрових видах спорту, на думку М. Трнініć [552], можуть спостерігатися чотири різні фази розвитку спортивної майстерності. Ці фази, на думку хорватського фахівця, повністю визначають динаміку прогресу спортсменів та команди в цілому. Перша фаза характеризується значним прогресом з підвищення індивідуального та командного потенціалу з урахуванням того, що існує адекватна спортивна підготовка та стимулююче оточуюче середовище. Під час проходження другої фази темпи прогресу значно уповільнюються, що може бути обумовлено дією як внутрішніх, так і зовнішніх чинників. Третя фаза часто збігається з настанням так званого плато результатів, певної стабілізації

розвитку спортивної майстерності, під час якої практично не спостерігаються помітні зрушення у підготовленості спортсмена. Четверта фаза характеризується виходом зі стану «плато», і, на думку авторів, потребує застосування складних систем управління тренувальним процесом, використанням адекватних методів та обмежень, які дозволяють здійснити позитивні корегування стану спортсменів та команди, і у підсумку забезпечують вихід із стану «плато» та демонстрацію високих спортивних результатів.

Дещо іншої точки зору притримується Л. Р. Айрапет'янц [2], який вважає, що протягом багаторічної підготовки в ігрових видах спорту динаміка змін приросту неспецифічних та специфічних компонентів в структурі підготовленості різна. На думку автора, динаміка неспецифічних показників має двокомпонентний характер. Після початку занять спортивними іграми спостерігається або відносно рівномірне, або хвилеподібне збільшення показників. Після чого можна спостерігати стабілізацію показників протягом майже всього етапу спортивного вдосконалення. Динаміка специфічних показників – трикомпонентна. На початкових етапах підготовки відмічається швидкий приріст показників, потім йде певне уповільнення із подальшою стабілізацією на етапі спортивного вдосконалення. У даний період у спортсменів відбувається остаточне формування індивідуального стилю змагальної діяльності, який пов'язаний із використанням певного набору техніко-тактичних елементів. Якщо ці дії використовуються як критерії, то їх значення стабілізуються. За іншими техніко-тактичними діями, які не є для даного гравця основними, спостерігається або різке коливання значень, або їх навіть поступове погіршення. Спинення прогресу спортивної майстерності через дефіцит «генетичного ресурсу» та недостатньо якісно побудований тренувальний процес – це різні речі. Якщо проблема настання «плато» пов'язана з процесом підготовки, то шанси на виправлення ситуації є досить високими. У тих випадках, коли спортсмен зупиняється в своєму розвитку через вичерпання ресурсів власного природного потенціалу, який в багатьох

випадках і не дозволяє молодим спортсменам потрапити на найвищий рівень, компенсувати цю нестачу за рахунок педагогічних технологій та інших заходів практично неможливо.

Етап підготовки до досягнення вищої спортивної майстерності в спортивних іграх є тією ланкою, яка забезпечує плавний перехід гравців із системи дитячо-юнацького у «дорослий» спорт. Разом зі збільшенням тренувальних і змагальних навантажень зростають і вимоги до індивідуальних можливостей гравців. Спортсменам доводиться постійно боротися за місце у складі команди. Однією із проблем даного етапу підготовки в спортивних іграх є ще не закінчений процес вибору ігрової спеціалізації. Спортсмени продовжують розвивати свої здібності, змінюються тотальні розміри тіла та ряд інших показників, які можуть вплинути на кінцевий вибір ігрового амплуа у команді.

Потрібно також розуміти, що, на відміну від досвідчених гравців, показаний на спортивних змаганнях результат для молодих спортсменів (в юнацькому спорті), ще не є тим універсальним критерієм, який дозволяє безпомилково зробити вибір на користь одного із претендентів на місце у основному складі команди. Під час визначення перспективності молодого гравця необхідно враховувати широкий спектр факторів та показників, які у подальшому зможуть вплинути на зростання спортивної майстерності та успішні багаторічні виступи у спорті вищих досягнень [46, 58, 187].

Однією із найважливіших умов для формування спортсмена високого класу в ігрових командних видах спорту є постійна ігрова практика. Відсутність регулярної змагальної діяльності, особливо для молодого гравця, може стати вирішальним чинником суттєвого зниження рівня спортивних результатів та призвести навіть до завершення професійної спортивної кар'єри.

Постійне перебування на лаві запасних під час участі команди у змаганнях негативно впливає насамперед на психоемоційний стан спортсмена. Особливо це стосується молоді. Спортсмен починає сумніватися у власних силах, коли виходить на нетривалий час у гру, здійснює у цьому стані помилки,

і, у підсумку, ще на більш тривалий час лишається ігрової практики. Створюється своєрідне замкнуте коло, вийти із якого вдається далеко не кожному молодому спортсмену. І навпаки, постійна ігрова практика, особливо із командами високого рівня, дає можливість гравцеві підвищувати рівень своєї спортивної майстерності та здобувати впевненість у власних силах.

Проблема необхідності поступової адаптації молодих гравців до фізичних та психологічних навантажень спорту вищих досягнень та їх подальшого потрапляння до складу команд майстрів висвітлювалась в наукових працях багатьох вітчизняних [12, 136, 144, 147, 163, 227] та зарубіжних [251, 261, 332] фахівців у спортивних іграх.

Молоді гравці потребують індивідуального підходу та терплячого ставлення до себе з боку тренерів команди. Неприпустимо вимагати від них прояву своїх потенційних можливостей доти, допоки (під контролем тренерів) не завершиться складний період адаптації серед дорослих гравців команди [136, 141, 163].

Після того, як відбувся процес поступової адаптації молодого гравця до рівня команди майстрів, розпочинається тривалий період виступів у спорті вищих досягнень, який в окремих випадках може сягати 15–20 років. Хоча період розквіту ігрових можливостей та демонстрації найвищих спортивних результатів в різних ігрових видах спорту може й дещо відрізнятись, він у середньому охоплює віковий діапазон від 21 до 30 років [24, 126, 187].

Результати попередніх власних досліджень показують, що найбільш високі значення коефіцієнта корисних дій та ігрового часу, проведеного на майданчику, як в окремо взятому матчі, так і сезоні, загалом, спостерігаються у баскетболістів 23–32 років. Саме в цьому віці гравці найчастіше отримують престижні індивідуальні нагороди за ефективну змагальну діяльність протягом ігрового сезону (MVP). Вочевидь, саме на цей вік і припадає період максимальної реалізації індивідуальних можливостей в баскетболі. Після 33 років відбувається поступова стабілізація та спад в основних показниках змагальної діяльності. Однак у більш старшому віці (33 і вище) спостерігається

значна варіативність даних, що обумовлюється індивідуальними особливостями та можливостями підтримувати спортивні результати у більш зрілому віці.

Така успішна змагальна діяльність вікових гравців у спортивних іграх пов'язана, на думку Ф. Л. Лебеда [140], із покращенням ігрової майстерності спортсменів, яка з роками продовжує постійно вдосконалюватись. Навіть відчутне зниження функціональних та фізичних можливостей, накопичення травм не зважає віковим спортсменам демонструвати якісну гру та вирішувати долю спортивних поєдинків у найбільш відповідальні для цього хвилини.

Разом із А. Г. Волосович автор виконав серію цікавих експериментальних робіт, в яких було показано, що гандболістки високого класу (олімпійські чемпіонки, чемпіонки світу) навіть після завершення кар'єри протягом тривалого часу зберігали високий рівень тактичної і технічної майстерності, особливо в тих діях, які не потребували швидкого переміщення. Досвідчені гандболістки, які завершили спортивну кар'єру понад 10 років тому, під час експерименту демонстрували кращі результати за молодих діючих гравчинь у тих тестах, де визначався рівень тактичної і технічної майстерності.

Тому ігрову майстерність, Ф. Л. Лебедь пропонує виділяти в окремий, особливий стан підготовленості (суперкумулятивний стан), який досягається в результаті тривалого кумулятивного ефекту спортивного тренування протягом багатьох років у конкретному ігровому виді спорту. Особливою рисою цього суперкумулятивного стану, на думку автора, є більш тривале накопичення його ознак та більша стійкість у часі порівняно із будь-яким іншим станом тренуваності (фізичної, функціональної та ін.). При цьому тактичний компонент цього специфічного стану майстерності практично непідвладний часу.

Рациональна побудова процесу підготовки на заключних етапах багаторічної підготовки, яка спрямована на збереження здоров'я та функціональних ресурсів для вікових спортсменів, зниження загального обсягу тренувальної та змагальної діяльності, забезпечує важливі умови для

продовження періоду активних та успішних виступів у спорті вищих досягнень [110, 148, 185]. Рівень спортивної майстерності гравця в даний період часу дозволяє повністю компенсувати можливе зниження функціональних можливостей та інволюцію рухових якостей.

Складний процес багаторічної підготовки спортсменів в ігрових видах спорту та залежність спортивного результату від дії багатьох чинників вимагають постійної пошуку шляхів оптимізації підготовки на різних ланках дитячого та юнацького спорту. Важливу роль у цьому процесі відіграє раціональне планування та ефективне управління процесом підготовки найближчого резерву для команд високої кваліфікації. Після проходження навчання на базових етапах багаторічного вдосконалення та оволодіння необхідними технічними навичками та фізичними якостями, навчально-тренувальний процес поступово починає трансформуватися та набувати специфічних ознак, які є характерними для дорослої гри, планується проведення престижних міжнародних змагань серед молодіжних збірних тощо. Саме в цей період часу в багатьох країнах світу розпочинаються централізовані проєкти, метою яких є об'єднання зусиль різних спортивних організацій та держави задля якісної і системної підготовки найближчого резерву для національних збірних команд своєї країни.

1.2. Науково-теоретичні передумови формування централізованої системи підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових командних видах спорту

В умовах стрімкого розвитку сучасного спорту та зростання конкуренції на міжнародній спортивній арені проблема подальшого підвищення рівня спортивних досягнень в ігрових видах спорту полягає не тільки у пошуку нових методів тренування, вдосконаленні стратегії та тактики ведення змагальної діяльності, а й в розробці ефективних шляхів управління багаторічною підготовкою обдарованих дітей та підлітків, які зможуть досягти високих результатів в спорті вищих досягнень. Навіть на ранніх етапах підготовки

віддаленого резерву передусім слід приділяти увагу тим якостям та можливостям спортсменів, які стануть основною майбутніх успішних виступів у дорослому віці [72, 173, 238, 350, 419, 491].

Одним із важливих напрямів вдосконалення багаторічної підготовки спортсменів є пошук ефективних шляхів для підвищення якісної складової резервного спорту, головною метою якого є поповнення складів національних збірних команд, завоювання провідних позицій на міжнародній спортивній арені. На сьогодні відбувається процес критичного переосмислення багатьох теоретичних і практичних положень підготовки спортсменів в ігрових видах спорту [6, 154, 171, 196, 207, 221].

Нагальна потреба в докорінному покращенні якості підготовки спортивного резерву, у пошуку та впровадженні високоефективних організаційних форм, засобів та методів тренувань вказує на необхідність проведення спеціальних досліджень з різноманітних аспектів цієї важливої проблеми [107, 113, 119, 123, 207, 215]. На сьогодні, переважна більшість досліджень, які представлені в спеціальній науково-методичній літературі, присвячені питанням багаторічної підготовки спортивного резерву без урахування тих організаційно-методичних умов, які останнім часом суттєво чиним вплинули на розвиток командних спортивних ігор (глобалізація, професіоналізація та ін.).

Так, в фундаментальних працях М. С. Бриля [69], Ю. Д. Железняка [100], Л. А. Латишкевича [136], В. В. Ніколаєнка [172], Ю. М. Портнова [189], А. А. Сучіліна [209], С. С. Стонкуса [205], В. М. Шамардіна [233], В. М. Шулят'єва [247], S. Trinića [550] та ін., було розглянуто важливі питання теоретико-методичних основ побудови навчально-тренувального процесу на різних етапах багаторічного вдосконалення, відбору та спортивної орієнтації обдарованих дітей, управління та контролю підготовкою юних спортсменів, підвищення ефективності функціонування системи дитячо-юнацького спорту на основі пріоритетного вирішення стратегічних завдань планомірної підготовки резерву для спорту вищих досягнень. Ці дослідження є базовими

для подальшого вдосконалення та розширення системи знань з головних питань підготовки спортивного резерву в ігрових видах спорту.

Важливе значення для системи підготовки спортивного резерву також мають науково-методичні праці В. М. Корягіна [124, 125], Г. А. Лісенчука [144], В. Г. Лунічкина [148–150], О. О. Мітової [163], Л. Ю Поплавського [187], Н. Arrieta [269], R. Barnsley [281], J. Buceta [302], В. Dezman [331], К. Karpowicz [409], та ін., в яких обґрунтовано необхідність врахування в процесі багаторічної підготовки важливих біологічних закономірностей розвитку дитячого організму, надано характеристику ключових проблем, які виникають під час переходу молодих спортсменів до команд майстрів та їх подальшої адаптації до фізичних і психологічних навантажень спорту вищих досягнень тощо.

Однак особливої актуальності останнім часом набуває проблема підготовки найближчого резерву на базі юнацьких та молодіжних збірних команд країни. Одними із перших, хто зумів розгледіти перспективи застосування системної централізованої підготовки найкращих молодих баскетболістів по кожній віковій категорії, були іспанські фахівці. Саме в Іспанії вперше з'явилася багаторічна програма підготовки (чотирирічна) найближчого резерву на базі юнацьких збірних команд, метою якої було поетапне навчання гравців молодіжних команд, формування єдиної концепції (стилю) гри збірних, що дозволяло молодим спортсменам без суттєвих перешкод у майбутньому адаптуватися до гри головної команди країни (стиль гри якої було взято за основу під час планомірної роботи з юними спортсменами).

Успішний досвід іспанських фахівців, після певної модернізації (з урахуванням специфічних особливостей національної спортивної школи), практично одразу ж було використано і в інших країнах Європи (Франції, Греції, Туреччини та ін.). Все більша кількість країн разом із своїми спортивними федераціями, а в деяких випадках і державними профільними структурами, сьогодні вживають заходів із впровадження проєктів (моделей)

цілеспрямованої підготовки для підвищення конкурентоздатності власних спортсменів на міжнародних змаганнях та підготовці майбутнього резерву для спорту вищих досягнень. Реалізація таких стратегічних проєктів знаходиться під постійним контролем з боку громадських та державних організацій і установ. При цьому спеціалісти із різних країн світу з успіхом переймають досвід такої роботи у сьогоднішніх лідерів міжнародних змагань.

Особливої актуальності впровадження централізованих програм підготовки найближчого резерву набуває для тих країн, які мають невелику кількість населення, і за чисельністю спортсменів значно поступаються своїм конкурентам. Баскетбольні країни, які не мають великої кількості молодих гравців, не можуть собі дозволити йти екстенсивним шляхом підготовки резерву. Для таких країн концентрація наявного людського та фінансового потенціалу, мобілізація зусиль щодо пошуку та подальшого розвитку спортсменів в рамках централізованих програм, стає однією із головних умов для підвищення конкурентоспроможності на змаганнях та подальшого вдосконалення всієї системи багаторічної підготовки.

Надзвичайно актуальною ця проблема є саме для ігрових командних ігор. Адже, на відміну, наприклад, від циклічних видів спорту, ізольовано (окремо) підготувати висококласного спортсмена практично неможливо. Для розвитку гравця необхідна гідна конкуренція з боку суперників по команді, адже саме в безпосередньому протиборстві і відбувається розвиток якостей, формуються важливі навички, вміння та знання. Талановитий спортсмен перестає прогресувати в слабкій команді. Одне із головних завдань полягає у тому, щоби зібрати в рамках єдиних центрів підготовки найперспективніших гравців по кожній віковій категорії та залучити до роботи з ними найкращих фахівців країни.

Головною системоутвірною ланкою цього багаторічного процесу є національна федерація з виду спорту, фахівці якої розробляють уніфіковану програму підготовки, здійснюють відбір спортсменів та проводять контроль і тривале спостереження за рівнем їх підготовленості, залучають до роботи зі

збірними найкращих теренів та спеціалістів, забезпечують молодих талановитих спортсменів якісною міжнародною практикою і у подальшому сприяють закріпленню гравців за командами високої кваліфікації. У даному випадку національна федерація баскетболу безпосередньо зацікавлена в тому, щоб гравці, які пройшли багаторічну підготовку в рамках молодіжних проєктів, отримали гідні умови для подальшого зростання у спорті вищих досягнень та змогли у майбутньому поповнити лави національної збірної.

Без постійної підготовки резерву неможливо забезпечити послідовність поколінь та створити умови для довгострокової перспективи. Навіть тимчасове погіршення діяльності системи дитячого та юнацького спорту має суттєві наслідки [349]. Адже для того, щоб підготувати гравця високого класу, можуть знадобитися роки. Той розрив поколінь, який утворюється внаслідок порушення системи підготовки молодих талантів, неможливо компенсувати ніякими ресурсними вкладками. Навіть у разі відновлення нормальних умов діяльності, суттєвих результатів вдасться досягти нескоро.

На думку A. Lamontagne et al. [427], розуміння того, що підготовка спортсменів високого класу та успішні виступи збірних на міжнародних змаганнях є наслідком ретельно продуманих програм, ще ніколи не було настільки очевидним.

Схожої думки притримуються L. Carpanica et al. [306], які вважають, що під час підготовки резерву для спорту вищих досягнень вчені повинні застосовувати новітні та мультидисциплінарні підходи, щоб забезпечити поєднання вимог молодіжних змагань та тренувань із фізіологічними і психологічними можливостями дітей. Автори приходять до висновку, що відсутність відповідного стратегічного втручання впливає на погіршення процесу розвитку більшості спортсменів.

Рационально побудована програма багаторічної підготовки є ключовим фактором майбутніх успішних виступів на міжнародній спортивній арені [348]. Своєчасна підготовка молодих талантів, які прийдуть на зміну нинішньому поколінню спортсменів, дозволяє протягом тривалого періоду часу зберігати

лідерські позиції. У провідних країнах світу чітко розуміють значущість цієї проблеми та приділяють їй першочергову увагу.

Один із найважливіших періодів багаторічної підготовки в баскетболі припадає на вік 14–18 років. Протягом цього чотирирічного періоду, який у більшості країн співпадає із завершенням навчання у загальноосвітніх установах, здійснюється процес поступової адаптації юних спортсменів до принципів та філософії організованого «дорослого баскетболу». Значно збільшується кількість годин, спрямованих на оволодіння необхідним базовим багажем тактичних знань та умінь. Відсутність тактичної освіченості у гравця після завершення юнацького віку практично неможливо компенсувати за рахунок інших сторін підготовленості (фізичних даних, технічної і психологічної підготовленості тощо) [544, 573].

Невипадково в провідних баскетбольних країнах світу централізована підготовка найближчого резерву охоплює саме вік 14–18 років. Додатковим фактором, який посилює значущість реалізації подібних програм підготовки баскетболістів, є проведення перших престижних міжнародних кадетських та юнацьких змагань (чемпіонати світу та Європи). На цих змаганнях майбутнє покоління баскетболістів отримує необхідний міжнародний досвід, вчиться реалізовувати здобутті знання та вміння в конкурентних умовах сучасного баскетболу.

До роботи із найталановитішою молоддю залучаються найкращі вітчизняні та зарубіжні фахівці, які поетапно реалізують стратегічні завдання багаторічної підготовки резерву. Для кожної вікової групи розробляються стандарти та вимоги до процесу підготовки, які можуть дещо відрізнятися в різних країнах, враховуючи традиції національної «баскетбольної школи» та існуючої концепції (стилю) гри національних збірних команд. Пройшовши багаторічну підготовку в лавах кадетських та юнацьких збірних команд і оволодівши необхідними навичками та принципами гри, молодий баскетболіст повністю готовий для переходу на рівень спорту вищих досягнень. У тих країнах, де практика централізованої підготовки найближчого резерву існує

вже тривалий період часу (Іспанія, Франція, Сербія та ін.), кожного року з'являється нова генерація талановитих, всебічно підготовлених баскетболістів, які готові прийти на зміну нинішнім досвідченим гравцям та поповнити лави національної збірної своєї країни.

Аналіз змісту зарубіжних навчально-тренувальних програм підготовки найближчого резерву показує, що значну увагу фахівці під час роботи з молодими гравцями приділяють питанням різносторонньої фізичної і техніко-тактичної підготовки та контролю за рівнем прояву важливих для баскетболу рухових якостей та вмінь [266, 349, 427, 536, 552, 574].

Вдосконалення системи підготовки баскетбольного резерву, на думку С. С. Стонкуса [205], повинно здійснюватися за рахунок планомірної реалізації таких ключових напрямів: системи застосування основних видів групових вправ, які призначені для техніко-тактичної підготовки баскетболістів з урахуванням умов для виконання технічних дій; чіткої програми формування техніко-тактичних вмінь та навичок баскетболістів, які забезпечують поступове підвищення рівня ігрової майстерності спортсмена та плавний перехід молодого гравця до системного «дорослого» баскетболу; методів тренувань та їх поєднань, що забезпечує необхідну інтенсифікацію і більш високу ефективність навчально-тренувального процесу; системи педагогічного контролю; системи змагань.

Як вважає В. М. Шулят'єв [247], під час планування підготовки резерву необхідно враховувати, що одним із головних факторів, який впливає на формування індивідуальної майстерності молодих баскетболістів та визначає рівень їх майбутньої конкурентоздатності на міжнародній арені, є формування випереджаючого рівня техніко-тактичної підготовленості з урахуванням тенденцій розвитку виду спорту. Вкрай важливо завчасно розгледіти ці зміни і вже на ранніх етапах багаторічної підготовки забезпечити умови для створення у гравців відповідного рухового та функціонального фундаменту для ефективного ведення змагальної діяльності в нових реаліях гри. Особливо це

стосується якості техніко-тактичної підготовки, яка в ігрових командних видах спорту є надзвичайно складною та варіативною.

Схожої думки дотримується і С. С. Стонкус [205], який підкреслює важливість саме фундаментальної техніко-тактичної підготовки спортсменів, яка визначає рівень ігрової майстерності баскетболіста у спорті вищих досягнень та потребує значної уваги з боку фахівців.

Важливою умовою підготовки юнацьких збірних команд є якісна змагальна діяльність з командами, які за своїм рівнем перевершують, або, як мінімум, не поступаються в ігровій майстерності гравцям збірної. Дана проблема є актуальною, оскільки у складі юнацької збірної команди країни зібрані найкращі гравці з усіх регіонів у своїй віковій категорії і знайти гідного суперника буває дуже непросто, особливо всередині країни.

У спеціальній літературі зустрічаються рекомендації фахівців щодо використання позатренувальних та позазмагальних факторів у системі підготовки найближчого резерву збірних. Так, наприклад, А. А. Сучілиним [209] доведено ефективність використання умов середньогір'я з метою підготовки юнацьких збірних команд з футболу до відповідальних змагань. Однак, на наш погляд, потрібно дуже обережно ставитися до використання подібних засобів, особливо у віці 14–16 років, в якому розпочинається цілеспрямована підготовка найближчого резерву. У цей період часу відбувається активний розвиток організму і природні темпи приросту фізичних якостей та функціональних можливостей організму є настільки високими, що додатково стимулювати їх за рахунок зовнішніх стимулюючих факторів не має жодної потреби.

Скоріш за все, найбільший ефект від подібних засобів і методів тренувань можна очікувати під час підготовки спортсменів більш старших вікових категорій (U 18–U 20) до відповідальних міжнародних змагань, за умов наявності достатнього періоду часу на побудову підготовчого періоду. Хоча на сьогодні такий підхід, наприклад у баскетболі, застосовується дуже рідко.

Перспективними напрямками оптимізації системи підготовки спортивного резерву, на думку Н. К. Сабирз'янова [196], можуть бути: створення організаційних та педагогічних умов, необхідних для втілення в практику передових технологій підготовки спортивних резервів; погодженість дій всіх організацій, які беруть участь у підготовці спортивних резервів; концентрація ресурсів та їх цільове використання за основними напрямками; комплексність вирішення організаційних, матеріально-технічних, інформаційних, науково-методичних та інших завдань; ефективна система менеджменту та раціональна організаційна структура всієї системи підготовки спортивного резерву.

У свою чергу, група іспанських фахівців на чолі із J. Buceta [302] вважають, що важливою умовою ефективного функціонування багаторічної системи підготовки найближчого резерву є забезпечення гравців збірних команд за такими напрямками: 1) реалізація якісних довгострокових програм розвитку юних спортсменів із перманентним контролем за рівнем підготовленості гравців; 2) створення спеціальних умов для життя юних спортсменів (навчання, тренувальний процес, харчування, відновлення та ін.); 3) матеріально-технічне забезпечення (спортивні зали, сучасний інвентар та обладнання, екіпірування тощо). Оптимальним є розташування всіх об'єктів навчально-тренувального процесу на одній території (логістика організація); 3) фінансування підготовки (стимулювання праці тренерів та інших спеціалістів, що забезпечують підготовку, регулярна участь в міжнародних змаганнях); 4) медико-біологічне (засоби відновлення та фармакологічна підтримка) і науково-методичне забезпечення.

Фахівці сьогодні звертають увагу і на недостатній рівень науково-методичного забезпечення підготовки спортсменів юнацьких збірних команд.

На думку П. В. Квашука зі співавт. [116], неможливо вивчати рухову діяльність у складних умовах тренувань та змагальної діяльності без участі представників спортивної науки та медицини. Вкрай складно попередити виникнення патологічних станів, травм та професійних спортивних захворювань без розуміння глибинних медико-біологічних та психологічних

основ процесу багаторічного вдосконалення та закономірностей становлення вищої спортивної майстерності в конкретному виді спорту.

Підтримує це положення в своїх роботах і А. П. Золотарьов [107], який вказує, що систематичний аналіз та оцінювання ефективності реалізації наукових досліджень на практиці необхідні з метою своєчасної корекції змісту та існуючої концепції побудови тренувального процесу юних спортсменів. Ефективність такої корекції, на думку автора, визначається наявністю науково обгрунтованої методології врахування результатів наукових розробок та технологій відбору, апробації та їх подальшого впровадження з метою оперативного оновлення змістовного компонента вже існуючої системи підготовки резерву.

При цьому раціональна організація наукових досліджень спортивної підготовки повинна передбачати таке: 1) підпорядкування спортивної науки та спортивної медицини вирішенню прикладних завдань спортивної підготовки; 2) формування ефективної організаційно-управлінської моделі спортивної підготовки на основі міждисциплінарних зв'язків; 3) систематизацію знань та досягнень у сфері спортивної науки для практичної реалізації в підготовці спортсменів високої кваліфікації та найближчого резерву [114].

Одним із актуальних напрямів підвищення якості науково-методичного забезпечення підготовки спортивного резерву, на думку В. В. Рибаківа [195], є використання новітніх апаратурних та високоефективних комп'ютерних і інформаційних технологій. Цілком очевидним у зв'язку з цим є положення, що ефективність багаторічної підготовки найближчого резерву збірних є можливою лише за умови комплексного використання всіх важливих складових процесу підготовки із пріоритетним вирішенням стратегічного завдання – підготовкою гравців для спорту вищих досягнень, всі інші завдання повинні відігравати другорядну роль.

Критеріями оцінювання ефективності роботи тренера та всієї системи, спрямованої на організацію цілеспрямованої підготовки найближчого резерву національних збірних, можуть бути такі:

- 1) успішні виступи на юнацьких міжнародних змаганнях як проміжний критерій оцінювання (за умови, якщо спортивний результат було показано завдяки реалізації ігрової майстерності та техніко-тактичної підготовленості юних спортсменів, а не на основі використання тимчасових переваг біологічної зрілості);
- 2) кількість спортсменів юнацької збірної команди, які зможуть потрапити у спорт вищих досягнень (як головний критерій оцінки ефективності роботи зі спортивним резервом).

Одним із важливих завдань багаторічної системи підготовки найближчого резерву є формування чітких критеріїв для визначення перспективності юних баскетболістів з точки зору потрапляння у спорт вищих досягнень, та розробка загального алгоритму спортивного відбору й ігрової спеціалізації.

Визначення інформативних критеріїв відбору, які представляють собою єдину систему і враховують закономірності розвитку дитячого організму, зміст та структуру етапів багаторічної підготовки, індивідуальні темпи розвитку кожної дитини, а також відображають характерні особливості окремих ігрових видів спорту та орієнтовані на досягнення найвищих спортивних результатів у них, є важливим завданням сучасної теорії і практики. Над вирішенням цієї складної та актуальної проблеми сьогодні ведуть науковий пошук провідні вітчизняні та іноземні фахівці в ігрових командних видах спорту.

1.3. Багаторічний відбір та орієнтація спортивної підготовки в ігрових видах спорту

Пошук та розвиток обдарованих спортсменів можна розглядати як одну із найбільш нагальних і значущих проблем сучасного спорту. Ідентифікація спортивного таланту, його ранній розвиток дозволяє більш ефективно управляти багаторічною підготовкою та збільшує шанси на успішну спортивну кар'єру [110, 294, 553].

У практиці спорту відбір здійснюється на основі наявних або передбачуваних якостей індивідів, які мають особливу схильність до занять певним видом спорту. Відбір відносять до категорії складних комплексних проблем і виділяють його соціальні, педагогічні та медико-біологічні аспекти [10, 69, 146, 231, 237].

Вдосконалення системи спортивного відбору в різних видах спорту ґрунтується на методологічних та теоретичних положеннях, які знайшли своє відображення в наукових працях Т. О. Бомпи [65], М. С. Бриля [69], Н. Ж. Булгакової [72], Л. В. Волкова [81], В. Ю. Давидова [93], В. О. Запорожанова [104], В. М. Заціорського [105], В. Б. Іссуріна [110], В. М. Платонова [185], А. Ніколича, В. Параносича [173], В. П. Філіна [220], О. А. Шинкарук [241], I. Balyi [276], D. Dezmana [331], A. Lamontagne [427], S. Trninića [550], N. Trunića [553] та інших вітчизняних та зарубіжних фахівців.

Складна та варіативна сутність процесу визначення схильності людини до занять спортом вимагає розглядати спортивний відбір як систематичний та багатоступеневий механізм, який необхідно реалізовувати протягом багаторічної підготовки [173, 193, 203, 270, 230, 362, 408, 503]. Багатоступеневий підхід до організації відбору є доцільним у зв'язку з тим, що надійність прогнозів, які були зроблені в дитячому віці, по відношенню до спортивних досягнень цих же спортсменів у більш старшому віці дуже низька [61, 170, 241].

Система відбору та орієнтації тісно пов'язана зі структурою багаторічного вдосконалення спортсменів, адже становлення спортивної майстерності має тривалий характер. У сучасній літературі можна зустріти різні варіанти етапів спортивного відбору. Більшість спеціалістів вважають, що весь процес відбору доцільно розділити на декілька відносно самостійних етапів, пов'язуючи цю необхідність із віком, кваліфікацією та найбільш сприятливими періодами для розвитку фізичних якостей, сенситивними періодами розвитку організму спортсмена та зонами демонстрації високих спортивних результатів [81, 185, 241].

Для кожного етапу багаторічного спортивного відбору характерними є свої методи та критерії, точність оцінок та категоричність висновків. Кожному із етапів відповідає відносно однорідний за рівнем та кваліфікацією контингент спортсменів (за винятком заключних етапів багаторічного вдосконалення), а також певні часові проміжки (терміни) етапу відбору.

Відбір спортсменів в ігрових видах спорту – це тривалий та багатокомпонентний процес, який потребує врахування великої кількості різноманітних критеріїв та показників, що мають вплив на ефективність ведення змагальної діяльності та можуть у підсумку вплинути на потрапляння спортсмена на рівень спорту вищих досягнень [9, 16, 71, 91, 173, 550]. Вкрай важко миттєво оцінити спортивну придатність юного спортсмена, якими би досконалими не були методи та засоби діагностики. Складна структура змагальної діяльності в ігрових видах спорту та її залежність від дії багатьох факторів, переважний вплив яких на ефективність дій спортсменів протягом етапів багаторічної підготовки може істотним чином змінюватися, потребує використання стратегічного підходу, спрямованого на довгострокове прогнозування перспективних можливостей гравця, які визначають його здатність потрапити саме у «дорослий спорт».

Парадоксальною, на наш погляд, можна вважати ситуацію, яка склалася із визначення спортивної придатності та відбором дітей на перших етапах багаторічного вдосконалення в спортивних іграх. Як інформативні запропоновано використовувати ті критерії, які практично втрачають свою значущість на заключних етапах підготовки. Так, в спеціальній літературі більшість авторів пропонує використовувати для визначення схильності дитини до занять спортивними іграми показники фізичної підготовленості (переважно координації, швидкості, та ін.) та елементарну рухову обдарованість. Даний підхід є цілком логічним, адже інших критеріїв діагностики рухової обдарованості на даному етапі підготовки просто не існує. Початковий етап не передбачає застосування в навчально-тренувальному процесі складних

спеціальних техніко-тактичних дій, які й розкривають справжній ігровий потенціал спортсмена.

Наведені результати досліджень В. Г. Нікітушкіна [171], І. Г. Максименка [153] та А. Lamontagne [427] демонструють, що показники, які характеризують загальні фізичні та рухові здібності спортсменів у командних іграх, починають поступово втрачати свою актуальність та практично повністю зникають із категорії значущих факторів у структурі підготовленості на рівні спорту вищих досягнень. Тобто сьогодні ми маємо ситуацію при якій під час відбору та відсіювання дітей на початкових етапах багаторічної підготовки пропонується використовувати ті критерії та показники, які втрачають свою значущість вже у юнацькому спорті, не кажучи про спорт вищих досягнень.

З іншого боку, використовувати більш складні критерії, які характеризують специфічні ігрові та техніко-тактичні складові підготовленості, також вкрай складно, через особливості змісту навчально-тренувального процесу на ранніх етапах багаторічного вдосконалення та можливий інфантильний стан розвитку значущих ігрових якостей.

Так, наприклад, М. С. Бриль [69], рекомендує оцінювати ігрову обдарованість спортсменів у спортивних іграх поетапно, з урахуванням завдань та специфіки підготовки в рамках багаторічної кар'єри. На першому етапі оцінюванню підлягають лише загальні задатки та рухова активність. І лише починаючи з третього етапу ієрархічної «драбини успіху», як її назвав автор, пріоритетна перевага під час оцінювання віддається специфічним ігровим здібностям та навичкам.

Слушною також можна вважати думку Л. П. Матвеева [158], який вказує на існування проблеми поєднання в єдине ціле різномірних діагностичних даних, які характеризують спортивну схильність до занять спортом. Для повноцінної діагностики індивідуальної схильності потрібен широкий комплекс різного роду показників. Але чим більшою є їх кількість, тим складніше на цій основі здійснити підсумкове резюме, враховуючи ще і той факт, що дані

показники можна виразити в різних величинах (суб'єктивного та об'єктивно-метричного характеру).

На думку англійських вчених D. Burgess et al. [304], переважне використання показників фізичних здібностей для ідентифікації таланту на початкових етапах підготовки є досить ризикованим кроком. Адже справжня обдарованість спортсмена в ігрових видах спорту розкривається під час комунікативної взаємодії із партнерами по команді та пов'язана зі швидкістю оволодіння різноманітними тактичними формами гри та їх миттєвим адекватним застосуванням з урахуванням ситуації, що розгортається на майданчику.

Цілком можливо, що саме через існування протиріч і проблем, пов'язаних із ранньою діагностикою спортивної придатності, у багатьох баскетбольних країнах світу (Сербія, Словенія, Литва, Франція та ін.) взагалі не рекомендується проводити відсів дітей на початкових етапах підготовки. Баскетболом займаються всі бажаючі, а вже потім, перебуваючи під постійним спостереженням фахівців після трьох-чотирьох років систематичних занять, визначають перспективних дітей, які продовжують спеціалізоване поглиблене навчання.

Наприкінці 1980-х років приблизно схожу думку висловлювали Л. А. Латишкевич зі співавт. [136]. Автори наголошували, що позитивне оцінювання результатів, які були показані дитиною під час виконання нею конкурсних випробувань, не може повною мірою надати об'єктивну характеристику її придатності до занять спортивними іграми, оскільки, по-перше, ці вправи проводяться ізольовано одна від одної; по-друге, на виконання кожної вправи у дитини є достатня кількість часу; по-третє, відсутнє пряме єдиноборство. Тільки ігрова діяльність і комплексний підхід до оцінювання здібностей дитини зможуть надати об'єктивну характеристику її придатності до занять обраною спортивною спеціалізацією (у даному випадку йшлося про гандбол).

На обмежену можливість використання апаратурних та тестових методик для визначення спортивних здібностей та подальшого відбору спортсменів в ігрових видах спорту вказував свого часу і М. С. Бриль [69]. Навіть з допомогою самої досконалої апаратури надзвичайно важко, на думку автора, змоделювати специфічні умови спортивної діяльності (Змоделювати ігрову боротьбу двох команд на майданчику практично не можливо).

Мабуть одним із основних (надійних) критеріїв відбору вже починаючи з перших етапів багаторічної підготовки в баскетболі може бути зріст дитини та його подальше прогнозування [187, 332, 550]. Часто як елемент прогнозування кінцевого зросту дитини використовують зріст батьків. Є й інші варіанти прогнозування, засновані на використанні екстраполяційних таблиць та ін.

Багато хто з фахівців вказує на важливість відповідних психологічних властивостей та якостей особистості для успішної тренувальної і змагальної діяльності в спортивних іграх. Висока емоційність та динамічність гри, взаємодія з партнерами по команді та протидія організованим формам боротьби суперника потребує високого рівня прояву специфічних психологічних здібностей. Прогностична цінність багатьох психологічних якостей полягає в тому, що вони дуже важко піддаються тренувальному впливу і є консервативними. Активність, фізична бадьорість, імпульсивність та рухливість – це ті якості особистості, на які необхідно звертати увагу вже починаючи з перших етапів відбору для занять ігровими видами спорту.

На початкових етапах відбору важливо визначити загальну здатність дитини до занять спортивними іграми. Ця здатність зумовлюється правильним оцінюванням ситуації (кмітливність) та адекватною реакцією, можливістю вірно обирати позицію на майданчику під час гри, відчуттям її ритму та вмінням прогнозувати варіанти розвитку подій в ігрових ситуаціях зі складною альтернативою вибору.

Дуже цікавими є результати останніх досліджень генетично-молекулярного спрямування, які вказують на наявність специфічних генів, що визначають придатність людини до занять спортивними іграми. Так, В. Г. Губа

[90] вказує, що діти, які орієнтовані на ігрові види спорту, є носіями G-алеля гена COMT, що характеризує фізичну агресивність та є більш сприятливим для ефективного розвитку здібностей до ігрової діяльності та розвитку таланту.

Особливу увагу, на думку Л. Ю. Поплавського [187], у цей період часу потрібно звертати на дітей, які демонструють рухову універсальність, досягнуту завдяки попереднім тренуванням. Потрібно також враховувати швидкість, з якою кожна дитина засвоює навчальний матеріал, вчиться специфічним навичкам та вмінням, демонструє схильність до якісного технічного виконання баскетбольних прийомів.

Потрібно розуміти, що лише комплексний аналіз важливих антропометричних, фізіологічних, психологічних та педагогічних складових дозволить мінімізувати вірогідність тренерської помилки під час відбору дітей для подальшого вдосконалення на ранніх етапах багаторічної підготовки.

Один із найскладніших етапів відбору в баскетболі є відбір на етапі спеціалізованої базової підготовки (проміжний). Це період активного росту та дозрівання організму дитини. Етап підготовки характеризується значним підвищенням фізичних та ігрових навантажень. Значно збільшується роль тактичної підготовки. На попередніх етапах переважна більшість тренувальних годин відводилася загальному розвитку організму та технічній підготовці. Саме в даний період часу досить легко зробити помилку і відібрати не найбільш обдарованих спортсменів, а найбільш зрілих біологічно. Спортсмени-ретарданти значно поступаються своїм одноліткам. Потрібен час для того, щоб спортсмен зміг проявити свій справжній потенціал.

Під час відбору баскетболістів вже в підлітковому віці потрібно орієнтуватися на комплекс специфічних здібностей, які визначають подальшу можливість грати в дорослий баскетбол.

Відомий ізраїльський фахівець з баскетболу Арік Шібек [348], який сьогодні очолює систему підготовки національних збірних команд Ізраїлю, вважає, що доля показників фізичної підготовленості під час відбору баскетболістів на наступний етап вже на рівні кадетських збірних не може

перевищувати 30 % загального вкладу чинників, які визначають перспективність гравця.

Здійснюючи відбір на даному етапі вже потрібно враховувати специфічні ігрові здібності баскетболістів, які мають надзвичайно важливе значення для подальшого професійного зростання. Ігрову обдарованість та перспективність молодого баскетболіста потрібно оцінювати під час гри, або ігрових модельних епізодів, максимально наближених до умов змагальної діяльності. У спорті вищих досягнень підсумкові показники змагальної діяльності можуть надати повноцінну інформацію під час визначення рівня майстерності гравця. В підлітковому віці, особливо враховуючи проблеми біологічного дозрівання, такий підхід ще не має такої надійності, адже результат може бути досягнуто за рахунок використання тимчасових переваг біологічного розвитку одних дітей над іншими.

Відбір молодих виконавців до команди майстрів є одним із найвідповідальніших та складних етапів у системі багаторічного вдосконалення. Особливо гострою ця проблема є для вітчизняної спортивної школи. Гравцям на даному етапі може знадобитися від трьох до п'яти років спеціальної роботи, яка буде спрямована на поступову адаптацію молодих спортсменів до психічних і фізичних навантажень спорту вищих досягнень, отримання необхідного ігрового досвіду та ін. Як показує досвід, через недосконалість системи підготовки найближчого резерву (16–20 років), саме в цьому віці втрачається велика кількість талановитих спортсменів. Ця проблема сьогодні є спільною для багатьох командних видів спорту [12, 58, 85, 124, 163].

Відповідальність під час здійснення відбору та визначення подальшої перспективності гравців на цьому етапі багаторічної підготовки набуває принципової значущості. Спортсмени вже пройшли досить тривалий шлях базової та спеціальної підготовки (у багатьох ігрових видах спорту понад десяти років), і від визначення їх здібностей та раціонально побудованого процесу підготовки на цьому етапі залежить майбутня професійна кар'єра в спорті вищих досягнень.

Характерною особливістю відбору на етапі підготовки до вищих досягнень, який в багатьох спортивних іграх припадає на вік 16–20 років, є необхідність всебічного дослідження потенційних можливостей молодого спортсмена.

Для дослідження здібностей спортсменів використовують найрізноманітніші показники та критерії, а сама процедура відбору може мати багатоступеневий алгоритм. Такий детальний аналіз не проводиться на жодному із етапів багаторічного вдосконалення. На початкових етапах відбувається процес навчання, багато із техніко-тактичних елементів є ще недоступними для спортсменів, визначати у цьому віці резерви функціональних систем вкрай важко і методично недоцільно. На заключних етапах багаторічного вдосконалення та відбору така необхідність відпадає через те, що в командах високого класу грають найкращі спортсмени, які вже пройшли цю процедуру. Під час відбору баскетболістів на заключних етапах багаторічного вдосконалення на перший план виходять критерії та показники, які відображають нормативно-правові й фінансові аспекти, рівень майстерності та досвід виступів гравця у змаганнях високого класу, відповідність стилю команди, мотиваційні фактори, відсутність захворювань та рецидивів травм тощо [58].

Звичайно, чим більший комплекс показників, які характеризують функціональні та морфологічні дані молодих баскетболістів буде використано, тим більше шансів на безпомилкове визначення потенціалу спортсмена та перспективні шляхи для його подальшого спортивного вдосконалення. Хоча, як вже зазначалось раніше, вже на етапі підготовки до вищих спортивних досягнень визначальну роль під час відбору та подальшої спортивної орієнтації починають відігравати специфічні ігрові здібності та навички гравця, відсутність яких практично неможливо компенсувати за рахунок інших сторін підготовленості (психологічні, морфофункціональні, фізичні можливості тощо).

Багато тренерів зазначають, що необхідно враховувати під час відбору на цьому етапі так званий ігровий інтелект (IQ), який має надзвичайне важливе

значення у всіх ігрових видах спорту. Змагальна діяльність у командних спортивних іграх вимагає наявності у спортсмена високого рівня розвитку інтелектуальних можливостей, які прямо впливають на якість та швидкість прийняття рішень за мінімальні проміжки часу в умовах невизначеності та великої кількості варіантів вибору ігрових дій. Нестандартність дій гравців залежно від ігрової ситуації та прийняття творчих рішень у складних умовах позитивно впливають на ведення змагальної діяльності команди і стають ключовими факторами успіху в боротьбі за перемогу.

Саме наявність високорозвинутих інтелектуальних можливостей в спортивних іграх відрізняє спортсменів високого класу від спортсменів нижчих розрядів. Завдяки високому рівню інтелектуальних ігрових можливостей та досвіду, деяким спортсменам вдається продовжувати виступати на найвищому рівні досить тривалий час (до 40 років і більше), попри зниження функціональних можливостей та наявності хронічних травм.

Відбір спортсменів високого класу та формування складу команди на окремі змагання є завершальною стадією та квінтесенцією всієї багаторічної системи відбору та орієнтації в ігрових видах спорту. На даному етапі підготовки можна виділити у відносно самостійні ланки процедуру відбору гравців у клубні команди для участі в матчах національної першості та відбір спортсменів у національну збірну команду країни для участі в міжнародних турнірах. Відбір на даному етапі також може мати і перманентний характер, коли мова йде про відбір складу команди на конкретний матч або серію змагань [46, 75, 94, 134, 138, 180, 187, 236].

1.4. Теоретико-методичні аспекти використання змагальної діяльності як ключового компонента централізованої підготовки найближчого та віддаленого резерву в ігрових видах спорту

Характеристика спорту, як власне і змагальної діяльності, підкреслює особливу роль у ньому змагального початку та специфічних відношень, завдяки

яким змагання займають свого роду центральне місце в спортивному житті [110, 115, 122, 158, 175, 185, 294].

Змагання в сучасному спорті є центральним елементом, який визначає всю систему організації та методики підготовки спортсменів для результативної змагальної діяльності. Без змагань неможливе існування самого спорту [115, 185]. Вони є засобом не тільки контролю за рівнем підготовленості, способом визначення переможців, але й важливим засобом підвищення тренуваності та спортивної майстерності.

Особливо це стосується системи дитячо-юнацьких змагань, які повинні виключно розглядатися як засіб для цілеспрямованої багаторічної підготовки віддаленого та найближчого резерву команд майстрів і забезпечувати умови для поетапної адаптації спортсменів до складних організаційно-тактичних умов змагальної боротьби, що є характерними для спорту вищих досягнень.

Переважає більшість фахівців, які розробляли проблематику багаторічної підготовки спортсменів, погоджуються з тим, що неприпустимо орієнтувати дітей та підлітків на досягнення високих спортивних результатів під час підготовки на ранніх етапах багаторічного вдосконалення [172, 276, 294].

Важливо пам'ятати, що система змагань в рамках багаторічної підготовки спортсменів повинна знаходитися в органічному взаємозв'язку із метою, завданнями та змістом тренувального процесу на різних етапах тривалої спортивної кар'єри. Роль та місце спортивних змагань повинні суттєво відрізнятися залежно від конкретного етапу багаторічної підготовки.

Останнім часом спостерігається тенденція збільшення кількості дитячих та юнацьких змагань в ігрових видах спорту. Окрім виступів в національних змаганнях, часто планується участь команди в різноманітних юнацьких міжнародних турнірах та інших змагальних заходах. В окремих випадках кількість матчів протягом року для спортсменів юнацьких команд може перевищувати показники професійних спортсменів [173].

Звичайно, участь юних спортсменів у змаганнях необхідно розглядати як важливий крок для отримання необхідного спортивного та емоційного досвіду,

підвищення популярності й масовості гри та ін. Цілком можливо, що в жодному іншому виді спорту, участь молодих спортсменів у змаганнях не має такої принципової значущості, як у спортивних іграх. Повноцінну змагальну діяльність неможливо замінити ніякими спеціально-підготовчими вправами та засобами на тренувальних заняттях. Саме через гру здійснюється навчання юного спортсмена специфічним навичкам та формам поведінки, відбувається процес становлення майстерності гравця, формується ігрове мислення. Якісна ігрова практика, на думку фахівців, у декілька разів перевершує за своєю значущістю той ефект, який юні спортсмени отримують на звичайних тренувальних заняттях [316, 533, 551, 566, 576].

Однак навіть за найпозитивнішого впливу на процес навчання та популяризацію гри, дитячо-юнацькі змагання можуть мати і ряд суттєвих недоліків. Прагнення до перемог та медалей стимулює спортивних керівників, тренерів, дітей та їх батьків до ранньої вузької спеціалізації та форсування підготовки дітей та підлітків до змагань у відповідних вікових групах. У підсумку це призводить до того, що переважна більшість спортсменів, досягнувши високих результатів в юнацьких вікових групах, втрачають перспективи для подальшого спортивного вдосконалення і залишають спорт, не витримуючи конкуренцію із тими спортсменами, які планомірно готуються до виступів у спорті вищих досягнень. На сьогодні можна констатувати, що цей недолік набуває стійких закономірних ознак [185].

Сьогодні можна почути різні думки щодо необхідності участі дітей на ранніх етапах багаторічної підготовки у змаганнях. Так, на думку Т. Daniel [326], змагальний досвід є необхідним дітям для засвоєння життєвого досвіду та формування важливих навичок конкурентної боротьби. Беручи участь у змаганнях, діти, на думку автора, набувають цінний соціальний досвід, вчаться усвідомлювати важливість перемоги, долати переживання поразок, працювати в умовах обмеженого часу та суспільного тиску. Підтримує цю думку і J. Kochanek [414], який вказує на те, що змагальний досвід є вкрай важливим компонентом підготовки майбутнього спортсмена високого класу,

адже він дозволяє готувати молодих спортсменів до реалій дорослого спорту та орієнтувати їх на прагнення до майбутніх перемог. Саме в дитячому спорті, на думку ряду фахівців, відбувається становлення філософії переможця, формується характер майбутнього чемпіона, який звикає до перемог та не може змиритися із поразками.

З іншого боку, критики ранньої змагальної практики [319, 400] стверджують, що гіперконкурентне середовище спортивних змагань може мати потенційно шкідливі наслідки для дітей і проявлятися у вигляді зниження ефективності розвитку навичок, формування негативних соціальних форм поведінки та визивати неадекватне самосприйняття.

Змагання, на думку N. Cohen [319], є прийнятною формою раціональної, соціальної та спортивної поведінки для дорослих людей. Саме дорослі володіють необхідним досвідом, знаннями та здатністю справлятися з результатами змагань, вигравати чи зазнавати поразки. Однак даремно очікувати подібної поведінки і від юних спортсменів. Часто діти не здатні справитися з психологічним тиском та реакцією дорослих людей (тренерів, батьків) на свої помилки, поразки і навіть перемоги. Очікування, які дорослі покладають на виступи дітей, відрізняється від сподівань та бажань юних спортсменів.

Доцільним є акцентування уваги дітей на спробах реалізації вивчених раніше на тренуваннях технічних елементів та форм організації гри, виконання або не виконання яких і повинно бути основним критерієм ефективності гри юних підопічних у матчі. Можливо саме для цього в багатьох країнах світу, з метою усунення впливу фактора спортивного результату, і забороняють вести турнірні таблиці та надавати значення перемогам і поразкам в дитячих змаганнях.

Так, за даними В. В. Ніколаєнко [172], провідні футбольні держави світу (Англія, Німеччина, Іспанія, Португалія, Нідерланди та ін.), офіційно заборонили участь в регулярних змаганнях дітей до 12 років та не рекомендують брати участь маленьким дітям у тих змаганнях, де ведуться

турнірні таблиці та здійснюється розподіл підсумкових місць серед учасників змагань. До віку 13 років, наприклад, в Норвегії, взагалі не ведеться рахунок у матчах [354], а в Іспанії під час юнацьких баскетбольних змагань організатори вимикають табло, якщо одна із команд починає вигравати з великим рахунком у суперника.

Подібні кроки, вочевидь, і здійснюються для того, щоби відволікти увагу дітей від спортивного результату і того психологічного тиску, який його супроводжує, та дозволяє сконцентрувати зусилля на навчанні та отриманні позитивного ігрового досвіду.

Дослідження, які були проведені L. Kipp et.al. [412] та M. Theeboom et al. [541], показують, що юні спортсмени, які сконцентровані на покращенні власної індивідуальної майстерності, відчувають меншу тривожність за підсумковий спортивний результат, мають більш високу самооцінку та вмотивованість до подальших занять спортом.

Надмірна увага на співставленні результатів виступів однолітків у спортивних змаганнях, на думку T. Horn et al. [385], може визивати у юних спортсменів занижене сприйняття власних здібностей, що перешкоджає подальшому успішному розвитку. Постійне культивування виключної цінності перемоги (або поразки як негативного явища), може, на думку R. Malina et al. [439], відволікати від вирішення стратегічних завдань багаторічної підготовки та чинити негативний вплив на поетапний розвиток молодого спортсмена

Можливо, такі радикальні заходи не є оптимальним шляхом для вирішення існуючої проблеми, адже відсутність змагальної складової позбавляє дитячі змагання ігрової конкурентної основи її основної суті. Важко не погодитися із висловлюванням W. Helsen et al. [375], який зазначає, що неможна казати дітям, що ми виходимо на баскетбольний майданчик не для того щоб перемагати, що спортивний результат не має жодного значення. Це, на думку хорватського фахівця, може сформувати в дитячій психіці хибні уявлення щодо пріоритетних завдань участі у змаганнях. Дитина повинна

прагнути перемогти у матчі, отримати позитивні емоції від власних успішних дій та виступу команди. Не можна позбавляти її цієї мрії. Завдання тренера – не акцентувати увагу дітей на підсумковому негативному або позитивному результаті, а сфокусувати їх на виконанні тих завдань та настанов, які були зроблені на конкретну гру. Надати схвальну оцінку якісно виконаним елементам у грі (під час матчу та після його завершення) та проаналізувати помилки, які були зроблені кожним гравцем команди. Відсутність змагального відтінку може позбавити дитячі змагання тих яскравих емоційних переживань, яких так очікують діти, тренуючись протягом року. Участь у змаганнях може використовуватися тренером як додатковий стимул для подальших наполегливих тренувальних занять.

Однією із головних проблем підготовки дітей та підлітків у спортивних іграх на сучасному етапі розвитку є активне втручання батьків у навчально-тренувальний та змагальний процес своєї дитини. Можливо, це наслідок процесів комерціалізації дитячо-юнацького спорту, яка почала розвиватися, наприклад, в нашій державі на початку 2000-х років. У нинішніх умовах тренер зазвичай працює з тими юними спортсменами, батьки яких мають можливість забезпечувати умови для навчання своєї дитини.

Як влучно вказує T. Daniel et al. [326], за останні десятиліття юнацький спорт перетворився у змагання батьків з батьками, а не дітей з дітьми. Надмірно залучених у процес підготовки своєї дитини батьків H. Friedman [354] називає «батьками, які не дозволяють грі належати дітям». У нинішніх умовах тренер зобов'язаний залучитися підтримкою батьків, які ставлять інтереси власних дітей вище всіх інших. Дуже часто батьки намагаються контролювати відношення з тренером, демонструють своє неприкрите хвилювання, обговорюють ігровий час, проведений дитиною на майданчику, рішення тренерів та суддів, командну роботу. Все це дуже часто відбувається на очах дітей, що звичайно навряд чи може сприяти створенню необхідної атмосфери, яка надає змаганням ознак спортивного свята.

Поширеними сьогодні є випадки, коли саме через емоційне рішення батьків дитина змушена змінювати спортивний клуб, не бажаючи при цьому розставатися із своїми одноклубниками. Постійні крики на дітей та приниження їх гідності, інші недоречні дії з боку батьків по відношенню до тренерів, суддів, батьків власної команди та команди суперника, стали невід'ємною частиною дитячо-юнацьких змагань.

Розподіл ігрового часу між гравцями команди на змаганнях є однією із актуальних проблем у спортивних іграх. Хвилини ігрового часу, проведеного в матчах проти сильного суперника, справедливо вважають вагомою інвестицією в довгостроковий розвиток дитини. На відміну від інших видів спорту, в спортивних іграх від'їзд на змагання ще не означає участь у них. Протягом турніру юний спортсмен може так і не отримати шансу вийти на майданчик. Такі явища є досить поширеними для багатьох ігрових видів спорту. Звичайно подібні тренерські рішення є неприпустимим як з педагогічної, так із моральної точки зору. Не отримавши необхідного ігрового досвіду, юний спортсмен ще й отримує психологічну травму, починає сумніватися у власних можливостях, стає об'єктом для хизування товаришів по команді, які мали достатню ігрову практику та успішно виступили на змаганнях. Нерідко така несправедливість може стати причиною зниження інтересу у дитини до подальших занять спортом.

У провідних баскетбольних країнах світу (Сербія, Франція та ін.) для забезпечення всіх дітей необхідною ігровою практикою тренерів змушують виконувати вимоги так званих правил Пасарелла (Passarella rules), які забезпечують всім дітям право на отримання ігрової практики. Так, одним із цих правил є те, що в перші дві чверті баскетбольного матчу всі діти повинні отримати приблизно однаковий ігровий час, а у наступних чвертях тренер вже має змогу випускати на майданчик тих спортсменів, яких він вважає за потрібне, і грати на результат. Наприклад, в Сербії, «правила Пасарелла» розповсюджують і на змагання юнацьких вікових категорій (U 14 – U 16).

Вдаються тренери і до інших хитрощів щоби в дитячому віці намагалися грати на перемогу. Поширеним явищем в ігрових видах спорту є маніпуляція із реальним паспортним віком дитини, використання певних організаційних форм (прагматичних) захисту та нападу, які полегшують можливість команді досягти необхідного результату та ін. Як справедливо зазначає А. Lamontagne [427], замість того, щоби намагалися виграти як можна більше дитячих змагань та сформувати у юнаків «ліниві форми гри» (зона, PNR), необхідно навчити дітей правильним навичкам індивідуальних та командних дій у захисті та нападі, що є набагато важливішим з точки зору довгострокової перспективи.

Навіть пропри існування обмежувальних заходів щодо використання подібних хитрощів у дитячих змаганнях, тренери продовжують шукати шляхи, щоби їх обійти та здобути певні ситуаційні переваги, щоби будь-якою ціною перемогти на змаганнях.

Особливо гострими ці проблеми є саме для дитячих змагань, бо вже на рівні підліткового спорту (U 14–U 17), зазвичай, залишаються лише найбільш талановиті (приблизно рівноцінні за своїми можливостями) спортсмени, та й важливість спортивного результату починає набувати офіційного значення. Однак, потрібно пам'ятати, що і в даному віці, який в багатьох ігрових видах спорту припадає на етапи спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень, прагнення до демонстрації максимально можливого результату, успіхів та перемог, не повинно супроводжуватись форсуванням процесу підготовки та порушенням важливих закономірностей спортивного вдосконалення, яке всім своїм змістом підпорядковане завданню досягнення найвищих результатів в оптимальній віковій зоні [185, 187].

В юнацькому віці змагання ще мають вторинний характер відносно раціонально побудованого тренувального процесу, спрямованого на поступову адаптацію молодих гравців до фізичних та психологічних навантажень спорту вищих досягнень.

Одним із актуальних питань залишається і визначення оптимальної кількості змагань, в яких повинні брати участь баскетболісти різних вікових

груп. Думки відомих баскетбольних фахівців у цьому питанні суттєво відрізняються. Так, наприклад, куратор юнацьких збірних команд Сербії (U 14–U 20) N. Trunić [349] вважає, що до 14-річного віку кількість ігор протягом року не може перевищувати позначку в 40–45 за сезон.

В одній із найвідоміших литовських баскетбольних академій ім. А. Сабоніса, навпаки, вважають, що вже у 11–14-річному віці кількість змагань необхідно збільшити ледве не до рівня дорослого баскетболу (60–65 ігор за сезон) та збільшити цей показник у 15–17-річному віці [454].

У роботі вітчизняних ДЮСШ з баскетболу, згідно з чинними нормативно-методичними документами [15], рекомендовано проводити не більше 30 ігор протягом року майже до 16-річного віку, після чого потрібно різко збільшити число офіційних ігор, загальна кількість яких на кінець навчання починає наближатися до параметрів дорослого баскетболу.

Важливість спортивних змагань набуває особливого значення під час підготовки найближчого резерву національних збірних команд. І в даному випадку участь найкращих спортсменів країни різних вікових категорій у спортивних змаганнях необхідно розглядатися як засіб для планомірної підготовки гравців для спорту вищих досягнень. Особливої значущості набувають саме міжнародні ігри, в яких створюється необхідне конкурентне ігрове середовище для вдосконалення індивідуальних можливостей та відточуються групові й команді взаємодії баскетболістів, які стануть запорукою подальших успішних виступів як на міжнародних юнацьких змаганнях, так і під час тривалих виступів у спорті вищих досягнень на клубному професійному рівні і за національну збірну своєї країни.

Навіть у таких міжнародних іграх юнацьких команд першочергову увагу потрібно звертати не на спортивний результат (хоча він, безумовно, відіграє важливу роль), а на якість реалізації запланованих техніко-тактичних форм організованої діяльності в нападі та захисті, можливість молодого спортсмена якісно засвоювати та реалізовувати матеріал більш складного ігрового змісту в важких умовах конкурентної боротьби.

1.5. Управління і контроль в системі підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Система підготовки найближчого резерву національних збірних команд повинна забезпечуватися якісним управлінням, головною метою якого є підвищення ефективності тренувальної роботи та всього процесу багаторічної підготовки, спрямованого на постійний пошук та розвиток перспективних спортсменів для спорту вищих досягнень. Цей процес потребує охоплення широкого кола різноманітних питань та окремих складових підготовки (організаційно-методичне, спортивно-педагогічне, соціально-економічне, науково-інформаційне та ін.) [6, 58, 61, 232, 348, 503].

Підготовка найближчого резерву збірних команд потребує консолідації зусиль великої кількості фахівців та ефективної взаємодії різноманітних управлінських структур та організацій (державних, громадських, приватних осіб), які прямо або опосередковано впливають на якість процесу підготовки молодих спортсменів (фінансування підготовки, кадрове та програмне забезпечення, медичне і науково-інформаційне забезпечення тощо). На сьогодні день цілеспрямована підготовка найближчого резерву набуває характерних ознак складної динамічної системи, яка потребує оптимізації процесу управління, спрямованого на підвищення ефективності функціонування як його окремих ланок, так і об'єкта управління загалом [46].

Як вказує Ю. В. Верхошанский [76], суть управління полягає у зміні стану об'єкта управління (системи, процесу) відповідно до якогось заданого критерію ефективності його функціонування або розвитку. Для практичної реалізації ідеї управління передусім необхідно мати конкретне уявлення щодо будови об'єкта управління і закономірностей переходу його з одного стану в інший.

Управління спортивним тренуванням вважається однією із центральних проблем спортивної науки. Питання оптимізації процесу управління підготовкою спортсменів завжди привертало увагу провідних фахівців галузі [110, 129, 144, 158, 178, 295, 276].

На думку В. В. Петровського [182], в практиці спорту управління необхідно розглядати як ефективну систему науково-обґрунтованої організації навчально-тренувального процесу, спрямовану на послідовний та планомірний перехід різних сторін підготовленості спортсмена в якісно новий, заздалегідь запрограмований стан.

Управління, в широкому значенні цього слова, передбачає насамперед спланований перехід спортсмена з одного стану до іншого. Кінцевою метою управління вважають досягнення високих результатів у змагальній вправі на основі стійкого покращення фізичного та функціонального стану [64, 87, 99, 129, 157, 233].

У зв'язку із необхідністю управління станом спортсмена в рамках різних структурних утворень тренувального процесу прийнято виділяти етапний, поточний та оперативний види управління [182, 185, 241]. Етапне управління здійснюється протягом крупних циклів підготовки (в рамках підготовки юнацьких збірних команд – річні цикли підготовки U 14, U 15, U 16 та ін.), поточне управління супроводжує підготовку спортсменів в рамках тренувальних мезоциклів та мікроциклів (етап безпосередньої підготовки до міжнародних змагань юнацьких вікових категорій, тижневі мікроцикли тощо), оперативне управління спрямовано на досягнення заданих параметрів навчально-тренувальної роботи на окремому занятті під час виконання різноманітних завдань, а також під час виступів у змагальній діяльності (управління командною в матчі тощо).

Ці види управління процесом підготовки спортсменів, на думку Г. А. Лісенчука [144], безпосередньо пов'язані із необхідністю оптимізації так званих тренувальних ефектів, які за часом своєї дії співпадають із певними видами управління. Здійснення управління з урахуванням очікуваного тренувального ефекту дозволяє, на думку автора, значно підвищити ефективність прийняття управлінських рішень в різних структурних утвореннях тренувального процесу.

Тренувальний процес необхідно організувати відповідно до певних цільових завдань, які мають конкретні цільові параметри зростання спортивного результату та обумовлюють необхідну для їх реалізації програму тренувань. Величина приросту спортивного результату, як стверджує Ю. В. Верхошанский [76], є одним із головних критеріїв ефективності тренувань. Спортивний результат, на думку автора, представляє собою продукт організованого комплексу зовнішніх взаємодій спортсмена.

Керуючись цим підходом, автор пропонує виділяти трикомпонентну структуру управління процесом підготовки. Комплекс зовнішніх взаємодій спортсмена, який є характерним для змагальної діяльності, представляє собою перший об'єкт управління. Стан спортсмена, який розглядається як поточна характеристика його моторного потенціалу, відноситься до другого об'єкту управління, а спеціалізовану рухову активність, або як прийнято говорити, тренувальне навантаження, пропонується виділяти як третій об'єкт управління. Вирішення завдань, які виконуються на рівні виділених складових комплексного об'єкта управління, породжує складний динамічний комплекс причино-наслідкових відношень між ними, який слід, на думку Ю. В. Верхошанського, розглядати як структуру керованого об'єкта, що забезпечує його функціональну цілісність.

Цікавою є також думка I. Valyi et al. [276], які вважають, що структура управління підготовкою спортсменів повинна складатися з таких ключових компонентів: виявлення індивідуальних особливостей і здібностей спортсмена; формулювання мети і термінів її досягнення; визначення конкретних завдань навчання, виховання, підвищення функціональних можливостей; вибір засобів і методів тренування; контроль і облік тренувальних і змагальних навантажень.

Важливими завданнями в процесі управління підготовкою спортсменів, на думку В. В. Петровського [182], є розробка моделей функціональної підготовленості, моделей циклів і уроків, моделей змагальної діяльності з наперед відомим ефектом і системою науково-методичного контролю.

Ефективність управління тренувальним процесом багато в чому залежить від забезпечення послідовної та якісної реалізації окремих ланок загального алгоритму управління. Так, М. А. Годік [84] вказує на необхідність послідовної реалізації таких п'яти стадій процесу управління: 1) збір інформації про спортсмена, а також його тренувальну та змагальну діяльність; 2) аналіз отриманої інформації; 3) на основі результатів аналізу – ухвалення рішення щодо стратегії та тактики підготовки: створення документів планування; 4) реалізація програм та планів підготовки; 5) контроль за ходом реалізації, внесення необхідних змін в документи планування або створення нових програм і планів.

Система управління під час підготовки баскетбольних команд, як вважає Л. Ю. Поплавський [187], повинна складатися із керованої системи (спортивний клуб, збірна, окремий баскетболіст) та керуючої (міністерство, федерація, тренер, КНГ тощо). Функціональна структура системи управління при цьому повинна складатися з таких ланок, як: прогнозування, планування, забезпечення, організація, підготовка резервів і формування команди, стимулювання, контроль та інформаційне забезпечення. Усі ці ланки створюють замкнений ланцюг, що забезпечує циклічність і безперервність процесу управління.

Залежно від характеру ігрових ситуацій управлінські рішення В. М. Костюкевич [129] пропонує розподіляти на шість груп: єдиноборства в нападі та захисті; дефіцит часу та напруженість у рахунку; тактична складність; психічна складність; рівень підготовленості та стан команди; особливості суддівства, персональні помилки, реакція глядачів.

Якість управлінських рішень, на думку автора, залежить від дії багатьох чинників, таких, як: рівень компетентності та професіоналізму тренера, наявність інформації (повна/неповна інформація, її відсутність), наявність часу на розробку та прийняття рішення (дефіцит часу збільшує ймовірність помилки у прийнятті рішення), емоційного стану гравців та інтуїції тренера.

Управління такою складною за різноманітністю, динамічністю та здатністю переходу з одного стану в інший системою неможливе без розподілу процесу управління на окремі функціональні ланки, які утворюють функціональну структуру управління.

Раціональна підготовка спортсменів, на думку В. М. Платонова [185] та В. Г. Нікітушкіна [172], передбачає орієнтацію на випереджаюче управління, яке орієнтоване на прогноз розвитку складових спортивної майстерності під впливом різного роду факторів внутрішнього середовища (які відносяться до тренувального процесу) та зовнішнього середовища, яке безпосередньо не є частиною змісту тренувального процесу. Випереджаюче управління є активною формою та має принципові переваги порівняно із так званим ситуаційним управлінням, що спирається на реакції під впливом умов внутрішнього та зовнішнього середовища.

Для побудови системи підготовки баскетболістів та якісного управління велике значення має розробка моделей провідних спортсменів різних вікових категорій та ігрового амплуа. Чіткі модельні кількісні та якісні характеристики, що формують мету системи підготовки найближчого резерву національних збірних, слугують важливою умовою ефективного управління підготовкою баскетболістів. На основі модельних характеристик встановлюються нормативні вимоги до основних компонентів спортивної майстерності, результати виконання яких характеризують стан підготовленості на визначеному проміжку часу та ступінь готовності молодих спортсменів до участі у відповідальних міжнародних змаганнях.

На думку Л. Ю. Поплавського [187], слід виділяти три групи модельних характеристик, що можуть бути використані під час управління підготовкою в баскетболі: основні показники змагальної діяльності; показники рівня підготовленості за основними компонентами; показники функціональної і психологічної підготовленості, морфофункціональних особливостей, стажу занять баскетболом тощо.

Схожої думки дотримується і Г. А. Лисенчук [144], який вважає, що обов'язковою умовою в циклі управлінських операцій є кількісний опис структури змагальної діяльності та спеціальної підготовленості спортсменів. Зіставлення результатів контролю конкретних спортсменів з модельними характеристиками чи належними нормативами дає можливість вибрати оптимальні засоби і методи тренування, що відповідають індивідуальним особливостям спортсменів. Наступні операції в цьому циклі передбачають планування тренування, періодичне тестування спортсменів і корекцію на цій основі програми підготовки.

Важливим завданням в процесі управління підготовкою найближчого резерву збірних команд, на наш погляд є також створення своєї моделі техніко-тактичної підготовленості гравців по кожній віковій категорії (перелік тактичних та технічних навичок, якими повинні оволодіти гравці збірної в рамках багаторічної підготовки резерву в кожній віковій групі U 14, U 15, U 16 та ін.). Ці модельні (програмні) орієнтири повинні слугувати базисом для побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу та визначати характер змагальної діяльності спортсменів юнацьких вікових категорій. Вони повинні також одночасно бути й критерієм оцінювання ефективності роботи тренерського штабу збірної, який працює з даним поколінням баскетболістів. Тобто враховувати необхідно не тільки показаний на змаганнях підсумковий результат, а й рівень підготовленості гравців за основними модельно-цільовими параметрами по кожній віковій категорії, особливо у випадках незадовільного виступу на юнацьких міжнародних змаганнях.

Управління буде успішним лише за умови якісного зворотного зв'язку, який дозволяє порівняти дійсний стан системи із запрограмованим. Без наявності вискоефективних засобів та методів контролю вирішити це завдання практично неможливо [84, 105, 128, 164, 216].

Контроль та інформаційне забезпечення є завершальною ланкою системи управління підготовки резерву національних збірних команд. Вони сприяють інтеграції усієї системи підготовки в єдине ціле і стають тією ланкою, яка

забезпечує своєрідні посередницькі зв'язки та призводить до руху процесу управління в цілому [187].

Від того, наскільки інформація є достовірною, повною та своєчасною, залежить ефективність всього процесу управління підготовкою спортсменів. Контроль являє собою організовану форму одержання інформації. Він повинен здійснюватись у найбільш прийнятні терміни з конкретною метою і за визначеною програмою [78, 79, 84, 165, 185, 191].

На сьогодні відомі різні види контролю, які використовуються під час підготовки спортсменів. Так, прийнято виділяти етапний, поточний і оперативний контроль, які повинні забезпечувати відображення стану підготовленості спортсменів в різних за тривалістю часу періодах тренувального процесу [160, 165, 185, 187, 241].

Виділяють також і інші види контролю, які прийнято використовувати з метою управління підготовкою спортсменів. Так, наприклад виділяють поглиблений, вибірковий й локальний контроль. Поглиблений контроль передбачає використання значної кількості показників для оцінювання підготовленості спортсменів. У практиці підготовки юнацьких збірних команд цей вид контролю необхідно використовувати з метою всебічного оцінювання потенційних можливостей юного баскетболіста та його відповідність модельно-цільовим параметрам (спортивно-педагогічним, морфофункціональним, соціально-психологічним, відсутність травм і захворювань, тощо). Подібний ретельний контроль дозволяє визначити провідні та слабкі ланки в структурі індивідуальної підготовленості гравця, планувати засоби корекції, визначити найбільш доцільні шляхи застосування можливостей спортсмена під час змагальної діяльності команди, робити прогнози щодо перспектив потрапляння юного спортсмена на рівень спорту вищих досягнень тощо [160].

Вибірковий контроль дозволяє оцінювати один або декілька параметрів підготовленості (техніко-тактична, фізична тощо). Локальний контроль, зазвичай використовують для визначення вузького кола показників у структурі

підготовленості, а також для оцінювання можливостей окремих функціональних систем [84, 185].

Навіть в рамках спеціальної підготовленості необхідно, на думку Л. П. Сергієнка [199], використовувати певну ієрархічну систему оцінювання, в рамках якої і потрібно здійснювати контроль та визначення індивідуальних можливостей кожного спортсмена.

У процесі аналізу основних властивостей та показників спортивної підготовленості показано, що вони утворюють ієрархічну систему, для якої характерною є наявність внутрішніх зв'язків.

У практиці спортивного тренування контроль прийнято розділяти на різні види з урахуванням пріоритетного змістовного спрямування: педагогічний, соціально-психологічний і медико-біологічний [160, 185, 241]. Педагогічний контроль передбачає використання засобів та методів діагностики, які тренери переважно застосовують в умовах тренувальної та змагальної діяльності та у більшості випадків не потребують залучення інших фахівців (рівень загальної та спеціальної фізичної підготовленості, техніко-тактичної майстерності, показників ігрової діяльності тощо). Соціально-психологічний контроль спрямований на вивчення особистісних особливостей спортсменів та їх психологічного стану. Медико-біологічний контроль використовують з метою дослідження стану органів і систем організму спортсменів, а також реакцію на тренувальні та змагальні навантаження.

Однак одним із найбільш значущих та інформативних, на думку багатьох фахівців [126, 216, 233, 352, 368, 423, 443, 470, 547], є саме комплексний контроль, який є важливим елементом системи управління підготовкою спортсменів.

Комплексний контроль у спорті передбачає практичну реалізацію різних видів контролю (за тривалістю, переважною спрямованістю і вибірковістю та ін.). Будь-який спортивний результат характеризується проявом інтегральної підготовленості спортсменів, змагальні завдання вирішуються лише у

комплексі функціональної, технічної, тактичної та інших видів підготовленості [84, 126, 187].

Як вважає В. М. Шамардін [233], необхідність комплексного оцінювання рівня підготовленості спортсменів обумовлюється багатьма характерними факторами, серед яких слід виділяти ускладнення сучасної системи підготовки спортсменів, перетворення її в керований процес на основі системно-цільового програмування. Система комплексного контролю повинна включати в себе всі основні підсистеми контролю – педагогічного, медико-біологічного, біохімічного та психологічного. Ці підсистеми забезпечують контроль всіх основних компонентів тренувального процесу, а також інтегральні характеристики змагальної діяльності

Як стверджує Л. Р. Айрапет'янц [2], комплексним в ігрових видах спорту можна вважати лише той контроль, який дозволяє охопити такі три групи показників: критерії змагальної діяльності; характеристики тренувальних навантажень; показники, які характеризують підготовленість спортсменів.

У працях О. О. Мітової [164, 165, 463] комплексний контроль пропонується розглядати у тренувальному та змагальному процесі для оцінки команди в цілому; групи гравців залежно від амплуа; динаміки та тривалості виступів за команду, соціального статусу спортсмена (лідер, гравець активного запасу, «аутсайдер»); окремих спортсменів, їх сторін підготовленості, окремих характеристик гравців, тощо. Кожний елемент ієрархії у системі контролю при цьому є самостійним об'єктом на своєму рівні, підсистемою чи окремою складовою більшої системи.

У процесі комплексного контролю використовують різні групи показників. Педагогічні показники характеризують рівень технічно-тактичної майстерності юних баскетболістів, розвиток провідних фізичних якостей, ефективність змагальної діяльності та темпи приросту рівня спортивної майстерності (особливо важливим є під час тривалого спостереження за гравцями збірної), зміст навчально-тренувального процесу в рамках окремих структурних утворень тренувального процесу (багаторічний план підготовки,

періоди підготовки, мікроцикли, окремі заняття та ін.). Соціально-психологічні показники спрямовані на аналіз умов оточуючого середовища, індивідуальні властивості особистості юних спортсменів, їх комунікативну толерантність та здатність до групового вирішення поставлених стратегічних завдань перед збірною та ін. Важливим також є включення медико-біологічних показників (анатомо-морфологічних, фізіологічних, біохімічних та ін.), які багато в чому, на даному етапі підготовки, визначають перспективність спортсмена та слугують значущим індикатором для вибору предмета майбутньої поглибленої спеціалізації (ігрове амплуа на майданчику).

У сучасному олімпійському спорті спостерігається чіткий розподіл значущості та спрямованості контролю на різних стадіях та етапах багаторічної підготовки.

У дитячо-юнацькому спорті, на думку А. Lamontagne [427], контроль має бути спрямований на оцінювання фізичного розвитку у взаємозв'язку із функціональними можливостями з метою адаптації до тренувальних навантажень, а також на визначення різних сторін підготовленості спортсменів. У спорті вищих досягнень контроль необхідно спрямовувати на визначення можливостей спортсменів під час формування складу клубних команд та збірних команд країни. Контроль як супровідний захід на цій стадії багаторічного вдосконалення має на меті оцінку показників функціональних можливостей, фізичного здоров'я, психічного стану, стабільності показників техніко-тактичної та інтегральної підготовленості протягом різних структурних утворень тренувального процесу з урахуванням індивідуальних можливостей кожного члена команди.

Система комплексного контролю в спортивних іграх потребує врахування цих важливих положень. Однак, специфічні умови змагальної діяльності в ігрових командних видах спорту, на думку Л. Р. Айрапет'янца [2], суттєво впливають на способи оцінки надійності та інформативності тестів. Якщо, наприклад, в циклічних видах спорту як критерій інформативності можна використовувати результати одного змагання, то в спортивних іграх тільки

результати серії змагань зможуть надати більш чітку характеристику. В ході педагогічних спостережень автор встановив незалежність результатів однієї конкретної гри і значень тестів.

Загальноприйняті форми комплексного контролю, як вважають Л. А. Латишкевич і співавт. [136], які були запозичені теорією та практикою спортивних ігор в основному із інших видів спорту, є явно недостатніми в силу специфіки спортивних ігор як варіативного конфліктного виду діяльності, в якому неможливо виміряти спортивний результат кожного окремого спортсмена.

Дефіцит форм контролю в спортивних іграх, на думку авторів, спостерігається в тій частині процесу діагностики підготовленості гравців, яка покликана виявити рівень їхньої індивідуальної спортивної майстерності як найбільш проблемного об'єкта тренувальних впливів. Етапний, поточний і оперативний контроль, який здійснюють відповідно за кумулятивним, поточним та оперативним станом спортсменів, не охоплює тих параметрів, якими прийнято характеризувати майстерність спортсменів (їх суперкумулятивний стан). Супер(понад)кумулятивний характер майстерності обумовлюється досить стійким та повільно згасаючим комплексом умовних рефлексів, які лежать в основі великої кількості тонкокоординаційних рухових навичок, які були засвоєні спортсменами протягом тривалих років безперервного спортивного вдосконалення. Подібне (невластиве, наприклад, для циклічних видів спорту) різноманіття рухових умінь та навичок, необхідних для боротьби за спортивний результат, і формує у гравця той стан, який в спортивних іграх називається суперкумулятивним [136, 140].

Цілком очевидно, що дана сторона підготовленості спортсмена до змагань потребує введення особливої форми контролю. Як вже зазначалося раніше, вкрай важко виділити під час організації командних взаємодій індивідуальні характеристики конкретного спортсмена та надати їм об'єктивної професійної оцінки. Об'єктивно-метричні засоби контролю в ігрових видах спорту не можуть вирішити це складне питання. Швидше за все, подібне

специфічне оцінювання потрібно здійснювати за допомогою експертизи із попереднім виділенням ключових параметрів змагальної діяльності та підготовленості гравця і команди, які підлягають всебічному (суб'єктивному) аналізу.

Сучасний етап розвитку ігрових командних видів спорту характеризується активним впровадженням науково-інформаційних технологій в навчально-тренувальний процес та змагальну діяльність спортсменів. З метою контролю змагальної діяльності в спортивних іграх сьогодні застосовують високоефективні системи моніторингу та обробки різноманітних параметрів ігрової діяльності спортсменів, які в автоматичному режимі реєструються під час гри. Використання формаційних технологій дозволяє значно розширити спектр досліджуваних показників та дій в матчі, багато з яких ніколи раніше не були доступними для аналізу спеціалістами з баскетболу.

Величезне значення також має впровадження в тренувальний процес і змагальну діяльність сучасних розробок, які дозволяють контролювати зміни медико-біологічного характеру. Інтенсифікація тренувального процесу, значне збільшення обсягів тренувальної та змагальної діяльності у молодих баскетболістів потребують постійного контролю за станом їх реакції на навантаження та протікання тривалих адаптаційних змін (пульсометрія, математичний аналіз варіабельності серцевого ритму, біохімічні методи дослідження тощо) [8, 111, 133, 160].

Як вказують J. Achten et al. [255], A. Gocentas et al. [363], K. Hulka et al. [386] та D. Matthew, A. Delextrat [453], сьогодні з метою моніторингу реакції серцево-судинної системи в ігрових видах спорту широко використовуються спеціальні комплексні засоби, які дозволяють одночасно контролювати реакцію всіх гравців команди (на одному екрані), задавати необхідну інтенсивність вправ, оцінювати отриману дозу навантажень (під час окремої вправи та всього заняття) та визначати стан функціональної підготовленості спортсменів (Team Polar Pro та ін.).

Вдосконалення потребує також і педагогічний контроль, який, на думку багатьох спеціалістів [84, 182, 327, 463], є основним видом комплексного контролю. Потрібно враховувати спрямованість та характер завдань, що вирішуються на різних етапах спортивного тренування.

Величезне значення, на наш погляд, у цей період також є використання засобів педагогічного контролю з метою визначення стану підготовленості баскетболістів, які прибули в розташування збірних команд. Це значною мірою буде визначати зміст подальшої підготовки команди до змагань. Високий рівень загальної фізичної та функціональної підготовленості спортсменів, які прибули у розташування збірної для підготовки до міжнародних змагань, дозволяють тренерському штабу збільшити долю спеціальної та ігрової підготовки, і навпаки.

Техніко-тактичний рівень команди і гравців повинен підлягати ретельному оцінюванню на спеціальному етапі підготовчого періоду. Доцільним є застосування комплексу тестових та ігрових завдань, спрямованих на визначення специфічних баскетбольних вмінь та навичок. Контроль в даному випадку, дозволяє виявити сильні та слабкі сторони в структурі техніко-тактичної підготовленості, а облік і аналіз даних дозволяє розробити заходи щодо усунення виявлених недоліків у спеціальній підготовці команди та визначити можливі способи раціонального використання сильних сторін підготовленості протягом змагального періоду [187].

Педагогічний контроль у змагальний період спрямований на отримання даних про ігрову діяльність команди та її гравців як в окремо взятому матчі, так і в турнірі загалом (або за підсумками ігрового сезону). Враховується поведінка спортсмена на змаганнях, здатність аналізувати власні помилки та робити правильні висновки, прогрес спортивної майстерності спортсмена від змагань до змагань, особливо це стосується молодих баскетболістів. Педагогічний контроль є важливою складовою комплексного контролю під час підготовки спортсменів.

Отримання поетапної інформації щодо функціонального стану організму спортсменів, рівня їх спеціальної підготовленості та ігрової майстерності, психологічного і медико-біологічного стану, багаторічної динаміки приросту спортивних результатів, є важливою умовою та необхідним інструментом для ефективного управління цілеспрямованою підготовкою найближчого резерву національних збірних команд.

1.6. Проблеми періодизації підготовки спортсменів клубних та національних збірних команд у спортивних іграх до головних змагань ігрового сезону

Однією із важливих проблем підготовки спортсменів в ігрових видах спорту є періодизація тренувального процесу клубних та національних збірних команд до участі у головних змаганнях спортивного року. В сучасних умовах глобалізації світового спорту, підвищення конкуренції на престижних міжнародних змаганнях та своєрідного вирівнювання майстерності спортсменів (особливо на рівні виступів національних збірних команд), особливої актуальності набувають питання раціональної побудови процесу підготовки спортсменів до відповідальних змагань. За інших рівних умов, команда, яка в кращому стані готовності підійшла до участі у змаганнях, може отримати вирішальну перевагу над суперниками та навіть невілювати можливі недоліки рівня ігрової майстерності та інших складових підготовленості [4, 7, 63, 86, 99, 233, 249].

Попри величезну практичну значущість періодизація підготовки спортсменів в ігрових видах спорту і сьогодні залишається одним із найменш вивчених та розроблених розділів специфічної системи знань. У науково-методичній літературі спостерігається дефіцит фундаментальних узагальнюючих праць з головних питань періодизації підготовки спортсменів в ігрових видах спорту.

Як вказують вітчизняні та зарубіжні фахівці [110, 184, 356, 465, 473, 475, 514], періодизація річної підготовки в спортивних іграх як в науково-

технічному, так і в практичному відношенні розроблена набагато гірше, ніж у циклічних та швидкісно-силових видах спорту. Подібний незадовільний стан розвитку проблеми періодизації тренувального процесу в ігрових видах спорту, на наш погляд, можна пояснити дією об'єктивних чинників, які протягом тривалого часу визначали вектор науково-теоретичного пошуку, створювали певні методологічні рамки та суттєво впливали на побудову навчально-тренувального процесу спортсменів.

Однією із головних стратегічних помилок, яку здійснили фахівці зі спортивних ігор, на наш погляд, було намагання повністю копіювати теоретико-методичні засади та структуру періодизації підготовки спортсменів, які були розроблені для індивідуальних циклічних та швидкісно-силових видів спорту. Такий підхід, на наш погляд, на тривалий період часу загальмував розвиток науково-теоретичної думки у напрямі пошуку високоспецифічних знань та технологій побудови тренувального процесу кваліфікованих спортсменів в різних структурних утвореннях ігрового сезону. Значна кількість положень тренувального процесу, що були розроблені для індивідуальних видів спорту, в командних спортивних іграх, в силу специфічних умов змагальної діяльності, просто не може бути реалізованою.

Важливим фактором, який суттєво ускладнює періодизацію підготовки спортсменів в ігрових видах спорту, є розширення рамок змагального періоду (ігрового сезону), який в деяких випадках може сягати 8–9 міс. При цьому весь процес річної підготовки зводиться до того, щоби протягом нетривалого часу (2–3 міс.) підготувати команду до тривалого сезону та у подальшому якомога довше втримати рівень «спортивної форми» гравців і команди в змагальному періоді. Ускладнюється процес періодизації підготовки спортсменів в спортивних іграх ще й відсутністю фіксованої кількості змагань протягом ігрового сезону. Кількість, а значить і програма підготовки спортсменів залежить від виступів команди та проходження у фінальні стадії турнірів [63, 99].

Визнають наявність цієї проблеми для спортивних ігор і відомі теоретики спорту. Так, наприклад, В. М. Платонов [185] зазначає, що традиційні 1 - та 2-циклові моделі періодизації підготовки не відповідають специфіці сучасних спортивних ігор. На думку автора, класичну модель періодизації від самого початку було визначено як невідповідну для спортивних ігор та орієнтовану на такі види, як легка атлетика, плавання, важка атлетика та ін. Методологія вирішення проблеми повинна здійснюватися або за рахунок пошуку та розробки специфічної для спортивних ігор теорії періодизації, або завдяки розширенню та збагаченню центральної та периферійної частини класичної теорії періодизації з урахуванням спортивного календаря спортивних ігор та закономірностей становлення майстерності в ігрових видах спорту. Робота у другому напрямі, на думку В. М. Платонова, є більш доцільною та перспективною, а раціональна побудова річної підготовки, організація тренувального процесу та змагальної діяльності протягом тривалого змагального періоду в спортивних іграх можуть бути повною мірою забезпечені творчим використанням усієї сукупності принципів класичної теорії періодизації та тих закономірностей, які лежать в основі становлення різних складових спортивної майстерності.

Ще більш категорично, щодо можливості використання класичної теорії періодизації під час побудови тренувального процесу в спортивних іграх, висловлюється В. Б. Іссурін: «...Використання програм, побудованих за принципами класичної теорії періодизації в багатьох спортивних іграх є контрпродуктивним. Ідеї класичної теорії періодизації автор вбачає за можливе використовувати під час підготовки юних спортсменів, які не мають того щільного графіка виступів у змаганнях, який є характерним для спортсменів високого класу...» [109, 195 с.]. Загальноприйнята концепція виходу на кульмінаційні фази працездатності протягом річного циклу підготовки, що є характерним для індивідуальних видів спорту, в спортивних іграх втрачає свій сенс.

Не дивлячись на те, що проблема періодизації підготовки в спортивних іграх не є новою, спостерігається суттєвий брак специфічних знань, відсутність єдиної концепції та системи поглядів фахівців щодо підготовки команд високої кваліфікації в річному циклі підготовки та безпосередньо для участі у найбільш відповідальних змаганнях року (чемпіонати континенту, світу, Олімпійських ігор, фінали ігор плей-офф та ін.).

У спеціальній літературі можна знайти велику кількість визначення поняття періодизація. Так, наприклад, M. Lambert et al. [426], характеризують періодизацію як процес систематичного планування короткострокових та довгострокових програм тренувань шляхом варіації тренувальних навантажень та основі адекватного відпочинку та відновлення.

Згаданий вище В. Б. Іссурін описав цей термін як цілеспрямовану послідовність певних тренувальних одиниць (довгострокових, середньострокових, короткострокових, тренувальних циклів та сесій), спрямованих на досягнення спортсменами бажаного стану та запланованих спортивних результатів. Відомі австралійські фахівці S. Norris and D. Smith [478] пропонують розглядати періодизацію як систематичний і методичний інструмент планування, який можна використовувати як шаблон для підготовки конкретного спортсмена.

Теорію періодизації В. М. Платонов [185] вважає вищою формою наукового знання. Вона, на думку автора, дає цілісне уявлення щодо закономірностей та принципів, понять, засобів, методів та правил раціональної побудови різних структурних утворень процесу підготовки спортсмена з метою максимальної реалізації його індивідуальних задатків та демонстрації найвищих результатів у найбільш престижних і відповідальних змаганнях.

Спортивна періодизація, на думку I. Mujika et al. [471], традиційно сконцентрована саме на тренувальному аспекті (фізичному та техніко-тактичному) спортивної підготовки, ігноруючи при цьому інтеграцію інших важливих елементів, які можуть вплинути на готовність спортсмена до досягнення пікових змагальних характеристик. Так, автори пропонують

розглядати періодизацію з позиції комплексного підходу та виділяти в її структурі такі умовні блоки: 1) періодизація тренувального процесу; 2) періодизація відновлення; 3) дієтологічна періодизація; 4) періодизація психологічного стану.

Попри наявність певних відмінностей в трактуванні, періодизацію підготовки, на наш погляд, необхідно розглядати як гнучку концепцію або методу, а не як жорстку модель. Періодизація підготовки спортсменів це своєрідна спроба отримати контроль над адаптаційною реакцією організму спортсменів на тренувальні навантаження та оптимізувати підготовку команди та окремих гравців до змагань. Процес періодизації потрібно розглядати як основу, всередині та зовні якої може бути сформована конкретна програма для конкретної ситуації, яка складається для команди в різних фазах ігрового сезону (тривалість підготовки до змагань, тривалість самих змагань та щільність матчів тощо).

При цьому слід розуміти, що концептуальні засади теорії періодизації підготовки були розроблені з урахуванням тренувальної та змагальної діяльності спортсменів високого класу, їх раціональної підготовки до головних змагань року та чотириріччя. Стрижневою основою цієї теорії є управління станом спортивної форми (найвищої інтегральної готовності) спортсмена до демонстрації найвищих результатів у потрібний проміжок часу та кар'єри. Цей стан досягається шляхом керованого впливу на перебіг адаптаційних реакцій організму спортсменів у відповідь на запропоновані стимулюючі фізичні навантаження, які на певних етапах тренувального процесу знаходяться на межі індивідуального максимуму. Саме такі навантаження сприяють збільшенню працездатності та дозволяють сформуванню відставлений тренувальний ефект, який є основою демонстрації найвищих результатів на змаганнях.

Не може не викликати подив намагання деяких фахівців застосувати подібний підхід під час підготовки спортсменів у дитячо-юнацькому спорті. У спеціальній літературі можна зустріти рекомендації щодо планування

макроциклів підготовки для дітей в ігрових видах спорту в групах початкової та попередньої базової підготовки [197, 222].

Управління станом спортивної форми є ключовою основою періодизації тренувального процесу. Забезпечення керованості складного циклічного процесу набуття та втрати спортивної форми є принциповим завданням цієї сфери знань.

Відомо, що спортивна форма в своєму розвитку проходить три стадії – становлення, стабілізації та тимчасової втрати. В основі цих фаз лежать біологічні закономірності, які пов'язані із фізіологічними, біохімічними, морфологічними та психологічними змінами, які відбуваються в організмі спортсменів під впливом тренувань та інших факторів, які, у підсумку, й обумовлюють стан готовності та рівень спортивних результатів [99, 159, 233].

Як вказує С. М. Елевич [99], в індивідуальних видах спортивних ігор (теніс, бадмінтон, гольф), починаючи з етапів підготовки до вищих досягнень фази розвитку спортивної форми багато в чому визначають логіку побудови всієї системи підготовки – тренувального процесу, змагальної практики та періодів відновлення. Дещо інакшою ця справа є для командних спортивних ігор, де йдеться про формування так званої командної спортивної форми. Формування загальнокомандної спортивної форми до моменту найбільш значущих для команди змагань (матчів, турнірів) змушує тренера шукати можливість для більш ефективного використання потенційних можливостей своїх гравців в річному циклі, здійснювати варіації розвитку індивідуальної спортивної форми кожного.

Закономірності розвитку спортивної форми є тим основним фактором, який і визначає структуру річного циклу підготовки спортсмені високого класу. У сучасному спорті прийнято застосовувати різні, подекуди кардинально протилежні, методичні підходи до побудови річної підготовки спортсменів. Причому подібні розбіжності спостерігаються не тільки для ігрових видів спорту, а й у практиці підготовки спортсменів, які спеціалізуються в індивідуальних циклічних та швидкісно-силових видах спорту.

Найбільш гостра полеміка (яка подекуди виходить далеко за межі науково-професійної етики) сьогодні в спеціальній літературі розгорнулася між представниками та апологетами двох відомих напрямів періодизації підготовки – класичної (традиційної, або лінійної), автором якої вважають російського вченого Л. П. Матвеева [157], та блокової (або фрактальної нелінійної), ефективність якої послідовно протягом багатьох років доводили А. П. Бондарчук [66], Ю. В. Верхошанский [77], А. М. Воробйов [82], В. Б. Іссурін [109] та ін.

Поглиблює існуючі протиріччя між фахівцями різних наукових шкіл ще й відсутність єдиної термінології. Дуже часто це призводить до невірного тлумачення та плутанини у багатьох питаннях теорії періодизації та робить її більш складною для розуміння.

На сьогодні в спеціальній літературі можна зустріти результати досліджень фахівців щодо можливості використання принципів блокової періодизації під час підготовки команд в спортивних іграх.

Так, в результаті експериментального випробування блокової періодизації підготовки баскетбольної команди протягом 8 – тижневого передсезонного періоду V. Pliauga et al. [493] виявили підвищення рівня швидко-силових якостей у спортсменів, порівняно із попередніми даними класичної моделі. При цьому за рівнем прояву швидкісних якостей достовірних відмінностей під час використання різних тренувальних концепцій не спостерігали.

Блокова періодизація тренувального процесу, на думку J. Mallo et al. [440], може бути альтернативним варіантом побудови тренувального процесу футболістів високого класу. В результаті проведених досліджень автори виявили, що використання концентрованих блоків підготовки дозволяло підтримувати та покращувати фізичну форму гравців (вибухова сила, швидкісні можливості, та спеціальну витривалість) протягом тривалого ігрового сезону.

Погоджуються з цією точкою зору і В. В. Лавринченко [135], який вказує, що однією із ефективних форм планування річного циклу підготовки у футболі є використання у роботі із висококваліфікованими спортсменами комплексів тренувань, спрямованих на розвиток певних функціональних систем або конкретних фізичних якостей. Даний підхід засновано на вибірковій локалізації розвиваючих навантажень однієї переважної спрямованості в рамках спеціалізованого мезоциклу (або блоку). Під час використання блокового підходу увесь річний цикл підготовки, особливо для молодих футболістів, повинен представляти собою послідовне застосування тренувальних програм з різними за своєю переважною спрямованістю впливами.

Іншої думки притримувались свого часу відомі футбольні фахівці А. М. Зеленцов та В. В. Лобановський [106]. В рамках підготовчого періоду висококваліфікованих футболістів до ігрового сезону авторами були експериментально апробовані різні за своєю структурою та режимами модельні тренувальні цикли та заняття. Було виявлено, що багатократне повторювання однотипних модельних програм (переважно спрямованих на розвиток спеціальної витривалості, швидкості та ін.) протягом тривалого періоду часу є недоцільним, оскільки для організму створюється одностороння перевага, яка негативно позначається на підвищенні полікомпонентної якості – спеціальної працездатності. Тривала односпрямована програма розвитку одних сторін функціональної підготовленості пригнічувала розвиток інших за характером якісних функціональних сторін. Саме тому, на думку авторів, тренувальний процес повинен передбачати, з одного боку, необхідне різноманіття засобів впливу, а з іншого – певну послідовність величини співвідношення та тривалості повторень різних за своєю спрямованістю тренувальних впливів. Тренувальна програма при цьому повинна складатися із певних порцій різних тренувальних навантажень, які впливають на кожну складову спеціальної працездатності.

Схожий принцип побудови річного циклу підготовки волейболістів пропонує і Х. Монжі [166]. Основа запропонованого підходу – різне

співвідношення видів підготовки з урахуванням конкретного етапу та періоду в рамках річного циклу. Тобто всі сторони підготовки (фізична, технічна, тактична) пропонується використовувати одночасно в органічній єдності, а змінюється лише їх відсоткове співвідношення залежно від етапу підготовки. Так, найбільша кількість годин в рамках першого етапу підготовчого періоду відводиться на фізичну підготовку, а найменша – на тактичну. В змагальному періоді це відсоткове співвідношення змінюється на протилежне.

Можливо, під час періодизації підготовки баскетбольних команд високої кваліфікації як до клубного ігрового сезону, так і для виступів на змаганнях національних збірних на міжнародній арені, потрібно поєднувати підходи традиційної (класичної) і модульної (блокової) концепції побудови тренувального процесу, використовуючи здобутки кожної із них для забезпечення максимальних умов ефективності з урахуванням специфіки ігрових видів спорту.

Особливості календаря змагань в ігрових видах спорту багато в чому обумовлюють специфіку та алгоритм побудови процесу підготовки протягом року. На відміну від індивідуальних видів спорту, спортивна команда не може обирати для себе оптимальну (бажану) структуру змагальної діяльності протягом річного циклу підготовки та приймати рішення щодо участі або не участі в певних матчах чемпіонату (або турніру). Тренери вимушені підлаштовувати тренувальний процес команди під графік змагань ігрового сезону, адже кожна гра має величезне значення для турнірного становища, а неучасть команди в матчі, в силу різних причин, зазвичай карається технічною поразкою та різноманітними штрафами від організаторів чемпіонату.

У зв'язку з цим, структура підготовки в річному циклі в більшості спортивних ігор має значні специфічні відмінності порівняно із традиційними підходами періодизації тренувального процесу, які з успіхом використовують у циклічних, швидкокісно-силових, складнокоординаційних та інших видах спорту [233].

Як вважає С. М. Елевич [99], безперервне розширення змагань протягом року, ускладнення способів їх проведення, підвищення щільності змагального режиму баскетболістів високої кваліфікації на сучасному етапі розвитку баскетболу призвело до певних складнощів під час організації побудови підготовки клубних команд. Так, коли команда паралельно бере участь в двох-трьох турнірах, кожний із яких закінчується серією ігор «плей-офф», тренери, плануючи підготовку команди, не мають точного уявлення про кількість майбутніх ігор. Крім того, не завжди тренер може знати і кількість комерційних турнірів, на які буде запрошена його команда. Саме тому, на думку автора, тренерський штаб вимушений по ходу підготовки увесь час корегувати структуру циклів відповідно до кількісних та якісних показників календаря змагань.

Успішний виступ команди високої кваліфікації в ігровому сезоні в різноманітних національних та міжнародних турнірах, які проводяться протягом семи-восьми місяців, змушують тренерів та фахівців постійно вести пошук ефективних шляхів побудови тренувань протягом року, які дозволять забезпечити тривале знаходження спортсменів у стані спортивної форми впродовж всього змагального періоду. При цьому важливо «збалансувати» фази її становлення і стабілізації у кожного члена команди із заданими термінами формування і підтримання оптимальної готовності команди в цілому [98, 99].

Найбільш поширеним варіантом побудови річного циклу підготовки в ігрових видах спорту є одноциклова модель, яка включає нетривалий підготовчий період (зазвичай не більше 2-3 міс.), значно триваліший змагальний період (від 6 до 8 міс.) та період міжсезоння (перехідний період), в рамках якого найчастіше здійснюють різноманітні трансфери та кадрові перебудови у команді для підготовки до нового ігрового сезону.

На думку фахівців, така структура річного циклу підготовки багато в чому вплинула на відмову фахівців зі спортивних ігор від вживання класичних термінів теорії періодизації, та обумовила необхідність введення специфічних термінів, що позначають різні фази ігрового сезону.

В рамках річного циклу підготовки в ігрових видах спорту сьогодні виділяють чотири відносно незалежні частини (або фази). Off-season – фаза ігрового сезону, в рамках якої здійснюється переважна індивідуальна підготовка гравця за персональною програмою (найчастіше влітку після періоду відпочинку). Після початку тренувальних зборів команди часу на роботу за індивідуальною програмою практично немає. Головний акцент робиться на вдосконалення слабких сторін в структурі індивідуальної підготовленості гравця (переважно технічних та фізичних навичок), розвиток силових якостей (атлетична підготовка в тренажерному залі) та загальної витривалості. Нерідко саме в цей період часу відбувається період відновлення гравця після проведених операцій, заліковування отриманих у попередньому сезоні травм тощо [64].

Наступна стадія сезону (pre-season) за своїм спрямуванням аналогічна підготовчому періоду, хоча й має певні структурні відмінності від класичних моделей цієї підготовки, які використовуються в індивідуальних видах спорту. Основним завданням підготовки в цій фазі ігрового сезону є підготовка команди до майбутнього тривалого ігрового сезону та вихід гравців на необхідний рівень готовності до початку матчів регулярної першості чемпіонату та інших турнірів, з яких розпочинається ігровий сезон. У цей період вивчаються нові тактичні схеми та принципи гри команди на майбутній сезон, здійснюється перегляд та залучення молодих спортсменів до основного складу команди, проводиться значна кількість підготовчих та контрольних ігор, метою яких є відпрацювання ігрових взаємодій між окремими ланками гравців та команди в цілому, апробування нових схем змагальної діяльності, формування достатнього рівня інтегральної підготовленості колективу тощо.

Важливо, на наш погляд, підкреслити, що мова йде саме про вихід команди в цій фазі на необхідний (достатній), а не оптимальний рівень спортивної форми на початок ігрового сезону. Вихід на рівень «піку спортивної форми» на початок ігрового клубного сезону може спричинити значне зниження результатів виступів команди в середині чемпіонату. Розпочавши

чемпіонат на достатньому рівні готовності, команда ще певний проміжок часу (від матчу до матчу) буде продовжувати нарощувати рівень своєї спортивної форми. Цілеспрямоване явище керування цими процесами в рамках ігрового сезону та забезпечення виходу команди на «пік спортивної форми» в заданих проміжках часу для боротьби в найбільш відповідних стадіях чемпіонату та окремих турнірів отримало серед зарубіжних фахівців з ігрових видів спорту назву – «стратегічна періодизація».

Найбільш специфічною частиною річного циклу підготовки в спортивних іграх є змагальний період (in-season), структура якого фактично унеможливає використання традиційних моделей періодизації підготовки спортсменів (мезоциклів, мікроциклів та ін.) та потребує розробки власних стратегій управління тренувальним процесом для забезпечення необхідного рівня підготовленості гравців і команди протягом тривалого часу.

Заклучна фаза сезону (post-season break) фактично ідентична за своїм змістом та структурою перехідному періоду підготовки і характеризується активним відпочинком, психоемоційним відновленням та переключенням на інші види рухової (рекреаційної) діяльності.

У вітчизняній літературі можна зустріти рекомендації авторів щодо необхідності використання двоциклової моделі для побудови річного циклу підготовки в спортивних іграх.

Так, наприклад, В. М. Костюкевич [129] рекомендує будувати річний цикл підготовки кваліфікованих команд у футболі та хокеї на траві на основі використання здвоєного циклу. Під час такої підготовки перший макроцикл містить два періоди – підготовчий та змагальний, а другий макроцикл має повноцінну структуру та складається з трьох періодів – підготовчого, змагального та перехідного.

Схожий підхід до плануванні річного циклу підготовки у футболі можна знайти в монографії В. М. Шамардіна [233]. Автор пропонує розділяти ігровий сезон на дві частини, які забезпечують підготовку спортсменів в рамках двох кіл внутрішнього чемпіонату (осіннього та весняного). Однак потрібно

розуміти, що така структура річного циклу підготовка можлива лише в тих країнах, які через сезонно-кліматичні умови вимушені на тривалий період часу (майже два місяці) зупиняти чемпіонат. У провідних європейських футбольних чемпіонатах (Англії, Іспанії та ін.) не має цієї зимової паузи і використовувати двоциклову модель підготовки в таких умовах просто неможливо. В інших ігрових видах спорту (баскетбол, хокей та ін.), які не залежать від кліматичних умов (матчі проводяться в спортивних залах), чемпіонат триває безперервно протягом всього року і потребує використання одноциклової моделі планування річної підготовки.

Протягом чотирьох місяців пропонує готувати команду до сезону А. Krasilchchikov [422]. При такому тривалому підготовчому періоді значно зменшується тривалість змагального – до шести місяців, що в сучасних умовах розширення спортивного календаря є практично неможливим.

Потрібно також чітко розуміти, що відведених двох-трьох місяців підготовчого періоду зазвичай не вистачає для того, щоби забезпечити стійкий стан оптимальної ігрової готовності гравців та команди протягом такого тривалого змагального періоду.

Проблема підтримання стану спортивної форми команди та уповільнення тенденції до зниження рівня прояву важливих праматерів підготовленості є одним із найголовніших завдань підготовки команди в рамках ігрового сезону. Від якості цієї роботи багато в чому залежить стабільність виступів команди у різноманітних змаганнях та збереження рівня спортивної форми на завершальних, найбільш відповідальних етапах чемпіонату.

Як вказує В. М. Шамардін [233], відставлений тренувальний ефект від сумарного обсягу та інтенсивності навантажень, які виконали футболісти у підготовчому періоді, спостерігається протягом 30–35 днів змагального періоду. Через 12–15 днів після початку ігрового сезону спостерігається досить тісний взаємозв'язок між ефективністю техніко-тактичної діяльності футболістів з показниками виконаної роботи на швидкісну витривалість, а

через 20–25 днів – із показниками субмаксимальних навантажень аеробного характеру.

Зниження параметрів фізичної працездатності протягом ігрового сезону спостерігали і зарубіжні фахівці. Так, у дослідженнях J. Mara et al. [445] показано, що загальна відстань, пройдена на високих швидкостях дистанція та кількість прискорень під час тренувань у футболістів мали тенденцію до зниження на всіх етапах від передсезонного до кінця змагального періоду.

Підтверджують цю тенденцію під час підготовки кваліфікованих футболістів у сезоні й J. Malone et al. [441]. Гравці долали значно більшу відстань та демонстрували кращий рівень функціональної готовності на старті сезону, ніж в заключних його стадіях, що автори пов'язують із позитивним ефектом від виконаної тренувальної роботи в підготовчому періоді.

Як вказують R. Cross et al. [323], навіть не дивлячись на раціонально спланований щотижневий графік підготовки протягом сезону, їм не вдалося підтримати рівень прояву силових якостей регбістів. Автори фіксували зниження сили та вихідної потужності у спортсменів, що пов'язують із комбінаторним впливом таких факторів як накопичена втома та недостатні стимули для тренувань з обтяженнями.

Втрату м'язової маси у спортсменів в ігрових видах спорту протягом сезону виявив також і P. Gamble [355]. На думку автора, ця втрата може бути наслідком великої кількості фізично важких тренувань та тривалого змагального сезону.

У разі неминучого зниження багатьох показників працездатності спортсменів в ігрових видах спорту в змагальному періоді, що обумовлено дією тривалих змагальних навантажень протягом року, накопиченням процесів втоми та неможливістю переключення на повноцінну підготовчу роботу, особливо значущим є раціональне планування міжігрових мікроциклів, які фактично стають головними структурними утвореннями підготовки команди протягом 7-, 8-місячного ігрового сезону. Оптимізація підготовки команди в паузах між регулярною ігровою практикою може стати чи не єдиним

механізмом, який здатен підтримати необхідний рівень спортивної форми команди та забезпечити умови для ефективних виступів в різних турнірах протягом тривалого часу.

Можливо саме тому сьогодні таку ретельну увагу приділяють питанням побудови міжігрових мікроциклів.

Сербські фахівці M. Jovanovic et al. [401] пропонують виділити змагальні мікроцикли (міжігрові цикли) як самотню структурну одиницю періодизації тренувального процесу в спортивних іграх та рекомендують виокремити в ній власну структуру та різні варіанти моделей їх побудови залежно від конкретних умов змагального сезону. На думку авторів, міжігрові мікроцикли повинні складатися із трьох змістових блоків: 1 – відновлювального (recovery); 2 – блоку навантажень (loading); 3 – безпосередньої підготовки до гри та звуження навантажень (taper). Для кожного із цих блоків передбачено різноманітні алгоритми (моделі) та засоби тренувальних впливів, а їх пріоритетне використання обумовлюється конкретними умовами, що виникають протягом тривалого ігрового сезону.

Схожій точки зору притримується і відомий ізраїльський фахівець зі спортивних ігор N. Murray [474], який також пропонує розділяти міжігрові мікроцикли на три блоки залежно від їх змістової спрямованості та вказує на необхідність якісного вирішення відносно самостійних завдань у кожному з них (recovery focus, adaptive focus, taper focus).

Серед головних чинників, що визначають особливості побудови міжігрових мікроциклів, планування структурних блоків та вибір різних моделей підготовки, на думку R. Croos [323] та M. Jovanovic [401] є такі: 1) тривалість періоду між іграми (кількість днів після гри та до початку наступного змагання повністю визначають зміст та структуру тренувального процесу); 2) виснажливість та значущість попередньої гри; 3) фаза ігрового сезону; 4) здатність спортсменів до активного відновлення та ін.

Період безпосередньої підготовки до наступної гри повинен супроводжуватись значним зниженням тренувальних навантажень та

фокусуванням на майбутній грі, психологічним налаштуванням на позитивний результат, детальним вивченням сильних та слабких сторін у структурі змагальної діяльності майбутнього суперника (скаутинг). При цьому, як зазначають фахівці, необхідно диференційовано підходити до планування відновлювальних процедур та фізичних навантажень для окремих гравців команди. Спортсмени, які отримують недостатню кількість ігрового часу, або ж взагалі не беруть участь у матчі, повинні компенсувати це додатковими тренувальними заняттями. На думку R. Croos [323], такі спортсмени можуть тренуватися вже на наступний день, поки основна частина гравців (які отримали найбільші ігрові навантаження) буде займатися відновлювальними процедурами.

Одним із найменш вивчених напрямів періодизації підготовки спортсменів в ігрових видах спорту, на наш погляд, залишається проблема побудови тренувального процесу національних збірних команд для участі в престижних міжнародних змаганнях (чемпіонати континенту, світу та ін.). Адже підготовка клубної команди до ігрового сезону та національної збірної до міжнародного турніру суттєвим чином відрізняються.

Підготовка національних збірних команд має більш стислі терміни (від чотирьох до шести тижнів), протягом яких потрібно вивести спортсменів на пік спортивної форми до ігор чемпіонату. Процес підготовки зазвичай характеризується набагато меншим використанням (порівняно із підготовкою до ігрового сезону) неспецифічних засобів та методів підготовки, спрямованих на формування довготривалих адаптаційних перебудов. Під час підготовки збірної команди також необхідно враховувати графік виступів на турнірі, в рамках якого команда може провести протягом п'яти днів декілька ігор (на груповому етапі). На молодіжних першостях збірних, матчі групового турніру можуть проводитись декілька днів поспіль. Тривалість усього турніру зазвичай не перевищує двох-трьох тижнів і потребує максимальної концентрації зусиль та демонстрації найвищих результатів в рамках чітко обмеженого періоду часу. Тобто в даному випадку, на відміну від підготовки клубних команд, необхідно

пришвидшити процес становлення спортивної форми (переважно завдяки використанню спеціально-підготовчих засобів та ігрової підготовки), і, як наслідок, очікувати на більш швидко її втрату після завершення змагань.

Спортсмени, які брали участь у матчах національної збірної після завершення турніру потребують певного періоду відновлення та не завжди можуть одразу ж увійти в тренувальний процес своєї клубної команди, яка продовжує готуватися до ігрового сезону і часто в цій фазі підготовки продовжує активно набирати спортивну форму. Вочевидь, саме цим і можна пояснити небажання керівництва професійних клубів відпускати своїх гравців до лав національних збірних команд, особливо в тих випадках, коли цикли підготовки до змагань приблизно співпадають (липень – серпень).

Планування ігрової практики під час підготовки збірних команд є одним із найбільш важливих і, разом з тим, одним із найменш досліджених питань в спеціальній науково-методичній літературі. Актуальними також є питання щодо оптимальної кількості контрольно-підготовчих ігор для ефективної підготовки збірної, їх розподіл протягом всього циклу, час проведення останньої гри перед турніром (за скільки днів) тощо. Не менш актуальною сьогодні є проблема зниження навантажень та безпосередня підготовка до змагань. У спеціальній літературі можна зустріти як мінімум чотири варіанти зменшення навантажень (*taper phase*) під час підготовки до змагань. У кожному з них рекомендують різні характеристики навантажень.

При поступовому «звуженні» тренувальні навантаження зменшуються або лінійно або експоненціально. Прогресивне «звуження» може бути розподілено на три типи: 1) лінійне; 2) повільне експоненціальне; 3) швидке експоненціальне. При лінійному «звуженні», як правило, спостерігаються більш високі тренувальні навантаження, ніж під час швидкого та повільного експоненціального «звуження». На думку Т. Вомра [295], швидке експоненціальне «звуження» призводить до більш високого зростання працездатності, ніж лінійне та повільне. Непрогресивне «звуження», яке ще

іноді називають ступеневим, досягається за рахунок стандартизованого скорочення тренувань.

Проблема під час підготовки команд у спортивних іграх полягає в тому, що саме в цей період (два тижні до змагань) доцільно планувати найбільш важливі контрольні ігри, в яких інтенсивність дій гравців повинна бути максимально наближеною до змагальних. Отримана доза навантажень під час таких ігор є значно вищою порівняно із тренувальними заняттями. Період «звуження» навантажень в даному випадку є можливим лише за рахунок зменшення кількості та об'єму тренувальних занять на заключних фазах циклу. Під час підготовки національних збірних цей період «звуження» може бути ще меншим, адже загальний період підготовки, як правило, не перевищує одного місяця і період двотижневого зниження навантажень представляється в даному випадку малоймовірним.

Проблема періодизації підготовки висококваліфікованих спортсменів є однією із найбільш актуальних в сучасній теорії та методиці ігрових видів спорту. В умовах стрімкої глобалізації світового спорту та загострення конкуренції на світових міжнародних змаганнях, значний ресурс міститься в оптимізації технологій підготовки команд до конкретних змагань та виведенні їх на пік спортивної форми в найбільш відповідальні терміни ігрового сезону.

Висновки до розділу 1

В розділі розкрито одну з найважливіших проблем – централізацію підготовки найближчого резерву національних збірних команд для участі в міжнародних спортивних змаганнях. Підвищення популярності ігрових видів спорту, їх соціальної значущості призвело до загострення конкуренції на міжнародних змаганнях. Централізація підготовки найближчого резерву збірних (юнацьких та молодіжних) команд є одним з шляхів вирішення цієї проблеми. Актуальними ці питання є для країн, що значно поступаються сьогоднішнім лідерам у фінансово-ресурсному та людському потенціалі. Підготовка найближчого резерву є лише елементом більш складної цілісної

системи багаторічної підготовки, яка охоплює тривалий період навчання в системі дитячо-юнацького спорту. В командних спортивних іграх для підготовки гравця високого класу необхідно до п'ятнадцяти років цілеспрямованої роботи. На кожному із етапів цього складного процесу послідовно вирішуються пріоритетні завдання із стратегічною метою підготовки спортсменів саме для спорту вищих досягнень.

Спостерігається тенденція до нехтування цими стратегічними завданнями, бажання тренерів досягти ситуаційних переваг вже у дитячо-юнацькому віці, що безпосередньо впливає на оцінювання якості їхньої роботи. Наслідком є передчасне форсування тренувального процесу в дитячому віці, залучення для участі у змаганнях більш біологічно зрілих та старших дітей, значне збільшення змагань та примітивізація ігрових схем та дій, які, з одного боку, сприяють досягненню швидкого результату, а з іншого, не дозволяють молодим спортсменам збагатити свій ігровий арсенал та отримати повноцінну техніко-тактичну базу для спорту вищих досягнень та ін.

Досвід європейських баскетбольних країн показує високу ефективність від впровадження централізованих проєктів підготовки найближчого резерву збірних. В умовах кардинальних змін правил та організації змагань, інтернаціоналізації гри, впровадження в процес підготовки баскетболістів новітніх теоретико-методичних розробок, автономізації діяльності баскетбольних академій та клубів, важливим стратегічним завданням є підпорядкування приватних інтересів окремих суб'єктів цього процесу загальним інтересам підготовки національних збірних команд. Саме на базі національних збірних команд повинні бути створені найкращі умови для подальшого вдосконалення молодих гравців та здійснюватись якісне забезпечення цього процесу.

Це потребує розробки цілісної системи знань з питань поетапної підготовки спортсменів юнацьких національних збірних команд, а саме формування концептуальних засад та принципів підготовки гравців різних вікових категорій, уніфікація стилю ведення змагальної діяльності вітчизняних

збірних, забезпечення їх якісною міжнародною ігровою практикою, побудова підготовки до участі в головних змаганнях року, створення системи комплексного контролю та управління за станом підготовленості, впровадження критеріїв спортивного відбору та орієнтації, спрямованих на пошук найбільш талановитих перспективних спортсменів для спорту вищих досягнень.

Результати даного розділу представлено у роботах автора [16, 22–24, 28, 39, 42, 44, 46, 57, 58, 61, 63].

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

Методологія дисертаційного дослідження ґрунтувалася на визначенні наукової проблеми та стратегічних шляхів її розв'язання, формуванні наукової гіпотези (ідея, шлях розв'язання існуючої проблеми), встановленні об'єкта та предмета досліджень, виокремленні актуальних емпіричних та теоретичних завдань, розв'язання яких має важливу значущість для теорії та методики підготовки найближчого резерву національних збірних в командних спортивних іграх, пошуку та систематизації адекватних завданням дисертаційної роботи засобів та методів досліджень тощо

Основними напрямками методології дисертаційного дослідження визначено:

➤ системний підхід, який передбачає розгляд багаторічного процесу підготовки найближчого резерву національних збірних команд як складного та цілісного об'єкта, який має велику кількість елементів різного ієрархічного рівня у сукупності різноманітних взаємовідносин між ними. Саме такий підхід дозволив об'єднати в єдину систему знань фундаментальні принципи, фактори та критерії, а також створити цілісне уявлення про етапну підготовку найближчого резерву національних збірних у командних спортивних іграх.

➤ науковий метод являє собою систему регулятивних принципів, прийомів та способів, які дозволили розкрити об'єктивно існуючі закономірності процесу цілеспрямованої підготовки баскетболістів найближчого резерву збірної, обґрунтувати та розробити модельно-цільові стандарти різних сторін підготовки спортсменів протягом етапної підготовки, а також встановити інформативні критерії діагностики ігрової обдарованості баскетболістів юнацьких збірних команд та їх перспективи потрапляння у спорт вищих досягнень.

Використання даних положень передбачало необхідність розгляду методології досліджень у вигляді складної, багатоаспектної та багаторівневої системи з різноманітними принципами організації та побудови пізнавальної і практичної діяльності для створення цілісної системи знань, яка відображає теоретико-методологічні основи побудови процесу багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних команд у командних ігрових видах спорту.

Науково-методичне обґрунтування і організацію досліджень здійснювали на основі загальнонаукових та методологічних принципів: системності – дослідження об'єкта як системи, розкриття його цілісності та створення інтегральної теоретичної моделі; детермінізму – об'єктивного взаємозв'язку та взаємообумовленості явищ природи та суспільства, які досліджуються; єдності теоретичного та емпіричного матеріалу, які характеризують цілісність наукових досліджень та їх практичну реалізацію у рамках багаторічного процесу підготовки спортсменів в командних спортивних іграх.

Принциповими методологічними положеннями, які дозволили вирішити існуючу наукову проблему в рамках даного дисертаційного дослідження, були:

➤ визначення загального напрямку досліджень, в якому вирішення окремих (парціальних) завдань дослідження представлено у вигляді невід'ємних складових більш складного пізнавального процесу, спрямованого на розвиток наукових знань в рамках загальної методологічної ідеї дисертації. В роботі, головним напрямом дослідження було формування цілісної системи знань, яка характеризує основи багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних команд. Значущими парціальними завданнями дослідження виступили: формування уніфікованого єдиного стандарту поетапної техніко-тактичної і фізичної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд; розробка модельно-цільових характеристики, що характеризують різні сторони підготовленості баскетболістів з урахуванням вікової категорії збірної (U 14–U 18); визначення ролі й місця спортивних змагань під час підготовки баскетболістів в юнацькому віці; обґрунтуванні поетапної моделі ігрової

спеціалізації баскетболістів, яка дозволяє мінімізувати помилки під час вибору ігрових функцій на майданчику та забезпечує створення необхідних умов для розвитку всебічно підготовлених універсальних гравців тощо.

➤ відповідність проблематики досліджень основним елементам процесу пізнання (розробка підходу, визначення мети, методів діагностики та інтерпретації отриманих наукових даних), їх органічний взаємозв'язок та підпорядкування основній методологічній проблемі.

2.1. Методи дослідження

Поставлені завдання дисертаційного дослідження потребували використання широкого кола наукових методів та методичних підходів для їх розв'язання. З метою систематизації всі використані методи були умовно розподілені на декілька відокремлених груп, кожна з яких включала лише ті методи, які мали схожий напрямок та технологію організації досліджень (рис. 2.1.). Кожна із представлених на рисунку 2.1 груп отримала свою подальшу внутрішню групову ієрархічну диференціацію.

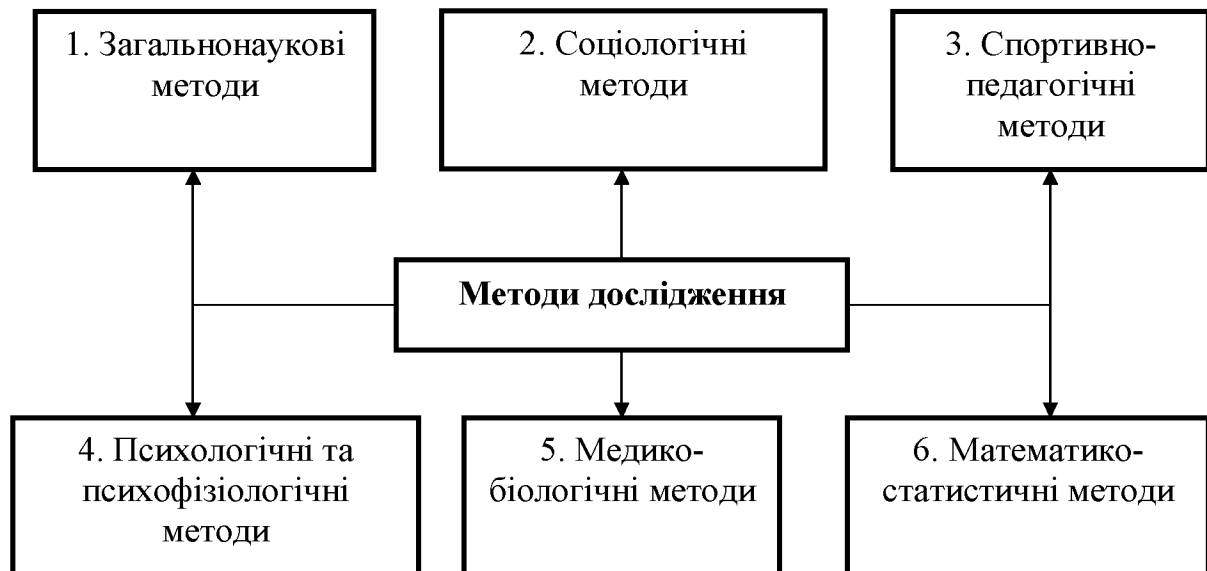


Рис. 2.1. Розподіл методів дослідження за групами

2.1.1. Загальнонаукові методи дослідження. Всі загальнонаукові методи дослідження, які використовувались у роботі, були систематизовані та умовно розподілені на дві основні групи: 1) теоретичні загальнологічні; 2) емпіричні методи досліджень.

Теоретичні загальнологічні методи були використані для роз'яснення та узагальнення результатів емпіричних досліджень, виявлення загальних закономірностей та принципів. Серед теоретичних загальнологічних методів, які були використані в ході досліджень, можна виділити такі: аналіз та синтез, абстрагування, узагальнення, порівняння та співставлення, структурний та функціональний аналіз, синергійний аналіз тощо.

2.1.1.1. Теоретичні загальнологічні методи. *Аналіз і синтез.* Був використаний для конкретизації загального уявлення щодо багаторічної етапної підготовки найближчого резерву в ігрових командних видах спорту загалом, та баскетболі, зокрема. Завдяки аналізу були встановлені основні елементи системи знань щодо етапної цілеспрямованої підготовки найближчого резерву національних збірних, визначені інформативні критерії відбору та поступової ігрової спеціалізації баскетболістів юнацьких збірних команд, визначені особливості змагальної діяльності баскетболістів в юнацьких вікових категоріях та можливість їх використання з метою прогнозування подальших успішних виступів у спорті вищих досягнень. Синтез наукових даних забезпечив поєднання частин, які досліджувалися, та надав можливість встановити характер взаємозв'язку між ними, а також дозволив представити всю сукупність окремих факторів, суджень та знань як цілісного багатокомпонентного об'єкта.

Абстрагування. Дозволило відволіктись від несуттєвих та незначних для пізнання об'єкта властивостей та відношень, з одночасним концентруванням на тих із них, які були важливими та значущими в контексті вивчення проблематики даного дисертаційного дослідження. Враховуючі стратегічні завдання багаторічної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд, основну увагу було сконцентровано на тих факторах і проблемах, які

забезпечують пошук та поетапну раціональну підготовку обдарованих баскетболістів для спорту вищих досягнень. Всі інші окремі завдання та виявленні факти в дисертаційному дослідженні розглядалися як фонові та другорядні, навіть не дивлячись на їх певну теоретичну та практичну значущість.

Узагальнення. Було використано для умовного виділення загальних, суттєво важливих властивостей та ознак, які були використані під час проведення дисертаційного дослідження. Було сформовано загальні висновки, які вказують на значущість цілеспрямованої етапної підготовки найближчого резерву національних збірних команд в спортивних іграх. Виділено провідні фактори та критерії, які впливають на визначення спортивної обдарованості юнаків та їх перспективи потрапляння у спорт вищих досягнень. Узагальнення дозволило створити умови для переходу від розгляду окремих випадків та виявлених у ході досліджень фактів, до створення загальних положень дисертаційної роботи.

Порівняння та співставлення. Було використано для виявлення особливостей підготовленості та змагальної баскетболістів юнацьких збірних команд з урахуванням вікової категорії, ігрового амплуа, статі, індивідуальних особливостей, рівня змагань, темпів біологічного розвитку тощо. Здійснено порівняльний аналіз особливостей багаторічної підготовки баскетбольного резерву, системи організації дитячо-юнацьких змагань та змісту навчально-тренувального процесу в провідних баскетбольних країнах світу. Було порівняно досвід використання критеріїв відбору та спортивної орієнтації в процесі багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних в різних країнах світу. Розглянуто проблеми адаптації молодих баскетболістів до специфічних умов тренувальної і змагальної діяльності спорту вищих досягнень. Здійснено порівняння ефективності змагальної діяльності провідних європейській юнацьких збірних команд з результатами виступів українських збірних. Було порівняно результати складання тестових контрольних завдань з

техніко-тактичної і фізичної підготовленості баскетболістів юнацьких збірних різних вікових категорій.

Використання методу порівняння та співставлення в дисертаційному дослідженні відповідало основним вимогам, які висуваються для його якісного здійснення:

- порівнювались явища схожі між собою;
- порівняння здійснювалось за найбільш істотними та значущими ознаками.

Вказані методи досліджень використовувались в процесі обробки, систематизації та узагальнення отриманого фактичного матеріалу.

Структурно-функціональний аналіз. Був спрямований на виділення в системі багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних команд окремих ланок (етапів), визначення їх ролі (функцій) відносно один одного під час цілеспрямованої підготовки, а також забезпечення етапності та взаємозв'язку вирішення стратегічних завдань підготовки баскетболістів найближчого резерву із загальною системою багаторічної підготовки спортсменів починаючи від дитячого віку і закінчуючи формуванням команд високої кваліфікації.

Структурно-функціональний аналіз включав системно-структурний опис цілісного об'єкта та елементів, що його складають, визначення функціональної ролі кожного із них, розкриття системоутворюючих зв'язків між елементами і підсистемами, визначення завдань окремих підсистем та закономірностей їх функціонування.

Синергійний аналіз. Було використано для встановлення провідних факторів, що визначають закономірності побудови процесу підготовки найближчого резерву національних збірних команд в умовах глобалізації та інтернаціоналізації сучасних спортивних ігор, постійного підвищення інтенсивності змагальної діяльності та рівня майстерності провідних баскетбольних команд та збірних, стрімких змін, що відбуваються в методиці підготовки віддаленого та найближчого спортивного резерву. При цьому, спостерігали наявність розрізнених, а інколи навіть і протилежних даних,

отриманих спеціалістами в окремих міждисциплінарних науках, поглядів провідних зарубіжних та вітчизняних практиків, які працюють з баскетболістами юнацьких вікових категорій та професійними баскетбольними клубами тощо.

2.1.1.2 Емпіричні методи дослідження. Серед емпіричних методів досліджень, які були використані в роботі, необхідно виділити: теоретичний аналіз та узагальнення джерел науково-методичної літератури та даних мережі Інтернет; контент-аналіз текстів теоретичних та методичних праць, документальних матеріалів; опис – для оперування фактологічною інформацією (словесний, графічний та схематичний рівні).

Теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел та даних мережі Internet. Здійснено з метою визначення проблемних питань, які пов'язані з підготовкою найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту, та провідних чинників, які впливають на відбір та визначення спортивної обдарованості баскетболістів в юнацькому віці. Вивчено дані зарубіжних та вітчизняних спеціалістів відносно особливостей оцінювання потенційних можливостей кандидатів під час комплектування збірних команд різних вікових категорій, а також підходи та методичні принципи техніко-тактичної та фізичної підготовки баскетболістів протягом етапної цілеспрямованої підготовки гравців у складі юнацьких збірних команд.

Аналіз літературних джерел здійснювався для вирішення таких завдань:

- виявлення передумов для постановки наукової проблеми;
- формування гіпотези, визначення невирішених раніше питань та встановлення суперечливих фактів і суджень експертів;
- встановлення інформативних показників, які підтвердили свою ефективність в роботі спеціалістів для формування власної системи комплексного оцінювання ігрової обдарованості баскетболістів під час комплектування складів юнацьких національних збірних команд з баскетболу;
- визначення сучасних підходів щодо багаторічної підготовки найближчого та віддаленого резерву в ігрових видах спорту і забезпечення якісного переносу

напрацювань зарубіжних фахівців у практику вітчизняного спорту, враховуючи при цьому відмінності соціально-економічного, адміністративно-правового та демографічного характеру.

- пояснення отриманого матеріалу, визначення актуальних напрямів дослідження для підтвердження (або спростування) основної гіпотези, яка була висунута.

Особливу увагу в процесі роботи зі спеціальною науково-методичною літературою було приділено питанням дослідження інформативних критеріїв та показників, які відображають справжній ігровий потенціал молодих баскетболістів, які ще не мають досвіду виступів у відповідальних змаганнях. Важливим питанням також було дослідження досвіду побудови етапу безпосередньої підготовки юнацьких збірних команд до участі в головних міжнародних змаганнях року. Значну увагу було приділено вивченню особливостей контролю за рівнем фізичної та техніко-тактичної підготовленості баскетболістів. Проаналізовано та систематизовано основні види тестових завдань, які використовують зарубіжні та вітчизняні фахівці для визначення рівня підготовленості баскетболістів в дитячому та юнацькому віці. Розглянуто питання впливу тимчасових переваг прискореного біологічного розвитку на ефективність змагальної діяльності спортсменів в юнацьких змаганнях та особливості комплектування складів збірних.

Використання даних мережі Інтернет надало можливість вивчити спортивні біографії гравців високого класу та особливості їх змагальної діяльності в окремому матчі, ігровому сезоні та протягом всього періоду виступів у спорті вищих досягнень; встановити закономірності становлення вищої спортивної майстерності відомих баскетболістів від моменту потрапляння в команди майстрів (17–19 років) і до етапу завершення виступів у спорті вищих досягнень (34–37 років); вивчити проблему інтернаціоналізації світового баскетболу, багаторічну динаміку спортивних результатів спортсменів починаючи від виступів у юнацьких змаганнях і завершуючи рівнем національних збірних.

Відповідно до обраного напрямку досліджень було проаналізовано дані понад 500 зарубіжних та вітчизняних джерел науково-методичної літератури та інших даних, які розкривають проблему. Вивчення науково-методичної літератури дозволило визначити основні шляхи для формування сучасної системи знань, яка відображає складний процес поетапної централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд.

Під час проведення досліджень було проаналізовано дані спеціальної літератури із фонду Національної бібліотеки ім. В. І. Вернадського (Київ), Національної парламентської бібліотеки (Київ), бібліотек Білоруського державного університету фізичної культури (Мінськ), Національного університету фізичного виховання і спорту України (Київ), Львівського державного університету фізичної культури (Львів) та он-лайн версій зарубіжних бібліотек, законодавчих актів України, офіційних документів Міжнародної федерації баскетболу (FIBA) і федерації баскетболу України (ФБУ), а також матеріали офіційних електронних джерел.

Особливу увагу було приділено аналізу законодавчих та нормативних документів, які мають безпосереднє відношення до основ державного управління в сфері фізичної культури і спорту, а також регулювання діяльності дитячо-юнацьких спортивних шкіл та функціонування процесу підготовки національних збірних команд для участі в міжнародних спортивних заходах, зокрема, Закону України «Про фізичну культуру і спорт», «Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу», Постанова Кабінету міністрів України № 993 від 05.11.2008 р., «Положення про національні збірні команди з видів спорту, визнаних в Україні» №3027 від 21.08.2015 р. та ін.

Під час аналізу літературних джерел значну увагу було приділено вивченню наукових робіт, які були опубліковані в спеціалізованих профільних виданнях галузі «Фізичне виховання і спорт» із реєстрацією в провідних наукометричних базах Scopus, Web of Science, Index Copernicus, PИHЦ та ін. Також проаналізовано видання міжнародних наукових конгресів, конференцій, круглих столів, симпозіумів, семінарів та інших наукових і освітніх заходів.

Контент-аналіз документальних матеріалів. У дисертаційному дослідженні використано з метою кількісно-якісного дослідження та аналізу документів, матеріалів тощо. Методу контент-аналізу забезпечив об'єктивність отриманих висновків завдяки квантифікаційній обробці тексту документів із подальшою інтерпретацією отриманих результатів. Вивчалось кількість публікацій та посилань в різних документах, а також у Всесвітній мережі Internet (сайти національної та міжнародної федерації баскетболу, Національної баскетбольної асоціації, Національної асоціації студентського спорту в США, та інших спортивних організацій). Алгоритм контент-аналізу включав вісім послідовних етапів, які сьогодні рекомендовані фахівцями у якості базових в процесі використання даного методу наукових досліджень (Додаток В).

Опис. Метод використано з метою отримання інформації з друкованих та електронних інформаційних джерел, педагогічного спостереження та тестування гравців, аналізу змагальної діяльності, медико-біологічних, психологічних і психофізіологічних досліджень можливостей та станів баскетболістів. Метою опису (словесного, графічного, схематичного) було виділення проблеми багаторічної підготовки резерву як складного та багатокомпонентного об'єкта пізнавальної діяльності. Після осмислення проблеми спортивної підготовки найближчого резерву було проведено деталізацію особливостей прояву його властивостей та окремих сторін, абстрагуючись від різноманітних зв'язків та змін. Подібні дії дозволили створити необхідну інформаційну базу для проведення подальших системних досліджень.

2.1.2. Соціологічні методи дослідження. Серед соціологічних методів дослідження, які були використані у роботі, можна виділити такі: опитування; анкетування; метод експертних оцінок.

2.1.2.1. Опитування. Було проведено з метою визначення думок спеціалістів відносно актуальних проблем теорії та методики підготовки найближчого резерву національних збірних команд, встановлення важливих проблем, з якими зіштовхуються тренери збірних під час цілеспрямованої

підготовки спортсменів в юнацьких збірних на практиці та ін. На відміну від анкетування, даний метод дозволив отримати цінні рекомендації тренерів збірних та фахівців відносно вибору та розробки критеріїв діагностики ігрових здібностей баскетболістів в юнацькому віці, побудови уніфікованої програми техніко-тактичної і фізичної підготовки, а також під час формування загальної системи знань, яка відображає складний процес централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд.

2.1.2.2. Анкетування. Відсутність достатньої інформації з вузлових питань процесу підготовки найближчого резерву в ігрових командних видах спорту обумовила необхідність використання методу анкетування з метою покриття інформаційного дефіциту знань, їх подальшої верифікації та систематизації.

Основним інструментом збору первинного матеріалу була анкета. Джерелом інформації в анкеті, яка була запропонована нами спеціалістам, були письмові судження-відповіді про значущість різноманітних факторів та критеріїв, що впливають на багаторічну підготовку найближчого резерву, відбір та орієнтацію спортсменів, визначення їх ігрових здібностей та перспективи потрапляння у спорт вищих досягнень. Вивчалась думка спеціалістів відносно оптимального віку для початку занять баскетболом та вузької ігрової спеціалізації у команді, виявлення провідних факторів, які впливають на вибір ігрового амплуа у команді. Окрему увагу було приділено визначенню комплексу специфічних ігрових характеристик, які не піддаються об'єктивно метричному вимірюванню однак мають значний вплив на подальші спортивні успіхи молодих гравців.

Протягом 2015–2021 років було проведено анкетування серед тренерів та гравців з баскетболу, фахівців спортивних федерації, науково-педагогічних працівників освітніх установ. Склад респондентів було визначено з урахуванням поставлених в дисертаційному дослідженні завдань. Рівень компетентності учасників дослідження був достатньо високим (тренери національних та молодіжних чоловічих і жіночих збірних команд України з

баскетболу, професійних баскетбольних клубів, які виступають в українській Суперлізі та ін.). В анкетуванні взяли участь понад 60 експертів.

Використана в наших дослідження анкета відповідала таким вимогам: 1) кожне питання анкети пред'являли всім респондентам в одному і тому ж вигляді (формулюванні); 2) було встановлено певний (обов'язковий) порядок постановки запитань, кожне з яких мало свій номер (згідно з порядком пред'явлення); 3) до кожного із запропонованих запитань додавали список можливих варіантів відповідей.

Використання анкети було обумовлено необхідністю отримання максимально чіткої інформації з таких питань: 1) встановлення провідних факторів, які визначають ефективність підготовки найближчого резерву національних збірних; 2) значущість критеріїв та окремих показників під час визначення ігрової обдарованості, спортивного відбору та ігрової орієнтації баскетболістів на різних етапах багаторічної підготовки.

2.1.2.3. Метод експертних оцінок. Метод експертних оцінок використовували з метою визначення думок експертів відносно пріоритетної значущості різних факторів та складових, що визначають ефективність централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд, а також визначення інформативних критеріїв етапного відбору та спортивної орієнтації в баскетболі. Експерти оцінювали запропоновані показники у порядку зниження їх значущості, при цьому максимальна кількість балів (виставлялась лише один раз, як й інші бали), яку міг виставити експерт, дорівнювала загальній кількості показників, а мінімальна – одиниці. Місце, яке було зайняте кожним із виділених показників, визначалося кількістю набраних їм балів: чим більше сума балів, тим вище зайняте місце (тим більш значущим був показник). Рівень погодженості думок експертів, які були опитані, визначали за допомогою розрахунку коефіцієнта конкордації Кенделла.

Методика групової експертизи включала в себе: формулювання завдань, відбір та комплектування групи експертів, складання плану експертизи, проведення опитування експертів, аналіз та обробку отриманої інформації.

Узгодженість думок експертів перевіряли за допомогою розрахунку коефіцієнта конкордації Кендалла за формулою:

$$W = 12s / m^2(n^3 - n), \quad (2.1)$$

де, m – помилка репрезентативності; n – обсяг вибірки; s – це сума квадратів відхилення від середнього місця і розраховувалась за формулою:

$$S = \sum (\sum_{xi} - \bar{x})^2; \quad (2.2)$$

Для підтвердження коефіцієнта конкордації, що характеризує високу та середню ступінь узгодженості думок експертів, перевіряли його значущість за критерієм узгодження Пірсона — χ^2 -критерієм. Емпіричне значення $\chi_{\text{емп}}^2$ порівнювали з табличним, відповідним прийнятому рівню значущості α і числа ступенів свободи $k = n-1$.

Якщо $\chi_{\text{емп}}^2 > \chi_{\text{кр}}^2(\alpha; k)$, то коефіцієнт конкордації W істотний на обраному рівні значущості [95].

2.1.3. Спортивно-педагогічні методи дослідження. В дану групу увійшли методи, які дозволили проаналізувати та відобразити предмет спортивної діяльності, порівняти ефективність ігрових дій баскетболістів різного віку, статі, кваліфікації та амплуа, виявити та обґрунтувати інформативні критерії для оцінювання рівня підготовленості баскетболістів юнацьких збірних в процесі цілеспрямованої багаторічної підготовки, розробити модельно-цільові характеристики для здійснення спортивного відбору та ігрової орієнтації та ін. Всі використані в роботі спортивно-педагогічні методи умовно були розподілені на три відносно самостійних блоки – педагогічне спостереження, аналіз змагальної діяльності та педагогічне тестування (рис. 2.2.)

2.1.3.1. Педагогічне спостереження. Педагогічне спостереження здійснювалось як в умовах навчально-тренувального процесу команд (у період підготовки збірних до чемпіонатів Європи, а також під час змагальної діяльності гравців юнацьких збірних у матчах за свої юнацькі команди у

внутрішній першості чемпіонату України з баскетболу (ВЮБЛ) та на міжнародних змаганнях (УЕВЛ та ін.).



Рис. 2.2. Спортивно-педагогічні методи досліджень

Проведене педагогічне спостереження дозволило встановити пріоритетні напрями для подальшого наукового аналізу. У ході підготовки спостереження конкретизували мету, методи та способи фіксації даних. Інформацію, яка була отримана методом «не включеного спостереження» (баскетболісти під час навчально-тренувального процесу не знали, що за ними ведуть педагогічне спостереження, таким чином, було усунено можливість свідомої зміни поведінкових реакцій в процесі виконання тренувальних завдань), доповнювали результатами досліджень, які були отримані за допомогою методу «інтерв'ювання», який проводився в умовах відкритого спілкування зі спортсменами та тренерами баскетбольних команд різної кваліфікації.

У процесі педагогічного спостереження фіксували такі характеристики та дії: 1) вербальні – мовні акти під час навчально-тренувальної діяльності (їх зміст, послідовність, спрямованість, гучність та ін.) 2) невербальні – виразні експресивні рухи тіла, міміка, поведінка під час різноманітних ситуацій в умовах тренувальної та змагальної діяльності; 3) взаємовідносини баскетболістів з тренером. Поведінка під час отримання настанов, реакція на них, реагування спортсменів на критичні зауваження, які були отримані як в процесі тренувань, так і під час участі в офіційних змаганнях; 4) взаємовідносини баскетболістів команди між собою. Поведінка спортсменів в

групі, здатність до взаємодії та комунікації під час виконання групових та командних завдань тощо.

Педагогічне спостереження здійснювали не тільки за гравцями національних збірних команд України різних вікових категорій (U 14–U 20), (національні чоловічі та жіночі збірні команди) та баскетболістами клубів української Суперліги, а й за їхньою поведінкою та особливостями змагальної діяльності провідних баскетболістів НБА та професійних клубів Європи, які виступали в найпрестижніших клубних змаганнях.

Аналізували підходи зарубіжних фахівців при управлінні командою під час змагальної діяльності [348, 455]. Визначали особливості поведіння тренерів юнацьких національних збірних команд провідних баскетбольних збірних зі своїми підопічними. Особливу увагу було приділено проблемам ротації гравців команди під час поєдинку та упродовж всього багатоденного міжнародного турніру та ін.

2.1.3.2. Педагогічне тестування. Для оцінювання рівня загальної та спеціальної підготовленості баскетболістів було використано комплекс тестів, які рекомендували фахівці як інформативні та надійні для вирішення поставлених завдань. Загалом було використано понад 20 різноманітних тестів, які дозволили визначити рівень технічної та фізичної підготовленості баскетболістів юнацьких збірних команд. Всі тести були умовно розподілені за двома напрямками: 1) тести для переважного оцінювання рівня загальної фізичної підготовленості; 2) тести для переважного оцінювання спеціальної підготовленості баскетболістів.

Тести, спрямовані для переважного оцінювання загальнофізичної підготовленості. Використані в даному блоці тести дозволили оцінити рівень прояву важливих для баскетболу рухових якостей (швидкість, швидкісно-силові якості, координаційні здібності тощо) та визначити функціональні можливості баскетболістів і їх вплив на ефективність ведення змагальної діяльності спортсменів.

Човниковий біг 3x40 с. [15]. Виконували для визначення спеціальної витривалості баскетболістів. Під час виконання тесту баскетболісти розташовувалися на лицьовій лінії майданчика по всій її ширині. За сигналом спортсмени виконували човникові прискорення від однієї лицьової лінії до іншої (довжина майданчика 28 м). Потрібно було пробігти максимальну дистанцію за 40 с. Рахувалися кількість майданчиків, які пробіг гравець за 40 с, а також кількість метрів на момент зупинки відрізка. Виконували три серії з 1-хвилинним відпочинком між ними. Фіксували результати виконання кожної серії окремо, а також підраховували загальну кількість метрів, які пробіг спортсмен за сумою трьох відрізків. Для моніторингу стану серцево-судинної системи використовували метод радіотелеметричної пульсометрії (у даному і в інших тестах використовували систему Team Polar, розроблену спеціально для ігрових командних видів спорту).

Yo-Yo test [271, 278, 312, 424, 450, 531]. Для оцінювання рівня аеробних можливостей використовувались чотири основних варіанти (протоколи) човникового тесту «Йо-Йо», які сьогодні з успіхом застосовуються фахівцями в багатьох командних видах спорту (непрямий спосіб вимірювання VO_2): 1) Yo-Yo – відновлювальний тест Level 1 (Yo-Yo IRL1); 2) Yo-Yo – відновлювальний тест (Level 2 (Yo-Yo IRL2) (recovery)); 3) Yo-Yo – тест на витривалість Level 1 (Yo-Yo IEL1); 4) тест на витривалість Level 2 (Yo-Yo IEL2) (endurance). Швидкість бігу та тривалість окермих сходинок в різних варіантах тесту можна побачити в Додадку Г. Подібне тестування дозволяло виявити найбільш інформативний варіант для баскетболу шляхом співставлення результатів тестування з ефективністю змагальної діяльності спортсменів. Контроль ЧСС під час виконання тесту, а також використання запропонованих фахівцями спеціальних формул, для оцінювання рівня VO_{2max} , дозволило порівняти результати педагогічного тестування з результатами тестування функціональних можливостей баскетболістів в лабораторних умовах.

$$Yo-Yo IR1 \text{ test: } VO_{2max} (ml^{-1}min^{-1}kg^{-1}) = IR1 \text{ distance (m)} \times 0,0084 + 36,4. \quad (2.3)$$

$$\text{Yo-Yo IR2 test: } \text{VO}_{2\text{max}} (\text{ml}^{-1}\text{min}^{-1}\text{kg}^{-1}) = \text{IR2 distance (m)} \times 0,0136 + 45,3. \quad (2.4)$$

Для виконання тесту на майданчику було позначено дистанцію в 20 м, ще 5 м було відведено для відновлення після виконаного відрізка (рис. 2.3).

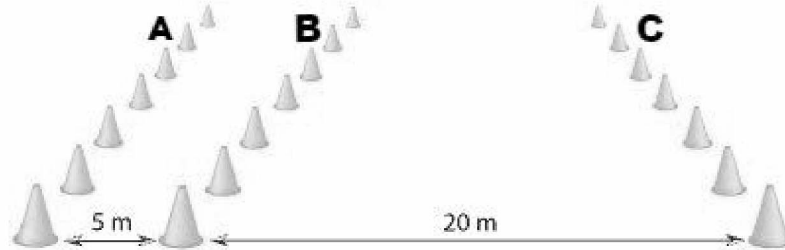


Рис. 2.3 Майданчик для виконання тесту Yo-Yo:

В-С – зона човникового бігу; В-А – зона відновлення після відрізка

Тест Yo-Yo в наших дослідженнях одночасно виконували сім баскетболістів, які мали приблизно однакові антропометричні дані та виконували схожі ігрові функції на майданчику (лінія атаки – форварди та центрові, лінія захисту – захисники). Для виконання тесту було використано ліцензійну програму (Yo-Yo Intermittent Pro 2.32), яка дозволяла задавати швидкість бігу, фіксувати загальний час та пройденої дистанції, відраховувати секунди на відпочинок у паузах між 40-метровими відрізками. Потужність звукових сигналів регулювали за допомогою аудіосистеми. Під час виконання тесту спортсмени в обов'язковому порядку разом із звуковим сигналом повинні були доторкнутися (стопом) лицьової лінії, яка позначена на рисунку 2.3 фішками С.

Біг $\frac{3}{4}$ (22,86 м) [47, 540]. Баскетболісти виконували максимальне прискорення вздовж баскетбольного майданчика до протилежної штрафної лінії (рис. 2.4). Фіксували час пробігання дистанції (с). Використовували варіант спринтерського бігу, який сьогодні застосовують фахівці в НБА для оцінювання швидкісних можливостей кандидатів під час проходження щорічної процедури «драфта» (Draft Combine) (відбору гравців до клубів НБА).

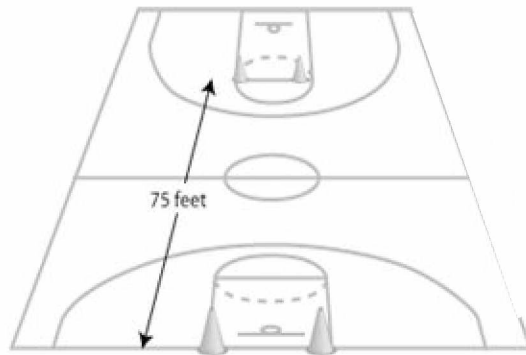


Рис. 2.4 Напрямок руху під час виконання тесту біг $\frac{3}{4}$ майданчику (22,86 м)

Фішки, якими позначали місця початку та закінчення бігу, встановлювали на лицьовій та протилежній лінії штрафних кидків. За сигналом, спортсмени повинні були з максимальною швидкістю подолати вказану дистанцію. Після звукового сигналу секундомір включали, а після перетину штрафної лінії – зупиняли. Баскетболісти виконували дві спроби, після чого найкращий результат записували в протокол. Надання можливості повторного спроби виконання тесту було обумовлено тим, що через вплив різних факторів (хвилювання, відволікаючі чинники, новизна виконання вправи та ін.) спортсмен під час першої спроби міг не продемонструвати свої справжні швидкісні можливості.

Стрибок у довжину з місця [81, 198]. Використовували для оцінювання швидкісно-силових здібностей та вибухової сили. Для вимірювання результатів стрибка на майданчику було зроблено відповідну розмітку, яка знаходилася паралельно від місця безпосереднього виконання стрибка. Через кожні 5 см від початкової лінії стрибка було нанесено додаткові лінії (загальна довжина зробленої розмітки становила 3.50 м). Під час виконання тесту спортсмени ставали у вихідне положення: ноги на ширині плечей, пальці ніг за стартовою лінією. Зігнувши ноги у колінах, виконували мах руками назад, потім різко вперед, і відштовхування двома ногами зі стрибком. Потрібно було приземлитися на ноги якомога далі, оскільки результат визначали від стартової

лінії до точки торкання на корті п'ятами. Довжину стрибка у сантиметрах визначали за результатами двох спроб.

Стрибок угору з місця та розбігу [47, 540]. Використовували для оцінювання швидкісно-силових здібностей та вибухової сили. Дослідження висоти стрибка здійснювали за допомогою спеціальної вертикальної стійки з рухливими планками угорі. Кожна планка позначала певний рівень висоти. Перед виконанням стрибка вимірювали зріст спортсмена стоячи із піднятими руками. Після чого спортсмену надавали спроби виконати стрибок з місця вгору та з розбігу після настрибування. Вимірювали різницю між зростом стоячи з піднятими руками і висотою планки, до якої зміг дістати баскетболіст під час стрибка. У подальшому отримані дані були співставленні з результатами виконання інших педагогічних тестів, а також результатами тестування функціональних можливостей за допомогою методів газоаналізу та спірометрії.

Тест на визначення координаційних здібностей (Lane Agility Drill) [47, 540]. Баскетболісти виконували пересування з максимальною швидкістю навколо 3-секундної зони у такій послідовності: 1) біг вперед від краю штрафної лінії до лицьової вперед; 2) пересування приставним кроком вправо від лівого краю трисекундної зони на лицьовій до правого краю границі трисекундної зони на лицьовій лінії; 3) біг спиною назад від правого краю лінії трисекундної зони до лінії штрафних кидків; 4) пересування приставним кроком від правого до лівого краю лінії штрафних кидків, далі у дзеркальній послідовності назад до місця старту (рис. 2.5).

Вправу виконували з максимальною швидкістю. Спортсменам надавали декілька спроб. Під час виконання тесту здійснювали контроль за тим, щоби спортсмени не скорочували дистанцію за рахунок зрізання «кутів» та коректно виконували різні види переміщення (спиною назад, приставними кроками в сторону).

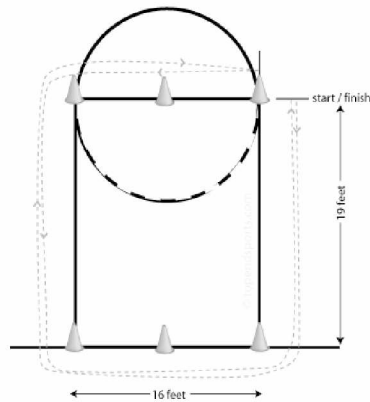


Рис. 2.5 Напрямки руху під час виконання тесту (Lane Agility Drill)

Тест починали і закінчували після подачі звукового сигналу. Результат фіксували за допомогою секундоміра.

Тест «Octagon» [301]. Виконували для визначення координаційних здібностей та серійної стрибучості баскетболістів. Для виконання тесту на паркеті було намальовано шестикутник із довжиною кожної із сторін 60 см (рис. 2.6).

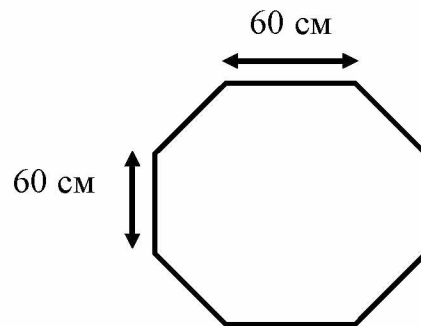


Рис. 2.6. Розмітка ліній для виконання тесту «Octagon»

Баскетболістам необхідно було виконувати стрибки за часовою стрілкою по колу. На початок виконання тесту спортсмен перебуває в середині шестигранника обличчям до напрямку руху. Відстань між стопами ніг 15–20 см. (спортсмені підбирає для себе оптимальну відстань між стопами ніг). За сигналом спортсмен вистрибує з шестикутника за першу лінію і повертається всередину. Наступний рух здійснює за другу лінію шестикутника з поверненням у середину і так далі по колу (шість сторін). Вистрибування за лінію повинно відбуватися постійно обличчям до напрямку руху. Торкатися лінії заборонено. Стрибки виконують на носках.

Баскетболістам необхідно було пройти повних три кола шестикутника. Після закінчення останнього стрибка в третьому колі (з обов'язковим поверненням у середину шестикутника), секундомір зупиняли і фіксували загальний час виконання тесту. Спортсмени мали дві спроби для демонстрації найкращого результату.

Човниковий тест «Reactive shuttle test» [49, 540]. Було виконано для визначення вибухової швидкості баскетболістів. Під час виконання тесту спортсмен займав вихідне положення у стійці баскетболіста торкаючись при цьому сильнішою рукою майданчика. Лінія старту проходила посередні між ніг спортсмена. За сигналом спортсмен робив максимальне прискорення до першої фішки, яка була розташована на відстані 4,5 м від точки старту, торкався підлоги рукою та ногою, відштовхувався і рухався до другою фішки, яка була розташована на відстані 9 м від першої (та 4,5 м від лінії старту в інший бік). Після торкання другої фішки, спортсмен виконував ривок до місця старту. Після перетину лінії старту секундомір вимикали. Загалом спортсмену необхідно було пробігти з максимальною швидкістю та зі зміною напрямку руху 18 м (рис. 2.7).

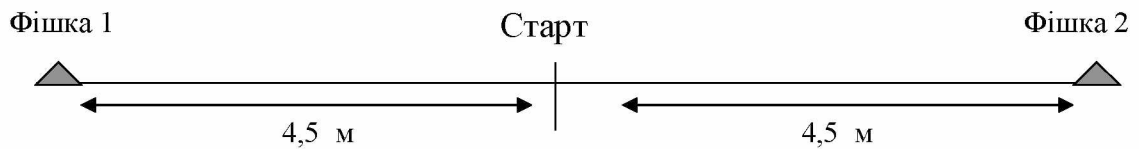


Рис. 2.7. Схема виконання тесту «Reactive shuttle test»

Піднімання тулуба із положення лежачі протягом 30 с [302]. Тест використовували для вимірювання силової витривалості м'язів тулуба і живота. Баскетболіст сідає на гімнастичний мат, зігнувши ноги у колінах на 90° . Ступні повністю спираються на поверхню мату, відстань між ногами приблизно 30 см. Кисті рук навхрест покладені на плечі (ліва рука на праве плече, а права – на ліве). За сигналом баскетболіст починає виконувати згинання і розгинання тулуба максимальну кількість разів за 30 с. Ноги стоп при цьому ніхто не тримає і спортсмену забороняється відривати їх від поверхні під час виконання тестового завдання. Кисті рук постійно повинні були на плечах. Після згинання

необхідно було доторкнутися ліктями колін. Якщо спортсмен відривав стопи від поверхні, відпускав руки від плечей або не торкався ліктями колін, спроба не зараховувалась.

Згинання і розгинання рук в упорі лежачі за 30 с [301]. Баскетболіст приймає вихідне положення упор лежачі. За сигналом згинає і розгинає руки протягом 30 с. Кут згинання рук при цьому 90° . Не дозволяється торкатись опори стегнами, міняти пряме положення тіла і ніг (ноги разом), перебувати у вихідному положенні та із зігнутими руками більш як 3 секунди, лягати на підлогу, розгинати руки почергово, розгинати і згинати руки не з повною амплітудою. Згинання і розгинання рук, виконані з помилками, не зараховувались.

Нахил тулуба вперед із вихідного положення сидячі [198, 301]. Тест було використано для визначення гнучкості хребетного стовпа. Спортсмен сідає на підлогу. Не згинаючи колін, нахиляється уперед, намагаючись дотягнутися руками якомога далі. Положення максимального нахилу вперед зберігає протягом 2 с. Стопи ніг упираються в зафіксовану гімнастичну лаву. Результат тестування – визначення положення рук у сантиметрах, яке показувало величину нахилу тулуба вперед. Якщо палці рук не досягали рівня опорної платформи (лавочки), то результат вимірювали із знаком «мінус», якщо виходили за межі лави вперед – зі знаком «плюс».

Під час виконання тесту стежили за тим, щоб носки і п'яти баскетболістів були разом, коліна випрямлені. Тест виконували без ривків. Кожен спортсмен мав по декілька спроб.

Тести, спрямовані на переважне оцінювання спеціальної підготовленості баскетболістів. Даний блок тестів включав вправи та завдання які мали спеціально-підготовчий характер. Спортсмени виконували різноманітні кидки, ведення м'яча, обведення та інші дії, які дозволяли оцінити рівень їхньої спеціальної підготовленості (технічної, фізичної, функціональної та ін.).

Тест “Штрафні кидки” [15, 74]. Проводили після серії вільних штрафних кидків, які дозволяли баскетболістам підготуватися до виконання тестового

завдання. Одночасно в тесті було задіяно 4 гравці, із них двоє подавали м'яч, стоячи по одному під кожним кошиком, інші два виконували штрафні кидки на протилежні кошики. Кожен спортсмен загалом повинен був виконати 30 штрафних кидків серіями по три кидки поспіль по чергово в обидва кошики, переміщуючись від кошика до кошика за допомогою ведення. Після перших двох кидків м'яч гравцю подавав партнер, який знаходився під кошиком, після виконання третього кидка гравець самостійно підбирав м'яч і за допомогою ведення рухався у бік протилежного кошика. Час виконання тесту становив 3 хв. Враховували загальну кількість влучань та час, який було витрачено на виконання тесту. Також враховували стабільність виконання штрафних кидків в різних серіях.

Модифікований тест «М-100» [15, 74]. Результати тесту надають необхідну інформацію про рівень технічної майстерності та спеціальної працездатності, які є важливими компонентами системи забезпечення змагальної діяльності в баскетболі. Тестову вправу виконують в режимі (за інтенсивністю), наближеному до умов рухової активності дійсної змагальної діяльності. Спортсмени виконували 100 кидків із середньої та дальньої дистанції (4,5 та 6,75 м). На виконання тесту відводилось до 10 хв. Позиції виконання даних кидків зображені на рисунку 2.8.

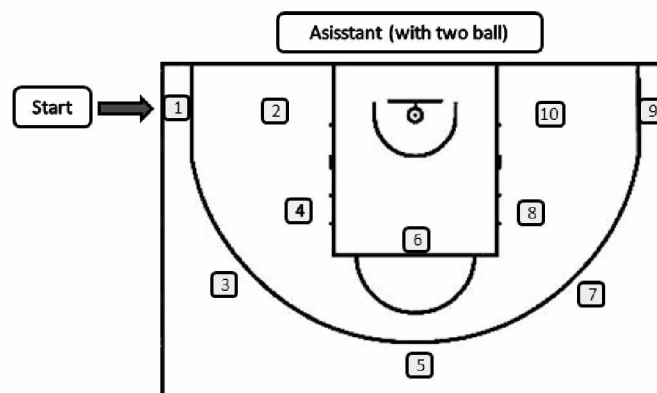


Рис. 2.8. Позиції виконання кидків у тесті “М-100”

Гравці виконували кидки м'яча у кошик з п'яти точок баскетбольного майданчика (із середньої дистанції – 4,5 м від кошика, та з-за тричкової лінії –

6,75 метрі від кошика) під кутами 0°, 45°, 90°, 135°, 180° відповідно. Переміщення здійснювали зліва направо у чітко встановленій послідовності. Виконання тесту починалось з лівого флангу нападу з кута із подальшим переміщенням по позиціям: 0° – триочковий кидок (перший кидок), 0° – двоочковий кидок (другий кидок), 45° – триочковий кидок (третій кидок), 45° – двоочковий кидок (четвертий кидок), 90° – триочковий кидок (п'ятий кидок), 90° – двоочковий кидок (шостий кидок), 135° – триочковий кидок (сьомий кидок), 135° – двоочковий кидок (восьмий кидок), 180° – триочковий кидок (дев'ятий кидок), 180° – двоочковий кидок (десятий кидок). Після виконання десятого кидка баскетболіст здійснював підбирання м'яча та за допомогою ведення повертався на позицію номер 1 (старт серії з лівого кута, перший кидок) для виконання триочкового кидка під кутом 0° і починав другу серію із десяти кидків.

Показники, що фіксували під час виконання тесту «М-100» та інтерпретації результатів його виконання: 1) відсоток реалізації двоочкових кидків, %; 2) відсоток реалізації триочкових кидків, %; 3) загальний час виконання тестового завдання; 4) відсоток реалізації дво і триочкових кидків у першій та другій половині тесту (після виконання 50 кидків); 5) час виконання першої та другої половини тесту; 6) відсоток реалізації кидків з різних кутів майданчика.

Додатково розраховували індекс результативності, який дозволяв визначити співвідношення швидкості виконання тесту з точністю реалізації кидків з різної відстані. Формула індексу результативності представлена нижче:

$$IP = \frac{t(c)}{(S1 \times 2) + (S2 \times 3)}; \quad (2.3)$$

де, IP – індекс результативності, ум.од.; t (с) – час виконання тесту, в с; S1 – відсоток реалізації двоочкових кидків; S2 – відсоток реалізації триочкових кидків.

Послідовність виконання тесту, яка вказана на рисунку 2.9, була обов'язковою під час проходження кожної серії. Під час виконання тестового завдання кожному гравцеві допомагали два партнери, що дозволяло уникати непотрібних пауз між кидками (у випадку дальнього відскоку м'яча після виконання кидка). Результати, які фіксувалися, заносилися в спеціальний протокол (Додаток Д). Моніторинг ЧСС під час виконання тесту, а також у період відновлення, дозволяв визначати індивідуальну реакцію гравців різної кваліфікації, підготовленості та амплуа на навантаження. Результати тесту дозволили отримати необхідну інформацію про рівень спеціальної працездатності гравців та оцінити ефективність виконання кидків баскетболістами національних збірних команд різних вікових категорій.

«Польський кидковий тест» [187]. Тест виконують на одній половині майданчика. У наших дослідженнях тест одночасно виконували два гравці, які розташовувались на різних половинах майданчика. Для виконання тесту на майданчику на відстані 5 м від проєкції центру кошика відмічалися чотири квадрати розміром 1x1 м. Від проєкції центрів квадратів на відстані 1,6 м було встановлено 3 стійки (рис. 2.9).

Для виконання тесту один гравець використовував два м'ячі. Допомогу під час виконання тесту забезпечували три партнери, які підбирали кинуті гравцем м'ячі та подавали їх для подальшого виконання тестового завдання. Вправу виконували протягом 5 хв. двома м'ячами.

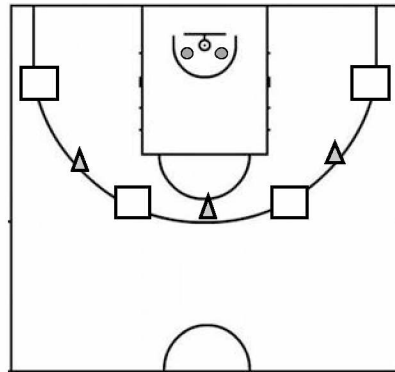


Рис. 2.9. Розташування квадратів та стійок для виконання кидків у «Польському кидковому тесті»:

□ – квадрати для кидка; △ – стійки

Два партнери підбирали м'яч після виконання кидків та передавали його третьому, який віддавав передачу гравцю, який виконував тест, під час його входження у квадрат для кидка. Оскільки квадрати знаходилися на однаковій відстані, виконувати кидок можна було з будь-якого квадрата, однак після його виконання гравець був зобов'язаний перебігти в інший квадрат для виконання наступного кидка. Спробу зараховували якщо в рамках 5 хв відведених на виконання тесту, спортсмен виконував не менше ніж 60 кидків, ефективність яких була не менше ніж 50 %.

2.1.3.3. Аналіз змагальної діяльності. Аналіз та узагальнення спеціальних даних, опитування експертів та результати власних досліджень дозволили створити загальну схему оцінювання змагальної діяльності в баскетболі та умовно виділити в ній два відносно самостійних напрями: 1) оцінювання індивідуальних даних змагальної діяльності баскетболістів; 2) оцінювання змагальної діяльності команди.

Якісні критерії та показники, які використовувались у роботі, відображали ефективність гри спортсменів і команди, кількісні – характеризували об'єми змагальних навантажень, що були виконані гравцями в окремо взятому матчі, на турнірі, або протягом ігрового сезону. В нашій роботі дані показники застосовувались паралельно, забезпечуючи умови для створення цілісного уявлення про особливості виступів баскетболістів юнацьких збірних у змаганнях.

Основними якісними критеріями аналізу змагальної діяльності баскетболістів, які були використані у роботі, відносились: 1) модельні характеристики техніко-тактичних дій гравців і команди в матчі; 2) інтегральні індекси оцінювання змагальної діяльності; 3) експертна система оцінювання ефективності змагальної діяльності баскетболістів (особисті індивідуальні нагороди «MVP» – нагороди найбільш “корисному” гравцеві на різних етапах ігрового сезону та окремо взятого турніру).

Моделювання та оцінювання техніко-тактичних дій. Під час розробки модельних характеристик використовували показники техніко-тактичних дій,

які сьогодні найчастіше використовуються для оцінювання ефективності змагальної діяльності баскетболістів і становлять традиційну основу офіційних протоколів ігор, що проводяться під егідою Міжнародної федерації баскетболу (FIBA). До них належать: кидки з гри – спроби, влучання, відсоток реалізації; двоочкові кидки – спроби, влучання, відсоток реалізації; триочкові кидки – спроби, влучання, відсоток реалізації; штрафні кидки – спроби, влучання, відсоток реалізації; підбирання м'яча у захисті; підбирання м'яча у нападі; загальна кількість підбирань м'яча в грі; перехоплення м'яча; результативні передачі м'яча; втрати м'яча; персональні зауваження гравців (фоли); порушення правил на гравцеві (фоли суперника); блок-шоти м'яча; набрані очки в матчі та ін.

Окрім традиційних техніко-тактичних дій, обробку та публікацію яких протягом проведення міжнародних змагань збірних здійснюють спеціалісти FIBA (ці дані є загальнодоступними на сайті організації), додатково досліджували ряд важливих ігрових показників як для окремих гравців, так і для команди в цілому (рис. 2.10). Традиційні техніко-тактичні показники, які сьогодні публікуються в Інтернет-ресурсах за результатами матчу, не можуть повною мірою відобразити весь спектр змагальних дій, які виконують гравці та команда в матчі.

Інтегральне оцінювання ефективності змагальної діяльності. З метою комплексного оцінювання ефективності ігрових дій баскетболістів було використано інтегральні індекси оцінювання, які сьогодні більш відомі в теорії та практиці спортивних ігор як коефіцієнти ефективності (коефіцієнти корисних дій, рейтинги ефективності, коефіцієнти корисної гри тощо) окремих гравців та команди в цілому.



Рис. 2.10 Ігрові показники та дії для додаткового аналізу змагальної діяльності баскетболістів у матчі

Для проведення розрахунків ефективності змагальної діяльності баскетболістів у нашій роботі було використано найпоширеніші інтегральні індекси, які з успіхом застосовують для оцінювання змагальної діяльності баскетболістів у провідних європейських чемпіонатах та НБА.

Литовський варіант інтегрального оцінювання [17, 34]:

$$\begin{aligned} \text{ККГ} = & 1,5 \times \text{СЩ} + 2 \times \text{ЧЩ} + 1,5 \times \text{ПХ} + 1,5 \times \text{БШ} + 2 \times \text{АВ} + \text{ШБт} - 1,5 \\ & \times \text{ШБт} + 3 \times \text{СБв} - \text{СБн} + 4 \times \text{ДБт} - \text{ДБн} - 1,5 \times \text{П} / \text{ЗЧ}. \end{aligned} \quad (2.4)$$

Російський варіант інтегрального оцінювання [17, 34]:

$$\begin{aligned} \text{ККГ} = & (\text{О} + \text{АВ} + 1,4 \times \text{ПХ} + 1,2 \times \text{БШ} + 1,2 \times \text{СЩ} + 1,4 \times \text{ЧЩ} + 0,5 \\ & \times \text{ФС} - \text{СБн} - 1,5 \times \text{ДБн} - 0,8 \times \text{ШБн} - 1,4 \times \text{ПП} - \text{ПТ} - \text{Ф}) / \text{ЗЧ}, \end{aligned} \quad (2.5)$$

де ККГ – коефіцієнт корисної гри; О – набрані очки; АВ – результативні передачі; ПХ – перехоплення; БШ – блок-шоти; СЩ – підбирання на своєму щиті; ЧЩ – підбирання на чужому щиті; ФС – фоли суперника; Ф – фоли власні; П – втрати та помилки; ПП – втрати при передачах; ПТ – втрати технічні; ЗЧ – зіграний час; СБ – середні кидки (в – влучні, н – невлучні); ДБ – дальні кидки; ШБ – штрафні кидки.

За даними формулами розраховували коефіцієнти корисної гри команди в цілому та окремих гравців. Дані формули мають багато спільного, хоча й відрізняються величиною індексу серед аналогічних показників. Вони містять значну кількість важливих параметрів, що значно підвищує точність розрахунків.

Усі наведені технічні показники гри, на думку автора, є базовими та найбільш точно відображають статистику гри. Розрахунок показника ефективності (ПЕ) [174] здійснювали на основі даних офіційних статистичних звітів:

$$ПЕ = \frac{O + ПД + АВ + 3 (ПХ - П) + 2(ФС - Ф_{igr}) - БН}{t \text{ ігрове}}, \quad (2.6)$$

де О – кількість очок; ПД – загальна кількість підбирань м'яча; АВ – кількість результативних передач; 3 – умовний показник, який враховує максимальний ефект від реалізації однієї атаки своєї команди та команди суперника; ПХ – кількість перехоплень; П – кількість втрат м'яча; 2 – умовний показник, який враховує ефект від реалізації штрафних кидків; ФС – фоли суперників, які були отримані на гравцеві; Ф гр. – фоли самого гравця; БН – кількість неточних кидків, у тому числі штрафних; t ігрове – зіграний час.

Індивідуальну ефективність техніко-тактичної майстерності баскетболістів визначали шляхом математичного розрахунку інтегрального показника – індексу техніко-тактичної майстерності (ІТТМ), запропонованого Е. Ю. Дорошенко та Р. О. Сушко [96, 116 – 118] за такою формулою:

$$ІТТМ = 33,33 \times (O_{г} / O_{к} + \Sigma_{г} / \Sigma_{к} + t / T) + 1,4 \times ПХ + 1,3 \times ПЩ + 1,2 \times БШ + РП + 0,5 \times ФС - Ф - 1,2 \times ПМ, \quad (2.7)$$

де ІТТМ – індекс техніко-тактичної майстерності в баскетболі, ум.од.; O_г – очки, які набрані гравцем, кількість; O_к – очки, які набрала команда, кількість; Σ_г – результативні кидки гравця, кількість; Σ_к – загальна кількість кидків гравця; t – час перебування гравця на майданчику, хв; T – загальна тривалість

гри, хв; РП – результативні передачі м'яча, кількість; ПЩ – підбирання м'яча під кошиком, кількість; ПХ – перехоплення м'яча, кількість; БШ – блок-шоти, кількість; ФС – фоли суперника на гравцеві, кількість; ПМ – втрати м'яча, кількість; Ф – фоли гравця, кількість; 33,33; 1,4; 1,3; 1,2; 0,5; – 1,2 – коефіцієнти рівняння множинної регресії.

Для виявлення ефективності змагальної діяльності також використовували індекси, які застосовують в європейському баскетболі (у багатьох європейських чемпіонатах та матчах міжнародних клубних турнірів, Євроліги УЛЄБ, Ліги чемпіонів ФІБА, єврокубка ФІБА та ін.) [577]:

$$\text{INDEX} = (\text{POINTS} - \text{MISSED SHOTS} + \text{REBOUNDS} + \text{ASSISTS} + \text{STEALS} + \text{BLOCKS} - \text{T/OVER}) / \text{TIME PLAYED (7 MINS MIN PLAY)}, \quad (2.8)$$

де INDEX – індекс ефективності гравця; POINTS – набрані очки; MISSED SHOTS – невлучні кидки; REBOUNDS – підбирання м'яча; ASSISTS – результативні передачі; STEALS – перехоплення м'яча; BLOCKS – блок-шоти м'яча; T/OVER – помилки (втрати м'яча), кількість; TIME PLAYED – час перебування гравця на майданчику, хв (мінімум 7).

$$\text{PIR} = (\text{Points} + \text{Rebounds} + \text{Assists} + \text{Steals} + \text{Blocks} + \text{Fouls Drawn}) - (\text{Missed Shots} + \text{Turnovers} + \text{Shots Rejected} + \text{Fouls}), \quad (2.9)$$

де PIR – рейтинг гри спортсмена; points – набрані очки в матчі; rebounds – підбирання м'яча; assists – результативні передачі м'яча; steals – перехоплення м'яча; blocks – блок-шоти м'яча; fouls drawn – фоли суперника; missed shots – неточні кидки; turnovers – втрати м'яча; shots rejected – заблоковані кидки (блок-шоти суперника); fouls – персональні зауваження.

Також було використано два варіанти, які сьогодні використовують в американському баскетболі для оцінювання ефективності ігрових дій професійних гравців у НБА:

$$1. \text{EFF} = ((\text{Points} + \text{Rebounds} + \text{Assists} + \text{Steals} + \text{Blocks}) - ((\text{Field Goals Att.} - \text{Field Goals Made}) + (\text{Free Throws Att.} - \text{Free Throws Made}) + \text{Turnovers})), \quad (2.10.)$$

$$2. \text{EFF} = ((\text{Pts} + \text{Reb} + \text{Ast} + \text{Blk} + \text{Stl}) - (\text{Missed FG} + \text{Missed FT} + \text{TO})) / \text{Games Played}, \quad (2.11)$$

де EFF – коефіцієнт ефективності гравця; pts – набрані очки в матчі; reb – підбирання м'яча; ast – результативні передачі м'яча; stl – перехоплення м'яча; blk – блок-шоти м'яча; missed FG – неточні кидки з гри; missed FT – неточні штрафні кидки; TO – втрати м'яча; games played – зіграний час, field goals att. – кидки з гри, спроби; field goals made. – кидки з гри, влучання; free throws att – штрафні кидки, спроби; free throws made – штрафні кидки, влучання.

Кількісні критерії оцінювання змагальної діяльності баскетболістів.

Врахування даних показників у нашій роботі дозволило всесторонньо відобразити специфіку змагальної діяльності баскетболістів в офіційних міжнародних матчах. З цією метою було використано такі кількісні показники: 1) загальна кількість ігрового часу, який проводився баскетболістом на майданчику, хв; 2) кількість часу, який було проведено гравцем протягом окремого турніру та ігрового сезону загалом, хв; 3) кількість часу, який було проведено спортсменом у матчах регулярної першості, хвилини; 4) кількість ігрового часу, проведеного в матчах плей-офф, хв; 5) кількість часу, який було проведено на майданчику в матчах єврокубкових турнірів, хв; 6) відсоткове співвідношення зіграних матчів до загальної кількості проведених командою ігор в ігровому сезоні та окремому чемпіонаті; 7) загальна кількість матчів, які були проведені в ігровому сезоні; 8) кількість матчів, які були проведені на різних стадіях турнірів і чемпіонатів, європейських турнірів; 9) щільність ігор протягом сезону та для окремих баскетболістів та команди загалом, ум.од; 10) кількість виходів у стартовому складі команди для гравця протягом турніру та ігрового сезону загалом.

Для розрахунку «змагальних навантажень» окремих баскетболістів в рамках ігрового сезону було розроблено та використано умовний показник – індекс щільності ігрового сезону [34]. Даний показник представляє собою співвідношення інтервалу між іграми (дні) та сумарного ігрового часу, який проводив у цих зустрічах баскетболіст на майданчику. Формула розрахунку індексу щільності ігрового сезону мала такий вигляд:

$$IPS = (G1min + G2 min) / 100 / D, \quad (2.12)$$

де IPS – індекс щільності ігрового сезону баскетболіста; G1,G2 min – сумарний ігровий час, який було проведено баскетболістом на майданчику в двох послідовних матчах; D – інтервал між цими матчами, дні.

2.1.4. Психологічні та психофізіологічні методи дослідження. Для дослідження індивідуальної структури психологічної підготовленості баскетболістів юнацьких збірних команд, було використано методики та тести, рекомендовані спеціалістами як інформаційні та надійні. Запропоновані психодіагностичні методики відображають значущі для командних спортивних ігор психологічні якості та психофізіологічні характеристики, що впливають на ефективність тренувальної і змагальної діяльності:

- 1) визначення ситуативної та особистісної тривожності (за шкалою Спілбергера–Ханіна);
- 2) дослідження типу темпераменту (за методикою Г. Айзенка);
- 3) діагностика мотивації особистості на успіх (тест Т. Еллерса);
- 4) діагностика мотивації особистості на уникання невдач (тест Т. Еллерса);
- 5) оцінювання готовності баскетболістів до ризику (тест А.М. Шуберта);
- 6) визначення рівня самооцінки баскетболістів (методика Дембо–Рубінштейна);
- 7) дослідження рівня групової згуртованості та командного мікроклімату (за методикою К. Сішора);
- 8) оцінювання основних властивостей нейродинамічних функцій спортсмена (методика М. В. Макаренка та В. С. Лизогуба).

Визначення ситуативної та особистісної тривожності (за шкалою Спілбергера–Ханіна) [190]. Шкала самооцінки тривожності Ч. Д. Спілбергера та Ю. Л. Ханіна складається із двох частин, кожна із яких спрямована на оцінювання різних типів тривожності (ситуативної та особистісної). Під час проходження тесту спортсменам необхідно було відповісти на сорок запитань, із яких перші двадцять визначали ситуативну тривожність, а інші – особистісну тривожність.

Показники ситуативної та особистісної тривожності розраховували за такими формулам:

$$CT = \Sigma 1 - \Sigma 2 + 50, \quad (2.13)$$

де $\Sigma 1$ – сума закреслених цифр на бланку за пунктами 3, 4, 6, 7, 9, 13, 14, 17, 18; $\Sigma 2$ – сума закреслених цифр, які залишились (пункти 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 19, 20).

$$OT = \Sigma 1 - \Sigma 2 + 35, \quad (2.14)$$

де $\Sigma 1$ – сума закреслених цифр на бланку за пунктами 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 49; $\Sigma 2$ – сума закреслених цифр, які залишились (пункти 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39).

Отримані результати інтерпретувалися таким чином:

- до 30 балів – низька тривожність;
- від 31 до 44 балів – помірна тривожність;
- від 45 балів і вище – висока тривожність.

Дослідження типу темпераменту (за методикою Г. Айзенка) [108, 190].

Тест використовували з метою визначення типу темпераменту та основних властивостей нервової системи баскетболістів юнацьких збірних команд. Результати тестування дозволили визначити дві основні характеристики, на основі яких спортсмени були віднесені до одного із типів темпераменту залежно від переважного прояву зазначених характеристик у бік збільшення або зменшення – це екстраверсія–інтроверсія та нейротизм (емоційна неврівноваженість).

Під час проведення тесту визначали переважний прояв вказаних властивостей, оскільки «чисті типи» темпераменту зустрічаються достатньо рідко, а більшість людей, згідно із законом нормального розподілу, знаходяться ближче до середини, між полюсами розробленої автором двохфакторної моделі. У тексті необхідно було відповісти на 57 запитань, на кожне із яких спортсменам пропонували обрати відповідь «так» чи «ні». Для об'єктивності отриманих даних у тексті використовували так звану шкалу брехні. Якщо показник за «шкалою брехні» перевищував позначку в 60 %, результати

тестування не зараховували, а баскетболісту пропонували ще раз пройти тестування і надати не соціально значущі (бажані), а реальні відповіді, які характеризують його поведінку.

Діагностика мотивації особистості на успіх (тест Т. Еллерса) [190].

Тест використовували з метою визначення спрямованості спортсмена до високих спортивних досягнень та подальшого професійного вдосконалення (потрапляння на рівень національної збірної команди). Бланк тесту складався із 41 запитання, на які спортсмену необхідно було надати один із варіантів відповіді – «так» або «ні». Рівень мотивації на досягнення успіху оцінювали за загальною сумою балів, яка була набраною за відповіді.

Залежно від прояву рівня мотивації особистості на успіх виділяють три рівня:

- от 0 до 10 балів – низька мотивація на досягнення успіху;
- от 11 до 16 балів – середній рівень мотивації;
- от 17 до 20 балів – помірно високий рівень мотивації;
- вище 20 балів – занадто високий рівень мотивації.

Разом із визначенням рівня мотивації на досягнення успіху баскетболістами юнацьких вікових категорій, також встановлювали спрямованість на уникнення невдач.

Діагностика мотивації особистості на уникнення невдач (тест Т. Еллерса) [190]. Тест дозволяє визначити спрямованість особистості спортсмена на уникнення невдач. Бланк тесту складався з матеріалу, який представляв собою список слів із тридцяти строк по три слова в кожній. Спортсменам необхідно було обрати лише одне із трьох слів, яке найбільшою мірою характеризує його особливості. Рівень прояву мотивації до уникнення невдач оцінювали кількістю балів, які співпадали з ключем. За кожне співпадання нараховували по одному балу. Чим більшу суму балів набирали баскетболісти, тим вищим у них був рівень мотивації до уникнення невдач.

Залежності від прояву рівня мотивації до уникнення невдач також виділяють чотири рівня:

- від 1 до 10 балів – низька мотивація до уникнення невдач;
- від 11 до 16 балів – середній рівень мотивації до уникнення невдач;
- від 17 до 20 балів – високий рівень мотивації до уникнення невдач;
- вище 20 балів – занадто високий рівень мотивації до уникнення невдач.

Оцінювання готовності до ризику (тест А .М. Шуберта) [190]. Методика дозволяла визначити готовність спортсмена виконувати дії, які можна охарактеризувати як ризиковані. Тест складався із 25 запитань, на кожне із яких необхідно було надати одну з п'яти запропонованих варіантів відповідей: від повного погодження із думкою до категоричного заперечення. Результати анкетування визначали відповідно до набраних балів від загальної суми яких робили висновок про схильність спортсмена до ризикованих дій. Тривалість тесту в середньому становила 7–8 хв.

Відповідно до інструкції підраховували загальну суму набраних балів. Діапазон результатів тесту знаходився в рамках від +50 до – 50 балів. Позитивні відповіді свідчили про схильність спортсмена до прояву ризикованої поведінки, негативні – про схильність спортсмена її уникати.

Аналіз результатів тестування:

- менше за 30 балів – занадто високий рівень обережності;
- від – 30 до – 11 балів – поміркована обережність;
- від – 10 до +10 балів – середній рівень обережності;
- від +11 до +20 балів – схильність до ризику;
- від +20 балів і вище – занадто висока схильність до ризику.

Визначення рівня самооцінки (методика Дембо–Рубінштейна)[108, 190]. Методика заснована на безпосередньому оцінюванні ряду значущих особистісних параметрів. У нашому дослідженні експертами було рекомендовано чотири напрями для дослідження рівня самооцінки баскетболістів: 1) самооцінка рівня фізичної підготовленості; 2) самооцінка рівня техніко-тактичної підготовленості; 3) самооцінка рівня інтелектуальних здібностей та здатності до подальшого вдосконалення; 4) самооцінка рівня психологічної підготовленості.

Спортсменам роздавали бланки, на яких у таблицях необхідно було визначити по 100–бальній шкалі власний рівень розвитку досліджуваних показників, а також позначити бажаний результат. На підставі цих даних визначався рівень самооцінки, рівень домагань та діапазон цільового відхилення (різниця між самооцінкою якості та бажаним рівнем його розвитку).

Аналіз та інтерпретація результатів досліджень:

Кількість балів за показником самооцінки, яка була нижчою за 45, – вказувала на низький рівень самооцінки спортсмена. Кількість набраних балів від 45 до 75 характеризувала спортсменів із середнім рівнем самооцінки. Спортсмени, у яких кількість балів вище за 75, – мали високий рівень самооцінки.

Реалістичний рівень домагань знаходиться в діапазоні від 60 до 89 балів. Оптимальний (відносно високий рівень) знаходиться в діапазоні від 75 до 89 балів. Результат від 90 до 100 балів, як правило, свідчить про нереалістичність та некритичність відношення до себе та власних здібностей, нижче за 60 балів – про знижений рівень домагань.

Дослідження рівня групової згуртованості та командного мікроклімату (за методикою К. Сішора) [190]. Даний тест ми використовували для визначення командної згуртованості та рівня взаємодовіри між баскетболістами та тренерським штабом національних збірних команд з баскетболу. Згуртованість баскетбольного колективу визначали за трьома складовими: 1) взаємне відношення гравців команди один до одного; 2) привабливість команди для кожного із її гравців; 3) відношення до тренерів збірної; 4) ціннісно-орієнтаційна єдність баскетбольної команди. Високий рівень групової згуртованості означає, що члени команди розділяють загальні цільові настанови та виступають як єдине ціле під час вирішення складних завдань тренувальної і змагальної діяльності.

Тестовий бланк включав п'ять запитань, на кожне із яких необхідно було обрати один, найбільш підходящий для учасника опитування, варіант відповіді. Обрану відповідь заносили у відповідну графу реєстраційного бланка. Під час

обробки результатів необхідно було підрахувати бали згідно з ключем. Максимальна можлива кількість балів становила 19, мінімальна – 5 балів. Рівень згуртованості групи представляв собою середнє арифметичне значення по групі (підраховували суму балів, яку було отримано під час тестування кожного баскетболіста, яку у подальшому ділили на кількість учасників тесту).

Аналіз та інтерпретація результатів досліджень:

- 15,1 балів и вище – високий рівень згуртованості;
- 11,6 – 15 балів – вище за середній;
- 7 – 11,5 балів – середній;
- 4 – 6,9 балів – нижче за середній;
- 4 бали і нижче – низький рівень згуртованості.

Оцінювання основних властивостей нейродинамічних функцій спортсмена (методика М. В. Макаренка и В. С. Лизогуба) [143]. Дослідження проводили в лабораторних умовах за допомогою комп'ютерної системи «ДІАГНОСТ-1», яка є авторською розробкою М. В. Макаренка та В. С. Лизогуба.

У ході досліджень визначали: латентний період простої зорово-моторної реакції (ЛП ПЗМР), мс; латентний період складної зорово-моторної реакції (ЛП СЗМР), мс; час центральної обробки інформації, мс, рівень функціональної рухливості (РФРНП), сигн/хв, та сили нервових процесів (СНП), %. Дослідження за допомогою комп'ютерної системи «ДІАГНОСТ-1» проводили в двох режимах роботи.

Показники латентного періоду простої та складної зорово-моторної реакції визначали в оптимальному режимі. В режимі нав'язаного ритму оцінювали функціональну рухливість та силу нервових процесів в умовах роботи ступенево зростаючої швидкості пред'явлення подразників (з 30 до 150 подразників за 1 хв). Пред'явлення подразників у кожній серії відбувалося з постійною швидкістю, а їх вибір здійснювався випадково. Кожне наступне тестове завдання автоматично збільшувало темп подачі подразників на 10

сигналів за хвилину, і становило відповідно 30, 40, 50....150 подразників за 1 хв. Тривалість кожної серії тестування становила 60 с.

Показником ФРНП був максимальний темп пред'явлення подразників на найвищій максимальній швидкості, при якій спортсмен робив не більше ніж 5,5 % помилок. Показником СНП була загальна кількість помилок (у відсотках до загальної суми пред'явлених сигналів), які зробив спортсмен за період виконання всього експериментального завдання.

2.1.5. Медико-біологічні методи дослідження. Використані в роботі медико-біологічні методи дослідження дозволили виявити рівень та структуру функціональної підготовленості баскетболістів різного віку, кваліфікації та ігрового амплуа, їх антропометричні дані, реакцію серцево-судинної системи на тренувальні та змагальні навантаження в рамках тривалого та щільного ігрового сезону, а також у період безпосередньої підготовки юнацьких збірних команд для участі в офіційних міжнародних турнірах (чоловічі та жіночі міжнародні змагання U 16–U 20, а також змагання національних збірних команд).

Використані в роботі медико-біологічні методи умовно були розподілені на чотири відносно самостійних блоки (рис. 2.11). Одні методи використовували спільно (ергометрія, газоаналіз, біохімічні методи досліджень, варіаційна пульсометрія та ін.), інші – самостійно (антропометричні методи досліджень).

Ергометрія, спірометрія, газоаналіз, пульсометрія, хронометрія. Дослідження реакції кардіореспіраторної системи організму на фізичні навантаження аеробного та анаеробного характеру енергозабезпечення у баскетболістів різної кваліфікації та амплуа проводили в стандартизованих лабораторних умовах з використанням методів ергометрії, спірометрії, газоаналізу та пульсометрії.



Рис. 2.11. Групи медико-біологічних методів, які були використані в дисертаційній роботі

Було досліджено особливості прояву фізичної працездатності баскетболістів та реакції системи дихання, кровообігу й крові на максимальні та стандартні навантаження, які дозволили визначити особливості функціональних можливостей організму спортсменів [160, 241]. Комплекс тестових навантажень, який було включено в програму тестування баскетболістів різної кваліфікації, відповідав існуючим у спеціальній літературі рекомендаціям та вимогам надійності і інформативності тестів [3, 35, 151 237].

Для проведення вказаних вище методів використовували дослідницький комплекс “Охусон Pro” (Jaeger, Німеччина), який включав: блок газоаналізаторів змісту O_2 та CO_2 у повітрі, яке видихалось; блок визначення спірометричних показників; блок для дослідження характеристик серцевого ритму; ергометр; відповідні блоки сполучення вузлових елементів системи з комп’ютером із спеціальним програмним забезпеченням, на якому здійснювали подальшу реєстрацію та обробку отриманих в результаті досліджень даних. Калібрування приборів здійснювали в автоматичному режимі до та після тестування кожного спортсмена. Виконання тестових навантажень проводили на тредмілі LE-200 за спеціальною програмою (Додаток Е). На основі зареєстрованих даних було розраховано комплекс показників, які характеризували аеробну та анаеробну працездатність, економічність, рухливість, стійкість та ступінь реалізації потенціалу кардіореспираторної

системи. Вимірювання частоти серцевих скорочень (ЧСС, $\text{уд}\cdot\text{хв}^{-1}$) під час виконання тестового завдання здійснювали за допомогою пульсометра "Sport Test Polar" RS 800 (Фінляндія).

В реальних умовах навчально-тренувальної та змагальної діяльності баскетболістів юнацьких національних збірних команд України додатково застосовувались пульсометри Polar H10. Використання спеціальної програми Polar team дозволяло одночасно спостерігати на екрані планшета пульсові дані баскетболістів збірної, що значно полегшувало завдання контролю та управління тренувальним процесом (рис 2.12).

Хронометрію проводили в рамках лабораторних і педагогічних досліджень у комплексі з іншими методами досліджень.



Рис. 2.12. Робочий момент використання методу радіотелеметричної пульсометрії під час підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу

Математичний аналіз серцевого ритму (варіаційна пульсометрія). Даний метод дозволив визначити ступінь реакції організму спортсменів на тренувальні та змагальні навантаження, адекватність протікання адаптаційних реакцій. На основі отриманих даних надавали рекомендації щодо корекції процесу підготовки команди та окремих спортсменів (для уникання перенапруження організму та можливого зриву адаптаційних процесів).

Математичний аналіз серцевого ритму (за методикою Р. М. Баєвського) [111, 160]. Для аналізу негативної регуляції серцевої діяльності використовували математичні методи оцінювання особливостей варіабельності

серцевого ритму. Варіаційну пульсометрію проводили за допомогою портативного пристрою зняття електрокардіограм УСЭКГ-01 «Cardio».

Для побудови варіаційної пульсограми запис сигналу здійснювали протягом 5-хвилинного відпочинку, і 6 хв після переходу у вертикальне положення (ортостатична проба), а також одразу після тестувального навантаження (як в лабораторних умовах, так і після виконання серії педагогічних тестів в ігровому залі). Подальша обробка кардіоінтервалів дозволяла визначити ряд статистичних характеристик варіабельності серцевого ритму:

- математичне очікування (M , с) – середнє значення тривалості інтервалу R-R, який характеризує гуморальну регуляцію;
- середньоквадратичне відхилення (σ), яке характеризує вагусну регуляцію;
- варіаційний розмах ($\Delta R-R$, с) – максимальна амплітуда коливань значень кардіоінтервалів, яку визначали на основі різниці між максимальною та мінімальною тривалістю кардіоциклу, характеризує вплив парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи;
- мода (M_o , уд·хв⁻¹) – діапазон кардіоінтервалів, які найчастіше зустрічалися, вказує найбільш вірогідний рівень функціонування синусного вузла;
- амплітуда моди ($A M_o$, %) – вірогідність моди у відсотках, яка відображає ефект стабілізаційного впливу центральної регуляції на ритм серця. Величина амплітуди моди залежить від впливу симпатичного відділу вегетативної нервової системи та відображає ступінь централізації управління серцевим ритмом;
- індекс напруження, ІН (ум.од.) = $A M_o \cdot (2 \Delta R-R - M_o)^{-1}$ – показник суми активності центрального контуру управління серцевим ритмом.

За допомогою вказаних вище характеристик було розраховано такі комплексні показники:

- вегетативний показник ритму (ВПР) = $A M_o / M_o \cdot \Delta R-R$; (2.15)
- коефіцієнт монотонності ритму серця, який характеризував баланс симпатичного та парасимпатичного впливу:

$$KM = AM_0 / \Delta R - R; \quad (2.16)$$

- показник, який відображає співвідношення між нервовим і гуморальним впливом на контур автономної регуляції:

$$ПАПР = AM_0 / M_0; \quad (2.17)$$

- показник, який відображає взаємодію автономного контуру та гуморального каналу регуляції:

$$ВАГК = M_0 / \Delta R - R. \quad (2.18)$$

Показники дозволили об'єктивно оцінити деякі сторони вегетативного гомеостазу та активність автономного і центрального контурів управління ритмом серця під час підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд в процесі багаторічної підготовки найближчого резерву для спорту вищих досягнень. Багаторічні дослідження особливостей регуляції серцевого ритму у юнаків та дівчат дозволили визначити індивідуальні особливості та спостерігати динаміку змін досліджуваних показників в період активного розвитку до дозрівання юних спортсменів. Метод варіаційної пульсометрії ми використовували під час участі баскетболістів юнацьких збірних команд в офіційних міжнародних турнірах. Протягом десяти днів континентальної першості, спортсменам необхідно було взяти участь у 6–9 матчах, залежно від стадії турніру, до якого дійшла команда. Дуже часто наступна гра відбувалася на наступний день після попередньої. Математичний аналіз варіабельності серцевого ритму дозволяв визначати отриману «дозу навантаження» та спостерігати зміни, які відбувалися із регуляцією серцево-судинної системи під час участі в тривалому міжнародному турнірі, і на основі цього рекомендувати тренерському штабу пропозиції щодо ротатції складу та розподілу ігрового навантаження серед усіх гравців команди.

Векторкардіографія [160, 241]. Для вивчення адаптаційної перебудови серцево-судинної системи застосовували електрофізіологічний метод дослідження кількісної просторової векторкардіографії за ортогональною системою відведень К. Хупке и Р. Венгера із застосуванням розробленого для цієї системи кількісного просторового методу аналізу.

Реєстрували такі показники:

- величина моментних векторів деполяризації шлуночків — початкового (П), головного (Г) та кінцевого (К); максимальний вектор реполяризації шлуночків (Т);
- загальна просторова площа шлуночкової петлі (QRS); загальна просторова площа петлі (Т);
- загальна просторова площа петлі (Р); моментний вектор (P_2), який характеризує деполяризацію обох передсердь;
- коефіцієнт Г/К, який показує відношення біопотенціалів міокарда вільної стінки лівого шлуночка та основи серця; коефіцієнт Г/Т, який характеризує відношення процесів де- та реполяризації;
- коефіцієнт Г/ P_2 , який характеризує відношення біопотенціалів головного вектора деполяризації шлуночків та вектора, який характеризував деполяризацію обох передсердь.

Біохімічні методи досліджень [160, 241]. Біохімічний аналіз крові баскетболістів різних вікових категорій здійснювали за допомогою аналізатора LP-400 (“Dr. Lange”, Німеччина). За допомогою стандартного набору реактивів реєстрували показники концентрації гемоглобіну в крові (Hb, мг%) та лактату (HLа, ммоль·л⁻¹). Величини HLа крові оцінювали у стані спокою до та після навантаження на 10 с, 3- та 7-й хвилинах відновлювального періоду [45, 67, 89]. Забір крові здійснювали фахівці лабораторії теорії та методики спортивної підготовки і резервних можливостей спортсменів НДІ НУФВСУ.

Антропометричні методи дослідження та визначення складу тіла. Використовували для виявлення відмінностей між гравцями різного рівня кваліфікації та амплуа, а також для визначення багаторічної динаміки змін під час підготовки найближчого резерву національних збірних команд. Отримані дані було використано під час створення відповідних модельних характеристик для оцінювання перспективності молодих гравців та визначення перспективних шляхів їх подальшого спортивного вдосконалення (ігрове амплуа, індивідуальні особливості змагальної діяльності та ін.).

Антропометричні методи. Вимірювали довжину тіла (см), довжину тіла з піднятими руками (см), вагу тіла (кг), окружність грудної клітини, розмах рух (см), довжина кисті (см), довжина стопи (см) баскетболістів за допомогою ростоміру, сантиметрової стрічки та медичних вагів [162]. Вимірювання довжини тіла проводили у вертикальному положенні. Вивчались специфічні особливості в прояві даних показників у баскетболістів жіночих та чоловічих юнацьких збірних команд різних вікових категорій. На основі представлених в інтернет-ресурсах особистісних даних баскетболістів, які виступали у складах юнацьких національних збірних команд в різних країнах, порівнювали антропометричні дані українських баскетболістів із аналогічними даними найкращих баскетболістів світу по кожній ігровій позиції.

Визначення складу тіла [160]. Для визначення відсоткового співвідношення жирової, м'язової та кісткової тканини різних сегментів тіла баскетболістів використовували аналізатор тіла "TANITA" (Японія).

В результаті обстежень визначали: вагу і довжину тіла; відсоток змісту жирової тканини в організмі, тулубі та кінцівках — FAT %; масу жирової тканини в тілі, тулубі та кінцівках — FAT MASS кг; масу без жирової тканини в тілі — FFM, кг; приблизну м'язову масу в тулубі та кінцівках — Predicted Muscle Mass (PMS), кг; кількість води в організмі — TBW, кг; індекс маси тіла — BMI та базальний рівень метаболізму — BMR, ккал.

2.1.6. Методи математичної статистики. Дані, які були отримані в результаті дослідження параметрів змагальної діяльності, рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості, техніко-тактичної майстерності, функціональної і психологічної підготовленості, морфологічних даних та ін., були оброблені за допомогою стандартних статистичних методів, які входять у пакет програм Statistica 6.0. (Stat Soft) та MS Excel на ПК.

Розраховували: середнє значення показників (\bar{x}); помилка середнього значення (m); середнє квадратичне відхилення (S); коефіцієнт варіації (V); критерій Ст'юдента (t-крит.). Рівень значущості (p) приймали за 0,05, а в деяких

випадках – 0,01. Визначали міжгрупові відмінності та оцінювали на обраному рівні їх статистичну значущість. Розраховували коефіцієнт кореляції Браує–Пірсона (для вибірки, яка піддавалась закону нормального розподілу) між показниками, які характеризували різні сторони підготовленості баскетболістів. Такий підхід дозволив обрати комплекс найбільш інформативних із них з метою оцінювання потенційних ігрових можливостей спортсменів [95, 168].

Рекомендовані показники перевіряли на відповідність закону нормального статистичного розподілу. Для цього використовували метод критерію узгодженості – Хі-квадрат (χ^2). Це було необхідно у подальшому для створення оціночних шкал. Передбачалось, що у випадку відповідності масиву статистичних даних вимогам нормального розподілу слід використовувати загальноприйняті в таких випадках сигмовидні шкали.

Для створення шкал оцінювання та бальної оцінки результатів тестування було розроблено стратегію розробки шкал. У повному або розгорнутому вигляді перспективне оцінювання спортсменів ми проводили в три етапи. На першому з них результати тестів (вихідні та деякі розрахункові показники) перетворюють на основі оціночних шкал у бали. На другому етапі в результаті додавання набраних балів у всіх тестах з урахуванням вагових коефіцієнтів визначають підсумкову оцінку. Третій етап передбачає якісне оцінювання підсумкового бала на основі розроблених норм.

Для реалізації цього алгоритму було вирішено три завдання: 1) розроблено оціночні шкали; 2) отримано вагові коефіцієнти; 3) розроблено якісні шкали (норми).

Норми оцінки будували за допомогою шкал, в основі створення яких використовували середнє арифметичне та середньоквадратичне відхилення. У деяких випадках для більш точного оцінювання досліджуваних параметрів було побудовано шкали, які включали сім рівній оцінювання.

З метою визначення головних компонентів структури підготовленості та структури змагальної діяльності баскетболістів різних вікових категорій та ампула використовували метод факторного аналізу (метод головних

компонент) Під час обробки даних використовували V-тах обертання матриці з нормалізацією Кайзера [95].

Для виявлення сумарного впливу різних факторів підготовленості на ефективність змагальної діяльності баскетболістів та їх підсумкову ігрову перспективність для відбору застосовували метод множинної кореляції та детермінації. Коефіцієнт множинної кореляції (R) характеризував тісноту зв'язків між результативним показником (y у нашому дослідженні – перспективність потрапляння у спорт вищих досягнень, ум.од; ефективність змагальної діяльності, ум.од.) і набором факторних показників [168]:

$$R = \sqrt{\frac{\sigma^2 - \sigma_{\text{зал}}^2}{\sigma^2}}, \quad f, j \quad R = \sqrt{\frac{\sum (y - \bar{s})^2}{\sum (y - \bar{y})^2}}, \quad (2.19)$$

де σ^2 – загальна дисперсія емпіричного ряду, яка характеризувала загальну варіацію результативного показника (y) за рахунок факторів; $\sigma_{\text{зал}}^2$ – залишкова дисперсія в ряді y , яка відображала вплив всіх факторів, крім x ; y – середнє значення результативного показника, який визначався за вихідними спостереженнями; s – середнє значення результативного показника, який визначався на основі регресійного рівняння.

Коефіцієнт множинної кореляції приймає тільки позитивні значення в межах від 0 до 1. Чим ближче значення коефіцієнта до 1, тим більша тіснота зв'язку. І навпаки, чим ближче показник до 0, тим меншою є залежність. Значення $R < 0,3$ свідчить про малу залежність між величинами, $0,3 < R < 0,6$ – про середню залежність, $R > 0,6$ – високу залежність.

Коефіцієнт детермінації (R^2) – квадрат коефіцієнта множинної кореляції) дозволив встановити, яка саме доля варіації результативного показника пов'язана із варіацією факторних показників. В основі розрахунку коефіцієнта детермінації та коефіцієнта множинної кореляції лежить правило додавання дисперсій, згідно з яким загальна дисперсія (σ^2) дорівнює сумі міжгрупової дисперсії (δ^2) та середній із групових дисперсій (σ_i^2):

$$\sigma^2 = \delta^2 + \sigma_i^2. \quad (2.20)$$

Математично-статистична обробка вихідних даних здійснювалась за допомогою комп'ютерної програми Statistica 10.0, ПО MS Excel.

2.2. Організація дослідження

Дослідження було проведено в три етапи з 2015 по 2022 рр., на кожному із яких було вирішено певні науково-дослідні завдання.

На першому етапі (2015–2016) було проаналізовано сучасні наукові та методичні праці, узагальнено практичний досвід з вузлових питань теорії та методики багаторічної підготовки в спортивних командних іграх, а також підготовки найближчого резерву національних збірних команд. Визначено робочу гіпотезу та сформовано загальну концепція дисертаційної роботи, сформовано мету, завдання, об'єкт, предмет та програму поетапних досліджень.

Обрано методичні підходи до організації та проведення широкомасштабних досліджень, спрямованих на формування сучасної системи знань, яка відображає теоретико-методологічні засади підготовки найближчого резерву національних збірних в ігрових командних видах спорту. Визначено проблемне поле для проведення опитування та анкетування експертів з ігрових видів спорту, підбрано адекватні засоби та методи, розроблено протоколи та алгоритм проведення досліджень різних сторін підготовленості та змагальної діяльності спортсменів юнацьких збірних команд.

На другому етапі досліджень (2017–2018 рр.) сформовано систему знань та розроблено концептуальну модель багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту (на матеріалі баскетболу). Встановлено закономірності становлення вищої спортивної майстерності від моменту потрапляння до команд високої кваліфікації і до моменту завершення виступів у спорті вищих досягнень. Представлено організаційно-методичні аспекти цілеспрямованої поетапної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд у системі багаторічного вдосконалення спортсменів в ігрових видах спорту. Визначено роль та місце спортивних змагань під час підготовки гравців юнацьких збірних,

охарактеризовано структуру змагальної діяльності юних баскетболістів. Обґрунтовано та розроблено поетапну модель ігрової спеціалізації баскетболістів за ігровими амплуа з урахуванням процесу біологічного дозрівання та подальшого вдосконалення фізичної та техніко-тактичної підготовленості спортсменів. Виділено коло провідних факторів, які мають першочергову значущість для відбору баскетболістів в юнацькому віці та прогнозуванні їх перспектив у спорті вищих досягнень.

Розроблено модельно-цільові характеристики різних сторін підготовленості та змагальної діяльності для баскетболістів різних вікових категорій, амплуа та статі, запропоновано комплексний механізм їх оцінювання з урахуванням індивідуальних особливостей кожного конкретного гравця. Представлено факторну структуру підготовленості баскетболістів юнацьких вікових категорій та визначено кореляційні взаємозв'язки між важливими параметрами підготовленості баскетболістів і ефективністю їх змагальної діяльності. Розроблено та впроваджено програму багаторічної техніко-тактичної та фізичної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд, яка враховує світові тенденції змагальної діяльності провідних збірних світу і передбачає оволодіння юними спортсменами переліком фундаментальних навичок та вмінь під час організації дій команди в нападі та захисті.

На третьому етапі (2019–2022) – сформовано висновки роботи, здійснено узагальнення отриманих даних із існуючими в теорії та практиці положеннями. Отримані результати були впровадженні в процес підготовки команд різної кваліфікації (кадетських, юніорських та молодіжних збірних, клубних команд Першої та Вищої ліги чемпіонату України). Ефективність запропонованої системи знань та розробленої концептуальної моделі підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту оцінювали за результатами виступів збірних в офіційних міжнародних змаганнях та за кількістю підготовлених баскетболістів для спорту вищих досягнень.

Основні експериментальні дослідження проводили на базі Федерації баскетболу України та Науково-дослідному інституту Національного університету фізичного виховання і спорту України.

Педагогічне тестування здійснювали в умовах навчально-тренувального процесу на базах спортивного комплексу «Авангард» (вересень–листопад 2015 р.); Палацу спорту «Венетто» (вересень 2016 р. – листопад 2019 р.); Бази спортивної підготовки ФСТ «Динамо» (Одеса); Міжнародної тенісної академії (Пуща-Водиця) та КДЮСШ «Пуща-Водиця», де проводили централізовану підготовку чоловічі та жіночі національні збірні команди України з баскетболу різних вікових категорій. Контроль за функціональним станом баскетболістів юнацьких збірних здійснювали під час їх участі в матчах європейської юнацької баскетбольної ліги (YEVL) з 2018 по 2022 р. в містах Рига (Латвія), Мінськ (Білорусь), Клайпеда (Литва), Острава (Чехія), П'єштяни (Словаччина), Таллінн (Естонія), Габрово (Болгарія), Вжесня (Польща) та ін.

Аналіз змагальної діяльності здійснювали за даними офіційних протоколів, опублікованих на сайтах міжнародних баскетбольних організацій у Всесвітній мережі Internet. Аналізували дані 14 чемпіонатів Європи (з 1995 по 2019 рр.) десяти чемпіонатів провідних європейських країн, дев'яти чемпіонатів Європи для юнацьких вікових категорій (U 16, U 18 та U 20), чемпіонату України серед команд Суперліги, Вищої та Першої ліги для чоловіків та жінок (сезони 2014–2020 рр.). Також аналізували дані змагальної діяльності професійних баскетболістів в НБА, студентських американських команд, які виступають в одній із найсильніших аматорських ліг світу – NCAA (дивізіон 1).

У дослідженнях брали участь понад 300 баскетболістів, які виступали в складах чоловічих та жіночих команд різних вікових категорій та мали кваліфікацію ЗМС, МСМК, МС, КМС та I розряду. Гравці національних збірних команд України з баскетболу (з 2015 по 2021 рр.), гравці чоловічих – БК «Будівельник» (Київ), БК «Київ-Баскет» (Київ), БК «Одеса» (Одеса) та жіночих клубних баскетбольних команд Суперліги – «Київ-Баскет» (Київ), БК «Інтерхім» (Одеса), гравці Вищої ліги – «Київ-Баскет» (Київ) та КСЛІ «Київ-

Баскет» (Київ). Протягом 2016–2021 років під постійним наглядом перебували юнаки та дівчата національних збірних команд України з баскетболу – U 16, U 18 та U 20. На різних етапах підготовки збірної до складів кожної вікової категорії для хлопців та дівчат залучалось від двадцяти до тридцяти гравців.

Експертами в дослідженнях виступили понад 60 спеціалістів з ігрових видів спорту – головні тренери національних чоловічих та жіночих збірних команд України з баскетболу та їх асистенти, тренери кадетських, юніорських та молодіжних команд України, тренери різних клубних команд, спеціалісти федерації баскетболу України, науково-педагогічні працівники вищих закладів освіти, що спеціалізуються в спортивних іграх у цілому, та баскетболі зокрема (кандидати та доктори наук та ін.).

Вивчено спортивні біографії та статистичні дані змагальної діяльності понад 3000 баскетболістів, які виступали в міжнародних та національних змаганнях, починаючи з 1995 р. Проаналізовано закономірності становлення вищої спортивної майстерності легендарних американських баскетболістів 1960–1990-х років (визначалась ефективність змагальної діяльності в рамках ігрового сезону протягом десятиліть виступів у НБА, а також обсяги «змагальних навантажень» професійних баскетболістів з урахуванням їх ігрового амплуа, віку та інших індивідуальних особливостей.

РОЗДІЛ 3

ПЕДАГОГІЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПІДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВУ ТА ВІДБОРУ БАСКЕТБОЛІСТІВ В РІЗНИХ КРАЇНАХ СВІТУ

Підготовка спортивного резерву – багаторічний та складний процес, в рамках якого залучається значний людський та ресурсний потенціал держави. Через наявність об'єктивних обставин соціально-економічного та культурно-історичного характеру в різних країнах світу склалися своєрідні, інколи кардинально відмінні одна від одної системи підготовки спортсменів.

Постійне зростання конкуренції та динамічність спортивного результату на світовій арені потребують постійного пошуку ефективних шляхів удосконалення системи підготовки спортивного резерву. Особливо гострою ця проблема є для ігрових командних видів спорту. Відсутність безперервної роботи, пов'язаної із підготовкою своєчасного резерву, досить часто призводить до того, що національні збірні команди на тривалий час випадають із боротьби за нагороди престижних міжнародних змагань.

Вивчення світового досвіду підготовки віддаленого та найближчого спортивного резерву є одним із найважливіших шляхів для подальшого вдосконалення. Особливий інтерес, на наш погляд, може привертати досвід підготовки спортивного резерву в невеликих за територією та чисельністю населення країнах, які значно поступаються провідним державам світу, однак, не дивлячись на це, з успіхом конкурують з ними на міжнародній спортивній арені.

Розглядаючи особливості підготовки спортсменів в різних країнах світу необхідно чітко усвідомлювати, що існуючі національні системи підготовки спортсменів стали можливими завдяки багаторічним традиціям, соціально-економічним та історико-ідеологічним умовам, які склалися в конкретній державі. Такі умови для розвитку спортивної підготовки є високо

специфічними та малоприсаєтними для успішної реалізації в інших країнах світу. На жаль, багато хто з фахівців не надають цьому значення та в своїх працях, посилаючись на успішність виступів тієї або іншої країни, закликають до повного копіювання зарубіжного досвіду. Для держави, яка не володіє відповідною законодавчою та соціально-економічною базою, такі рекомендації мають переважно утопічний характер. У зв'язку з цим, актуальним дослідженням, на наш погляд, є вивчення світового досвіду підготовки спортивного резерву в ігрових видах спорту та можливість використання передових знань і розробок для підготовки вітчизняних спортсменів в реаліях українського спорту.

3.1. Особливості багаторічної підготовки та відбору баскетболістів у США

Традиції підготовки баскетболістів у США завжди визивали особливу увагу з боку фахівців. Баскетбол, який зародився в 1891 р. саме в США, завжди користувався особливою популярністю у американського населення. Завдяки активній протекційній діяльності США, цей вид спорту було включено в програму Олімпійських ігор. Враховуючи багаторічні успішні традиції, американська система підготовки баскетбольного резерву потребує детального розгляду. Важливим є встановлення ролі та особливостей функціонування кожної ланки в системі багаторічної підготовки баскетболістів у США.

В основі функціонування американського спорту закріплені фундаментальні принципи, які відображають культурно-історичні та соціально-економічні особливості розвитку американської держави. Дані принципи знаходять свою реалізацію і в інших галузях державного та суспільного життя. Ініціатива виконавця, висока самоорганізація, створення конкурентних умов, які дозволяють кожному проявити себе та виявити найбільш здібних та талановитих, відсутність державного регулювання та політика невтручання в приватну підприємницьку діяльність, забезпечують природний перебіг подій.

У США відсутня чітка вертикаль управління сферою фізичної культури та спорту, яка є характерною для багатьох країн світу (особливо колишнього соціалістичного табору). Спортсмен, а не система є ключовою ланкою в процесі підготовки. Саме спортсмен та його тренер на свій розсуд приймають рішення щодо вибору засобів підготовки та планують змагальну діяльність протягом різних циклів підготовки. Такий підхід значно ускладнює можливість централізованого управління підготовкою найсильніших спортсменів країни напередодні крупних міжнародних змагань та створює ряд суттєвих організаційних та методичних проблем для концентрованої підготовки спортивного потенціалу нації.

Американська модель розвитку фізичної культури та спорту за всіма своїми ознаками має екстенсивний характер. Відбір гравців та підготовку резерву здійснюють природним, а не спеціально організованим шляхом. Найсильніші за рівнем своїх спортивних результатів баскетболісти йдуть далі. Практично всі популярні в США види спорту мають схожу специфіку підготовки спортивного резерву та функціонування системи спортивних змагань.

Аналізуючи особливості розвитку та функціонування баскетболу в США, слід звернути увагу на ряд важливих положень, які багато в чому визначають унікальність американської системи:

1. Відсутність прямого фінансування та управління з боку держави. На думку представників влади, такий підхід дозволяє уникнути можливості появи корупційної складової. Всі фінансові проблеми стають виключною справою громадськості, різних спортивних організацій, спонсорів та інших учасників фізкультурно-спортивного руху. Відстороненість держави проявляється у відсутності не тільки бюджетного фінансування, а й дієвого державного апарату управління галуззю.

Створена при президенті США національна рада з питань фізичної культури та спорту виконує переважно консультативну та пропагандистку функцію, ніж реально управлінську. Передача ініціативи громадськості в

питаннях розвитку спорту призвела до втрати можливості створення важливої ланки, якою в багатьох країнах світу саме і є спеціально створені державні інститути. На думку фахівців, навіть і ті успішні результати, які демонструють американські спортсмени на міжнародній спортивній арені, не відповідають існуючому величезному людському та економічному потенціалу та не відображають весь ресурс, який є в США та може бути реалізованим за умови раціоналізації багаторічної системи підготовки.

2. Численність, автономність та розрізненість окремих учасників фізкультурно-спортивного руху. На сьогодні, за підрахунками фахівців, у США зареєстровано понад сотні різних спортивних громадських об'єднань. Більшість організацій задіяні в області масового спорту та рекреаційній активності населення. Однією із провідних організацій, яка регулює діяльність у цьому напрямку, є американський союз з питань охорони здоров'я, фізичної культури, рекреації та танців.

Важливу роль під час підготовки баскетбольного резерву у США виконують освітні установи. Саме на базі шкільних та університетських закладів американська молодь здобуває всі необхідні спортивні навички та вміння. Управління шкільним спортом у США належить декільком громадським об'єднанням, серед яких можна виділити національну федерацію шкільних спортивних асоціацій та національну асоціацію державних шкіл США. Провідною організацією університетського спорту є національна асоціація студентського спорту (NCAA), яка об'єднує понад 20 популярних для молоді видів спорту.

Наявна велика кількість та автономність фізкультурно-спортивних суб'єктів у США, разом з тим, має і свої недоліки. Різні співтовариства, як правило, практично не координують свою діяльність, а деякі з них вступають у протистояння та протиріччя з іншими. Подібна автономія проявляється й на рівні місцевих муніципалітетів. Ради штатів з питань фізичної культури та спорту можуть самостійно визначати перелік видів спорту та характер рухової активності, які будуть представлені в освітніх установах. Єдиної для всіх

штатів програми розвитку та контрольних нормативів з оцінювання фізичної підготовленості не існує [60].

Трапляються випадки, коли навіть правила виду спорту та їх трактування можуть відрізнятися залежно від конкретного американського штату. Звісно, що це вносить певний сумбур та створює складнощі для самих спортсменів.

Однак подібна хаотичність в управлінні проявляється не на всіх ланках фізкультурно-спортивного руху в США. На відміну від масової фізичної культури, ринок професійних спортивних послуг здійснює своє функціонування на інших засадах. У професійному американському спорті законодавчо закріплено право на монополію, тобто централізацію управлінської влади в єдиних руках. Потрібно відзначити, що це майже не єдиний випадок в історії американського законодавства, при якому організації отримали виключне право на надання послуг у своєму виді діяльності [92]¹.

Провідна професійна ліга сьогодні фактично контролює ринок в рамках свого виду спорту (у баскетболі – Національна баскетбольна асоціація, в хокеї – Національна хокейна ліга та ін.). Національні ліги та асоціації визначають календар змагань, рівень заробітної плати гравців, розподіл прибутків від проведення чемпіонату і мають права на продаж телевізійних трансляцій тощо.

Ринкові механізми в цьому секторі американського бізнесу не працюють. Можна лише здогадуватись про справжню трансферну вартість зірок американського професійного баскетболу. Єдиний спосіб це зробити – дати ринку можливість самостійно встановити ту ціну, яку команди будуть готові заплатити за того або іншого гравця, як це було зроблено в клубах Європи. Однак цього не відбувається. Більш того, переходи гравців із одного американського клубу до іншого є небажаними та нечастими явищами. Ліги штучним шляхом створюють та підтримують рівновагу сил між командами.

¹ Постанова Верховного суду США про розгляд позову представників бейсбольного клубу «Балтімор» проти Головної бейсбольної ліги від 19.04.1922 р. Верховний суд США залишився на стороні ліги та відхилив позив бейсбольного клубу, який звинувачував лігу в монополії на ринку спортивних послуг. Американський суд порохував необхідними існуючі умови для успішного функціонування професійної ліги. Рішення по ГБЛ також отримало поширення і на інші професійні ліги.

Найперспективніші молоді гравці після процедури драфту потрапляють у найбільш слабкі команди. Ці правила функціонування професійного спорту в США зберігають крихкий баланс сил та забезпечують максимальні прибутки від проведення спортивних змагань.

3. Провідна роль освітніх установ у ході підготовки спортивного резерву. Основною базою для формування віддаленого та найближчого резерву в США є школи, коледжі та університети. Достатньо символічним є й той факт, що баскетбол винайшов університетський викладач для фізичного виховання студентів. Саме в рамках освітніх установ традиційно сконцентровано основний матеріально-технічний та кадровий потенціал галузі. Заняттями спортом охоплена практична вся молодь. Широка мережа шкільних та студентських змагань дозволяє задіяти практично всі освітні установи держави.

Шкільні та студентські змагання користуються величезною популярністю у американської молоді. Фінальна стадія найбільш престижних студентських баскетбольних змагань за своєю популярністю інколи перевершує навіть матчі НБА. Поєдинки так званого березневого безумства («march madness») у прямому ефірі транслюють провідні канали країни. Освітні установи в штатах зацікавлені мати у своєму розпорядженні найсильніших спортсменів. Рівень результатів виступів на змаганнях є одним із «лакмусових папірців» успішності діяльності закладу, він слугує прекрасним засобом для широкої реклами та подальшого залучення абітурієнтів.

Досить поширеним та вигідним (для американського професійного спорту) є шлях залучення іноземних гравців в НБА через університетський спорт. По перше, з таким гравцями не потрібно підписувати професійного контракту. По-друге, у спортсменів є можливість отримувати постійну ігрову практику протягом тривалого часу, яка дозволяє проявити свої здібності. По-третє, спортсмен в рамках цього періоду часу адаптується до специфіки американського баскетболу та суспільства і вирішує ряд важливих соціальних питань.

4. Ціннісне ставлення та масовість занять спортом. Заняття руховою активністю та спортом є невід'ємною частиною життя американського суспільства. На думку самих американців, сутність спорту, за своєю філософією дуже близька до їх звичної життєдіяльності. Боротьба за лідерство, постійна конкуренція, працелюбність та наполегливість, можливість досягнення успіху завдяки своїм власним зусиллям та ін. Саме ці якості завжди заохочувались в американському суспільстві.

Для багатьох американців баскетбол це не просто гра, а невід'ємна частина сформованої самобутньої субкультури. Багато хто із відомих американських баскетболістів свої перші уроки гри отримали не в освітніх або спортивних закладах, а на вуличних майданчиках бідних кварталів у своїх старших побратимів. За даними Асоціації спорту та фітнес-індустрії (SFIA) баскетболом в США займається понад 26 млн людей. Із них лише 14,4 млн – це діти віком від 6 до 14 років. Ці підрахунки було зроблено на основі даних офіційно зареєстрованих гравців в освітніх установах, професійних та напівпрофесійних лігах та ін. Порахувати тих, хто займається баскетболом на вуличних площадках, просто неможливо.

Багаторічні традиції підготовки баскетбольного резерву в США спираються на існування трьох, відносно самостійних ланок (рис 3.1). Перша із них належить до системи освітніх установ різного рівня. Звичних для багатьох країн спеціалізованих навчально-виховних закладів (ДЮСШ, УОР), в яких здійснюється підготовка віддаленого та найближчого резерву, в США не існує. Цю функцію виконують шкільні та університетські установи. В системі шкільного та студентського спорту в США задіяні десятки мільйонів дітей та підлітків.

Завдяки такій масовості та наявності ефективно організованої системи дитячо-юнацьких змагань американський професійний спорт регулярно отримує нове покоління якісних виконавців. Професійні баскетбольні ліги представляють наступну ланку цієї системи. Найбільш успішні молоді гравці отримують шанс підписати контракт з професійним баскетбольним клубом, де

й відбувається їх подальше вдосконалення. Найбільш престижною професійною баскетбольною лігою в США є Національна баскетбольна асоціація (НБА) в змаганнях якої беруть участь 30 баскетбольних команд та понад 450 спортсменів. Окрім НБА в США також функціонують й інші професійні та напівпрофесійні ліги (NBA G-league, ABA, ABL, CBA, ECBL та ін.).

До третьої ланки системи входять об'єднання організаційно-управлінського та консультативно-регламентуючого характеру. Ці організації забезпечують координацію діяльності в рамках виду спорту. Національна федерація, наприклад, забезпечує стратегію розвитку баскетболу, його популяризацію в країні та взаємозв'язок з національними та міжнародними спортивними організаціями. Значну роль в американському баскетболі відіграють також і різні професійні об'єднання тренерів, суддів тощо. Велика кількість успішних нововведень у правилах та організації змагань стали можливими завдяки результатам спільної діяльності саме цих об'єднань фахівців.

Відбір баскетболістів до професійних клубів НБА відбувається за чітко встановленими правилами, які забезпечують необхідний баланс сил в американському професійному баскетболі («система драфту»). Потенційні гравці проходять перевірку на предмет відповідності вимогам найсильнішої баскетбольної ліги світу. За підсумками проведених тестів група фахівців за розробленою системою критеріїв (рис. 3.2) формує рейтинг найбільш успішних новачків. При цьому найбільш рейтингових гравців отримують ті клуби, які зайняли за підсумками попереднього сезону останні місця в своїх конференціях

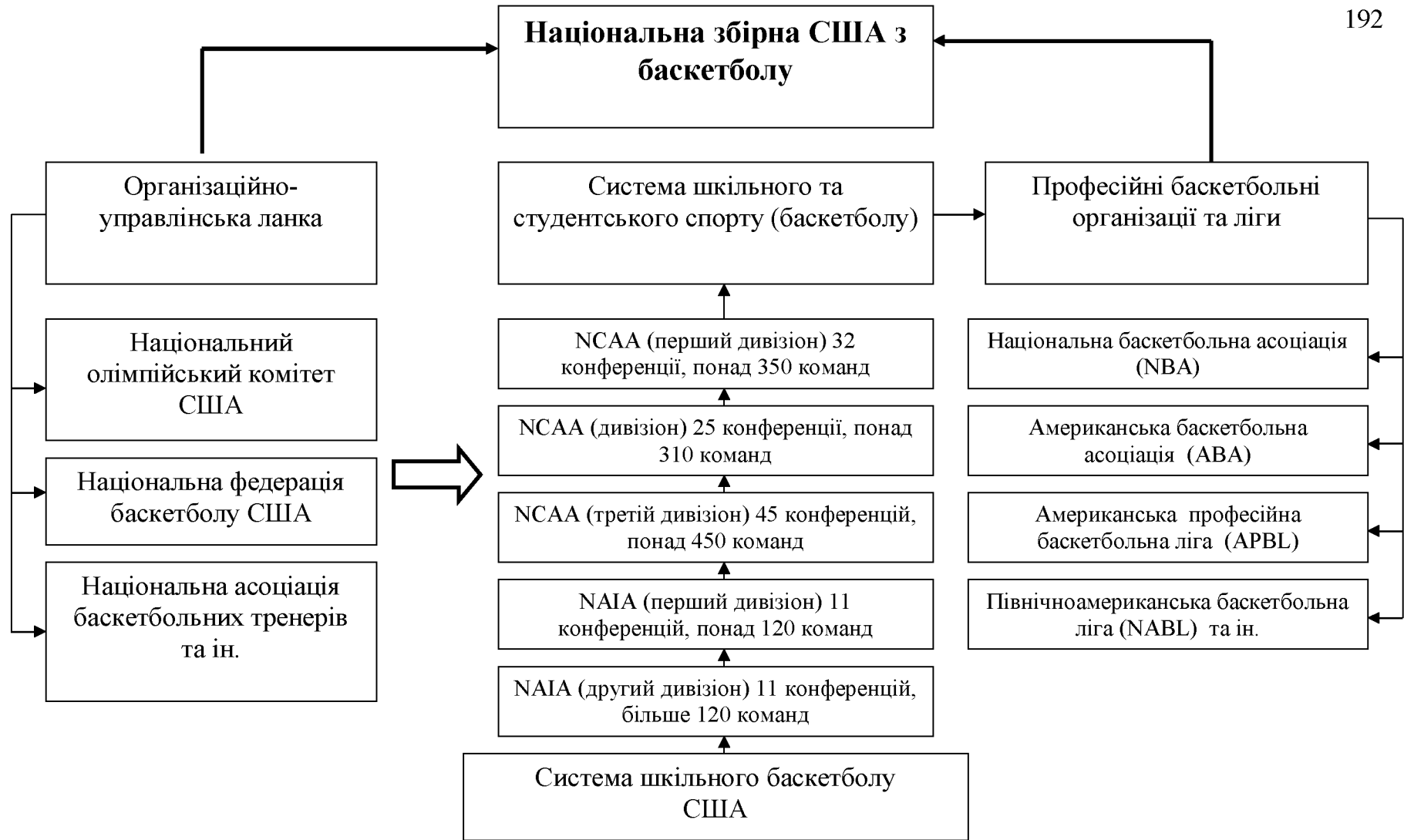


Рис. 3.1. Система підготовки баскетбольного резерву в США

Перший напрямок оцінювання – визначення рівня фізичної підготовленості (fitness level) та дослідження антропометричних даних кандидата. Другий напрямок – тестування кидкової підготовленості баскетболіста (серія кидкових тестів за правилами студентського та професійного баскетболу).

Досить вірогідно, що підсумкове рішення про формування рейтингового списку кандидатів під час драфту в НБА відбувається до офіційної (літньої) частини основних заходів з представлення та тестування баскетболістів, і здійснюється на підставі результатів виступів у студентських та інших змаганнях. Це підтверджується тим фактом, що для того, щоби звести до мінімуму помилки під час відбору та більш точніше оцінити потенційні можливості молодого гравця, в НБА створена розгалужена система багаторічного спостереження за перспективними спортсменами. За кожним молодим баскетболістом спостерігають фахівці, які визначають сильні та слабкі сторони його підготовленості. Така інформація може збиратися протягом декількох років.

Відбір баскетболістів у національну збірну США для участі в міжнародних змаганнях також має ряд специфічних особливостей. Під час відбору кандидатів до національної збірної команди практично не використовуються кількісні показники та модельні орієнтири медико-біологічного та спортивно-педагогічного спрямування, а більшість критеріїв затверджених у програмі підготовки національних збірних мають переважно нормативно-правовий та суб'єктивно-абстрактний характер.

Серед критеріїв відбору до складу збірної, наприклад, рекомендовано враховувати такі складові: здатність до навчання, лідерські якості, позитивне відношення до команди та дій тренерського штабу, повага до себе й до суперників, дотримання принципів спортивних змагань та ін. При цьому не зрозуміло, за якими критеріями визначається відповідність кандидата у збірну цим вимогам.



Рис. 3.2. Оцінювання перспективності баскетболістів під час щорічної процедури драфта в НБА

Підсумкове рішення щодо формування кінцевого складу збірної США приймає спеціально створений селекційний комітет, до складу якого входять тренери та директор національної команди, представник від спортсменів та інші фахівці.

Ефективне та довготривале функціонування такої складної та багатосторонньої системи підготовки спортивного резерву в США, починаючи від шкільних змагань та масових занять і закінчуючи рівнем підготовки національних збірних команди країни, дозволяє американським спортсменам займати провідні позиції на міжнародній баскетбольній арені.

3.2. Традиції і сучасний стан підготовки баскетбольного резерву в країнах Балканського регіону

Особливий інтерес під час вивчення світового досвіду підготовки спортивного резерву, на наш погляд, можуть представляти невеликі за територією та кількістю населення країни, які значно поступають провідним в економічному плані державам, однак, не зважаючи на це, з успіхом конкурують з ними на міжнародній арені. В даному випадку високий спортивний результат на змаганнях та якісна системна підготовка резерву переважно стають можливими за рахунок концентрації існуючого матеріально-технічного та людського потенціалу, раціональної організації та високоефективних методик підготовки баскетболістів на всіх етапах багаторічного вдосконалення. Успішний досвід саме таких країн, на наш погляд, може бути особливо цікавим для вивчення та подальшого можливого перенесення у практику підготовки вітчизняних спортсменів.

Подібних результатів досягли у свій час представники ігрових видів спорту колишньої республіки Югославії, які протягом 30 років становили гідну конкуренцію американським та радянським спортсменам на олімпійській арені та інших престижних змаганнях. Результати югославських спортсменів не можуть не визивати захоплення ще й тому, що населення країни у другій половині ХХ ст. (20–23 млн) у десятки разів було нижчим за кількість

населення СРСР та США. Тільки наприкінці восьмидесятих, початку дев'яностих років ХХ ст. різні югославські команди чотири рази поспіль вигравали найбільш престижний клубний турнір у Європі – Євролігу ФІБА, в якій брали участь найсильніші баскетбольні команди континенту.

У другій половині ХХ ст. в Соціалістичній федеративній республіці Югославії було створено без перебільшення унікальні умови для підготовки спортсменів в ігрових командних видах спорту. Система формування резерву для югославських команд включала дві важливі ланки, зв'язок між якими був добре відпрацьованим: 1) масове навчання дітей в початковій школі основам практично всіх ігрових видів спорту; 2) широка мережа дитячо-юнацьких спортивних шкіл та шкіл вищої спортивної майстерності, в яких здійснювалася підготовка майбутнього резерву. Тісній координації навчальних та спеціальних спортивних закладів сприяло те, що багато хто з вчителів фізичної культури в загальноосвітніх школах мали досвід підготовки в одному із ігрових видів спорту.

Попри важкі соціально-економічні та політичні потрясіння, які випали на долю Балканського регіону в 1990–2000-х роках, традиції підготовки в командних видах спорту, як і раніше, залишились. У цьому достатньо легко переконатися, якщо проаналізувати виступи збірних команд цих країн в різних спортивних іграх, а також чисельність вихованців місцевої «школи спорту» у складах команд, які виступають у найсильніших європейських та заокеанських лігах.

Враховуючи невелику кількість населення, балканські країни не можуть дозволити собі екстенсивний шлях підготовки баскетбольного резерву, характерний, наприклад, для США. Саме тому основний акцент доводиться робити на ретельний відбір найбільш перспективних молодих гравців та їх подальшу раціональну багаторічну підготовку (рис. 3.3).

Забезпечення масовості занять баскетболом та залучення широкої мережі загальноосвітніх шкіл в процес підготовки майбутнього резерву, є головним завданням першого етапу підготовки. За даними спеціалістів, у систему

шкільних змагань сьогодні, наприклад, в Словенії, залучено понад 65 % шкільних установ.

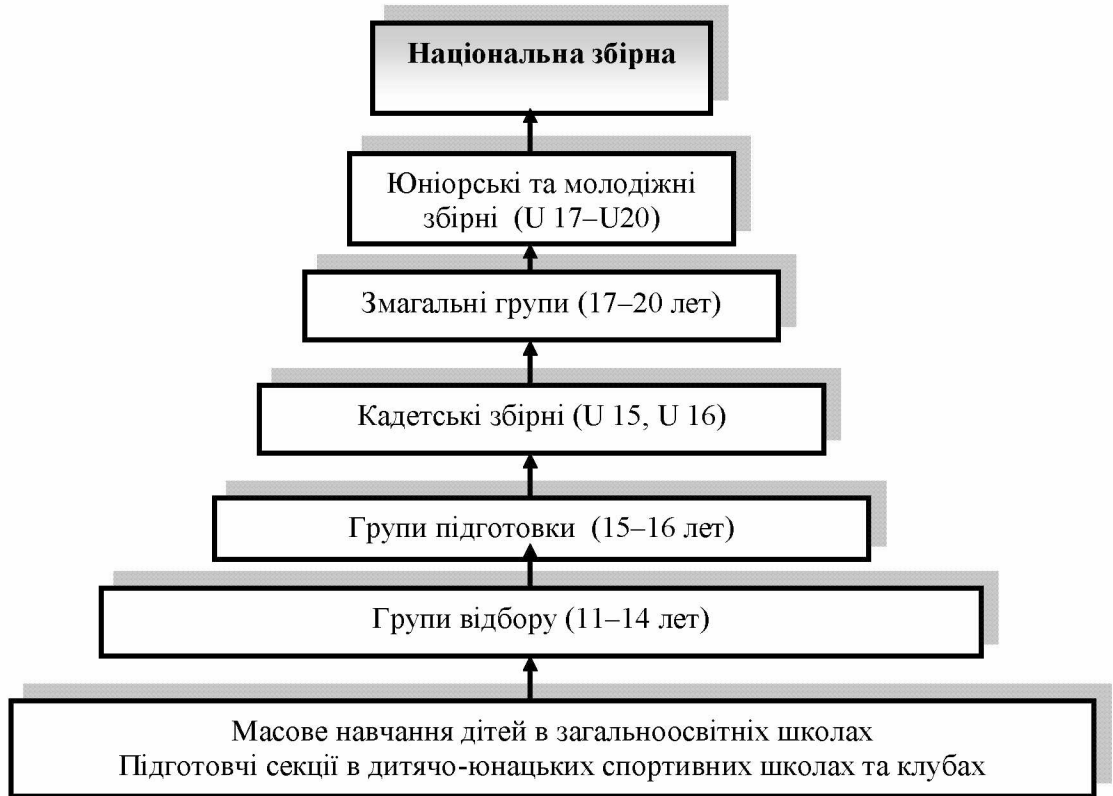


Рис. 3.3. Багаторічна система підготовки баскетбольного резерву в Сербії

Процес підготовки на даному етапі має переважно ознайомчий та загально-розвиваючий характер, в рамках якого виховується любов до виду спорту, виявляються діти, які мають схильність до ігрових видів спорту. Заняття проводять за правилами міні-баскетболу (використовуються м'ячі меншого розміру, нижчі за висотою кошики та ін.).

Сформована на даному етапі фундаментальна база (розвиток координаційних та швидко-силових здібностей, загальні елементи системи рухів на майданчику) має широке перенесення навичок для багатьох ігрових видів спорту. Завдяки тісній співпраці між вчителями фізичного виховання загальноосвітніх шкіл та спортивними клубами в країнах колишньої республіки Югославії, яка діє і понині, дітей, що проявили в початкових класах схильність до одного із ігрових видів спорту, було направлено для подальшої підготовки в спеціалізовані спортивні школи.

Відсіювання дітей на першому етапі не відбувається через те, що вони мають різний руховий досвід та темпи біологічного розвитку. Занадто високою є вірогідність помилки відібрати не найталановитіших, а найбільш підготовлених на даний момент юних спортсменів. Декількох років занять баскетболом, на думку балканських фахівців, достатньо, щоб розрізнити справжні таланти та спрямувати їх для подальшого вдосконалення на наступний етап. В групі відбору (selection group) потрапляють діти 11–14 років, де починаючи вже з 11-річного віку відбувається щорічний відбір найбільш перспективних гравців.

Сьогодні, наприклад, в Сербії групи відбору функціонують у восьми регіонах країни, в Чорногорії – у трьох. Діти займаються в чотирьох групах з урахуванням їхнього віку (11,12,13 та 14 років відповідно). Щорічно найталановитіші гравці із кожної вікової групи залучаються для участі в регіональних змаганнях. У кожній віковій групі процес підготовки здійснюють два тренери.

Контроль за реалізацією програм з підготовки та відбору юних баскетболістів в різних територіальних округах покладають на регіонального координатора, який є зв'язковою ланкою між всіма тренерами клубних команд та керівництвом проєкту від федерації баскетболу.

У функціональні обов'язки регіональних координаторів входить: 1) відвідування тренувальних занять; 2) перегляд клубних змагань за всіма віковими категоріями; 3) прийняття рішень про відбір гравців.

Тренувальні програми на даному етапі підготовки включають тестування технічної, фізичної та тактичної майстерності юних спортсменів. Тренери клубних команд отримують розроблені плани для підготовки спортсменів для кожного вікового періоду, а також методичні рекомендації щодо їх реалізації. Зміст тренувальних програм для спортсменів різних вікових груп відповідає закономірностям розвитку юного організму, рівню підготовленості баскетболістів та дозволяє вирішувати основні завдання, які стоять на кожному із етапів багаторічної підготовки.

Переважну кількість тренувального часу (70 %) у віці 11–12 років присвячено базовій всебічній підготовці. На тактичну та фізичну підготовку загалом відводиться 30 %. Серед важливих завдань технічної підготовки сербських баскетболістів, які вирішуються у цьому віці, можна відмітити навчання основам індивідуальної гри проти суперника у захисті та нападі (один в один, два проти одного).

У віці 13–14 років значно більша кількість часу приділяється індивідуальним та груповим техніко-тактичним діям (30 %). На даному етапі закладаються всі основні навички та прийоми гри у захисті та нападі. Найбільшу кількість вправ техніко-тактичного характеру виконують на заняттях з гравцями у віці 15–16 років (70 %). Повноцінна ігрова підготовка застосовується в тренувальному процесі з більш дорослішими баскетболістами 17–18 років (20 %). Наприкінці сезону проводять регіональні змагання для дітей 11 та 12 років (Young Pioneers), а також 13 та 14 років (Older Pioneers). Із кращих гравців регіону по кожній віковій групі формується збірна команда, яка бере участь у боротьбі за перше місце серед всіх регіонів країни.

Також наприкінці сезону 60 найкращих гравців за всіма віковими категоріями із різних регіонів країни направляються для подальшої підготовки до Національного тренувального центру. Заняття в центрі мають загальну тривалість 4 год та проводяться 2 рази на день. Найбільш талановиті із молодих гравців приєднуються до груп підготовки (Preparation group), в яких готується основний резерв для кадетських команд країни (U 15 та U 16). Баскетболісти, яким в результаті відбору не вдалося пройти далі, повертаються до своїх регіональних команд, де продовжують вдосконалювати рівень спортивної майстерності.

Тренувальні збори для кандидатів у кадетські збірні команди проводяться 4 рази на рік. Загалом спортсмени в групах підготовки проводять до 60 окремих тренувальних занять в рамках року, не враховуючи тих занять, які спортсмени проводять у складах своїх клубних команд. Кількість спортсменів в групах становить не більше ніж 30 чоловік. В результаті регулярно здійснюваного

відбору кількість гравців з кожним новим тренувальним етапом поступово зменшується.

Змагальні групи (competitive group) об'єднують кадетські (U 16), юніорські (U 17 та U 18) та молодіжні (U 19 та U 20) збірні команди країни. Роботу в цих групах проводять найбільш кваліфіковані спеціалісти з баскетболу, які добре себе зарекомендували під час підготовки молодіжних команд, а також тренери, що мають досвід роботи з професійними баскетбольними клубами та збірними командами різного рівня кваліфікації.

Тренувальні заняття для баскетболістів змагальних груп можуть проводитися в різній формі: а) протягом двох днів тижня (при цьому здійснюється контроль їх можливостей та проводяться товариські зустрічі, у тому числі й проти клубних команд більш високої кваліфікації); б) в рамках спеціально організованих тижневих мікроциклів у літній, осінній та зимовий періоди, метою яких є поступова підготовка до майбутніх міжнародних турнірів; в) спеціально організовані тренувальні збори тривалістю місяць та більше. Таку форму організації тренувального процесу використовують у процесі безпосередньої підготовки молодіжних команд до участі в офіційних міжнародних змаганнях (чемпіонатів Європи, світу, Всесвітніх універсіад та ін.). Баскетболісти, які потрапляють до змагальних груп, щорічно проводять близько 80 спільних тренувальних занять та беруть участь у більше ніж 20 матчах за збірні команди своїх вікових груп протягом року.

Цілеспрямована підготовка баскетболістів юнацьких національних збірних команд Сербії, наприклад, починається з 13 років. Тобто фактично протягом 8 років готується найближчий резерв національних збірних команд. А саму багаторічну підготовку сербські фахівці розділяють на два етапи: перший – ідентифікація та відбір талановитих баскетболістів, другий – поступова підготовка юнацьких збірних команд для участі в офіційних міжнародних змаганнях.

У процесі ідентифікації таланту та відбору баскетболістів до складу юнацьких збірних команд на першому етапі програми практично не

використовують жодні критерії окрім спеціальних ігрових. Перспективність гравця оцінюють за рівнем його техніко-тактичної підготовленості, спеціальних ігрових здібностей, які характеризують здатність спортсмена до прийняття адекватних та швидких рішень у складних умовах ігрового поєдинку.

Протягом року в Сербії організують спеціальні тренувальні збори (кемпи), до участі в яких залучають найкращих баскетболістів по кожній віковій категорії. Протягом двох років (U 13–U 15) фахівці здійснюють постійний перегляд молодих талантів, ведуть активне спостереження за рівнем прогресу баскетболістів та приймають рішення щодо комплектування першої кадетської збірної команди країни, яка розпочинає річний цикл підготовки до чемпіонату Європи U 16.

На наступному етапі, який пов'язаний із підготовкою найближчого резерву (U 16–U 20) збірних та пошуком баскетболістів, які зможуть потрапити на рівень спорту вищих досягнень, більшість відомих спеціалістів із Сербії, з метою спортивного відбору та орієнтації, пропонують використовувати комплексний (мультидисциплінарний) підхід. Фактично саму підготовку юнацьких збірних команд Сербії до чемпіонату Європи розпочинають у вересні. Гравців, які потрапили у розширений список національної збірної, протягом року перманентно залучають на короткострокові навчально-тренувальні збори.

У багатьох європейських чемпіонатах розповсюдженою є практика введення ліміту на кількість іноземних гравців, які фактично не дають можливості себе проявити молодим вихованцям національної баскетбольної школи. У сербському баскетболі, наприклад, пішли ще більш радикальнішим шляхом для вирішення цієї проблеми. Окрім ведення ліміту на участь легіонерів у складах найсильніших баскетбольних команд країни, також додатково було введено обмеження на кількість вікових гравців у чемпіонатах, що передують за своїм рівнем вищій лізі чемпіонату Сербії, і повинні вирішувати головне завдання, пов'язане із підготовкою майбутнього резерву.

Сьогодні в одній із найсильніших напівпрофесійних ліг Сербії, I-A League, ліцензію для участі в матчах можуть отримати лише 12 гравців віком понад 18 років (на всі команди чемпіонату, близько 200 спортсменів). Не більше 3 гравців віком понад 26 років і 9 гравців віком понад 18 років, такий ліміт діє в лізі I-B League. Для регіональних чемпіонатів у Сербії встановлено ще більш жорсткі рамки, не більше 4 гравців, вік яких перевищує 24 роки, і не більше 8 гравців, яким понад 18 років.

Результати такої політики не змусили себе чекати довго. У професійних клубних командах стало значно більше талановитої молоді. Сербські молодіжні збірні різних вікових груп сьогодні регулярно претендують на завоювання найвищих нагород на всіх престижних міжнародних змаганнях². Увівши в дію лімітні рамки на кількість вікових баскетболістів, ряд балканських країн створили оптимальні умови для вирішення цієї актуальної проблеми в ігрових видах спорту.

3.3. Система підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Литві

Зацікавленість викликає дослідження досвіду підготовки баскетбольного резерву в Литві, яка після розпаду СРСР стала чи не єдиною країною на пострадянському просторі, якій вдалося досягнути вражаючих успіхів на міжнародних змаганнях³. Особливо показовими ці успіхи є на фоні порівняння з результатами інших прибалтійських країн, які в радянській період своєї історії не поступалися Литві за якістю та кількістю підготовлених висококласних баскетболістів, а на сьогодні не завжди можуть потрапити до офіційної частини чемпіонату Європи, не кажучи вже про більш крупні та престижні міжнародні

² Чемпіон Європи 2008, 2015 (U 20); чемпіони світу 2007, срібні призери чемпіонатів світу 2011, 2013 (U 19); чемпіони Європи 2005, 2007, 2009, срібні призери чемпіонатів Європи 2011 (U 18); бронзові призери чемпіонату світу 2014 (U 17); чемпіони Європи 1997, 1999, 2001, 2003, 2007 (U 16).

³ Литовська чоловіча збірна команда тричі ставала бронзовим призером Ігор Олімпіад у 1992, 1996 та 2000 роках, бронзовим призером чемпіонату світу 2010 р., чемпіоном (2003) та багаторазовим призером чемпіонатів Європи з баскетболу (1995, 2007, 2013, 2015).

змагання. Також необхідно врахувати й той факт, що за кількістю населення Литва, в десятки, а той в сотні разів, поступається основним конкурентам на баскетбольній арені (США, Іспанії, Франції та ін.)⁴.

На думку генерального секретаря федерації баскетболу Литви Міндаугаса Бальчунаса, успішність розвитку литовського баскетболу сьогодні визначається наявністю чотирьох ключових факторів (рис. 3.4.) [273].

Одним із ключових факторів, який на сьогодні визначає успіхи литовського баскетболу, є раціонально побудована система багаторічної підготовки спортивного резерву, в основі якої лежить врахування фундаментальних біологічних знань, закономірностей становлення вищої спортивної майстерності, зв'язок баскетбольних поколінь та ін.



Рис. 3.4. Ключові фактори, що визначають успіхи литовського баскетболу

Підготовку баскетболістів в Литві сьогодні здійснюють понад 400 висококваліфікованих спеціалістів, переважна кількість яких (віще дев'яноста відсотків) мають базову вищу фізкультурну-спортивну освіту, отриману в

⁴ Чисельність населення Литви за даними на 1 вересня 2016 р. становила 2 млн 888 тис. 786 осіб. Для порівняння, чисельність населення США у 2016 р. становила 323 млн 341 тис. осіб, Франції – 66 млн 553 тис. осіб, Іспанії – 46 млн 767 тис. осіб.

стінах престижного та відомого у світі учбового закладу – Литовської академії фізичного виховання.

Десята частина кадрового потенціалу задіяна для роботи з професійними командами, які виступають у найсильнішому чемпіонаті Литви, і в рамках підготовки національних збірних команд для участі в міжнародних турнірах.

Ще чверть із них працюють з напівпрофесійними та аматорськими командами. Більша частина тренерів готує резерв для спорту вищих досягнень, займаючись з дітьми різних вікових категорій в дитячо-юнацьких спортивних школах, клубах, студентських командах та спеціально організованих центрах підготовки.

Масовість занять баскетболом та шанобливе ставлення до цього виду спорту в Литві є важливим фактором загального успіху. Баскетбол користується особливою адміністративною, фінансовою, інформаційною та іншими видами підтримки з боку держави, інколи навіть завдає шкоди іншим видам спорту. Без перебільшення можна сказати, що баскетбол є спортом номер один у цій державі. Широке висвітлення баскетбольних заходів засобами масової інформації також підкреслює це положення. Виступи литовських команд на міжнародних турнірах клубного та національного рівня є важливою подією в житті литовської спортивної громадськості, а успіхи чи невдачі своїх спортсменів сприймаються надзвичайно гостро.

Литовська школа баскетболу підготувала чимало зірок світового масштабу. Імена литовських баскетболістів, які прославили свою країну на весь світ, і сьогодні є орієнтиром для багатьох поколінь молодих спортсменів. Арвідас Сабоніс, Шарунас Марчюленіс, Рімас Куртінайтіс та ін. сьогодні ведуть активну діяльність, спрямовану на популяризацію та розвиток баскетболу в своїй країні.

Сьогодні успішну підготовку молодих талантів в Литві здійснює баскетбольна академія ім. Шарунаса Марчюленіса, яка була заснована в 1992 р. як школа баскетболу. В академії функціонує понад 35 груп, в яких виховується понад 700 молодих спортсменів у віці від 7 до 18 років.

Важлива роль в успішному розвитку баскетболу в Литві по праву належить управлінській ланці. Багаторічні відпрацьовані механізми управління баскетболом в Литві на всіх ієрархічних рівнях, починаючи з дитячого та юнацького спорту і закінчуючи професійними командами, тісна координація діяльності державних підрозділів, громадських організацій та окремих юридичних та фізичних осіб, ось уже десятки років забезпечує умови для високоефективної роботи з підготовки баскетбольного резерву та сприяє подальшому прогресивному розвитку баскетболу в країні.

Серед ключових факторів, які визначають функціонування баскетболу в Литві, не можна не відмітити існування жорсткої та добре організованої системи відбору спортсменів та наявності широкої мережі спортивних змагань, які охоплюють велику кількість дітей та підлітків. Лише найбільш талановиті та обдаровані із дітей можуть продовжити подальше сходження щаблями баскетбольної мрії.

Найбільш престижним чемпіонатом є литовська баскетбольна ліга (LKL League), до складу якої входять одинадцять професійних команд із дев'яти міст Литви. У цьому чемпіонаті виступають найсильніші за своїми складами колективи, які є базою підготовки резерву для національної команди Литви. Другим турніром за рівнем майстерності виконавців є Національна баскетбольна ліга Литви. Напівпрофесійний турнір, участь в якому беруть двадцять клубів із вісімнадцяти різних міст. Склади команд у більшості випадків укомплектовані спортсменами віком від 17 до 22 років. У цьому чемпіонаті молоді гравці набувають необхідного змагального досвіду для виходу на етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

Наявність зазначеної ліги дозволяє вирішити для професійних баскетбольних клубів таке важливе завдання, як поступове вдосконалення ще не до кінця сформованих спортсменів. Після закінчення дитячо-юнацького спорту молоді гравці ще не готові до тренувальних та змагальних навантажень спорту вищих досягнень, на що неодноразово звертали увагу багато фахівців зі спортивних ігор, для яких ця проблема є нагальною. Функціонування

молодіжного чемпіонату високого рівня багато в чому дозволяє вирішити існуючу проблему. У другій за значущістю лізі беруть участь близько 400 молодих баскетболістів, із яких, за підрахунками фахівців, щорічно близько 30 стають гравцями найсильнішої баскетбольної ліги країни.

Характерною особливістю литовської баскетбольної школи також є наявність регулярних змагань для дітей, починаючи вже з 10-річного віку. В сучасній теорії та практиці спортивних ігор існують різні думки щодо необхідності такої ранньої змагальної практики в дитячо-юнацькому віці. Необхідно враховувати, що спортивні змагання представляють собою високоспеціалізовану діяльність, яка пред'являє високі вимоги до техніко-тактичного, фізичного та психологічного потенціалу гравця. Після двох-трьох років занять баскетболом важко уявити, що у дитини буде сформовано, хоча б на прийнятному рівні, базовий арсенал техніко-тактичної підготовленості та інших, значущих для баскетболу якостей та властивостей, так необхідних для успішного ведення змагальної боротьби.

Ряд спеціалістів притримується відомої концепції, згідно з якою в дитячому та юнацькому віці спортивні змагання є скоріше негативним фактором, який заважає всебічній підготовці та навчанню дітей та може призвести до передчасного «вигорання» спортсменів, стати причиною їх раннього уходу із системи багаторічної підготовки. Водночас інші фахівці не без підстави вважають, що участь у спортивних змаганнях дозволяє краще розрізняти лідерські якості, уміння програвати та перемагати. Тренувальні заняття, на думку цієї групи фахівців, не можуть бути порівняними із змаганнями в плані зростання майстерності гравців.

Дана проблема є відкритою для дискусії та обговорення. Складно заперечувати важливу емоційну складову спортивних змагань, яка є прекрасним стимулом для популяризації виду спорту серед дітей та підлітків.

Понад 450 команд різних вікових груп сьогодні задіяні в системі дитячо-юнацьких змагань. Окрім участі в місцевих та регіональних змаганнях, ряд

баскетбольних клубів організують для своїх вихованців спеціальні виїзні турніри у сусідні країни.

Підготовка молодих талантів в Литві здійснюється як бюджетними установами, так і приватними клубами. На сьогодні в Литві функціонує 57 дитячо-юнацьких баскетбольних шкіл, які мають державне фінансування та знаходяться в більше ніж 50 населених пунктах країни. Ще 12 клубів розташовані в п'яти містах, та мають приватний статус.

Успішне функціонування дитячо-юнацького баскетболу в Литві багато в чому спирається на існування так званої системи компенсації, згідно з якою, дитячий баскетбольний клуб отримує грошову компенсацію від команди майстрів, яка заключає контракт з одним із її вихованців. Понад 50 % цієї суми отримує тренер, який підготував талановитого спортсмена.

Важливим напрямком розвитку баскетболу в Литві є розширення матеріально-технічної бази. Баскетбольним керівництвом Литви розроблено та впроваджено спеціальну програму з будівництва вуличних баскетбольних майданчиків по всій країні, забезпечення спортивних шкіл м'ячами та іншим обладнанням. На ці завдання вже витрачено понад 1 млрд євро. Побудовано більше 200 баскетбольних майданчиків, які відкриті для всіх бажаючих. Причому в роботі задіяно велику кількість учасників баскетбольного руху. Тільки з боку професійної баскетбольної ліги LKL було виділено понад 500 тис. євро.

Переможці різних дитячо-юнацьких змагань отримують солідні винагороди за успішні виступи на турнірах. Важливим тут є те, що вручають ці винагороди баскетбольні зірки країни, які знаходять час для того, щоб приїхати на шкільні змагання та особисто вручити нагороду призерам та переможцям, проголосити напутні слова.

Разом із постійним збільшенням кількості дитячо-юнацьких спортивних шкіл, в Литві додатково створюють спеціальні центри з підготовки майбутнього баскетбольного резерву. Сьогодні, наприклад, для підготовки

баскетболісток задіяно п'ять спеціалізованих центрів, які розташовані в різних територіально-адміністративних зонах.

Одним із найбільш успішних з них є Маріампольський центр з підготовки баскетболісток. Необхідну підтримку центру надають Національна федерація з баскетболу, муніципальна влада округу, Міністерство спорту Литви.

Головними завданнями діяльності баскетбольного центру є:

- відбір найперспективніших дівчат-баскетболісток із східного та західного регіонів країни;
- організація найкращих умов для навчання дівчат, процесу їх підготовки та проживання в Маріамполі;
- реалізація планів стратегічної підготовки, що мають довгострокову перспективу;
- оцінка ефективності реалізації програм на основі багаторазового тестування баскетбольної майстерності дівчат з подальшою корекцією тренувального процесу.

У центрі отримують освіту та проходять процес підготовки дівчата від 13 до 16 років, які розподілені на дві основні групи (13–14 та 15–16 років). Для якісної підготовки спортсменок широко використовують психологічне і фізіологічне забезпечення, а також найновішу апаратуру.

Для оцінювання загальної та спеціальної підготовленості, використовуються спеціальні тестові завдання, системний аналіз ефективності тренувальних програм та змагальної діяльності спортсменок. Тренувальний процес супроводжується застосуванням засобів відновлення, спеціалізованого харчування, вдосконалення інтелектуальних можливостей та ін. Медичну підтримку центру забезпечує Маріампольський центр спорту та здоров'я, а також Медичний центр здоров'я та материнства.

Створена в Литві мережа регіональних баскетбольних центрів дозволяє комплексно вирішити ряд стратегічних завдань: 1) забезпечити тісну координацію різних відомчих та громадських організацій з метою створення оптимальних умов для підготовки спортсменів; 2) відібрати найбільш

талановиту молодь із різних регіонів країни та створити атмосферу конкуренції в середині груп; 3) забезпечити оптимальні умови для навчання, медичного обслуговування та тренувальних занять, зекономити засоби та час на переїзди; 4) реалізувати стратегічні програми розвитку, що мають довгострокову перспективу; 5) здійснити перманентне комплексне тестування та дослідження можливостей спортсменів з подальшою корекцією тренувального процесу.

3.4. Багаторічна підготовка і відбір баскетболістів в Іспанії

Тріумфальні виступи іспанських баскетбольних збірних команд на міжнародній спортивній арені стали наслідком кардинальних змін у системі підготовки спортсменів, що відбулися в цій країні на початку 1990-х років. З метою підвищення якості формування віддаленого та найближчого резерву були впроваджені єдині принципи та стандарти підготовки (переважно організаційно-методичного та педагогічного спрямування) гравців починаючи з дитячого віку і закінчуючи виступами національних збірних команд. Ініціатором системних реформ стала федерація баскетболу Іспанії, яка залучившись підтримкою профільних державних структур та громадськості розробила і впровадила довгострокову програму підготовки баскетбольного резерву. Було створено спеціалізовані центри для найбільш талановитої молоді з різних регіонів Іспанії та розроблено унітарну концепцію (стиль) гри збірних команд, в рамках якої і до сьогодні відбувається поетапна підготовка та навчання спортсменів різних вікових груп.

Результати від реалізації такого підходу стали помітними вже через декілька років. Молодіжна збірна команда Іспанії виграє чемпіонат Європи 1998 р. (U 18), а вже у наступному році (1999) перемагає на чемпіонаті світу своїх американських однолітків (U 19). Тодішня молодіжна збірна подарувала іспанському баскетболу цілу плеяду видатних баскетболістів, значна кількість яких у подальшому успішно себе реалізувала в провідних професійних клубах НБА та Європи. Після тріумфального виступу на молодіжній першості дана група баскетболістів протягом майже п'ятнадцяти років забезпечувала успішні

виступи національної збірної команди своєї країни на Олімпійських іграх, чемпіонатах світу та інших міжнародних змаганнях.

Ефективне функціонування системи централізованої підготовки резерву в іспанському баскетболі і сьогодні сприяє успішним виступам національних команд на міжнародних змаганнях різних вікових категорій та забезпечує необхідні умови для своєчасної підготовки молодих обдарованих спортсменів, які приходять на зміну нинішньому поколінню гравців.

Однією із головних складових успіху в реалізації розробленої програми є підвищення масовості та постійний перегляд юних баскетболістів. Протягом перших чотирьох років (з 11 до 14 років) для юних спортсменів організуються численні літні навчальні збори (кемпи), в рамках яких спеціалісти вирішують ряд важливих завдань. По-перше, це підвищення мотивації дітей до занять баскетболом та популяризація цього виду спорту в країні. Дуже часто для участі в роботі літніх таборів запрошуються зірки іспанського баскетболу, які проводять майстер-класи для дітей та на власному прикладі мотивують їх наполегливо тренуватися і мріяти стати гравцями високого рівня.

Висока концентрація юних спортсменів на літніх тренувальних зборах паралельно дозволяє тренерам вирішувати й іншу важливу проблему, пов'язану із масовим переглядом та тестуванням індивідуальних здібностей кандидатів, що дозволяє визначити їх потенційну роль для майбутнього іспанського баскетболу. За підрахунками іспанських фахівців, більше тридцяти відсотків баскетболістів, які у підсумку стали гравцями національної збірної команди Іспанії, у свій час були учасниками цієї програми.

Важливим кроком в алгоритмі реалізації розробленої національної програми є створення та підтримка функціонування центрів з розвитку баскетбольних талантів (Player Development Center, CFJ). Перший такий центр було створено в Іспанії у 1990 р. в Барселоні. У центрах проходять підготовку баскетболісти віком від 14 до 18 років. Для спортсменів створені всі необхідні умови, що забезпечують вдосконалення їх спортивної майстерності та отримання базової освіти. Баскетболісти живуть у безпосередній близькості від

спортивних арен та медичного центру. Загальноосвітні установи, зазвичай, знаходяться в декількох хвилинах ходьби від місця проживання спортсменів. Тренувальний процес проводять найкращі іспанські фахівці, що мають багаторічний досвід підготовки гравців даної вікової категорії.

Відбір кандидатів для навчання в спеціалізованих баскетбольних центрах здійснюється з урахуванням ряду критеріїв (рис. 3.5). Особливу увагу, як можна побачити, іспанські фахівці приділяють педагогічній складовій спортивного успіху.

Оцінювання багатьох із них має переважно суб'єктивний характер. Такі важливі якості для баскетболу як уміння «бачити майданчик», здатність до організації дій партнерів по команді (play making), вміння взяти на себе ігрову ініціативу та виконати креативну роботу, дуже складно оцінити об'єктивно-метричним способом.

Цілком ймовірно, що для вирішення цього завдання й залучаються найкращі тренерські кадри країни, які завдяки своєму багаторічному досвіду можуть розпізнати наявність таких високоспецифічних якостей та здібностей у гравців, які багато в чому і визначають можливість подальшого спортивного вдосконалення. Важливу увагу також приділяють психологічній складовій успіху.

У тренувальні центри потрапляють баскетболісти, які мають високий рівень прояву значущих особистісних властивостей, впевнені у своїх силах та можуть ефективно адаптуватися до постійного зростання тренувальних та психоемоційних навантажень.

Створення спеціалізованих баскетбольних центрів, на думку іспанських фахівців, обумовлено необхідністю концентрації найсильніших гравців в рамках декількох груп. Молоді талановиті спортсмени, які продовжують займатися за місцем проживання, можуть залишатися непоміченими для багатьох успішних професійних команд.

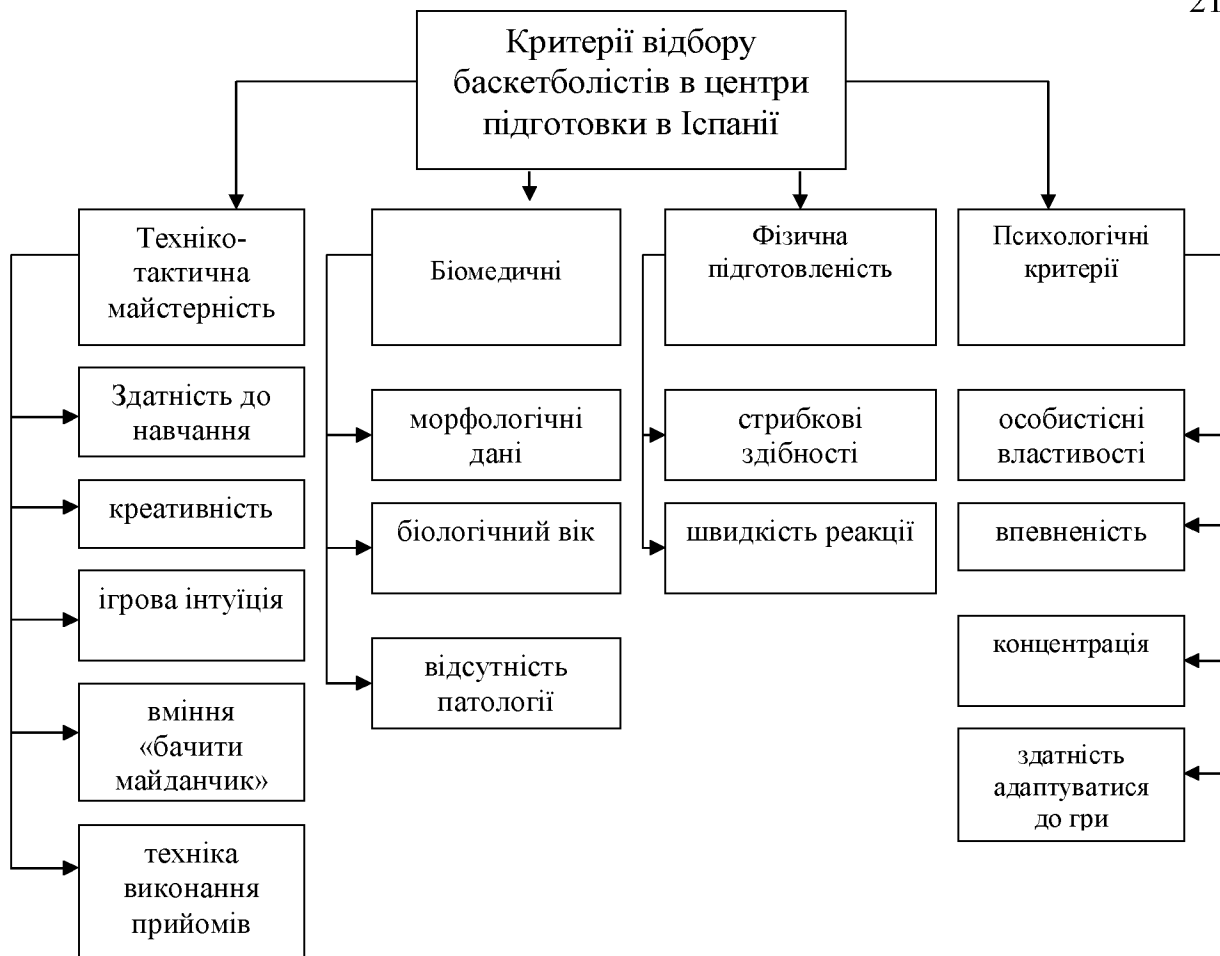


Рис. 3.5. Критерії відбору баскетболістів 14–18 років в спеціалізовані баскетбольні центри в Іспанії

Перспективні гравці, які позбавлені оптимальних умов для підготовки і не мають гідної конкуренції з боку своїх однолітків, можуть так і не розкрити свій природній потенціал.

Вигідним існування центрів з підготовки баскетболістів є також і для професійних іспанських команд. Немає необхідності проводити широкомасштабну селекційну роботу з виявлення перспективних молодих гравців, якщо в рамках декількох баскетбольних центрів зібрані найкращі молоді баскетболісти з усіх куточків Іспанії, які працюють за програмами підготовки збірних. З гравцями цілодобово займаються відомі спеціалісти, які гарантовано забезпечать формування у молодих спортсменів необхідної фундаментальної техніко-тактичної і фізичної бази для переходу на рівень

спорту вищі досягнень. Випускників баскетбольних центрів передусім розглядають як кандидатів для поповнення складів команд високої кваліфікації.

Ефективність роботи баскетбольних центрів підтверджується загальною кількістю вихованців, які у підсумках стали гравцями високого класу. Із 22 гравців (перший випуск), які пройшли навчання в спеціалізованих центрах підготовки, у подальшому 12 поповнили склади національних збірних команд Іспанії в різних вікових категоріях і мали тривалу кар'єру на рівні спорту вищих досягнень.

3.5. Програма підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Франції

Практика провідних баскетбольних країн світу показує, що національні проєкти, які спрямовані на підготовку резерву, мають цінність переважно з точки зору довгострокової перспективи. На оперативні результати в даному випадку розраховувати вкрай складно. Французький баскетбол не став виключенням. Нещодавні успіхи французьких баскетболістів на крупних міжнародних змаганнях стали можливими багато в чому завдяки реалізації довготривалих програм з підготовки спортивного резерву.

Тільки за наявності подібної спадкоємності поколінь вдається налагодити системну підготовку молодих талантів, які регулярно поповнюють склади команд майстрів та поступово замінюють попереднє покоління спортсменів високого класу. Вочевидь, саме цим і можна пояснити те уважне та дбайливе ставлення до своїх молодих гравців, яке проявляють у своїй роботі фахівці в багатьох європейських країнах (особливо в тих із них, де загальна кількість населення є невеликою).

У сезоні 2020–2021 рр. 12 баскетболістів представляли збірну Франції в НБА (найбільш високий показник для всіх країн, спортсмени яких виступають в НБА). Фактично збірну команду Франції сьогодні можна повністю укомплектувати гравцями найсильнішої баскетбольної ліги світу. Практично всі ці гравці ще не досягли 30-річного віку, багатьом із них менше 25 років, що,

в свою чергу, дозволяє французькій команді серйозно розраховувати на успішні виступи як мінімум найближчі 5–10 років.

У 1997 р. за ініціативи національної федерації баскетболу при підтримці федеральних структур Франції було створено довгострокову програму з підготовки баскетбольного резерву, яка лише з 2005 р. дозволила французькій збірній увійти до когорти основних претендентів на найвищі нагороди престижних міжнародних баскетбольних змагань в різних вікових групах, і надійно закріпити свої позиції серед еліти світового баскетболу⁵.

Пошук та підготовка обдарованих баскетболістів у Франції спираються на наявність високоефективної системи управління, яка об'єднує різні державні структури, спеціалістів технічного консульства при міністерстві молодіжної політики та спорту Франції, які забезпечують пошук та підготовку спортсменів в 24 територіальних округах держави та за кордоном, а також представників федерації, які забезпечують координацію діяльності на місцях.

Ефективність процесу пошуку молодих талантів у Франції значно підвищується завдяки наявності чисельних турнірів та різних змагань, які поділені на декілька конференцій, регіональних ліг та сім географічних зон. На цих змаганнях відбувається постійний перегляд кандидатів для юнацьких та молодіжних команд. Відбір гравців та їх подальшу підготовку для спорту вищих досягнень, згідно зі створеною у Франції програмою, починають проводити з 14-річного віку. При цьому вся багаторічна система розподілена на шість рівнів, починаючи від підготовки хлопчаків та дівчат 14-річного віку і закінчуючи гравцями національних збірних команд країни (рис. 3.6).

⁵ Бронзовий призер чемпіонату світу 2014 р., чемпіон Європи 2013 р., срібний призер чемпіонату Європи 2011 р., бронзовий призер чемпіонатів Європи 2005 та 2015 рр. У 20 – переможець чемпіонату Європи 2010, бронзовий призер чемпіонату Європи 2011, срібний призер чемпіонату Європи 2012. У 19 – бронзовий призер чемпіонату світу 2007. У 18 – переможець чемпіонату Європи 2006, срібний призер чемпіонату Європи 2009. У 16 – переможець чемпіонату Європи 2004 та 2014 років. Срібний призер чемпіонатів Європи 2005 та 2012 років.

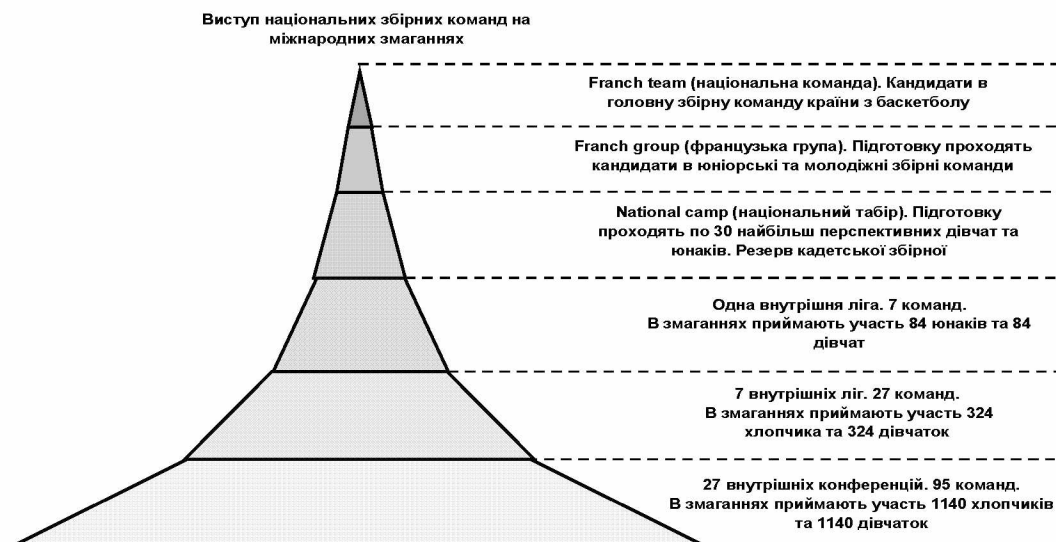


Рис. 3.6. Піраміда підготовки баскетбольного резерву у Франції

Програма спрямована на покращення результатів виступів молодіжних французьких команд на чемпіонатах Європи та світу, регулярне оновлення складів французьких професійних команд вихованцями вітчизняного баскетболу, а також системну підготовку резерву для головних баскетбольних збірних команд країни.

Французькі фахівці притримуються тієї ж точки зору, що і їх колеги із найбільш успішних баскетбольних країн у тому, що талановиті гравці повинні тренуватися та змагатися разом. Найкращі із молодих гравців, які зуміли виграти в конкурентній боротьбі у своїх однолітків, направляються в федеральні тренувальні центри, де проходить їх подальше навчання.

Для відбору перспективних гравців, під час перегляду змагань та визначенні можливостей спортсменів, представники технічного спортивного консульства та тренери національних збірних команд орієнтуються на такі критерії:

- морфологічні дані та рівень функціональної підготовленості. На більш пізніх етапах (18 років та більше) визначають відповідність баскетболіста за морфологічними показниками конкретному ігровому амплуа (розігруючий,

«атакувальний» захисник, «легкий» форвард, «важкий» форвард, центровий гравець).

- швидкісні можливості (швидкість пересування на майданчику, загальна рухливість, швидкість реакції). Особливо важливими ці критерії є для гравців, які орієнтовані на позиції четвертого («важкий» форвард) та п'ятого (центровий) номерів. «Великі» гравці (зростом 205 см та вище), які володіють високою рухливістю та маневреністю дій, мають значну перевагу над своїми менш приткими суперниками практично у всіх найбільш значущих для цих гравців елементах гри (під час боротьби за підбирання м'яча, під час отримання м'яча, виконанні заслону та ін.).
- рухові здібності (спритність, баланс, майстерність, координаційні здібності та ін.).
- здатність до антиципації (уміння орієнтуватися на майданчику та передбачати найбільш вірогідні варіанти розвитку подій в процесі гри).

Більш детальний аналіз можливостей гравців проводять в спеціалізованих тренувальних центрах та науково-дослідних лабораторіях. Баскетболісти виконують серію педагогічних тестів, метою яких є визначення техніко-тактичної майстерності та рівня спеціальної підготовленості спортсменів, а також проходять тестування з визначення резервних можливостей із застосуванням спеціальної діагностичної апаратури.

Сьогодні у Франції функціонує 33 групи, в рамках яких проходять підготовку понад 500 найперспективніших 14–15-річних баскетболістів країни. Ці гравці є основним резервом для кадетських та юніорських збірних команд. Вони об'єднані в рамках однієї кваліфікаційної групи (France National Group). Підготовка спортсменів даної групи відбувається на базі Національного інституту фізичного виховання та спорту в Парижі, а також в регіональному центрі фізичного виховання і спорту в Тулузі.

Тренувальний процес забезпечують фахівці технічного спортивного консульства. Також у процесі підготовки задіяні тренери національних збірних команд Франції. Гравці тренуються по 20 год на тиждень та мають усю

необхідну науково-методичну та медичну підтримку. Щотижня спортсмени, для участі в рамках національного чемпіонату, повертаються в склади своїх баскетбольних клубів. Таким чином досягається певна рівновага та погодженість між інтересами спеціалізованих центрів з підготовки резерву та клубами, які виховали гравця та розраховують на його сили для участі в різних змаганнях.

Кількість гравців, які проходять на наступний рівень (16–17 років) зменшується удвічі. Гравці, які за результатами відбору не потрапили в наступну групу і не стали частиною програми з підготовки юніорських та молодіжних команд країни, продовжують своє подальше вдосконалення на клубному рівні. Це зовсім не означає, що спортсмен після цього втрачає всі шанси на потрапляння в національну збірну команду. Подальші успішні виступи за професійний баскетбольний клуб дозволяють гравцеві увійти до складу національної збірної, минаючи при цьому ряд юніорських та молодіжних етапів існуючої програми. Таких прикладів в історії французької збірної вистачає.

Основними недоліками, які на думку французьких фахівців не дозволяють повною мірою реалізувати цільові настанови програми, є недостатня кількість кваліфікованих кадрів і низький рівень матеріально-технічного забезпечення підготовки на початкових ланках багаторічної системи підготовки баскетбольного резерву. Над усуненням цих проблем сьогодні у Франції ведеться цілеспрямована робота.

3.6. Організаційно-методичні засади підготовки та критерії відбору баскетболістів до юнацьких національних збірних команд Ізраїлю

Незадовільні виступи юнацьких збірних команд Ізраїлю на міжнародних змаганнях наприкінці двотисячних років стали потужним каталізатором активізації дій щодо пошуку ефективних шляхів централізованої підготовки власних спортсменів і в цій невеликій за розмірами та населенням країні. З 2004 по 2012 рр., практично всі юнацькі збірні команди Ізраїлю (U 16–U 20)

понижилися в класі та втратили місце у найпрестижнішому дивізіоні континентальних юнацьких змагань (дивізіоні «А»). На думку ізраїльських фахівців, це стало наслідком значних успіхів в організації та методиці підготовки спортсменів, яких вдалося досягти багатьом європейським баскетбольним країнам. Існуючого рівня знань, баскетбольних традицій та системи забезпечення підготовки збірних команд виявилось замало, щоб в нинішніх умовах вести гідну боротьбу на змаганнях з найсильнішими молодіжними командами континенту.

У 2012 р. за ініціативи федерації баскетболу Ізраїлю було створено і впроваджено довгострокову програму пошуку баскетбольних талантів та поетапної підготовки збірних, метою якої було повернення всіх юнацьких збірних команд до найпрестижнішого дивізіону «А» та забезпечення умов для системної підготовки висококласних баскетболістів для спорту вищих досягнень. Очолити цей проєкт доручили відомому в Ізраїлі і світі баскетбольному тренеру Аріку Шивеку, якій мав успішний досвід роботи з командами високої кваліфікації як на клубному рівні, так і на рівні національних збірних.

Важливим завданням, яке потребувало першочергово вирішення, було визначення концепції (філософії) гри національних збірних команд, яка б дозволяла ефективно використовувати власні сильні сторони та мінімізувати перевагу суперника в певних компонентах гри. У збірних командах Ізраїлю дуже рідко зустрічаються великогабаритні баскетболісти (етнічні особливості населення). Розбудовувати тактичні дії команди з акцентом на гру під кошиком (inside game, «гра у фарбі») у такому випадку недоцільно та неефективно. Перевага команди, до складу якої входить значна кількість невисоких за зростом та технічних баскетболістів, полягає у використанні швидкого і високоінтенсивного баскетболу з переважною атакою кошика суперника з дальніх дистанцій та постійному намаганні організації швидкого прориву (outside game).

Саме такий швидкий варіант гри і було обрано як модель для підготовки національних збірних команд Ізраїлю. При цьому встановлено чіткі параметри змагальної діяльності, яких необхідно досягти в процесі поетапної багаторічної підготовки в юнацьких збірних:

- акцент на використання швидкого прориву (після пропущеного м'яча, перехоплення, підбирання);
- високий відсоток реалізації дальніх, триочкових кидків у матчі;
- виконання понад тридцяти триочкових кидків у матчі. Реалізація дальніх кидків на рівні 40– 45 % при такій кількості спроб дозволить набирати команді майже половину всіх очок у матчі;
- постійний рух без м'яча (moving without the ball) і використання чотирьох гравців на периметрі (4 в 1);
- переважне використання безперервного нападу Dibble Drive та Kick Rules;
- володіння різними варіантами PNR;
- пресинг у захисті протягом всього матчу;
- здвоювання на «Low Post» (traping). Відсутність габаритних баскетболістів збірної неминуче буде призводити до намагання суперника використати перевагу під час зміни (switch) на «PNR» (mismatch);
- активна боротьба за підбирання м'яча у захисті та нападі всіх гравців команди (захисники та «великі гравці») та ін.

Модель (концепція) гри команди висуває ряд вимог до рівня підготовленості та ігрових характеристики баскетболістів (здатність гравця реалізувати ці модельні параметри змагальної діяльності на юнацькому та дорослому рівнях). Відбір кандидатів до складу збірної та їх подальшу підготовку здійснюють з урахуванням цих вимог. В даному випадку, ми можемо спостерігати реалізацію чіткого алгоритму дій, спрямованого на побудову стратегічної концепції підготовки національних збірних: 1) визначення єдиної концепції (філософії, моделі) гри національних збірних

команд; 2) визначення модельних параметрів ігрової діяльності та підготовленості для баскетболістів збірної (моделі гравців різних вікових категорій); 3) відбір баскетболістів, що відповідають модельним характеристиками та їх подальша поетапна підготовка для вдосконалення обраних параметрів змагальної діяльності (фізична, техніко-тактично, психологічна та ін.).

Ієрархічна структура національних збірних команд Ізраїлю охоплює практично всі вікові діапазони (за виключенням U 19) (рис. 3.7). У більшості національних проєктів підготовка баскетболістів U 17 не здійснюється через те, що не всім командам вдається потрапити на молодіжний чемпіонат світу. Баскетболісти вікових категорій U 17 та U 19 беруть участь у чемпіонатах світу, потрапити на який дуже складно. Зазвичай не більше 5–6 команд з Європи отримують право виступати на цих змаганнях. Участь у континентальній першості (чемпіонат Європи) для всіх збірних гарантована. Команди розподіляють на різні за своєю силою дивізіони (А, В, С) з урахуванням виступів на попередніх змаганнях. У разі вдалого виступу (1-е – 3-є місця) у нижчих дивізіонах (В та С) збірна отримує можливість на наступному етапі піднятися в більш престижний дивізіон, змінюючи тих, хто зайняв останні місця. Потрібно також зазначити, що покоління гравців, які здобули для країни підвищення у класі в певній віковій категорії (наприклад, U 16), у наступному циклі (U 18) розпочнуть змагання у тому дивізіоні, в якому право виступати було здобуте попереднім поколінням гравців країни.

Спадковість поколінь та перманентна якісна підготовка юнацьких збірних команд у даному випадку набуває стратегічного значення.

Попри відсутність офіційних міжнародних змагань для ізраїльського національної збірної U 17, поетапна підготовка баскетболістів не припиняється. У цьому віці ще є можливість системно залучати спортсменів для участі в навчально-тренувальних зборах.

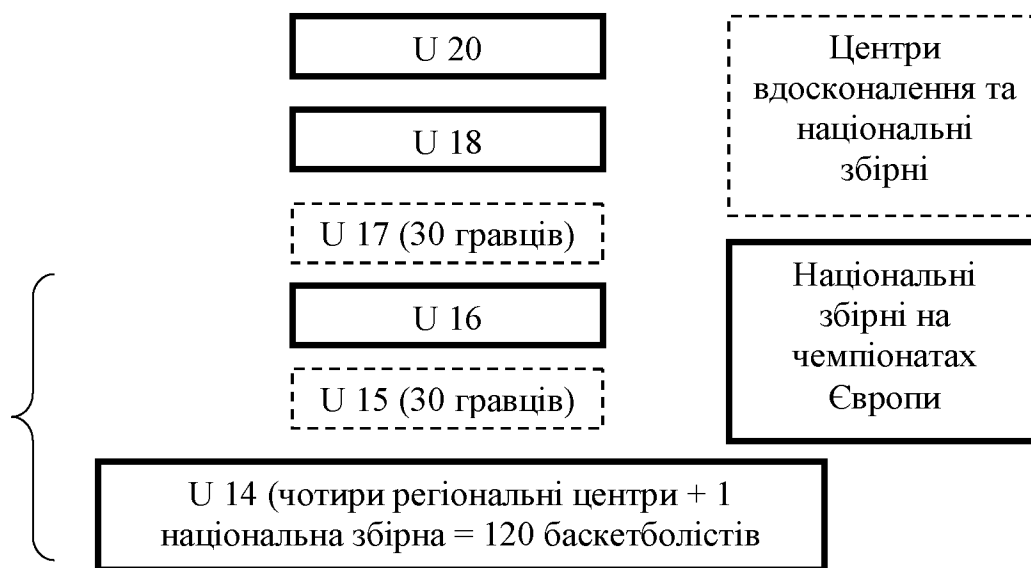


Рис. 3.7 – Ієрархічна структура («піраміда») національних збірних команд Ізраїлю (за Arik Shivek, 2018)

Діти продовжують навчатися в загальноосвітніх школах і ще не мають контрактних зобов'язань з професійними клубами, як це, наприклад, може траплятися з 19-річними баскетболістами. У цей період часу продовжується активне становлення молодого гравця і відсутність офіційних міжнародних змагань для баскетболістів даної вікової категорії збірних не повинно ставати аргументом для тимчасового припинення цілеспрямованої підготовки найближчого резерву.

Значну увагу приділяють кадровому забезпеченню підготовки збірних. Найчастіше, очолюють юнацькі збірні команди Ізраїлю фахівці, що мали досвід роботи із командами високої кваліфікації. Саме вони зможуть навчити підлітків грати у дорослий баскетбол. Дитячий тренер не може ефективно вирішувати це завдання через відсутність відповідного досвіду. До тренерського штабу збірної входять два асистенти, один із яких обов'язково має пряме відношення до даної вікової категорії (працює із підлітками вікової групи збірної) та добре знайомий з усіма гравцями та тренерами країни. Тренер з фізичної підготовки (condition coach) покликаний вирішувати завдання поетапної підготовки збірної до

«агресивного» (швидкого) баскетболу, забезпечуючи реалізацію обраної концепції гри національних збірних.

Вигідною перевагою для підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд Ізраїлю можна вважати можливість перманентного проведення спільних тренувальних занять. Незначні відстані між містами дозволяють тренерам збірної кожного місця збирати спортсменів і проводити по декілька тренувальних занять, планувати участь у підготовчих змаганнях тощо. Для певних вікових категорій збірних (U 14, U 15, U 17) загальна кількість спільних навчально-тренувальних занять протягом року досягає 120 год.

Потрібно також відзначити, що під час здійснення відбору баскетболістів та прогнозування їх перспектив потрапити у спорт вищих досягнень, ізраїльські фахівці переважно керуються критеріями та показниками, що не мають об'єктивно метричних одиниць вимірювання (рис. 3.18). На вклад об'єктивних показників, які характеризують рівень фізичної підготовленості (результати складання тестів) та морфологічні дані спортсмена, відводять не більше 30 % загального оцінювання.

Пріоритетне місце в процесі відбору належить ігровим показникам та особистісним якостям баскетболістів. Саме рівень прояву цих якостей, на думку ізраїльських спеціалістів, відзначає баскетболістів, які зможуть вийти на рівень найвищих досягнень та витримати конкуренцію серед найсильніших гравців планети. Психологічне забезпечення підготовки юнацьких збірних здійснюють кваліфіковані психологи, які в процесі тривалих спостережень формують психологічний профіль кожного кандидата збірної.

Важливою частиною програми є етапне тестування баскетболістів збірної (за визначеним уніфікованим протоколом) та створення індивідуального файлу гравців збірної. Акумуляція цих даних дозволяє спостерігати багаторічну динаміку змін та створювати відповідні модельні характеристики для гравця збірної певної вікової категорії та амплуа, а також порівнювати (за можливості) дані власних спортсменів із даними найкращих баскетболістів світу.

Цілеспрямовану підготовку до офіційних змагань ізраїльські юнацькі національні збірні розпочинають за десять місяців до їх початку (жовтень місяць). В рамках цього періоду кожного місяця планують спільні заняття для гравців збіркою (3 тиж. на місяць). Сам етап безпосередньої (безперервної) підготовки розпочинається за 6 тиж. до старту змагань. Обов'язковою умовою при цьому є проведення чотирьох-шести міжнародних турнірів до початку європейської першості.

Впровадження централізованого проєкту підготовки юнацьких збірних вже сьогодні принесло ізраїльським збірним відчутні результати. Молодіжна збірна команда U 20 у 2017 році займає друге місце в найпрестижнішому дивізіоні «А», а у 2018–2019-х роках двічі стає кращою на європейському континенті. Практично всі юнацькі збірні команди U 16 та U 18 Ізраїлю (дівчата та хлопці) сьогодні перейшли у вищий дивізіон «А», де закріпилися серед основних лідерів.

Багаторічні спостереження ізраїльських фахівців дозволили, на наш погляд, встановити цікаву статистику. Так, керівник проєкту підготовки юнацьких збірних Ізраїлю Арік Шивек стверджує, що з тисячі перспективних дітей, які починають займатися баскетболом, на рівень збірної U 19 потрапляють лише 50–80 гравців (5–8 %). Із 100 найбільш талановитих дітей 10-річного віку, які отримували найбільш схвальні відгуки від фахівців, лише один-три досягали рівня спорту вищих досягнень. У зв'язку з чим одним із перспективних завдань вважається раціоналізація багаторічної підготовки та підвищення якісної складової резервного спорту.

3.7. Відбір та багаторічна підготовка баскетболістів в різних країнах світу (Німеччина, Австралія, Туреччина, Китаю, країни Африки)

Позитивний досвід цілеспрямованої підготовки баскетболістів, який було отримано в Іспанії, Франції та інших країнах, сьогодні з успіхом використовується в багатьох країнах світу.

Перший подібний центр, наприклад, було створено в Германії тільки в 1999 р. Сьогодні двері Міжнародної баскетбольної академії в Берліні відкриті для талановитих спортсменів починаючи з 15-річного віку. Під час прийому до академії встановлено жорсткі критерії відбору, які відображають не тільки спортивну складову, а й загальну успішність кандидата за предметами шкільної програми, а також дотримання ним встановлених внутрішніх порядків та дисципліни. У загальному вигляді основні напрямки діяльності берлінської баскетбольної академії представлені на рисунку 3.8.

Серед основних переваг діяльності баскетбольної установи, німецькі фахівці виділяють такі:

- зменшення часових витрат на переїзди між домом, школою та тренувальними базами;
- концентрування в рамках навчально-тренувальних груп найсильніших спортсменів у своїх вікових категоріях;
- координація шкільного розкладу з навчально-тренувальними заняттями та участю спортсменів у змаганнях та ін.

Підтримку в діяльності берлінській академії надають Національна федерація баскетболу Німеччини та її регіональні відділення, професійні баскетбольні клуби Берліна, а також олімпійський центр підготовки, фахівці якого, здійснюють медико-біологічне забезпечення підготовки юних баскетболістів.

Фінансування академії здійснюються за рахунок членський внесків, спонсорської допомоги та меценатських пожертвувань. Випускники академії, які заключили свій перший професійний контракт, згідно з підписаним раніше договором, 50 % грошей повертають у бюджет академії. Такий підхід створює всі необхідні умови для стабільної роботи з підготовки баскетбольного резерву. За останні чотири роки діяльності берлінської академії було підготовлено п'ятнадцять гравців для національних збірних команд Німеччини різних вікових категорій.



Рис. 3.8. Структура та зміст діяльності міжнародної баскетбольної академії в Берліні

Не можна вважати випадковим й успішний виступ національної збірної команди Туреччини на великих міжнародних змаганнях у двотисячних роках. Турецькі баскетболісти вперше у своїй історії вибороли срібні медалі чемпіонату Європи у 2001 р., а також згодом повторили це досягнення вже на чемпіонаті світу у 2010 р., поступившись лише у фінальному поєдинку американській збірній.

За сім років до першого результативного виступу національної команди (у 1994 р.), комітетом з розвитку юнацького баскетболу в Туреччині, було розроблено чотирирічну програму з підготовки резерву для головної команди країни. Для участі в програмі було відібрано двісті найперспективніших баскетболістів 1978 та 1979-х років народження із різних регіонів країни.

Першочерговим завданням програми був пошук гравців, які не просто є найкращими серед інших, а тих із них, які зможуть у подальшому поповнити склад національної збірної команди країни та скласти гідну конкуренцію найсильнішим баскетболістам світу. При цьому акцент робився на успішні виступи саме у спорті вищих досягнень. Результати молодіжних та юнацьких змагань було розглянуто лише як проміжні та другорядні. Починаючи з 16-річного віку, учасники програми були постійно забезпечені ігровою практикою міжнародного рівня. За чотири роки підготовки баскетболісти взяли участь у чотирьох чемпіонатах Європи різних вікових категорій та одному чемпіонаті світу. Загалом за весь період підготовки в рамках програми гравцями було проведено понад двохсот міжнародних матчів. Як результат, шість гравців увійшли до складу національної збірної команди Туреччини та сприяли її подальшим успіхам на головних змаганнях, а двоє із них підписали контракти із клубами НБА та стали зірками світового баскетболу.

Враховуючи успішний досвід реалізації довгострокових проєктів, сьогодні баскетбольним керівництвом Туреччини розроблено черговий чотирирічний план з підготовки нової генерації баскетболістів високого класу, завдання якого куди більш амбіційні ніж у попередніх проєктів, – завоювати провідні позиції на міжнародній баскетбольній арені. Відмітними рисами

нинішнього плану є відбір спортсменів з урахуванням їх відповідності модельним показникам провідних баскетболістів Туреччини та інших країн. Важливий акцент під час підготовки в рамках нової програми, зроблено на універсалізацію ігрових функцій баскетболістів на майданчику.

Необхідно зазначити прогрес баскетбольної збірної Австралії, яку до теперішнього часу мало хто сприймав як серйозного опонента. На Олімпійських іграх в Ріо-де-Жанейро австралійські спортсмени лише наприкінці рівного поєдинку поступилися американській «команді мрії» (“Dream Team”). У підсумку австралійській збірній вперше у своїй історії вдалося увійти до четвірки найсильніших баскетбольних країн на планеті. В матчі за бронзові нагороди Ігор Олімпіади австралійські спортсмени лише наприкінці драматичного поєдинку поступилися іспанським баскетболістам всього в одне очко.

Виступ команди із Австралії було відмічено багатьма фахівцями. Потенціал нинішньої австралійської збірної, а головне той рівень гри, який було продемонстровано на олімпійському турнірі, дозволяє цій команді небезпідставно розраховувати на медалі майбутнього чемпіонату світу з баскетболу. Навряд чи хтось міг спрогнозувати таку розстановку сил на баскетбольній арені ще десять років тому.

Сьогодні в Австралії ведеться ретельний відбір кандидатів для збірних команд всіх вікових категорій (U 16 – National Teams). Розроблено спеціальні вимоги для баскетболістів, які орієнтовані на різні ігрові позиції (Додаток Ж). При цьому під час оцінювання потенціалу гравця орієнтуються як на коло обов’язкових (мінімальний рівень) здібностей та якостей, так і на ті якості, які додатково підвищують цінність гравця в процесі відбору на конкретну ігрову позицію.

Наприклад, цінність баскетболіста, який виступає на позиції «атакувального» захисника, значно підвищується в процесі відбору в австралійську збірну, якщо він у доповнення до базових вимог володіє якостями, які є характерними для розігруючого гравця (уміння організувати

дії команди, бути основною сполучною ланкою під час побудови комбінаційних дій у захисті та нападі).

Наявність такого гравця у складі команди дає можливість тренеру застосовувати самі різноманітні тактичні варіанти гри, надавати більше часу для відпочинку основному «плей-мейкеру» команди та бути застрахованим на випадок перебору персональних зауважень гравцями захисної лінії.

Великі сподівання на підвищення результатів виступів власних спортсменів на міжнародній арені сьогодні покладають в Китаї. Починаючи із 2008 р. в країні було розроблено і впроваджено пірамідальну систему розвитку та ідентифікації баскетбольних талантів, яка стала частиною загальнонаціонального проєкту, спрямованого на підвищення результатів виступів китайських спортсменів на міжнародних змаганнях. Структура програми включає поетапне вирішення завдань чотирьох відносно самостійних рівнів [384].

Стрижневою (концептуальною) особливістю довгострокової програми підготовки баскетболістів в Китаї є її орієнтація на національні традиції та врахування культурного чинника (рис. 3.9). На думку J. Bonal et. al. [297], культурний чинник є одним із визначальних для розвитку та ідентифікації баскетбольних талантів в Китаї. «Сімейні традиції», які мають глибоке коріння та значущість для китайської культури, є тим елементом, який безпосередньо впливає на гравців під час як вибору виду спорту, так і подальшої мотивації для подолання всіх труднощів та перешкод, що виникають протягом всієї кар'єри.

Мотивація досягнення високих спортивних результатів для китайських баскетболістів проявляється в бажанні здобути славу та гідність для власної родини (сімейні традиції), прагненні прославити свою країну, возвеличити її до найвищого рівня, до чого закликає китайських громадян концепція «Джуго Тижчі».

Однак попри значні організаційні та фінансові кроки, які були здійснені останніми роками для розвитку та популяризації баскетболу, досягти суттєвих результатів місцевим баскетболістам на міжнародній арені поки що не вдалося.

Не маючи власних традицій підготовки баскетболістів китайські фахівці з успіхом запозичують його у провідних держав світу. До роботи у Китай запрошуються найкращі фахівці з різних країн, які працюють як з командами високої кваліфікації (національні збірні та провідні клубні команди), так і займаються в секторі дитячо-юнацького баскетболу, передаючи свої знання та вміння.

Розвинута матеріально-технічна база та гідні умови оплати праці тренера стимулюють спеціалістів з багатьох країн світу їхати до Китаю на постійне працевлаштування. Особливим попитом в Китаї сьогодні користуються фахівці із Сербії та США, одних із найкращих «баскетбольних шкіл» світу.



Рис. 3.9 Компоненти (якісний аналіз даних), що визначають розвиток елітних баскетболістів у Китаї (за J. Bonal et al. 2020)

Певних успіхів у процесі підготовки баскетболістів високого класу досягли і в багатьох африканських країнах (Нігерія, Конго, Сенегал, Камерун, Кот-Д'Івуар та ін.). Зрозуміло, що мова в даному випадку йде про попередню підготовку юних спортсменів. Слабко розвинута матеріально-технічна база і недостатня кількість кваліфікованих кадрів у цих країнах не дають можливості забезпечити повноцінні умови для гравців на всіх етапах багаторічного вдосконалення.

Найталановитіші молоді африканські спортсмени потрапляють у поле зору скаутів із європейських та заокеанських баскетбольних академій і спортивних установ та продовжують свою подальшу кар'єру в одному із професійних клубів. У сезоні 2018–2021 років тільки у складах команд НБА нараховувалось понад тридцять гравців, які представляють африканський континент.

Висновки до розділу 3

У провідних баскетбольних країнах світу є чітке розуміння значущості проблеми підготовки спортивного резерву в ігрових видах спорту та необхідність інвестування значних ресурсів у розвиток дитячого та юнацького спорту. Доведено, що без безперервної підготовки резерву неможливо забезпечити спадковість поколінь та створити умови для довгострокової перспективи. Навіть тимчасове погіршення діяльності системи дитячого та юнацького спорту може мати суттєві наслідки, що пов'язано з тривалістю підготовки гравців.

Визначено, що в провідних країн світу для підготовки одного покоління гравців необхідно від семи до десяти років цілеспрямованої роботи. При забезпеченні безперервності цього процесу, баскетбольні клуби та національні збірні регулярно отримують нових молодих талантів, які приходять на зміну віковим баскетболістам.

Досліджено значний досвід з питань довгострокової підготовки баскетболістів в дитячо-юнацькому спорті різних країн, спеціальні програми

поетапного розвитку молодих гравців, від початківців до виходу на рівень спорту вищих досягнень. Доведено значущість врахування біологічного та паспортного віку під час оцінювання потенційних можливостей гравців, специфічних ігрових здібностей баскетболістів під час діагностики їх індивідуальних можливостей та прогнозування перспектив потрапляння на рівень спорту вищих досягнень. Визначено, що ігрові характеристики (ігровий інтелект, креативні та організаційні здібності, можливість швидкого та адекватного прийняття рішень, якісні характеристики техніко-тактично підготовленості та ін.) не мають об'єктивно-метричних одиниць вимірювання і потребують професійного експертного висновку.

Об'єктивні чинники політичного, соціально-економічного та нормативно-правового характеру спричинили формування різноманітних (своєрідних) моделей побудови багаторічного підготовки спортивного резерву в різних країнах світу. Деякі моделі підготовки є специфічними, їх успішна реалізація можлива лише в умовах, де вони були сформовані. Екстенсивна модель підготовки баскетболістів, притаманна для американського спорту, не може бути реалізована в невеликих за кількістю населення країнах як Литва, Словенія, Хорватія та ін. Для них характерною є модель, яка фокусується на здійсненні ретельного відбору талановитих спортсменів та створенні сприятливих умов централізованої підготовки та індивідуального розвитку, координації зусиль державних та громадських організацій, проведенні достатньої кількості якісних за своїм змістом та цільовими настановами дитячих та юнацьких змагань, покликаних підвищити ефективність поетапного навчання юних гравців (без фокусування на досягненні спортивного результату).

При всьому різноманітті варіантів підготовки резерву, виділено декілька спільних для багатьох країн напрямів, що в цілому можуть бути реалізовані в Україні. Це концентрація найсильніших баскетболістів у кожній віковій категорії в рамках єдиних центрів підготовки (або командах); проведення масових змагань за територіальним принципом; об'єднання найкращих гравців

кожного регіону в збірні команди для подальшої участі в змаганнях всередині країни; залучення до роботи з найбільш перспективними гравцями найкращих тренерів; регулярний виступ у міжнародних змаганнях.

Представлені напрями вдосконалення системи підготовки баскетбольного резерву не потребують суттєвих фінансових та кадрових витрат, і водночас, на наш погляд, можуть стати вагомим фундаментом майбутніх успіхів вітчизняних баскетболістів. Досвід ряду баскетбольних країн переконливо це підтверджує.

Результати даного розділу представлено у роботах автора [50, 56–59].

РОЗДІЛ 4

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЦЕНТРАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ НАЦІОНАЛЬНИХ ЗБІРНИХ КОМАНД

4.1. Науково-теоретичні передумови формування централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту

Регулярні успішні виступи національних збірних команд на престижних міжнародних змаганнях та постійна поява нових висококласних спортсменів, які здатні витримувати конкуренцію в найсильніших клубних чемпіонатах світу, є найбільш яскравим індикатором якості функціонування всієї системи підготовки віддаленого та найближчого резерву та правильності обраних шляхів розвитку виду спорту в державі. Дуже важливо розуміти, що виступи професійних спортсменів є лише заключною фазою (квінтесенцією) складного процесу багаторічного спортивного вдосконалення, який повинен ґрунтуватися на послідовному вирішенні стратегічних завдань процесу підготовки з урахуванням як біологічних закономірностей розвитку організму, так і специфіки становлення вищої спортивної майстерності в ігрових командних видах спорту.

Погіршення якості підготовки віддаленого та найближчого резерву неминуче призводить до зниження результатів виступів вітчизняних збірних команд на міжнародних змаганнях. Дуже часто в таких випадках спостерігається також тенденція і до пониження у класі на клубному рівні, втрачається загальний світовий рейтинг (який акумулюється на основі результатів виступів національних та клубних команд у міжнародних змаганнях), і як наслідок, головна команда країни практично повністю позбавляється шансів потрапити на найбільш престижні міжнародні змагання (Олімпійські ігри, чемпіонати світу). Значною проблемою при цьому є те, що виправити цю ситуацію в короткостроковій перспективі практично неможливо.

Жодні фінансові, організаційно-методичні та педагогічні фактори впливу не зможуть пришвидшити цей процес та вплинути на існуючі закономірності поступового становлення спортивної майстерності та підведення гравця до рівня команд високої кваліфікації.

Починаючи з 2004 р. вітчизняні збірні команди з ігрових видів спорту не можуть кваліфікуватися на Олімпійські ігри. І це при тому, що сьогодні до олімпійської програми входять десять ігрових командних видів спорту. Алгоритм відбору на Олімпійські ігри в різних командних іграх має певні відмінності, встановлені відповідною міжнародною федерацією, однак навіть і в тих із них, де олімпійські ліценції виборюються шляхом прямої кваліфікації, наші команди не здатні гідно конкурувати із зарубіжними збірними.

Останнім часом фахівці все частіше звертають увагу на незадовільні виступи національних збірних команд, подекуди відверто кажучи про системну кризу вітчизняних ігрових видів спорту. Особливо якщо порівнювати їх із виступами в спортивних єдиноборствах, циклічних та швидко-силових видах спорту. Однак не потрібно при цьому також забувати, що на відміну від індивідуальних видів спорту, результат в спортивних іграх досягається спільними зусиллями партнерів по команді. Наявність одного або двох висококласних гравців не може гарантувати команді підсумковий успіх.

В індивідуальних видах спорту епізодична поява талановитих спортсменів і побудова для них збалансованої підготовки багато в чому дозволяє невілювати системні недоліки, пов'язані із розвитком виду спорту в державі, та за рахунок вдалого виступу окремих спортсменів тимчасово відволікти увагу від реально існуючих проблем. В ігрових видах спорту такий варіант є практично неможливим. Ізолювано підготувати гравця не вдасться. Саме в ігрових командних видах спорту найбільш гостро проявляються системні проблеми, адже до складу команди повинні входити до 10–15 спортсменів приблизно одного і того ж високого рівня, яким завчасно потрібно підготувати гідний резерв.

Цілком логічним при цьому є запитання, що стало причиною виникнення подібної кризи, адже ще 20–25 років назад вітчизняні спортсмени демонстрували більш високий рівень спортивних результатів і могли гідно конкурувати з найкращими збірними світу. Найбільш гостро сприймається не те, що українські збірні не можуть демонструвати рівень гри, характерний для найкращих команд світу, а той факт, що сьогодні вітчизняних спортсменів починають випереджати спортсмени тих країн, які ще донедавна були більш низькими за класом і їх не сприймали як серйозного опонента на турнірному шляху (збірні країн, які є набагато меншими за територією та кількістю населення).

Подібний стан речей потребує швидкого реагування, проведення детального аналізу і подальшого переосмислення багатьох ключових питань, пов'язаних із системною підготовкою віддаленого та найближчого резерву збірних. Передусім потрібно знайти відповідь на два ключових запитання: 1) причини явного зниження результатів виступів в командних спортивних іграх; 2) можливі шляхи розв'язання існуючих проблем та підвищення якості виступів національних збірних.

Розглядати потенційні причини невдалих виступів національних збірних не можливо без урахування тих тенденцій та змін, які відбулися в ігрових видах спорту за останні двадцять років. Зниження результатів виступів національних збірних могло бути обумовлено не погіршенням якості роботи «вітчизняної школи», а елементарним її відставанням від швидких темпів розвитку сучасних спортивних ігор та розробкою новітніх прогресивних методик підготовки спортсменів в інших країнах світу. Не зовсім коректно звинувачувати лише тренерські кадри у погіршенні якості підготовки спортсменів, адже ця проблема стосується абсолютно всіх ланок складної системи багаторічної підготовки, включаючи її нормативно-правову та організаційно-методичну складову. Скоріш за все ситуація, яку ми можемо сьогодні спостерігати, обумовлена не тим, що вітчизняні фахівці зробили крок назад, а тим, що їх зарубіжні колеги

здійснили декілька кроків вперед за всіма напрямками, пов'язаними із системною підготовкою спортсменів в ігрових видах спорту.

Кардинальні зміни сьогодні можна спостерігати в методиці підготовки спортсменів у дитячому віці (віддалений резерв). У багатьох ігрових видах спорту значно зменшився вік початку занять. Якщо раніше оптимальним для початку занять вважався вік 7–9 років, то сьогодні у більшості спортивних ігор дітей починають залучати з 5–6-річного віку. Ранній початок занять спортивними іграми не має нічого спільного із ранньою спеціалізацією та форсуванням процесу підготовки. Заняття мають різносторонній та емоційно-розважальний характер, прищеплюють любов до виду спорту та рухової активності, формують важливі рухові навички та координаційні здібності, які стануть основою для оволодіння більш складними техніко-тактичними діями у юнацькому віці.

Велику увагу при цьому приділяють постійному контакту дитини із м'ячем, спрощенням умов виконання ігрових вправ та формату змагальної діяльності. На відміну від індивідуальних циклічних видів спорту, вже починаючи з перших етапів, частка технічної підготовки є значно більшою під час тренувальних занять, що обумовлено більш складною структурою змагальної діяльності та різноманіттям техніко-тактичних дій. Американські баскетбольні тренери називають цей етап підготовки фундаментальним (fundamental), адже саме в цей період часу формуються всі важливі технічні навички та фізичні здібності дітей. Тренерські помилки, які були здійснені в цей період часу, вкрай важко виправити та компенсувати у майбутньому.

Узагальнюючи провідний зарубіжний та вітчизняний практичний досвід, сучасні світові тенденції розвитку спортивних ігор, всю багаторічну кар'єру гравця можна розділити на три великі стадії, кожна із яких охоплює певний період багаторічної кар'єри, пов'язаний із зміною характеру та пріоритетними завданнями підготовки (рис. 4.1).

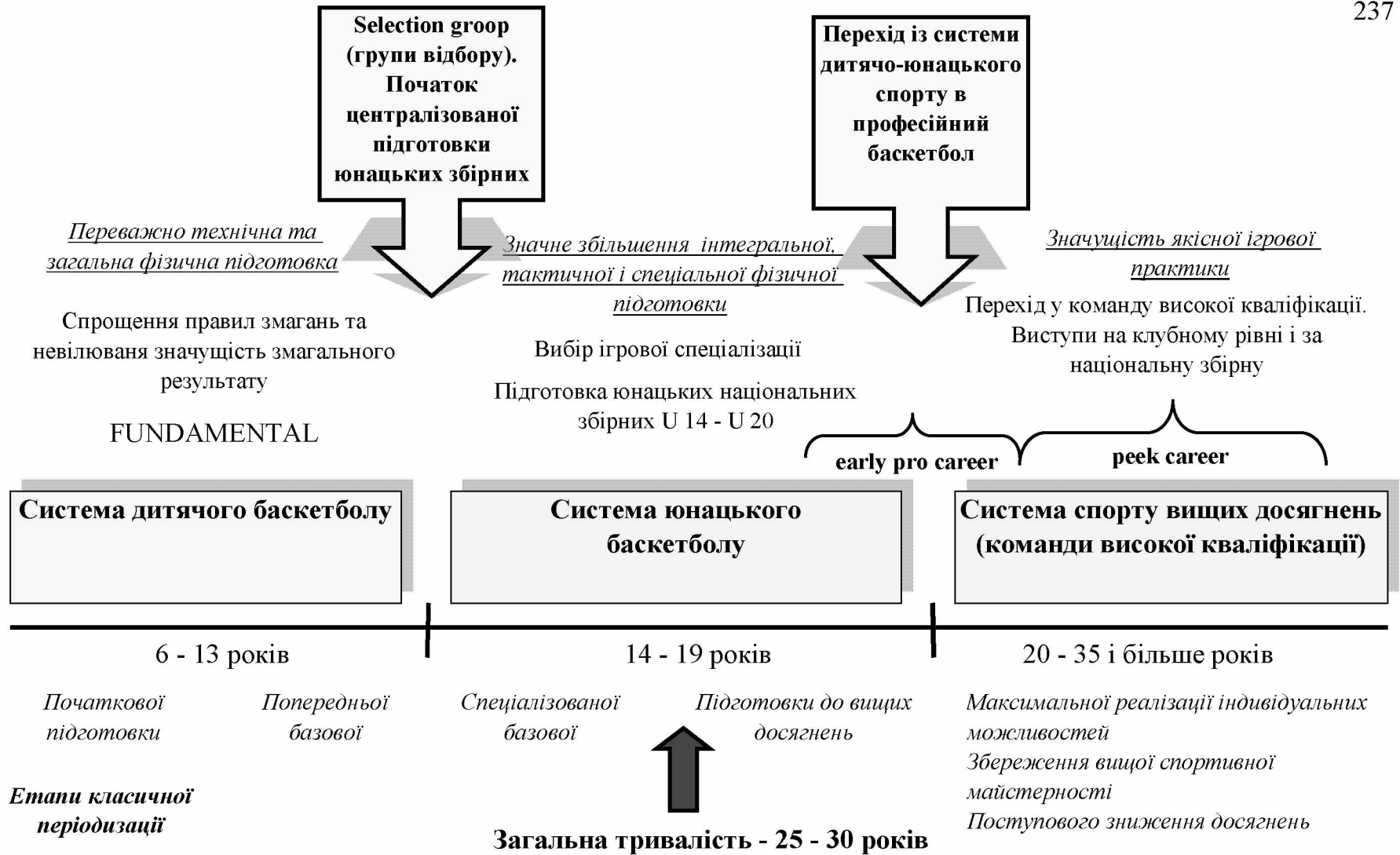


Рис. 4.1 Стадії та зміст багаторічної підготовки спортсменів в ігрових командних видах спорту (на матеріалі баскетболу)

При цьому на кожній із цих стадій зі спортсменом можуть працювати різні фахівці, а сам спортсмен найчастіше переходить із однієї команди в іншу. В рамках першої стадії підготовки (система дитячого спорту), яка в середньому охоплює вік від 6 до 13 років, у провідних зарубіжних країнах світу спостерігається тенденція до спрощення умов змагальної діяльності та нівелювання підсумкового спортивного результату. Основний акцент робиться на поступовому розвитку із очікуванням високих спортивних результатів в оптимальній віковій зоні, попередження можливих негативних наслідків раннього форсування підготовки та перенавантажень гравців.

Результати виступів спортсменів у дитячо-юнацьких змаганнях завжди були одним із головних критеріїв оцінювання якості роботи вітчизняних тренерів, які дуже часто свідомо нехтували стратегічними завданнями багаторічної підготовки задля досягнення тимчасових переваг. Чинна сьогодні нормативно-правова база, яка багато в чому залишилась від радянської системи спорту, стимулює тренера до демонстрації результатів в дитячо-юнацьких змаганнях, адже зайняті на цих змаганнях місця напряму впливають на отримання ним категорійних переваг та матеріального заохочення. Попри відверто шкідливий вплив цього явища, про який постійно говорять вже не один рік відомі вітчизняні та зарубіжні фахівці, регламентуючі діяльність вітчизняних тренерів нормативні документи, не реформовані й до сьогодні. Прагнення виграти дитячі змагання стає причиною виникнення цілого комплексу інших проблем, які негативно позначаються на подальшому розвитку юних спортсменів та суттєвим чином зменшують їхні шанси на потрапляння у спорт вищих досягнень.

Відсутність підсумкового спортивного результату в дитячому віці фактично одразу ж знімає існуючу практику маніпулювання з реальним календарним віком та поширеним явищем тимчасового використання біологічних переваг дитини (темпи біологічного розвитку, «relate age effect» та ін.). Адже в дитячих змаганнях навіть різниця у півроку дає відчутну перевагу над суперником. Ще одна

проблема, яка пов'язана із прагненням перемогти у дитячих змаганнях – нерівномірний розподіл ігрового часу для всіх гравців команди. На полі (майданчику) знаходяться переважно ті діти, які на даному етапі є більш підготовленими та зможуть принести позитивний підсумковий результат. В деяких випадках ситуація доходить до того, що із заявлених на матч гравців постійно бере участь у грі лише половина юних спортсменів. Інші, більш слабкіші на думку тренера діти, змушені весь матч сидіти на лаві запасних та не можуть отримати важливий ігровий досвід.

Можливо саме через це вітчизняні команди в ігрових видах спорту так часто здобувають звитяги у дитячих змаганнях на міжнародному рівні, однак після настання біологічної зрілості і часу переходу до команд високої кваліфікації повністю зникають із системи спорту вищих досягнень, а їхні зарубіжні однолітки, які поступалися суперникам в дитячому віці, беручи участь у цих змаганнях лише як засіб планомірного розвитку та отримання необхідного досвіду, потрапляють на найвищий рівень, підписують контракти з провідними клубами світу та гідно представляють свою країну на міжнародній спортивній арені.

Хибні цільові орієнтири, які й сьогодні сфокусовані переважним чином на досягненні короткострокових переваг в дитячо-юнацькому віці, безперечно, негативно вплинули на якість системної підготовки резерву в ігрових видах спорту. Навіть попри позитивний досвід багатьох країн світу у напрямі реформування системи дитячого спорту, її повної переорієнтації на планомірний розвиток кар'єри гравця, вітчизняні фахівці продовжують дотримуватись звичних схем у роботі із дітьми та підлітками і досить скептично ставляться до можливості імплементації новітніх педагогічних технологій у навчально-тренувальний процес вітчизняних спортсменів.

Система юнацького спорту є однією із найважливіших ланок багаторічної підготовки спортсменів в ігрових видах спорту. Саме в цій стадії відбувається становлення молодого спортсмена як гравця, починають проявлятися ті здібності

та якості, які визначають довгострокові перспективи юного спортсмена. У першій стадії (система дитячого спорту) ряд фахівців взагалі не рекомендують здійснювати відсів дітей, пропонуючи розподіляти спортсменів на різні за рівнем підготовленості групи. В країнах колишньої республіки Югославії (Словенії, Сербії) групи відбору починаються з 12–13-річного віку. Балканські баскетбольні тренери прямо говорять, що здійснювати відбір до цього віку недоцільно, оскільки лише в більш пізньому віці стають помітними ті якості та здібності гравця, які мають цінність для дорослого спорту. Залежність спортивного результату в ігрових видах спорту від великої кількості факторів (антропометрія, технічна підготовленість, інтелектуальні ігрові здібності, особистісні психологічні властивості, атлетизм та ін.), кожен із яких може вплинути на подальшу перспективність спортсмена, потребують детального вивчення індивідуальних особливостей кожної дитини, встановлення динаміки розвитку важливих для виду спорту параметрів підготовленості.

На цьому етапі значно збільшується частка спеціальної технічної, а особливо тактичної підготовки, визначається майбутня ігрова спеціалізація. Відбувається поступовий перехід від дитячого розуміння гри до принципів дорослого спорту. На відміну від першої ланки (системи дитячого баскетболу), на даному етапі доцільним може бути перехід гравця до іншої, більш високої, за рівнем майстерності своїх вихованців, команди (у випадках, коли власна команда не відповідає потенціалу гравця). У дитячому віці фахівці не рекомендують здійснювати перехід до інших команд, особливо якщо це пов'язано з необхідністю зміни місця постійного проживання. Пояснюється це тим, що в ранньому віці дитина психічно ще не готова до подібних стресових умов та й сама специфіка тренувань ще не потребує створення жорстких конкурентних умов і підвищення частки спеціалізованої інтегральної підготовки.

Саме в цей період часу розпочинається підготовка юнацьких збірних команд до відповідальних міжнародних турнірів. Активізується діяльність агентів та

селекціонерів клубів, яка спрямована на пошук молодих спортсменів, здатних через декілька років вийти на найвищий рівень. У сьогоднішніх соціально-економічних реаліях ця діяльність набуває всіх ознак вигідної довгострокової інвестиції. Адже молоді спортсмени, які були запрошені до провідної академії (футбольної, баскетбольної), після трьох-чотирьох років роботи під керівництвом найкращих тренерів у постійній боротьбі з такими самими талановитими спортсменами, виходять на зовсім інший рівень майстерності та отримують запрошення з провідних професійних команд світу.

Принципової значущості на даному етапі багаторічної підготовки набуває важливість розвитку спортсмена в конкурентному (стимулюючому) середовищі. Відсутність гідного спротиву з боку опонентів у тренувальній і змагальній діяльності призводить до уповільнення темпів розвитку молодого гравця та його подальшого прогресу. Ось чому стратегічно вірним можна вважати рішення першого (дитячого) тренера віддати своїх найкращих вихованців у більш сильну команду, в рамках якої будуть створені зовсім інші конкурентні умови, які стимулюватимуть подальший розвиток молодих гравців.

Значною мірою на зниження результатів виступів національних збірних команд також вплинути процеси глобалізації та комерціалізації світового спорту. Сьогодні можна фактично спостерігати за створенням своєї ієрархії професійних клубних команд, де найбільш заможні та титуловані клуби виступають у найбільш престижних змаганнях і можуть запрошувати до своїх лав найкращих гравців та тренерів. Ті фінансово-кар'єрні умови, які створені сьогодні грандами світового футболу, баскетболу, гандболу та ін., практично повністю позбавляють шансів інші клуби втримати талановитих спортсменів і тренерів, і як наслідок чинити гідний опір останнім в очному протистоянні. Такий перерозподіл кадрового потенціалу призвів до формування своєї елітарної групи чемпіонатів та клубів, в яких виступають найбільш конкурентні команди та спортсмени.

Стрімка глобалізації сучасних ігрових видів спорту по-різному вплинула на розвиток клубних команд та виступи національних збірних. Якщо на клубному рівні спостерігається фактична «монополія на результат» для найбагатших команд, які вже тривалий час між собою розігрують найпрестижніші клубні трофеї, практично не залишаючи шансів іншим втрутитися в цю боротьбу, то на рівні національних збірних спостерігається вирівнювання спортивних результатів та покращення конкурентної боротьби. Це стало можливим завдяки тому, що в провідних клубах виступають представники із різних країн світу. Навіть відомі футбольні клуби Іспанії, Німеччини, Англії, які мають всі необхідні умови для підготовки якісного резерву та вибору серед власних вихованців, більше ніж на половину укомплектовані гравцями з інших країн. У підсумку це призводить до того, що під час протистояння на рівні національних збірних команд зустрічаються одноклубники приблизно однакового рівня майстерності та підготовленості, які добре знають сильні й слабкі сторони один одного та ведуть конкурентну боротьбу, результат якої є непередбачуваним.

У подібних умовах чим більша кількість вітчизняних спортсменів виступає в провідних чемпіонатах та клубах, тим краще для інтересів національної команди. Рівень вітчизняного чемпіонату сьогодні не дозволяє якісно готувати конкурентоздатних спортсменів. В ігрових видах спорту величезне значення для розвитку гравця і команди має сила протиборчої сторони. Низький рівень опору з боку суперника не потребує додаткової мобілізації потенціалу задля отримання позитивного результату. Спортсмен звикає діяти в комфортних для себе умовах, а подекуди і регресує до рівня гри команд, з якими регулярно зустрічається, і навпаки. Постійне протистояння із сильними суперниками змушує гравця переходити на зовсім інший рівень гри, яка характеризується набагато більшою інтенсивністю рухів та швидкістю прийняття ігрових рішень, постійним тиском з боку більш майстерного суперника, значними фізичними навантаженнями тощо. Цей контраст майстерності та швидкості стає добре помітним під час

протистояння команд з різних за своєю силою чемпіонатів. Навіть ті команди, що знаходяться в середині турнірної таблиці провідного чемпіонату, з впевненістю переграють лідера турнірної таблиці більш слабшого чемпіонату.

Ситуація сьогодні дійшла вже до того, що в складах деяких національних збірних команд немає жодного спортсмена, який би виступав в національній першості. Тобто чим більша кількість гравців збірної виступає в провідних чемпіонатах та клубах, тим краще виступає національна команда. Подібне припущення можна підтвердити спостерігаючи за тим, яку ключову роль відіграють в національних збірних українські гравці, що виступають у більш сильних зарубіжних чемпіонатах. На сьогодні не так багато вітчизняних гравців виступають у провідних клубних чемпіонатах, що, в свою чергу, може впливати на виступи національних збірних та їхню здатність протистояти тим збірним, які мають кращу комплектацію та більшу кількість гравців найвищого міжнародного рівня.

Безумовно, ці зміни суттєво вплинули на результати виступів національних збірних команд в ігрових видах спорту та потребують пошуку дієвих механізмів пристосування до нових реалій розвитку спортивних ігор, кардинальних реформ процесу підготовки спортсменів на різних ланках багаторічного вдосконалення. І якщо реально вплинути на ситуацію, що склалася у професійному спорті, практично неможливо, принаймні в найближчій перспективі, то підвищити якість підготовки віддаленого та найближчого резерву цілком по силам навіть з урахуванням нинішніх соціально-економічних умов в нашій державі. Сьогодні можна спостерігати позитивні тенденції, пов'язані із реформуванням системи дитячих змагань у футболі та баскетболі в Україні. Федераціями цих видів спорту представлено проекти нових форматів проведення дитячих змагань, в яких нівелюється значущість підсумкового спортивного результату для молодших вікових груп, відмінюються турнірні таблиці та залікові бали, посилюється контроль за дотриманням рівноцінного розподілу ігрового часу між дітьми на

змаганнях та підвищенням позитивно-емоційного фону їх проведення. Хоча ці кроки й робляться із значним запізненням, адже в провідних країнах світу з середини двотисячних років перейшли на новий формат проведення дитячих змагань, не можна не відмітити наявність позитивної динаміки та прагнення вітчизняних спортивних функціонерів перейняти провідний досвід та покращити якість підготовки гравців у системі дитячо-юнацького спорту.

Одним із найперспективніших напрямів підвищення якості підготовки найближчого резерву і подальших успішних виступів національних збірних різних вікових категорій є впровадження централізованих проєктів багатоетапної підготовки юнацьких збірних команд. Офіційні міжнародні змагання FIBA для баскетболістів юнацьких вікових категорій розпочинаються з 16-річного віку. Фактично саме з цих змагань відбувається поступове сходження молодих спортсменів по ієрархічній драбині складної системи міжнародних змагань та їх поступове підведення до рівня національних збірних (Додаток 3). І хоча дуже часто сьогодні говорять про сумнівну значущість виступів у змаганнях на ранньому етапі, посиляючись на величезний вплив тимчасових переваг біологічної зрілості одних спортсменів над іншими, а також враховуючи той факт, що майже половина гравців кадетських збірних не потрапляє вже на наступний етап піраміди збірних, у провідних країнах світу старанно готуються до цих перших офіційних міжнародних змагань та намагаються зайняти високі призові місця.

Континентальні першості для баскетболістів юнацьких вікових категорій розділено на три дивізіони, які формуються на основі результатів виступів у попередніх роках. У найсильнішому дивізіоні «А» сконцентровано найкращі молоді колективи з Європи, а рівень змагань виступає найбільш дієвим фактором підвищення індивідуальної майстерності талановитих спортсменів. Можливо саме тому провідні баскетбольні країни намагаються будь-що зберегти прописку у вищому континентальному дивізіоні і забезпечити своїх спортсменів якісною ігровою практикою. Якби результат виступів на цих змаганнях не мав

стратегічного значення для підготовки збірних, то скоріш за все ми б спостерігали ситуацію, при якій призові місця на них займали інші збірні, якщо порівнювати з більш старшими віковими категоріями. Однак цього не відбувається. Серед призерів та переможців перших кадетських змагань постійно можна бачити найсильніші баскетбольні збірні на європейському континенті.

Одними із перших, хто розгледів значні перспективи підвищення якості формування найближчого резерву, за рахунок реалізації централізованих довгострокових програм підготовки спортсменів на базі юнацьких збірних, були фахівці іспанської федерації баскетболу. Було обґрунтовано важливість створення централізованого багаторічного проєкту підготовки гравців збірних, спрямованого на поетапну підготовку спортсменів з 14 до 18 років. Саме іспанські фахівці поставили під сумнів ефективність функціонування традиційної моделі підготовки найближчого резерву на базі юнацьких збірних, яка ґрунтувалась на епізодичній підготовці до змагань, і переконливо довели необхідність безперервної роботи з молодими спортсменами протягом 4-річного циклу.

Підготовка збірних команд юнацьких вікових категорій в традиційному форматі, як правило, здійснюється за аналогією із підготовкою національних збірних. Тобто для найкращих спортсменів у своїй віковій категорії за місяць-півтора до офіційних змагань проводиться короткостроковий підготовчий збір, після якого команда вирушає для участі в міжнародній першості. Однак якщо для дорослих професійних спортсменів цього періоду часу для якісної підготовки буває достатньо, то для дітей, які не мають ще необхідного рівня техніко-тактичної і фізичної підготовленості, це надзвичайно стислі терміни, в рамках яких тренерському штабу збірних необхідно вирішити велике коло фундаментальних завдань, пов'язаних із постановкою тактики гри, спортивною селекцією та фізичною підготовкою команди до виснажливого (значна кількість ігор протягом нетривалого часу) формату континентальних змагань.

Експериментальне впровадження нового формату підготовки юнацьких збірних, яке здійснили іспанські фахівці на початку 1990-х років, практично одразу ж позитивно позначилось на виступах молодіжних збірних цієї країни на міжнародній баскетбольній арені. Багато в чому завдяки цій програмі іспанським фахівцям вдалося підготувати цілу плеяду висококласних баскетболістів, які у майбутньому допомогли національній збірній виграти медалі багатьох континентальних та світових першостей. Отриманий позитивний досвід було швидко використано іншими європейськими країнами (табл. 4.1). При чому жодна з цих країн не розраховувала на досягнення термінового результату. У середньому, для того щоб підготувати нове покоління баскетболістів, може знадобитися від 4 до 8 років цілеспрямованої роботи. Попри різну формальну назву, подібні програми в різних країнах світу мають схожу організаційно-методичну структуру та фундаментальні принципи побудови багаторічної навчально-тренувальної та змагальної діяльності. Значних успіхів сьогодні на цьому шляху вдалося досягти юнацьким збірним командам Ізраїлю.

Таблиця 4.1

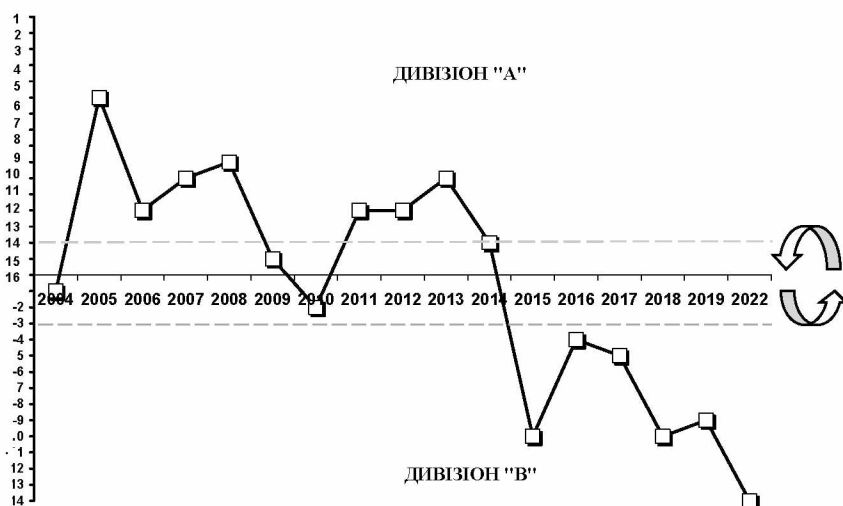
Централізовані проєкти підготовки найближчого резерву з баскетболу в різних країнах світу

Країна	Назва проєкту	Рік створення	Очікуваний результат
Іспанія	Довгострокова програма підготовки баскетбольного резерву	1991	6–8 років
Франція	Програма підготовки найближчого резерву у Франції	1997	5–7 років
Туреччина	Чотирирічна програма підготовки резерву для головної команди країни	1994	4 роки
Греція	Довгострокова підготовка резерву збірних команд	1993	6–10 років
Ізраїль	Програма підготовки та відбору для юнацьких збірних команд	2012	4–6 років

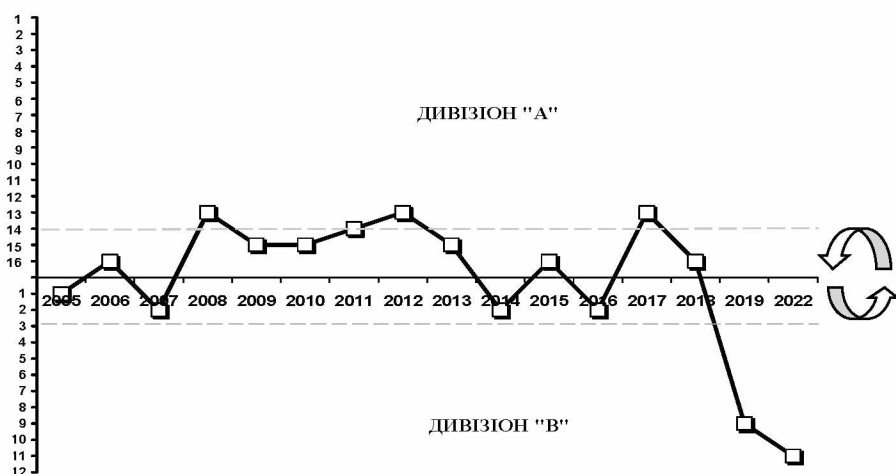
Починаючи з 2012 р. в країні діє централізована програма підготовки та відбору найближчого резерву збірних, результатами якої вже сьогодні є вихід всіх юнацьких збірних команд (юнаки та дівчата) до найвищого дивізіону та боротьба за медалі континентальних першостей. Молодіжна збірна команда Ізраїлю (U 20) вперше в своїй історії двічі поспіль стала переможцем чемпіонату Європи в найпрестижнішому дивізіоні «А» (2018 та 2019 рр.).

Позитивна динаміка та успішні виступи багатьох країн Європи у цьому напрямі відбувається на фоні явного зниження результатів виступів вітчизняних юнацьких збірних. Особливо помітною ця тенденція стала проявлятися в останні 6–8 років. Традиційний підхід, який протягом багатьох років використовувався в українському баскетболі та приносив непогані результати, сьогодні втратив свою ефективність, наслідком чого стало пониження у класі чоловічих та жіночих молодіжних збірних практично у всіх вікових категоріях (U 16–U 20) (рис. 4.3, 4.4).

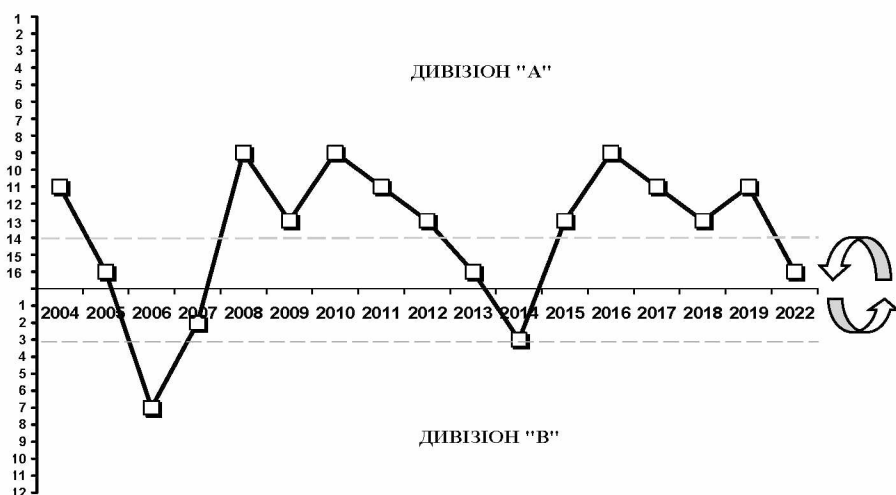
У нинішніх умовах протистояти національним збірним тих країн, які проводять цілеспрямовану довгострокову підготовку власних юнацьких збірних команд та створюють всі необхідні умови для системної та спадкової підготовки різних поколінь збірних, стає все важче. Хаотичне формування складу збірних напередодні проведення молодіжної першості сьогодні практично не залишає шансів на успішний виступ команди та потрапляння її до еліти європейського баскетболу. Від успішності виступів кожної юнацької збірної сьогодні залежить майбутній рівень змагань, в яких візьме участь наступне покоління баскетболістів. Невдалий виступ, наприклад, юнацької збірної U 18 призводить до того, що наступна команда цієї вікової категорії опиниться в нижчому дивізіоні і буде вимушена боротися за позитивний результат для того, щоб наступне покоління баскетболістів отримало можливість грати серед найкращих збірних.



а) динаміка виступів кадетської збірної команди України U 16 у чемпіонатах Європи з 2004 по 2022 рр.

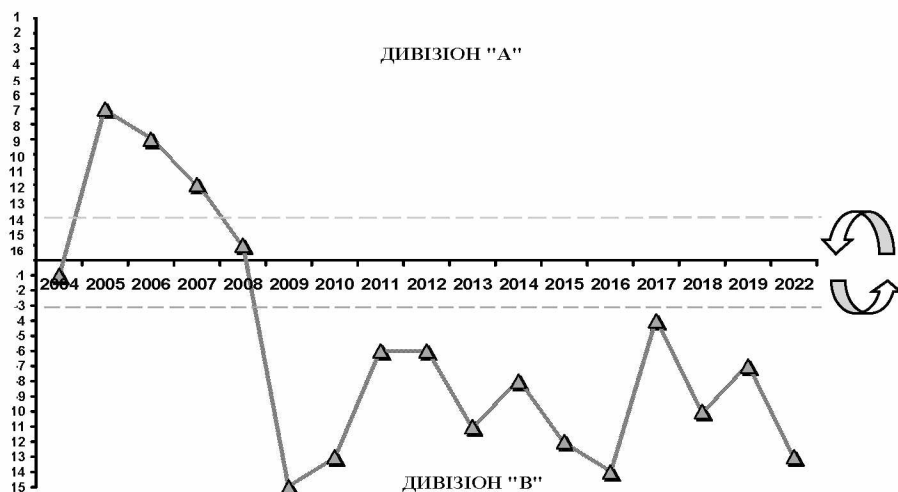


б) динаміка виступів юнацької збірної команди України U 18 у чемпіонатах Європи з 2004 по 2022 рр.

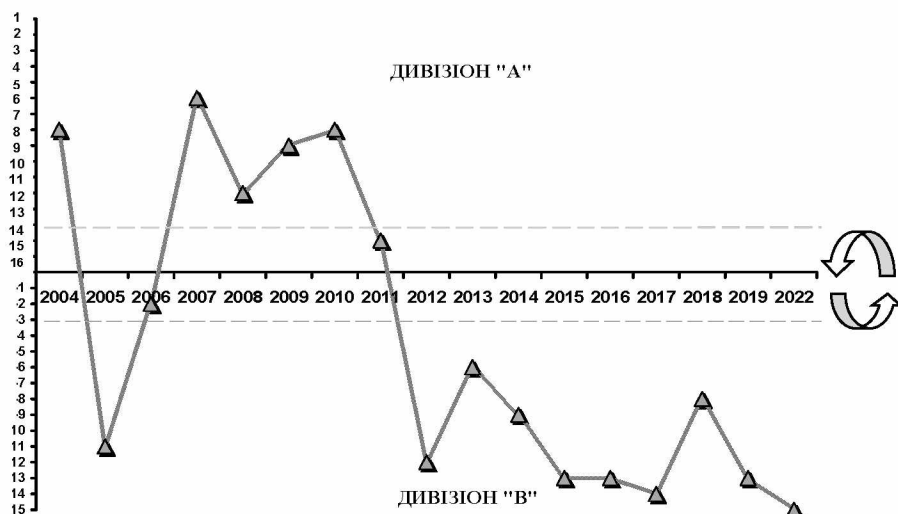


в) динаміка виступів молодіжної збірної команди України U 20 у чемпіонатах Європи з 2004 по 2022 рр.

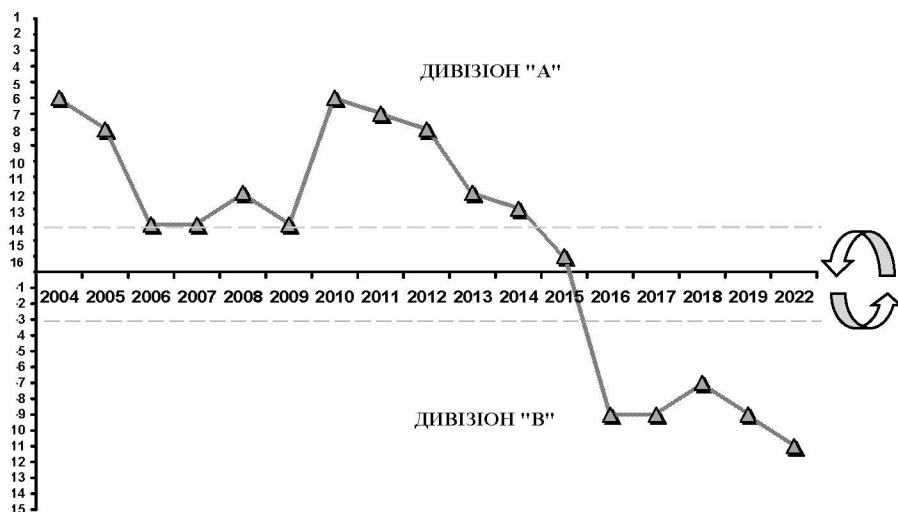
Рис. 4.3. Динаміка результатів виступів чоловічих юнацьких збірних команд України на чемпіонатах Європи в різних вікових категоріях



а) динаміка виступів кадетської збірної команди України U 16 у чемпіонатах Європи з 2004 по 2022 рр.



б) динаміка виступів юнацької збірної команди України U 18 у чемпіонатах Європи з 2004 по 2022 рр.



в) динаміка виступів молодіжної збірної команди України U 20 у чемпіонатах Європи з 2004 по 2022 рр.

Рис. 4.4. Динаміка результатів виступів жіночих юнацьких збірних команд України на чемпіонатах Європи в різних вікових категоріях

Ігровий досвід, отриманий в матчах з найсильнішими командами, є безцінним за своєю значущістю для підготовки найближчого резерву національних збірних команд. Можливо саме тому таку велику увагу сьогодні було приділено підвищенню якості підготовки юнацьких збірних команд у багатьох країнах світу.

Впровадження подібного централізованого підходу під час підготовки вітчизняних юнацьких збірних команд може стати важливим кроком для покращення виступів на міжнародній арені та підвищення якості формування найближчого резерву національних збірних. Існуючий зарубіжний досвід може бути використано у якості своєрідного емпіричного плацдарму для формування власної системи знань. Пряме копіювання зарубіжного формату може не принести бажаних результатів, адже в кожній країні організація цієї підготовки спирається на традиції власної «спортивної школи» та фінансово-адміністративні умови розвитку виду спорту.

Найбільшу цінність, на наш погляд, можуть представляти організаційно-методичні аспекти централізованої підготовки в різних країнах світу, вивчення переваг та недоліків різних форматів та підходів під час організації підготовки. Цей досвід може бути частково використано в процесі формування власного централізованого проєкту підготовки юнацьких збірних команд, враховуючи при цьому особливості вітчизняної нормативно-правової та соціально-економічної бази.

Багаторічні напрацювання вітчизняної наукової школи з фундаментальних проблем періодизації тренувального процесу, управління і комплексного контролю, спортивного відбору, орієнтації та моделювання підготовки, можуть при цьому бути використані у якості теоретико-методологічної бази для побудови та обґрунтування змісту довгострокових програм підготовки найближчого резерву, планування тренувальних і змагальних навантажень, побудови різних структурних утворень тренувального процесу.

Подібна синергія зарубіжного та вітчизняного досвіду дозволить, на наш погляд, створити своєрідну модифіковану модель централізованої підготовки юнацьких збірних команд, а її подальше впровадження та стає функціонування дозволить розраховувати у довгостроковій перспективі, на покращення якості підготовки спортсменів та виступи національних збірних на міжнародних змаганнях. Ефективність підготовки в цій стадії багаторічної кар'єри багато в чому буде залежати від реалізації системних і невідкладних реформ на попередньому етапі в дитячому спорті, покликаних змінити пріоритетний акцент у бік довгострокового розвитку спортсменів та очікування високих спортивних результатів в найбільш сприятливих для цього вікових зонах.

4.2. Ключові завдання, принципи та концептуальні засади централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Стрижневою основою функціонування будь-якої централізованої підготовки виступають ключові завдання та фундаментальні принципи які повністю визначають характер, зміст та всю систему організації багаторічної підготовки найближчого резерву. Ці завдання та принципи є системоутворюючим фактором та представляють собою своєрідний ідеологічно-методологічний каркас довкола якого об'єднуються інші важливі компоненти та фактори системи підготовки. Пріоритетне вирішення стратегічних завдань довгострокової підготовки слід вважати концептуальною основою функціонування цілісної системи, яка не повинна залежати від різноманітних кадрових перестанов та впливу тимчасових кон'юнктурних обставин. Саме такий підхід дозволяє у довгостроковій перспективі очікувати на перманенту якісну підготовку майбутніх поколінь спортсменів та ефективне функціонування всієї системи централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд.

Затвердження основних завдань та принципів підготовки, в свою чергу, можна вважати першочерговим кроком на шляху формування власної системи знань зі створення централізованого проєкту багаторічної підготовки юнацьких збірних команд. Одним із таких важливих завдань є пошук та розвиток баскетбольних талантів в Україні (рис. 4.5). Екстенсивний варіант підготовки віддаленого та найближчого резерву, який був характерним для радянського періоду розвитку і ґрунтувався на величезній масовості та розгалуженій мережі дитячо-юнацьких змагань, втратив свою актуальність.



Рис. 4.5. Ключові завдання системи централізованої підготовки юнацьких збірних команд

Сьогодні спостерігається істотне зниження кількості дітей, що займаються баскетболом, та зменшення кваліфікованих тренерів, які працюють у дитячих вікових групах. Значно погіршилися матеріально-технічні умови, адже якість процесу підготовки баскетболістів прямо залежить від кількості ігрових залів, які останнім часом практично не будувались у нашій державі. Існуюча сьогодні думка

про те, що обдаровані діти як і раніше будуть з'являтися шляхом природного відбору та за рахунок спортивної обдарованості української нації, є шкідливою та архаїчною за своїм змістом. Принципово важливо сьогодні вчасно розгледіти кожну талановиту дитину і створити для неї всі необхідні умови для подальшого професійного розвитку на шляху до спорту вищих досягнень.

Пріоритетним завданням централізованої підготовки юнацьких збірних є формування резерву для національних збірних. Усі інші завдання повинні підпорядковуватись інтересам подальших виступів головної команди країни. Провідна роль в організації цієї підготовки має належати саме центральним організаціям, а не місцевим клубам та товариствам. Значна кількість фахівців, які займалися створенням подібних централізованих проєктів в різних країнах світу, дотримуються подібної точки зору. Пояснюється така позиція тим, що приватні клуби та академії, в яких до речі сьогодні створені чудові умови для підготовки дітей, у своїй діяльності керуються переважно власними спортивними амбіціями та комерційними інтересами, подекуди відверто вступаючи в протистояння між собою та з керівною громадською спортивною організацією. Виступи за молодіжні національні збірні країни можуть бути розглянуті окремими клубами та академіями як додатковий фактор розвитку власних гравців, їх реклами на офіційних міжнародних змаганнях для підвищення трансферної вартості й подальшого продажу в провідні професійні клуби світу. Інтереси національної збірної і результати її виступів повинні бути на першому місці й підпорядковувати собі всі інші приватні завдання, а не навпаки.

Успішні виступи кадетських та молодіжних збірних, у свою чергу, не повинні здійснюватись за рахунок нехтування стратегічними завданнями підготовки. Безумовно, важливим є постановка завдання виходу всіх юнацьких збірних команд до елітного дивізіону «А» та подальша боротьба за призові місця на цих змаганнях. Як вже зазначалось раніше, виступи в найвищому континентальному дивізіоні є найкращим змагальним середовищем для якісної

підготовки молодих спортсменів. Окрім цього, успішні виступи вітчизняних молодіжних збірних команд на міжнародній арені створюють важливий позитивний імідж виду спорту в державі, формують переможні традиції та впевненість у власних силах, а також сприяють підвищенню популярності та масовості баскетболу. Більш того, в нинішніх нормативно-правових та економічних умовах від результатів виступів молодіжних збірних команд залежить стабільність та обсяги щорічного державного фінансування виду спорту.

Однак прагнення досягти високих спортивних результатів на молодіжних змаганнях необхідно органічно поєднувати із вирішення довгострокових стратегічних завдань. Міжнародний змагальний досвід в іграх юнацьких збірних команд обов'язково повинні отримувати ті гравці, які є найбільш цінними з точки зору подальшої перспективи потрапляння у спорт вищих досягнень, особливо в тих випадках, якщо в більш ранньому віці вони не відіграють провідної ролі у команді та значно поступаються спортсменам із раннім біологічним розвитком.

Цей складний процес потребує збалансованого та розумного використання можливостей і потенціалу юних спортсменів на кожній стадії багаторічної підготовки збірних. Спортсмени з більш раннім біологічним розвитком, відіграють надзвичайно важливу роль для розвитку талановитих та більш слабких спортсменів. Сьогоднішнє твердження фахівців про те, що дана група спортсменів не представляє значущості для системи спорту вищих досягнень, є не зовсім коректним. Адже саме спортсмени з раннім біологічним дозріванням створюють необхідні умови для розвитку більш пізніх дітей і виступають у ролі своєрідного «спортивного донора» на шляху до реалізації довгострокових завдань підготовки команд в ігрових видах спорту.

Важливим завданням централізованої підготовки можна вважати формування системи знань та традицій з підготовки найближчого резерву збірних. Жодні кадрові перестанови та зміни в керівництві громадських та державних організацій, від яких залежить підготовка збірних, не повинні позначатися на

планомірному вирішенню довгострокових завдань та змінювати обраний вектор стратегічного розвитку. Сформована система знань повинна отримати статус загальнонаціонального надбання, бути важливим плацдармом для роботи наступних поколінь фахівців. Звичайно, невинний розвиток ігрових видів спорту з часом вимагатиме перегляду та вдосконаленню багатьох положень цієї системи, однак основна її стратегічна лінія повинна залишатися універсальною та незмінною.

Ефективне функціонування централізованої підготовки юнацьких національних збірних команд багато в чому буде залежати від реалізації важливих принципів процесу підготовки (рис. 4.6). Відомо, що принципи за своє суттю відображають реально існуючі закономірності, що супроводжують певний вид діяльності, виступають підґрунтям, на якому формуються теоретичні знання. Однак набагато більша значущість принципу полягає не у пасивному віддзеркаленні існуючих закономірностей, а у свідомому та активному їх використанні для цілеспрямованої зміни стану керованого об'єкта.

Патріотичне виховання молодих українських баскетболістів повинно займати особливе місце в процесі централізованої підготовки збірних команд. Шанобливе ставлення до державних символів, розуміння відповідальності та честі представляти свою державу на міжнародній арені, повинні стати основою морально-ідейного виховання кожного українського гравця та запорукою появи справжніх патріотів нашої держави. Реалізація принципу патріотичного виховання дозволить у майбутньому значно мінімізувати поширені сьогодні проблеми, пов'язані із зміною громадянства для виступів за іншу державу, прагненням уникнути виклику до національної команди, посилаючись на наявність фіктивних проблем зі здоров'ям та інших непереконливих виправдань, які демонструють елементарне небажання гравця захищати честь своєї країни та ін. Підготовка гравців різних вікових категорій повинна мати ознаки уніфікованого та спадкового процесу. На кожному із етапів багаторічної підготовки необхідно

вирішити обов'язкове коло фундаментальних завдань, пов'язаних із розвитком техніко-тактичних навичок та вмінь, фізичним і функціональним вдосконаленням, які стануть базою для реалізації подальших завдань наступної ланки централізованої роботи в ієрархії національних збірних.



Рис. 4.6. Принципи централізованої підготовки юнацьких збірних команд в ігрових видах спорту

Тренерський штаб, який назначається для роботи з більш старшими віковими групами збірних, повинен отримати у своє розпорядження молодих виконавців, які вже володіють необхідним арсеналом дій (який було закладено попередньою групою фахівців) та готові вирішувати більш складні завдання процесу підготовки. Така спадковість роботи тренерських кадрів їх постійний професійних контакт та взаємодія у вирішенні стратегічних завдань підготовки збірних, створює сприятливі умови для передачі досвіду, своєчасного усунення

можливих недоліків та проблем, підвищує об'єктивність прийнятих рішень під час комплектування збірних та визначення найперспективніших гравців для довгострокового розвитку. Та й для самих спортсменів такі умови підготовки є більш сприятливим для індивідуального розвитку, адже наявність єдиної програми та вимог до підготовленості пришвидшує адаптацію гравців під час переходу з однієї вікової групи збірних до іншої.

Враховуючи той факт, що реалізація централізованої програми здійснюється в рамках системи юнацького спорту, важливого значення набуває підтримка спортсменів, що вже пройшли підготовку в рамках юнацьких збірних та готуються перейти у спорт вищих досягнень. Як вже зазначалось раніше, у віці 18–19 років відбувається поступовий перехід гравця із системи дитячо-юнацького баскетболу до команд високої кваліфікації. Надзвичайно важливою умовою подальшого розвитку в даний період є можливість отримати ігрові хвилини на майданчику в змаганнях дорослих команд. Завершення централізованої підготовки збірних припадає на початок цього відповідального та складного етапу. Зазвичай, саме у цей час молоді перспективні гравці, які пройшли тривалий період підготовки в юнацьких збірних, підписують свої перші професійні контракти з клубами і реально вплинути на їхнє подальше вдосконалення вже дуже важко. Однак це не повинно означати що разом із підписанням свого першого контракту спортсмен автоматично позбувається підтримки з боку федерації та тих фахівців, які протягом тривалого періоду часу працювали над його розвитком. У разі несприятливого розвитку ситуації у своїй першій професійній команді, відсутності довіри з боку керівництва та тренерів, недостатньої для подальшого розвитку ігрової практики, кандидат збірної повинен отримати адекватну протекцію від федерації, включаючи опцію зміни команди.

Водночас, вся діяльність роботи збірних команд повинна ґрунтуватись на використанні сучасних світових технологій та методик підготовки спортсменів, постійному аналізі та врахуванні тих тенденцій і змін, які постійно відбуваються в

світовій практиці. Подібна лабільність програмно-змістовного матеріалу підготовки збірних, орієнтованого на використання прогресивних підходів, дозволить оперативно реагувати на важливі зміни як в системі юнацького, так і професійного баскетболу.

Не менш значущої ролі набувають об'єктивізація та інтеграція підготовки юнацьких збірних команд. Навколо централізованої підготовки збірних мають бути згуртовані зусилля багатьох суб'єктів фізкультурно-спортивного руху, громадських діячів, політиків, меценатів, спонсорів та інших зацікавлених організацій і фізичних осіб. Не менш важливо, щоб підготовка збірних, комплектування тренерських штабів та складів збірних команд здійснювалась на прозорій основі з використанням загальноприйнятих та об'єктивних критеріїв і показників. Такий підхід дозволить значно знизити ризик можливого маніпулювання та впливу на підготовку збірних у власних інтересах.

Продуктивність довгострокової підготовки збірних також залежить від реалізації ряду концептуальних засад, серед яких особливого значення набуває прогресивне збільшення кількості тренувальних занять у кожній віковій групі збірних та кількості змагань (рис. 4.7).

Регулярні спільні тренування гравців збірних покращують ігрову та міжособистісну комунікацію, відбувається процес напрацювання важливих ігрових зв'язок та інших взаємодій, які визначають зіграність ігрового колективу та значно впливають на поведінку команди в умовах реальних змагань.

Ускладнення програмного матеріалу централізованої підготовки потребує значного збільшення часу на навчально-тренувальну діяльність. Важливим є також залучення до роботи зі збірними найкращих тренерських кадрів.



Рис. 4.7. Концептуальні засади централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту

У тих випадках, коли приймається рішення запросити до роботи іноземного фахівця, його діяльність повинна регламентуватися національною стратегією та пріоритетними інтересами підготовки вітчизняних збірних. До сумісної роботи з іноземним фахівцем доцільно залучати молодих українських тренерів, які зможуть отримати корисний зарубіжний досвід із подальшим його використанням під час роботи зі збірними у майбутньому.

4.3. Форми та особливості централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Ключовим питанням, що потребує першочергового вирішення, є визначення найбільш оптимального (реально можливого) варіанта організації централізованої підготовки резерву на базі юнацьких команд, враховуючи ті умови та ресурси, які є в наявності для забезпечення цієї підготовки. У тих країнах, де вже тривалий час успішно реалізуються аналоги подібної підготовки збірних, використовують різні за своєю формою і структурою проекти, що обумовлено соціально-економічними, політико-адміністративними та організаційно-управлінськими особливостями конкретної держави.

У переважній більшості випадків можна бачити використання одного із двох поширених форматів (рис. 4.8). Перший полягає в концентрації найкращих гравців по кожній віковій групі в рамках єдиних спеціалізованих центрів для підготовки протягом тривалого періоду часу (від двох до чотирьох років). Чим меншим буде розпорошення гравців збірним по різним центрам, тим краще для підсумкової підготовки.

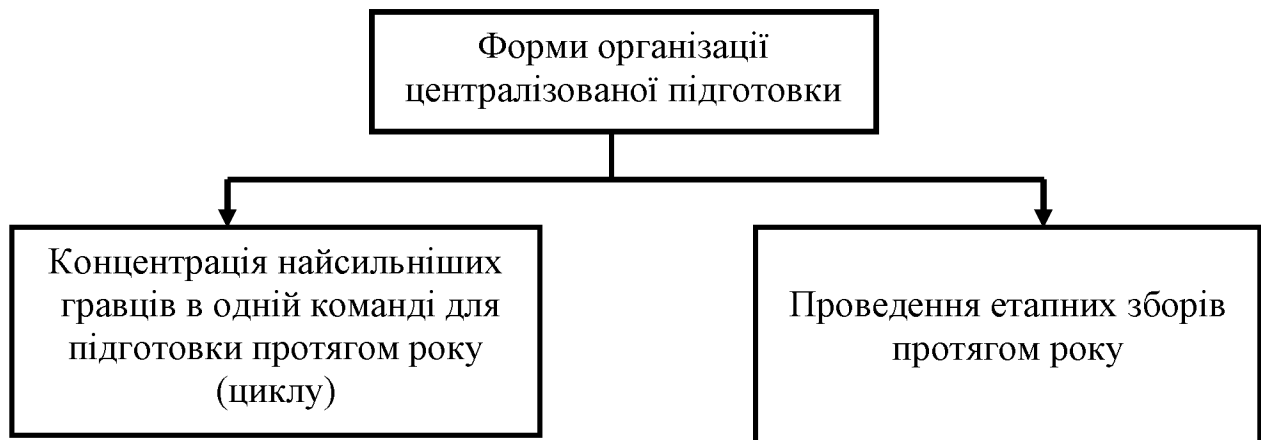


Рис. 4.8. Форми організації централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних

Такий шлях, наприклад, було використано свого часу в Іспанії та Франції, де найперспективніші баскетболісти отримали можливість постійно готуватися в

рамках спеціально створених центрів. Подібний вибір, скоріш за все, був обумовлений значною територією цих держав, та тими організаційно-логістичними труднощами, які б неодмінно виникали під час епізодичного проведення навчально-тренувальних зборів і переміщення гравців та тренерів з різних куточків країни.

Невеликі за розмірами своєї території країни, навпаки, найчастіше використовують інший варіант організації підготовки, який полягає у проведенні тимчасових етапних зборів протягом року. Такий шлях сьогодні, наприклад, обрано фахівцями в Сербії та Ізраїлі. Переміщення спортсменів для проведення спільних тренувальних занять зазвичай не перевищує декількох годин. Трансферна логістика та мобільність переміщення в рамках країни є одним із ключових факторів під час вибору організації централізованої підготовки. Обидва формати організації мають свої сильні та слабкі сторони, які, на наш погляд, слід більш детально розглянути та проаналізувати.

Однією із найбільших переваг першого варіанта організації підготовки є можливість сконцентрувати в єдиній команді найкращих гравців країни для постійної спільної тренувальної та змагальної діяльності. Ефективний та швидкий розвиток спортсменів у командних спортивних іграх багато в чому залежить від рівня майстерності та підготовленості кожного із членів спортивного колективу. Більш високий рівень техніко-тактичної та фізичної підготовленості партнера по команді вимагає від гравця вдосконалювати власні можливості та виходити на більш високий рівень. Іншого шляху гідно протистояти своєму партнерові в захисті та нападі не існує. Спортсмен або піднімається на новий, більш високий для себе рівень гри, або поступається своїм місцем тим перспективним баскетболістам, які можуть витримувати конкуренцію серед найкращих та демонструвати можливість постійного вдосконалення своїх ігрових можливостей. Розвиток гравця, у даному випадку, здійснюється через активне напруження в умовах створення своєрідного стимулюючого середовища.

Іншою важливою перевагою концентрованого підходу є можливість здійснення перманентного якісного забезпечення всіх складових системи багаторічної підготовки. Спортсмени знаходяться під цілодобовим наглядом лікарів, науковців, психологів, масажистів, реабілітологів та ін. Освітній процес зазвичай адаптовано до умов тренувальної та змагальної діяльності юних спортсменів. У переважній більшості випадків усі необхідні структурні об'єкти (зали, готелі, школи, їдальні) мають зручну локацію і розташовані недалеко один від одного (часто на одній території).

Серед недоліків даного підходу можна відмітити значні фінансові витрати на його реалізацію. Подібна концентрована підготовка потребує наявності в державі багатофункціональних спортивних баз, які можуть надати весь спектр послуг для якісної довготривалої підготовки гравців збірних. Оптимальним можна вважати ситуацію, при якій вид спорту має власний центр (базу) для здійснення централізованої підготовки. У нинішніх умовах навіть національна збірна команда країни з баскетболу орендує спортивні об'єкти для підготовки до міжнародних змагань і не має власної інфраструктури.

Потенційно негативні наслідки подібний підхід може нести для психологічного стану юних спортсменів. У віці 13–14 років відбувається активне становлення особистості дитини, тому постійна підтримка з боку батьків, друзів, товаришів по команді, відіграє у цей період життя величезну роль. Адекватно перенести такий ранній відрив від сім'ї та зміну місця постійного проживання, скоріш за все, зможуть не всі юні спортсмени, та й можливо не всі батьки та самі спортсмени погодяться на подібний кардинальний варіант продовження спортивної кар'єри.

Значною проблемою також буде визначення «майнових прав» на підготовленого гравця. Згідно з сучасними правилами функціонування міжнародного ринку «спортивних послуг» під час підписання першого професійного контракту з молодим гравцем клуб зобов'язаний виплатити

своєрідну франшизу клубу або організації, яка підготувала гравця та має на нього юридичні права. У деяких випадках організація, що підготувала професійного баскетболіста, отримує відсоток від підписання кожного нового професійного контракту власного спортсмена з клубом.

В умовах концентрованого варіанта підготовки збірних неодмінно постане це запитання. Хто ж має юридичні права на молодого спортсмена та повинен отримувати зиски від його потрапляння у спорт вищих досягнень? Перший тренер, який знайшов та підготував спортсмена в дитячому спорті, чи провідна організація, яка протягом 4-річного циклу вклала в нього чималий фінансовий та кадрово-ресурсний потенціал, фактично сформувала спортсмена як професійного гравця і підготувала для виступів за національну збірну країни. Консенсусне вирішення цього питання повинно бути неодмінно здійснено на початку планування та організації довгострокового проекту в даному форматі.

Серед позитивних сторін епізодичного (етапного) формату організації підготовки юнацьких збірних можна відмітити її відносну економічну дешевизну. Порівняно із попереднім варіантом, цей формат підготовки потребує значно менших фінансових та ресурсних витрат, адже в переважній більшості випадків підготовка здійснюється протягом нетривалих тренувальних циклів до 5–7 днів.

У даному форматі діти не відриваються від власних клубних команд, місць постійного проживання і лише тимчасово залучаються до спільної підготовки з найкращими спортсменами із інших клубів. Цей підхід дозволяє зберегти необхідну конкуренцію всередині національної першості у змаганнях в юнацьких вікових категоріях. Кандидати в збірні команди країни є лідерами в своїх клубах, а їх пряма боротьба під час очного протистояння підвищує рівень та видовищність цих матчів. Окрім цього, на допомогу своїх найкращих вихованців у всеукраїнських змаганнях дуже розраховують і їх перші тренери, результат роботи яких сьогодні напряму залежить від зайнятих на юнацьких змаганнях підсумкових місць.

Тимчасовий формат організації підготовки збірних дозволяє також тренерському штабу проводити більш широку ротацію та здійснювати постійний перегляд нових кандидатів під час підготовки. Тобто на один навчально-тренувальний цикл може залучатися одна група спортсменів, а на іншій зовсім інша. Такий диференційований виклик до збірної також може здійснюватись і за ігровими позиціями для переважного розвитку та вдосконалення певних компонентів у структурі підготовленості баскетболістів різних ігрових амплуа. При концентрованому форматі підготовки така лабільна ротація складу збірної практично неможлива.

Серед головних недоліків епізодичної формату підготовки збірних фахівців відзначають її фрагментарний та дещо хаотичний характер. Здійснити якісну системну підготовку гравців збірної в такі стислі терміни майже неможливо. Більш того, після повернення до власних команд ті важливі напрацювання, які були закладені в збірній, досить часто втрачаються, і в процесі нового етапу підготовки слід майже заново згадувати пройдений матеріал. Непоодинокими є випадки взаємного звинувачення тренерів збірних та клубів один одного у незадовільному стані готовності юного спортсмена. Та група фахівців, які працюють зі збірною, вказує на недоліки та недопрацювання з боку колег на клубному рівні на місцях. У практиці підготовки вітчизняних збірних досить часто доводиться чути від тренерів про незадовільний стан готовності спортсменів, які прибувають у розташування національних команд. Тренери на місцях, у свою чергу, вказують на неефективну роботу тренерів збірної, після яких буквально доводиться переучувати гравців і спрямовувати їх на правильний шлях ігрового розвитку.

Протиріччя в такому фрагментарному форматі підготовки обов'язково будуть виникати, адже наявність декількох, подекуди відверто конкуруючих та недостатньо контактних між собою центрів впливу на спортсмена, значно знижують ефективність єдиної планомірної підготовки.

Ще однією складністю підготовки в такому форматі є значні фізичні та психоемоційні навантаження, які витримують юні спортсмени протягом короткострокового періоду часу. Навчально-тренувальний цикл найчастіше планується з дворазовими тренувальними заняттями на день із проведенням після завершення серії контрольних-підготовчих змагань. Однак у своїх клубах кандидати в збірну не тренуються двічі на день (за винятком тих вихованців, які навчаються в спортивних класах та спеціалізованих інтернатах), а в деяких випадках взагалі мають не більше трьох-чотирьох тренувальних занять на тиждень⁶. Сумарна кількість звичних тренувальних годин, які отримують збірники на місцях, є майже втричі меншою, ніж під час підготовки у збірній. Доза фізичного та психоемоційного навантаження, яку отримують гравці в такому форматі, є надзвичайно великою та потребує постійного контролю з боку відповідних фахівців. Виникає логічне запитання щодо доцільності таких значних коливань обсягів та інтенсивності тренувальних навантажень, після яких спортсмен знову повертається у звичний для себе клубний режим навчально-тренувальної роботи і буквально через тиждень втрачає той кумулятивний ефект, який було отримано під час накопичення тренувальних впливів щільного графіка у збірній.

Однак навіть і за таких умов слід намагатися послідовно вирішувати стратегічні завдання довгострокових планів підготовки і в рамках кожного нового циклу, крок за кроком, реалізовувати новий програмний матеріал та притримуватись обраної концепції багаторічної підготовки збірних.

Приблизний варіант етапної підготовки юнацьких збірних команд наведено на рисунку 4.9. Дана модель включає чотири етапи підготовки збірних, адаптованих під навчальний процес у загальноосвітніх школах. Короткострокові

⁶ Що, на думку тренерів на місцях, обумовлено низькою об'єктивних та суб'єктивних причин. Існуюча проблема, на наш погляд, потребує окремого розгляду та аналізу, враховуючи той факт, що реальна кількість навчально-тренувальних годин у цьому віці повинна бути значно більшою протягом тижня.

тренувальні збори, при цьому слід планувати з урахуванням термінів офіційних канікул для школярів. Найбільш тривалий і фундаментальний етап збору припадає на літній період, в рамках якого тренерський штаб збірної може реалізувати ширше коло завдань і запланувати участь збірників у серії міжнародних турнірів.

Обов'язковою частиною кожного етапу зборів повинно стати тестування рівня фізичної і технічної підготовленості кандидатів. Це дозволить отримати об'єктивну інформацію про стан готовності гравця, який прибув у розташування збірної, і автоматично зніме питання щодо якості його тренувальної роботи в клубі. Отримана інформація також дозволить спостерігати тривалу динаміку змін важливих показників підготовленості, що можуть свідчити про перспективність конкретного гравця та його здатність до подальшого прогресу.

Кожен етап навчально-тренувальних зборів повинен закінчуватися участю збірної у змаганнях. Саме в умовах змагань тренерський штаб збірної повинен побачити якість засвоєного програмного матеріалу та помилки і недоліки, що могли виникнути в процесі навчання. Оптимальним можна вважати варіант участі в міжнародних матчах, бажано зі збірними командами інших країн (товариські зустрічі, різноманітні турніри). В умовах відсутності такої можливості, у якості один з варіантів слід розглядати внутрішні товариські зустрічі із вітчизняними командами більш старших вікових груп (з різницею не більше двох років). В юнацьких вікових категоріях таких підхід є досить поширеним, адже кожен рік цієї різниці дає суттєву перевагу у швидкості та атлетизмі гри.

Для гравців збірної, в якій зібрані найкращі в своїй віковій категорії спортсмени країни, протистояти своїм слабшим одноліткам не має змагального сенсу.

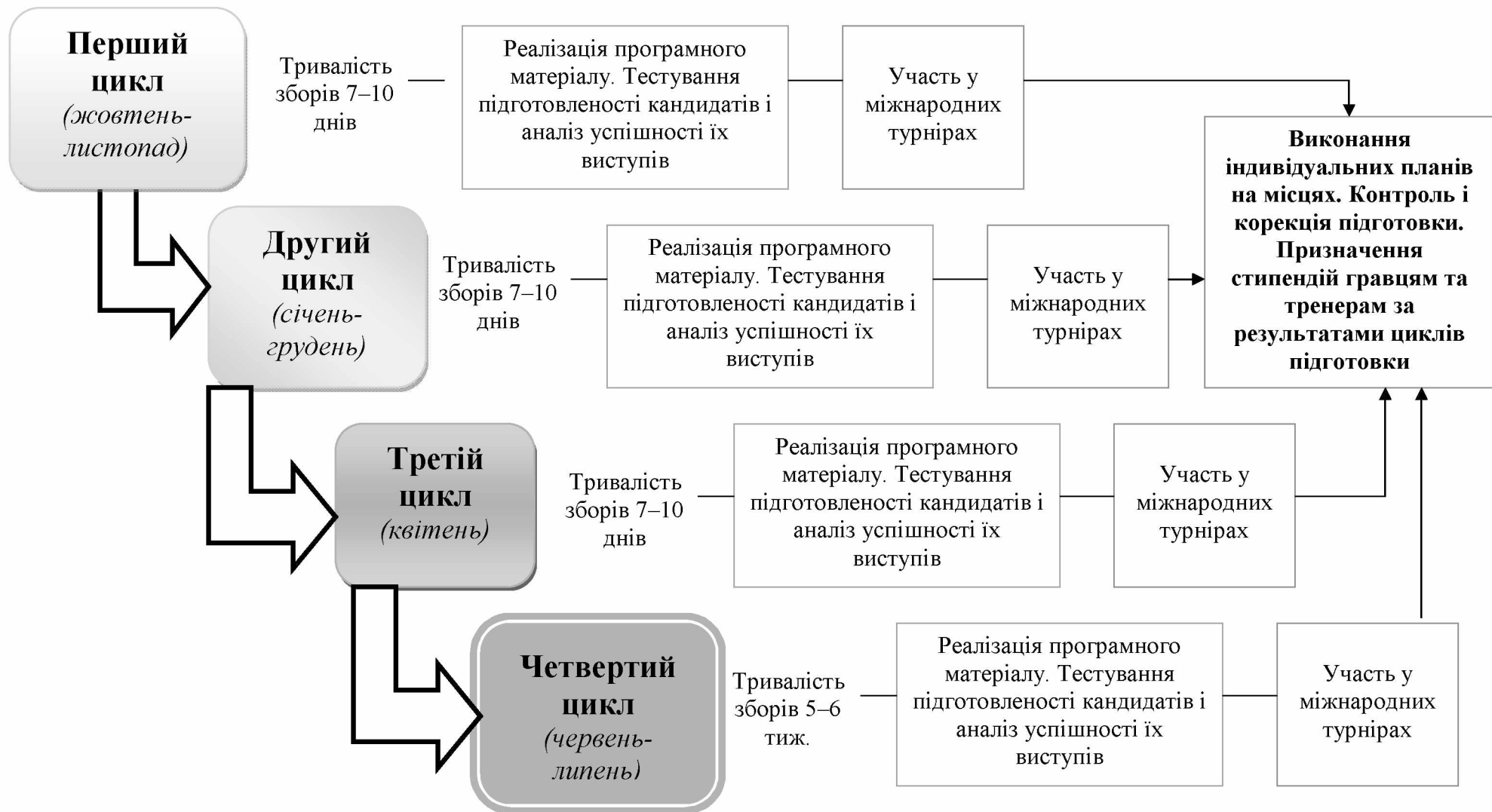


Рис. 4.9. Орієнтовний план-графік організації етапних зборів юнацьких збірних команд протягом календарного року

Важливого значення по завершенні кожного окремого етапу підготовки набуває розробка індивідуальних тренувальних програм та рекомендацій для тренерів на місцях з вдосконалення індивідуальних можливостей спортсмена. Ця програма повинна бути спрямована на розвиток слабких сторін у структурі індивідуальної підготовленості гравця та реалізовуватись протягом всього періоду перебування гравця у власному клубі до наступного етапу підготовки збірних.

За результатами ефективності виконання поставлених завдань, динаміки приросту спортивних результатів та покращення індивідуальної майстерності доцільним для подальшого заохочення сумлінної роботи може стати призначення стипендій спортсменам та їх тренерам в рамках кожного окремого етапу річної підготовки.

4.4. Компоненти забезпечення централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Ефективність функціонування централізованої підготовки юнацьких збірних команд багато в чому буде залежати від якісної та комплексної реалізації ключових компонентів системи її забезпечення. Кожен окремий компонент (або блок) процесу забезпечення слід розглядати як відносно самостійну підсистему, в рамках якої має здійснюватись постійна модернізація та пошук найдієвіших механізмів впливу, а також розширення специфічної системи знань, спрямованих на невинне вдосконалення всієї цілісної системи, і як наслідок, підвищення якості підготовки найближчого резерву. Впровадження нововведень у рамках конкретного структурного компоненту забезпечення необхідно здійснювати з урахуванням потенційних наслідків впливу на інші взаємопов'язані із ним блоки та діяльність всієї системи загалом. Лише такий підхід дозволить забезпечити необхідну системно-структурну рівновагу та відносну безперебійність функціонування налагодженої системи забезпечення підготовки спортсменів у рамках реалізації довгострокових програм.

При цьому всі компоненти забезпечення підготовки збірних команд можна умовно розподілити на дві групи, переважно зовнішньої та внутрішньої дії (рис. 4.10).

До групи компонентів зовнішньої дії можна віднести ті з них, які найменшою мірою залежать від діяльності центрального органу (відповідального за безпосередню підготовку та контроль) та мають тенденцію до значних коливань і дуже часто демонструють схильність до впливу тимчасових кон'юнктурних обставин. Передусім, це стосується матеріально-технічного забезпечення та фінансування підготовки збірних, які переважно здійснюють за рахунок коштів державного бюджету та визначають профільні міністерства щорічно у нових обсягах (більших або менших) з урахуванням багатьох кількісно-якісних параметрів ефективності функціонування виду спорту та виступів спортсменів на офіційних міжнародних змаганнях протягом попереднього календарного року.

До цієї групи також можна віднести компонент нормативно-правового забезпечення. Прийняття загальнодержавних законодавчих рішень, наказів, законних актів у галузі фізичної культури і спорту, є обов'язковим для виконання і безпосередньо впливає на характер функціонування системи підготовки як найближчого, так і віддаленого резерву.

До факторів, які займають своєрідну проміжну позицію та меншою мірою обумовлені зовнішнім впливом, можна віднести систему спортивних змагань збірних та науково-методичне, медичне й інформаційне забезпечення підготовки.

Структура змагальної діяльності юнацьких збірних протягом конкретного циклу підготовки, оптимальний графік виступів у змаганнях та вибір найбільш раціональних команд-суперників, безумовно, повинні визначатися фахівцями спортивної федерації, однак практична реалізація даного компоненту забезпечення багато в чому буде залежати від якості функціонування ряду компонентів зовнішньої дії (фінансування, нормативно-правове забезпечення та ін.).



Рис. 4.10. Компоненти забезпечення централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Можливе недостатнє фінансування підготовки юнацьких збірних команд за рахунок коштів державного бюджету, певні організаційно-управлінські перестанови та реформаторські дії в органах центральної влади, не повинні суттєво позначатися на реалізації довгострокових програм підготовки юнацьких збірних. З цією метою доцільним є створення своєрідного фінансового фонду, кошти до якого будуть надходити з різноманітних джерел (рис. 4.11).



Рис. 4.11. Матеріально-технічне та фінансове забезпечення централізованої підготовки юнацьких збірних

В рамках фонду підготовки юнацьких збірних перед початком кожного наступного року або циклу підготовки повинна бути закладена мінімально-необхідна кількість коштів (встановлена за додатковими ринковими параметрами та попереднім досвідом) для повного забезпечення потреб національних команд. Нове покоління баскетболістів не повинно відчувати на собі можливі економічні негаразди і має отримати всі необхідні умови для якісної підготовки.

Основну долю цього фонду повинні становити кошти державного бюджету. Метою централізованих програм є підготовка резерву для національних команд країни, а не приватних клубів. Цей проєкт має статус загальнодержавного значення і повинен отримати гідну підтримку з боку держави та всього суспільства. Значний вклад у покращення підготовки національних команд можуть здійснювати спонсори, меценати та різноманітні фізичні особи. Громадська активність профільної федерації та ті фінансові надходження, які вона отримує від своєї некомерційної діяльності, також повинні використовуватись задля досягнення фінансової стабільності та повноцінного забезпечення молодих баскетболістів збірних команд.

Одним із кроків матеріального заохочення кандидатів у збірні та їх тренерів може бути призначення грошових стипендій. Алгоритм формування списку стипендіатів повинен враховувати значну кількість факторів і критеріїв, бути максимально прозорим та зрозумілим для всіх учасників цього процесу (рис. 4.12). Серед основних критеріїв слід використовувати показники динаміки прогресу молодого спортсмена за рівнем техніко-тактичної, фізичної і функціональної підготовленості (які визначаються на основі уніфікованого протоколу тестування), бажання грати за збірну і мотивацію, результати виступів у змагальній діяльності під час контрольно-підготовчих міжнародних зустрічей та ін. Список стипендіатів подається на розгляд відповідної комісії (комісія збірних команд тощо) тренерським штабом збірної після кожного етапу підготовки. Погоджений список кандидатів профільна комісія, у свою чергу, подає на затвердження керівництву провідної ланки організації.

У деяких випадках рішення про призначення стипендії може прийматися для постійної підтримки малозабезпечених талановитих спортсменів, які не мають відповідних матеріально-технічних умов на місцях.

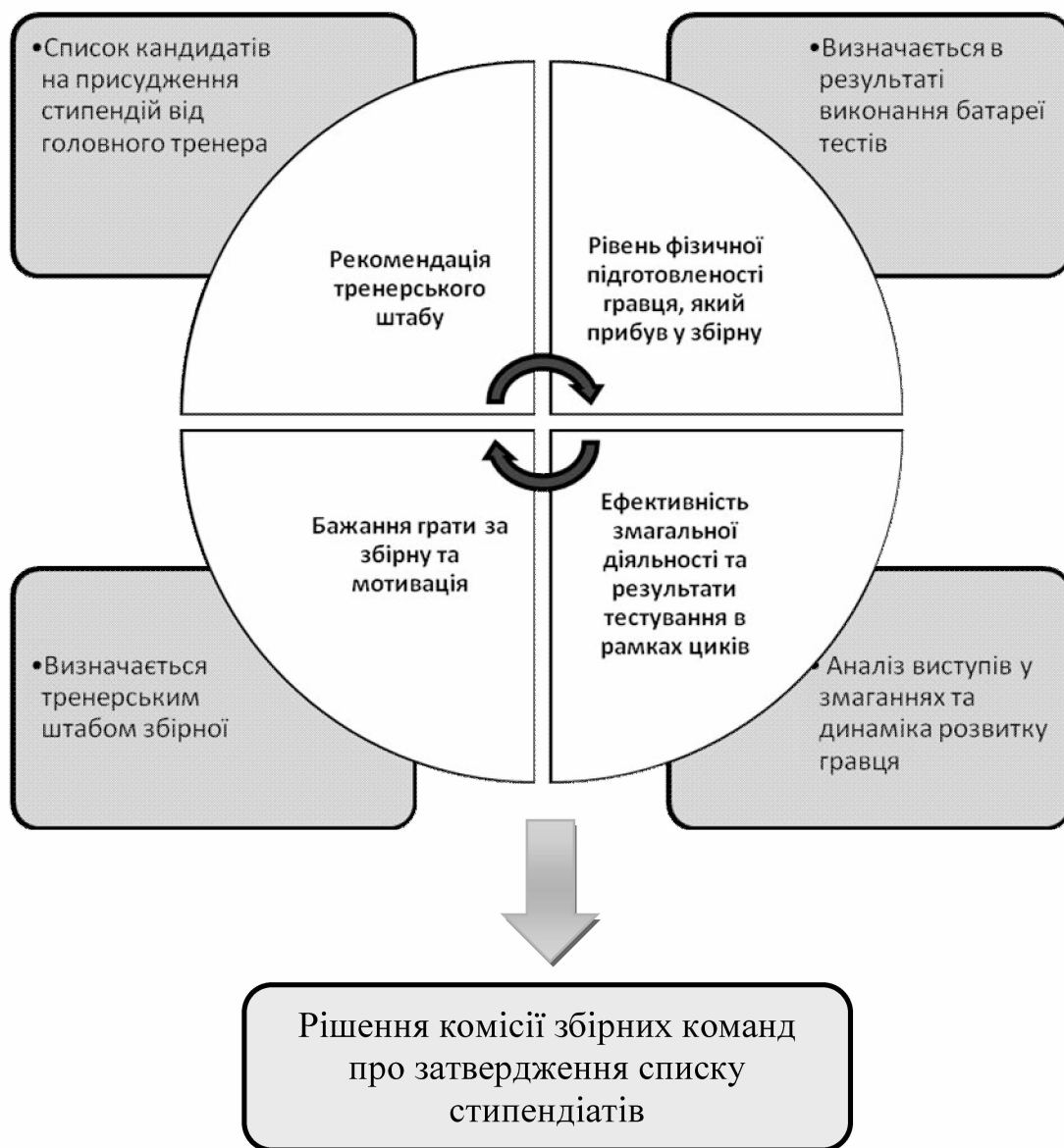


Рисунок 4.12. Критерії, що можуть бути використані для матеріального заохочення гравців юнацьких збірних команд та їх тренерів на місцях у процесі цілеспрямованої підготовки найближчого резерву національних збірних

Принципове важливе значення для підготовки юнацьких збірних команд має якісне кадрове забезпечення. З найталановитішими гравцями країни мають працювати висококваліфіковані тренери та спеціалісти. Кожен фахівець, який залучається до роботи зі збірними, має виконувати ряд специфічних завдань з

урахуванням конкретного етапу багаторічної підготовки та характеру покладених на нього функціональних зобов'язань (рис. 4.13).

Кадрова політика має будуватися на основі принципу ієрархічного підпорядкування, функціональної взаємодії та професійної відповідальності всіх учасників централізованого процесу. Одним із дієвих механізмів покращення функції управління і контролю за якістю підготовки є призначення кураторів збірних (окремо для дівчат та хлопців). Куратори збірних напряму підпорядковуються комісії збірних команд та голові профільної організації. Саме вони повинні відповідати за формування штабів збірних різних вікових категорій, затверджувати поданий список кандидатів у різні збірні та постійно перебувати із командами в навчально-тренувальному процесі та під час змагань тощо.

Необхідними умовами ефективного функціонування штабу юнацької збірної є наявність в її складі таких спеціалістів, як: головний тренер, два асистенти, що мають безпосереднє відношення до специфічної ігрової складової підготовки збірних, та тренер з фізичної підготовки (*conditioning coach*). Один із асистентів головного тренера юнацької команди має обов'язково працювати з даною віковою категорією всередині країни. Такий фахівець добре знає можливості кожної дитини в рамках певного віку, неодноразово бачив ігрові здібності кандидатів у збірну на дитячих змаганнях, міг протягом тривалого періоду часу спостерігати за прогресом дітей. Рекомендації з комплектування збірних від даного фахівця є надзвичайно важливими для головного тренера, який у свою чергу, не обов'язково повинен мати досвід роботи з дитячо-юнацькими віковими групами.

Одним із поширених варіантів є залучення до роботи із юнацькими командами тренерів, що працюють (або працювали) переважно із командами високої кваліфікації, адже саме вони зможуть допомогти молодим гравцям перейти до принципів та філософії дорослого спорту.

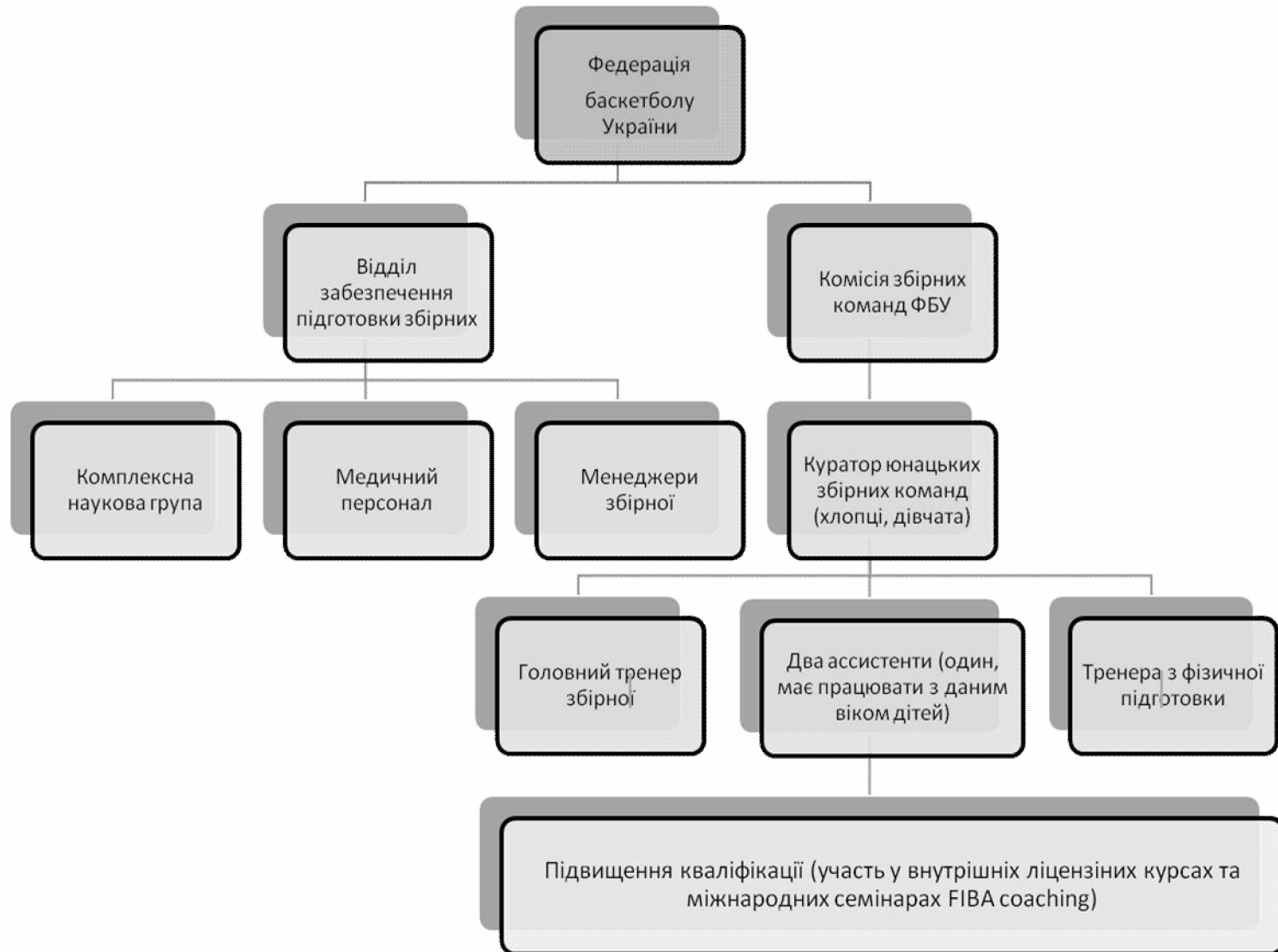


Рис. 4.13. Кадрове забезпечення централізованої підготовки юнацьких збірних команд

Дитячий тренер, який підготував талановитого спортсмена і не має навичок управління командою в більш складних змаганнях (дорослих або підліткових), не володіє необхідним тренерським досвідом і дуже часто продовжує вести себе під час відповідальних змагань як тренер дитячої команди, що є вже шкідливим у підлітковому віці. Проблема у залученні професійних тренерів команд високої кваліфікації полягає в тому, що, як правило, всі вони протягом ігрового сезону працюють з провідними клубними командами та не мають реальної змоги допомогти юнацьким збірним посередині року. Одним із можливих варіантів є залучення таких фахівців на заключному етапі підготовки збірних для безпосередньої участі у змаганнях в літній період, який найчастіше співпадає з періодом відпусток на клубному рівні, в рамках якого професійні спортсмени готуються за індивідуальними програмами (off season).

Окрім спортивно-педагогічних кадрів до роботи зі збірними вкрай важливо залучити фахівців комплексної наукової групи, медичний персонал, закріпити відповідальних менеджерів, які будуть повністю опікуватися всіма питаннями організаційного забезпечення підготовки збірних. Тренери збірної (особливо головний тренер) не повинні вирішувати не специфічні для себе питання та виконувати не свої завдання, а мають сконцентрувати увагу виключно на спортивній складовій підсумкового успіху.

Важливим завданням покращення підготовки юнацьких збірних є налагодження комунікаційних зв'язків та створення спільних проєктів з іншими спортивними, науковими і освітніми організаціями та установами, залучення останніх до спільної роботи з вдосконалення системи централізованої підготовки найближчого резерву (рис 4.14).



Рис. 4.14. Науково-методичне, нормативно-правове та інформаційне забезпечення підготовки найближчого резерву національних збірних

Велике значення також мають сучасне інформаційне забезпечення підготовки збірних; створення привабливого бренду та позитивного іміджу збірних команд; постійна публікація в засобах масової інформації (телебачення, Інтернет-ресурси, соціальні комунікаційні платформи) результатів виступів збірних на різноманітних змаганнях; участь гравців молодіжних команд в різноманітних громадських проектах та заходах загальнодержавного значення; надання повної довідково-експертної інформації тренерам та фахівцям збірної, які задіяні в централізованій підготовці та ін.

Особливе місце в процесі підготовки юнацьких збірних команд посідає планування змагальної діяльності. Навіть якісно побудований навчально-тренувальний процес та участь у ньому провідних спеціалістів та тренерів не можуть гарантувати досягнення підсумкових завдань довгострокових програм підготовки. Більш ефективно вдосконалення спортивної майстерності гравців і команди здійснюється саме під час участі у змаганнях. На відміну від індивідуальних та швидкісно-силових видів спорту, повністю відтворити структуру та специфіку реальних ігрових дій в навчально-тренувальному процесі практично не можливо. Навіть ті інтегральні засоби, які використовують на тренуваннях у вигляді двосторонніх ігор та різних тактичних варіацій, не можуть повністю вирішити це завдання. Сьогодні досить поширеною серед тренерів є думка про те, що команда та гравці у юнацькому віці більш ефективно розвиваються не за рахунок збільшення тренувальних занять, а в результаті участі у більшій кількості складних (з точки зору рівня спротиву суперника) матчів.

Важко не погодитися з цією точкою зору, особливо якщо йдеться про участь спортсменів у міжнародних матчах, які суттєво відрізняються від тієї змагальної практики, що молоді спортсмени отримували до того. Однак, не можна при цьому відводити другорядну роль послідовному вирішенню завдань у навчально-тренувальному процесі. Спортсмени у цьому віці ще потребують величезної уваги з точки зору вдосконалення технічних та тактичних навичок

гри, а подекуди й виправлення тих недоліків, які стали наслідком неефективної роботи на попередній ланці багаторічної підготовки (система дитячого спорту).

Виправляти ці недоліки в змагальній діяльності практично неможливо, адже стрессово-результативні умови змагальної боротьби, навіть у контрольних підготовчих іграх, змушують спортсмена використовувати переважно ті навички та уміння, які приносять найбільший результат в даний момент. Крім того, збільшення обсягів та інтенсивності навантажень, загальної кількості занять протягом тижня, як відомо, є достатньо дієвим засобом для підвищення рівня підготовленості гравців та подальшої змагальної діяльності.

Постійна участь спортсменів юнацьких збірних команд в міжнародних змаганнях повинна здійснюватись на фоні підвищення кількісно-якісних характеристик навчально-тренувального процесу. Саме такий підхід є найбільш доцільним з точки зору реалізації стратегічних завдань розвитку нового покоління гравців та їх поступового підведення на рівень спорту вищих досягнень. Різке зростання змагальної практики, наприклад під час підготовки кадетських збірних, може значно покращити ефективність гри команди на даному етапі, однак, при цьому, постає логічне питання, яким чином подібне зростання змагальної практики вплине на виступи молодих спортсменів у більш старшому віці, особливо у тих випадках, коли навчально-тренувальному процесу відводиться допоміжна, другорядна роль.

Значна кількість фахівців вважають ефективним прийомом використовувати протистояння гравців молодших вікових категорій із більш старшими спортсменами. В умовах відсутності якісної міжнародної практики, можливим варіантом їх заміни є планування спеціально організованих зустрічей з командами більш старших вікових категорій (рис. 4.15).

При цьому різниця у віці, як вже зазначалось раніше, не повинна перевищувати двох років. До складу збірної команди входять найкращі гравці у своїй віковій категорії, однак навіть і вони можуть просто бути фізично та ментально не готовими протистояти значно старшим спортсменам. Крім того, такі протистояння, враховуючі різницю в антропометрії, атлетизмі та

швидкостях, наявності фізичного контакту між гравцями, можуть бути ще й небезпечними з точки зору отримання можливих травм більш молодими спортсменами.



Рис. 4.15. Напрями вдосконалення змагальної діяльності гравців юнацьких вікових категорій в процесі цілеспрямованої підготовки найближчого резерву збірних

Участь гравців збірних у таких матчах необхідно розглядати виключно у як засіб адаптації до більш інтенсивної рухової діяльності на майданчику та швидкості прийняття ігрових рішень. Можна вважати цей прийом своєрідним виштовхуванням спортсменів із зони комфорту, в якій вони звикли ефективно діяти в своїй віковій категорії. Подальше протистояння з однолітками

відбувається більш легко і вигідно відрізняє команди, що отримали подібний досвід протистояння зі старшими спортсменами.

Визначення ефективності змагальної діяльності спортсменів у цьому віці може здійснюватись за рахунок створення і використання модельних характеристик техніко-тактичних дій для кожної вікової категорії. З цією метою найбільш доцільно використовувати дані змагальної діяльності провідних європейських збірних команд (дивізіон «А») у конкретній віковій категорії. Такий підхід дозволить з перших кроків підготовки збірних орієнтуватися на необхідні (для конкурентної боротьби) показники техніко-тактичної діяльності. Сьогодні існують й інші варіанти дослідження ефективності гри команди та гравців (використання інтегральних індексів, експертне оцінювання тощо), кожен із яких має свої сильні та слабкі сторони.

Відповідність команди та її окремих гравців (у тому числі з урахуванням ігрового амплуа) еталонним модельним характеристикам може стати інформативним критерієм для оцінювання змагальної діяльності та вирішення інших завдань довгострокової програми підготовки (спортивного відбору та орієнтації, планування та корекції навчально-тренувального процесу тощо).

Планування та періодизації програм централізованої підготовки юнацьких збірних необхідно здійснюватись з використанням сучасних науково-теоретичних розробок, провідного практичного досвіду та обраного (можливого) формату підготовки. Підготовка гравців юнацьких збірних протягом усього року в рамках єдиних центрів значно полегшує вирішення цього завдання (рис. 4.16).

У таких умовах з'являється можливість для здійснення поступової адаптації спортсменів та планомірного вирішення тих завдань фізичної і техніко-тактичної підготовки, що висуваються на кожному із етапів довготривалої підготовки.



Рис. 4.16. Напрями планування та періодизації процесу підготовки юнацьких національних збірних команд

Інший формат організації підготовки збірних (етапний) потребує створення своєрідних модельних структурних утворень тренувального процесу⁷. Періодизація останніх повинна здійснюватись з урахуванням їхньої

⁷ За своєю тривалістю відповідають класичному уявленню про мікроструктурні утворення тренувального процесу, однак, на відміну від них, ці цикли використовуються лише декілька разів на рік і не можуть зберегти, або створити функціональні передумови один для одного. Перерва між ними може становити декілька місяців. Одним із основних завдань таких короткострокових етапних зборів (мікроциклів) слід вважати створення необхідного техніко-тактичного фундаменту та визначення подальших актуальних шляхів індивідуального

тривалості та пріоритетного вирішення конкретних завдань процесу підготовки (п'ятиденний цикл, тижневий, десятиденний тощо).

Довгострокова підготовка юнацьких збірних команд буде малоефективною без наявності уніфікованого (єдиного для всіх збірних) алгоритму техніко-тактичної і фізичної підготовки. Починаючи з 14-річного віку гравці збірних повинні поступово оволодівати необхідним багажем знань та умінь, які створюють передумови для подальшої роботи з ними в більш старших вікових категоріях. Йдеться про створення своєрідного мінімального базису підготовленості гравця кожної вікової групи, який з кожним роком починає поступово розширюватись.

Інколи серед тренерів лунають пропозиції щодо визначення єдиного стилю гри юнацьких збірних команд, як це, наприклад, свого часу було зроблено в Іспанії та Ізраїлі. Однак потрібно в даному випадку враховувати, що кожне нове покоління гравців має певні відмінності за своїми антропометричними, швидкісно-силовими та ігровими даними. Наявність в рамках конкретної вікової категорії значної кількості талановитих великогабаритних баскетболістів, наприклад, відкриває для тренерського штабу перспективу побудови тактичного рисунка гри за рахунок гри під кошиком («у фарбі»). Відсутність гравців такого плану, навпаки, диктує необхідність вибору іншого тактичного варіанта, заснованого на переважному використанні швидкого та динамічного баскетболу та ін. Побудову «рисунка гри» та вибір найбільш доцільних ігрових комбінацій для кожної юнацької збірної необхідно здійснювати з урахуванням реальних можливостей гравців та особливостей комплектування складу команди. Вкрай важливо намагатися сформулювати у гравців мінімально необхідний багаж ігрових знань, навіть якщо значну їхню кількість не вдасться реалізувати в даний період часу (з урахуванням вищезгаданих факторів впливу). У більш старшому віці, під час зміни команди та перебудови тактичного рисунка гри, отримані в юнацьких збірних знання

вдосконалення для кожного гравця збірної в період перебування у складі своєї клубної команди.

стануть фундаментом для швидкої адаптації до нових вимог змагальної діяльності.

Пошук перспективних юних спортсменів, які зможуть через декілька років (чотири-п'ять) вийти на рівень спорту вищих досягнень, є одним із ключових завдань результативного функціонування всієї централізованої підготовки. Вкладати значні матеріальні та інтелектуальні ресурси в тих спортсменів, які за своїми здібностями не здатні досягти високих спортивних результатів у дорослому спорті, не має сенсу. Важливість даної проблеми потребує пошуку інформативних критеріїв для ранньої діагностики спортивного таланту та створення механізму високоточного прогнозування перспективних можливостей гравців юнацьких збірних команд (рис. 4.17).

Перспективним напрямом вдосконалення юних спортсменів у рамках цього напрямку підготовки є також визначення індивідуальних сильних та слабких сторін у структурі підготовленості. Культивування індивідуальних ігрових особливостей спортсмена (снайперські здібності, гра у захисті тощо) та їхнє розумне використання в загальному рисунку гри команди, може відіграти значну роль як для підсумкових виступів команди, так і для подальшої кар'єри самого гравця.

В юнацькому віці вже починають проявлятися певні ігрові схильності спортсменів до реалізації конкретних ігрових функцій на майданчику. Адже кожна ігрова позиція потребує володіння комплексом специфічних якостей та вмінь. На даному етапі підготовки тренерам збірних вже необхідно розуміти, в рамках яких ігрових позицій можна використовувати спортсмена саме на рівні спорту вищих досягнень. Важливість цієї проблеми полягає в тому, що в юнацькому віці продовжується активне зростання організму, і ті спортсмени, які є найвищими в дитячому віці і можуть ефективно вести боротьбу під кошиком, через два-три роки не матимуть жодного шансу протистояти молодим гравцям з кращою антропометрією. Використовувати ж таких спортсменів на задній лінії (польові гравці) також неможливо, адже вони значно

поступаються захисникам в рівні ігрових навичок та швидкості переміщень на майданчику⁸.

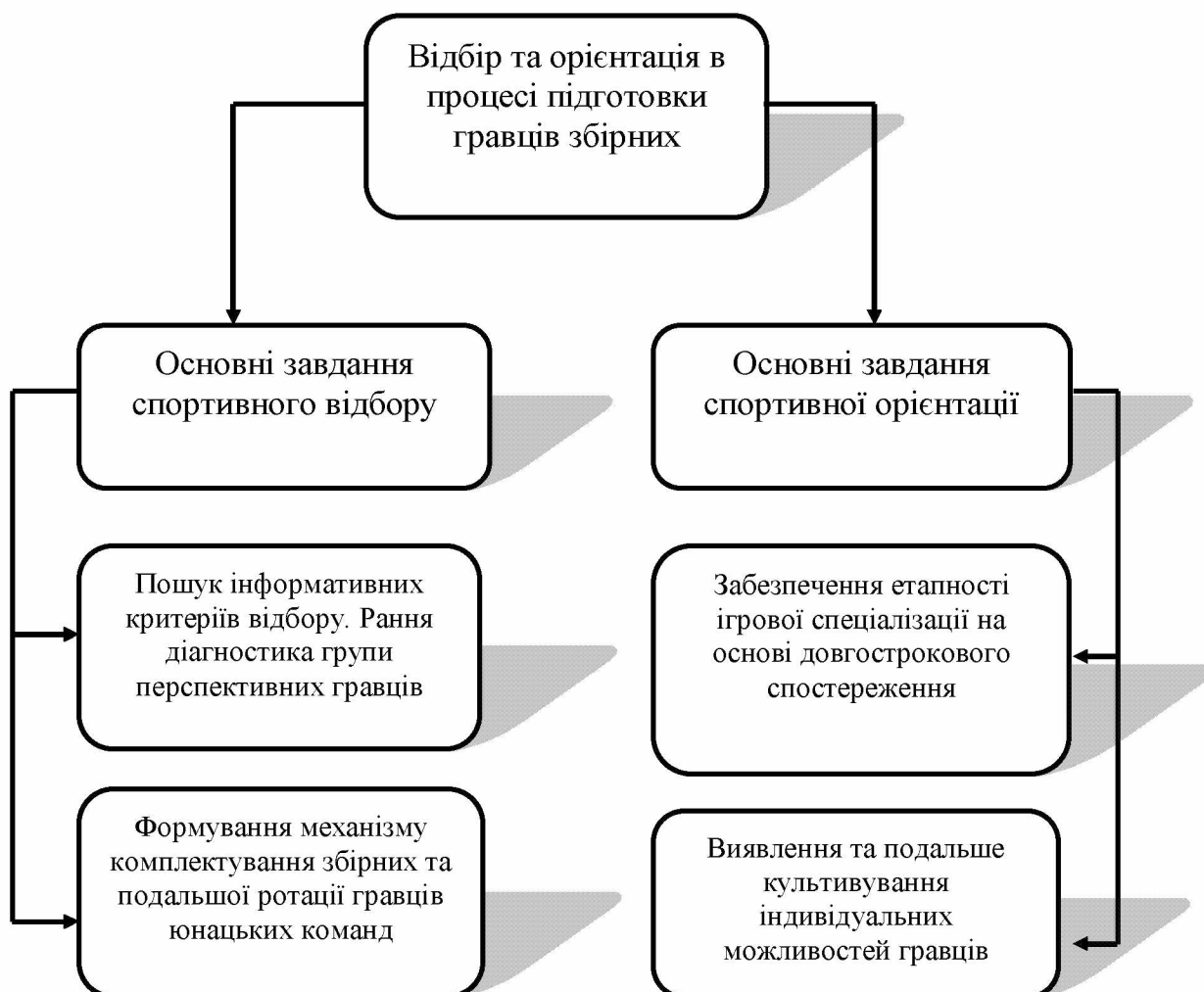


Рис. 4.17. Напрями спортивного відбору та орієнтації в процесі цілеспрямованої підготовки найближчого резерву національних збірних

Залучати спортсменів з раннім біологічним розвитком до складів юнацьких збірних доцільно до того часу, поки вони зможуть відігравати важливу конкурентну роль більш пізнім талановитим дітям, на яких покладається стратегічна надія.

⁸ На період завершення періоду статевого дозрівання баскетболісти з раннім розвитком (акселерати), які виконували в дитячому віці функції «великих гравців», мають практично такі самі ростові данні, як і захисники. Ті ігрові переваги, які вони мали в 14–15 років, втрачаються прогресивно дозріванню спортсменів з нормальним або уповільненим біологічним розвитком.

Ефективне управління процесом підготовки юнацьких збірних потребує використання механізмів комплексного контролю як за станом підготовленості гравців у довгостроковій динаміці, так і за якістю навчально-тренувального процесу команди (рис. 4.18). У випадках, коли підготовка здійснюється на основі використання етапної форми організації, потрібен постійний контроль якості тренувальної діяльності та стану готовності кандидатів у збірну на місцях.

Важливим є створення універсального (уніфікованого) протоколу тестування гравців збірних команд за основними параметрами підготовленості. Такий підхід дозволить об'єктивно спостерігати за змінами у стані підготовленості спортсмена протягом тривалого часу, а формування архівної бази даних дасть можливість порівнювати рівень підготовленості гравців різних поколінь збірних. Виконання нормативних вимог може стати однією із умов потрапляння до складу збірної на конкретному етапі підготовки, що буде додатковим стимулом для якісної роботи тренерів на клубному рівні протягом року.

Ефективний контроль за станом різних сторін підготовленості спортсменів, їх реакцією на тренувальні та змагальні навантаження, характер протікання адаптаційних змін, потребують використання сучасного діагностичного обладнання та науково-технічного устаткування. Доцільним є створення індивідуальної карти гравця, в якій будуть фіксуватися всі контрольні показники, зареєстровані під час перебування спортсмена в юнацьких збірних командах (результати складання групи педагогічних тестів, показники реакції серцево-судинної системи на навантаження, результати медичного огляду, отримані пошкодження та травми протягом тривалого періоду часу та ін.).

Використання сучасного технологічного обладнання може значно підвищити якість цього процесу, поглибити та розширити перспективи аналізу різноманітних, не доступних раніше параметрів тренувальної та змагальної діяльності спортсменів (catapult sport, team polar system та ін.).

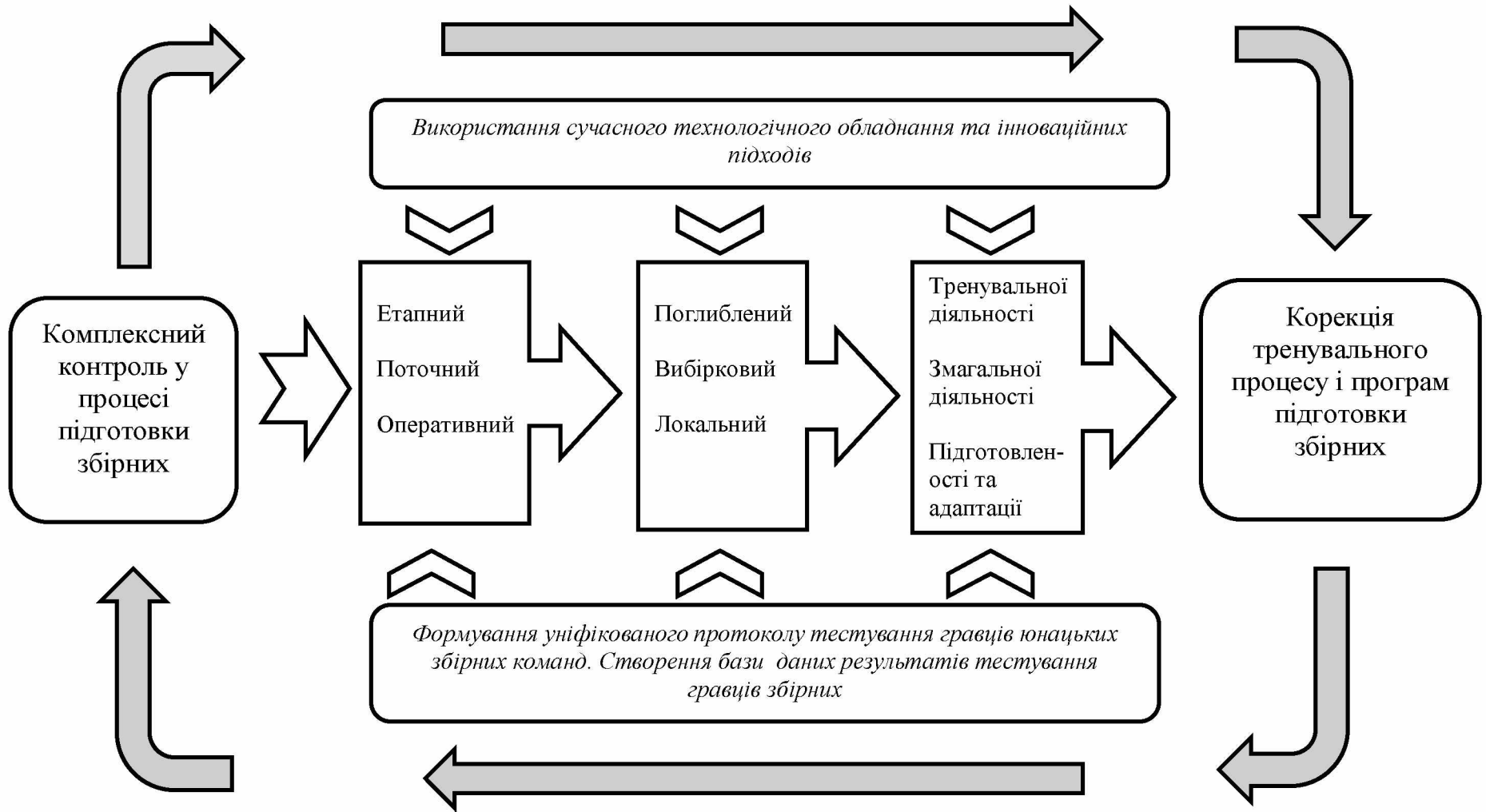


Рис. 4.18. Структура та технологія комплексного контролю в процесі підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Висновки до розділу 4

Зміни, що відбулись в ігрових командних видах спорту за останні 20–25 років, суттєво вплинули на виступи національних збірних команд і перерозподіл сил на міжнародній спортивній арені, призвели практично до повного перегляду концептуальних положень системи підготовки віддаленого та найближчого резерву. Глобалізація та комерціалізація спорту вищих досягнень призвели до створення своєрідної ієрархічної структури клубних команд, в рамках якої лише найбільш фінансово потужні із них можуть вести реальну боротьбу за найвищі нагороди престижних міжнародних турнірів. Інші клуби в таких умовах виконують функцію своєрідного «кадрового забезпечення» для найкращих команд світу.

Реформування системи дитячо-юнацького спорту і приведення її у відповідність до сучасних світових стандартів є одним із перспективних напрямів вдосконалення вітчизняної системи підготовки резерву. Ці реформи будуть здійснюватись зі значним запізненням порівняно з багатьма країнами світу (у середньому на 10–15 років).

Впровадження сучасних технологій підготовки спортсменів у системі дитячого та юнацького спорту закладає фундамент та дає довгострокову перспективу на істотне покращення якості підготовки спортсменів в резервному спорті та досягнення високих спортивних результатів національними збірними.

Перспективним напрямом підвищення ефективності функціонування системи підготовки найближчого резерву є впровадження централізованих проєктів багаторічного вдосконалення гравців на базі юнацьких збірних команд. Досвід багатьох країн світу свідчить про високу ефективність від реалізації подібних довгострокових програм. Провідна роль в організації та забезпеченні підготовки найближчого резерву збірних відводиться профільній спортивній федерації при активній підтримці держави.

Показана тенденція зниження спортивних результатів з 2010–2014 років юнацьких збірних команд з баскетболу практично у всіх вікових категоріях U 16–U 20 (для хлопців та дівчат).

Запропонований системний підхід дозволяє у довгостроковій перспективі покращити спортивні результати та продовжити традиції вітчизняної «спортивної школи».

Використання провідного світового досвіду з організації централізованої підготовки та фундаментальних науково-методологічних напрацювань вітчизняних вчених у напрямку теорії і методики спортивного тренування дозволило розробити модель підготовки найближчого резерву для збірних команд в ігрових видах спорту.

Результати даного розділу представлено у роботах автора [31, 62, 63].

РОЗДІЛ 5

СПОРТИВНИЙ ВІДБІР, ОРІЄНТАЦІЯ ТА ІГРОВА СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ СПОРТСМЕНІВ ПІД ЧАС ПІДГОТОВКИ НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ ЗБІРНИХ КОМАНД

5.1. Загальний алгоритм організації, ключові фактори та принципи спортивного відбору та орієнтації в процесі багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Початок централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних у багатьох країнах світу припадає на 13–14 річний вік. Саме в цей період часу і розпочинається активна селекційна діяльність скаутів збірних, яка спрямована на пошук талановитих гравців, що зможуть принести необхідні спортивні результати країні в найближчій і стратегічній перспективі.

Обраний віковий період є не випадковим і вважається фахівцями одним із найдоцільніших для здійснення подібної підготовки, адже в цей період значно збільшується частка тактичної та інтегральної підготовки, підвищуються обсяги фізичних навантажень, молоді спортсмени є чутливими для сприйняття нового, більш складного матеріалу гри. У таких умовах тренувальної і змагальної діяльності починають проявлятися ті ігрові задатки та здібності, які дозволяють прогнозувати перспективи потрапляння юних спортсменів на рівень спорту вищих досягнень.

З'являється організаційне та нормативно-правове підґрунтя для концентрації найкращих спортсменів в рамках єдиних центрів, спеціалізованих навчальних закладах, тощо. До 12-річного віку діти можуть бути ще елементарно психологічно неготовими для того, щоб залишити місце постійного проживання і адаптуватися до нових, більш складних умов. Зарубіжні спеціалісти не рекомендують навіть змінювати клубні команди на ранніх етапах підготовки, якщо це пов'язано із відривом від звичних умов життєдіяльності дитини (сім'я, школа, транспортна логістика, тощо).

Більш того, рішення про відсіювання дитини із секції рекомендується відтермінувати на більш пізній термін (11–12 років). Основна увага, на думку зарубіжних фахівців, при цьому повинна бути сконцентрована не на ранній селекції дітей, а на їх всебічному розвитку, тривалому спостереженні за прогресом в оволодінні прийомами та навичками гри, а також на виявленні та культивуванні індивідуальних особливостей кожного спортсмена.

Пояснюється ця позиція тим, що на перших етапах багаторічної підготовки в ігрових командних видах спорту досить складно здійснити ранню діагностику спортивної обдарованості та спрогнозувати майбутні успіхи. Ті критерії та показники, які рекомендують сьогодні використовувати з метою спортивного відбору на початкових етапах багаторічного вдосконалення, характеризують переважно загальні фізичні якості та здібності, які на більш пізніх етапах практично повністю втрачають свою інформативність (рис 5.1.). Існує величезний ризик здійснити педагогічну помилку і, користуючись неспецифічними критеріями, відсіяти талановитих дітей, справжній потенціал яких має розкритися на більш пізніх етапах в умовах специфічного ігрового середовища.

Однак при такому підході може виникати інша проблема, пов'язана з тим, що в рамках однієї групи можуть бути сконцентровані діти з різним рівнем обдарованості та підготовленості, що значно впливає на якість тренувального процесу та можливість реалізації тренерських завдань. Слабші на даному етапі діти будуть під час єдиноборств і взаємодії гальмувати розвиток більш талановитих спортсменів. Стимулююче середовище є однією із головних умов для подальшого розвитку юного спортсмена. Ось чому вкрай важливо направити спортсмена до групи більш підготовлених однолітків.

Подібні умови змусять юного спортсмена вдосконалювати свої можливості та прагнути досягти рівня найкращих вихованців команди. У тих випадках, коли рівень майстерності гравця починає перевершувати рівень гри команди, потрібно вжити заходів для пошуку нового колективу, в якому будуть створені необхідні умови для забезпечення подальшого прогресу спортсмена.



Рис. 5.1. Провідні фактори та критерії відбору спортсменів в ігрових видах спорту на різних етапах і стадіях багаторічного вдосконалення:

I – первинний відбір; II – попередній відбір; III – проміжний відбір; IV – основний відбір; V – заключний відбір

Система відбору та принципи комплектування навчально-тренувальних груп, що були притаманними для радянської системи спорту, мали в цьому напрямі величезну перевагу. Концентрація найбільш підготовлених дітей та їх прогресивне зменшення з кожним роком забезпечувало створення природного конкурентного середовища, яке подекуди могло навіть компенсувати недоліки професійної компетентності тренерів. Постійна боротьба за місце в складі команди для участі в змаганнях, протистояння найкращих вихованців один одному в навчально-тренувальному процесі, змушувало постійно розвиватися і забезпечувало перманентну появу нових висококласних спортсменів.

Залишається лише здогадуватись, яка кількість обдарованих спортсменів, котрі не отримали при такому підході гідної педагогічної уваги, була помилково відсіяна на ранніх етапах багаторічного вдосконалення і назавжди залишила систему спорту вищих досягнень. Однак навіть і в таких умовах, за рахунок величезної масовості дітей, що займалися спортивними іграми, ця система постійно забезпечувала появу нових спортсменів, компенсуючи можливі недоліки, які були пов'язані з недосконалістю функціонування окремих її елементів (система відбору на ранніх етапах, спрямованість на досягнення результату в дитячих змаганнях, тощо).

Проте для вітчизняних реалій актуальною є зовсім інша проблема, пов'язана зі стрімкою комерціалізацією підготовки юних спортсменів в ігрових видах спорту. Відсіювання гравців із команди є небажаним явищем для тренерів, особливо для тих із них, що проводять незалежну підприємницьку діяльність. Однак навіть і в таких умовах вкрай важливим є створення своєрідної спортивної сегрегації та розподілення вихованців на різні групи залежно від рівня спортивної майстерності та підготовленості.

Баскетбольні тренери досить обережно ставляться щодо відсіювання гравців та визначення їх довгострокової перспективності і в більш пізньому віці. Юні спортсмени продовжують інтенсивно рости та розвиватися, мають різні темпи біологічного дозрівання, йде активне формування особистісних рис характеру. На думку досвідчених вітчизняних фахівців, навіть у 13–14 річному

віці досить складно здійснити прогноз щодо перспектив потрапляння спортсмена у спорт вищих досягнень.

Досить цікавими, на наш погляд, є висновки багаторічних спостережень вітчизняних тренерів щодо закономірностей становлення спортивної майстерності в дитячо-юнацькому спорті та динаміки рівня успішності вихованців. Тренери рекомендують виділяти три відносно самостійні періоди становлення спортивної майстерності в юнацьких вікових категоріях. Перший період охоплює початковий етап підготовки, який в середньому триває в спортивних іграх з шести до дев'яти років. В рамках цього періоду найбільш підготовлені (фізично, технічно) діти мають суттєву перевагу над своїми однолітками, явно виділяються на тренуваннях та під час змагань, отримують всі індивідуальні нагороди на дитячих турнірах і досить часто помилково можуть розцінюватись як найбільш перспективна група вихованців. На подібні відмінності нерідко також впливає і різна кількість тренувальних занять для вихованців, більший змагальний досвід, наявність додаткових індивідуальних тренувань та ін. Діти, які в цьому віці мають змогу більше уваги приділяти заняттям, будуть мати суттєву перевагу над своїми однолітками.

Для другого періоду характерним є своєрідне вирівнювання спортивної майстерності між дітьми, що мали значну перевагу в ранньому віці та іншими вихованцями. Цей період у середньому триває від десяти до тринадцяти років. Нерідкими є випадки, коли до провідної групи спортсменів починають входити ті діти, які на першому етапі залишалися в тіні більш підготовлених одноклубників та отримували меншу можливість проявити себе під час змагальної діяльності. Основними причинами подібного вирівнювання можуть бути суттєві зміни антропометричних даних та рівня розвитку фізичних якостей вихованців. Змінюються вимоги та принципи змагальної діяльності, підвищується значущість морфологічних даних гравців та рівня їхньої атлетичної і функціональної підготовленості. У багатьох ігрових видах спорту ускладнюється формат гри, збільшується кількісний склад спортсменів (одночасне перебування на майданчику), підвищується швидкість та

інтенсивність рухової діяльності, збільшується частка елементів організованої гри, яка вимагає прояву у спортсменів інтелектуально-творчих здібностей та командної дисципліни.

Однак найбільші зміни, як вважають спеціалісти, можна спостерігати протягом третього періоду, який припадає на етап статевого дозрівання юних спортсменів (14–16 років). Саме в цей час спостерігається найбільша трансформація різноманітних здібностей і якостей спортсменів та відбувається фактично остаточний розподіл вихованців на тих, хто має перспективу потрапити на найвищий рівень, і тих, хто завершить свої виступи на рівні юнацького спорту.

Ось чому першим кроком на шляху організації централізованої підготовки найближчого резерву збірних команд повинен бути масовий перегляд потенційних кандидатів із різних куточків країни. Розширений список першої кадетської збірної (U 14) має включати до 50 талановитих спортсменів (рис. 5.2.).

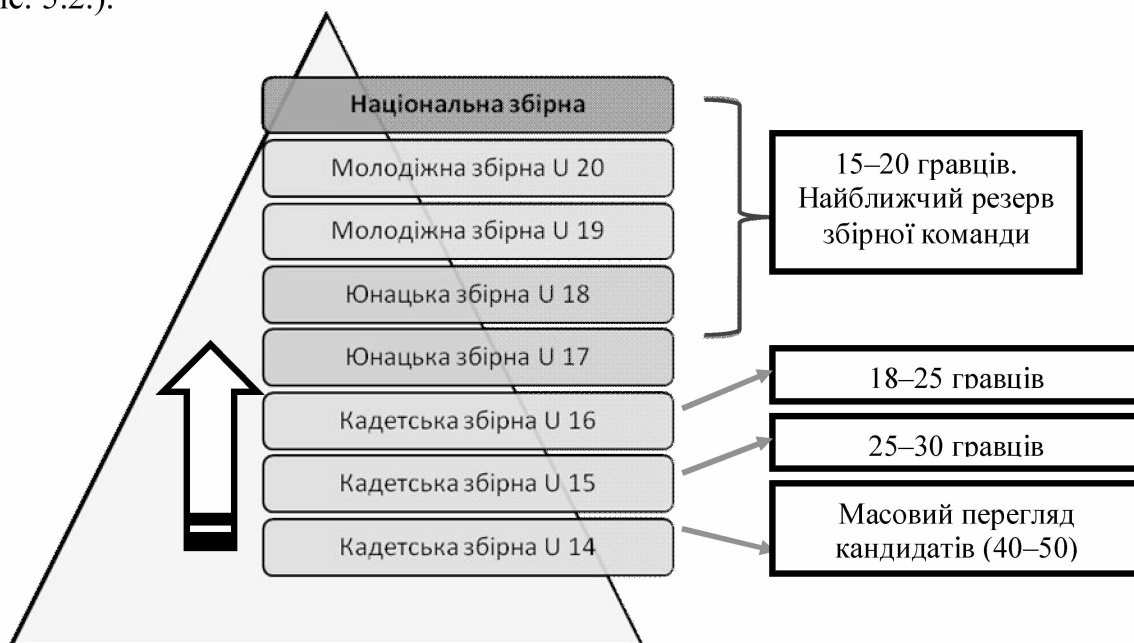


Рис. 5.2. Ієрархічна вертикаль національних збірних команд з баскетболу

З кожним новим етапом підготовки кількість кандидатів до збірної повинна зменшуватись, залишаючи при цьому лише тих спортсменів, які відповідають стратегічним завданням спорту вищих досягнень. Вкрай важливо

дотримуватись перманентного характеру підготовки національних збірних, навіть і в тих випадках, коли для певної вікової категорії відсутні офіційні міжнародні змагання (низький рейтинг, незадовільні виступи у кваліфікаційних турнірах, тощо).

Масштабний перегляд потенційних кандидатів найбільш доцільно здійснювати під час участі молодих спортсменів у матчах національної першості, яка передує віковій категорії першої кадетської збірної (рис. 5.3). Під час реальної гри створюються найкращі умови для повного розкриття ігрового потенціалу юного спортсмена та стають помітними ті задатки та здібності, які зможуть принести успіх у більш пізньому віці. Звичайно найбільш інформативними для цього є змагання фінальних етапів чемпіонату, де одночасно беруть участь найсильніші команди певної вікової категорії. Однак проводити подібний селекційний моніторинг потрібно як в матчах вищого (дивізіон А), так і нижчих дивізіонів. Слід очікувати, що найбільша кількість кандидатів до лав збірної буде відібрана із команд, що представляють більш сильні змагання, однак нерідкими є випадки появи талановитих спортсменів і у нижчих дивізіонах.

На основі висновків кваліфікованих експертів формується розширений список кандидатів, які отримують виклик до кадетської національної збірної U 14 та мають пройти подальший селекційний відбір. Враховуючи велику кількість спортсменів на першому етапі, доцільним є організація етапних зборів та розподіл юних спортсменів на декілька окремих груп. Такий підхід дозволить здійснити перегляд кожного кандидата, провести тестування та всесторонньо оцінити рівень індивідуальної підготовленості.

Спортсмени, які на першому етапі в силу різних обставин не потраплять до заключного списку кадетської збірної U 16, повинні ще певний період часу залишатись у полі зору селекціонерів та тренерів збірних (приблизно до вісімнадцяти років).

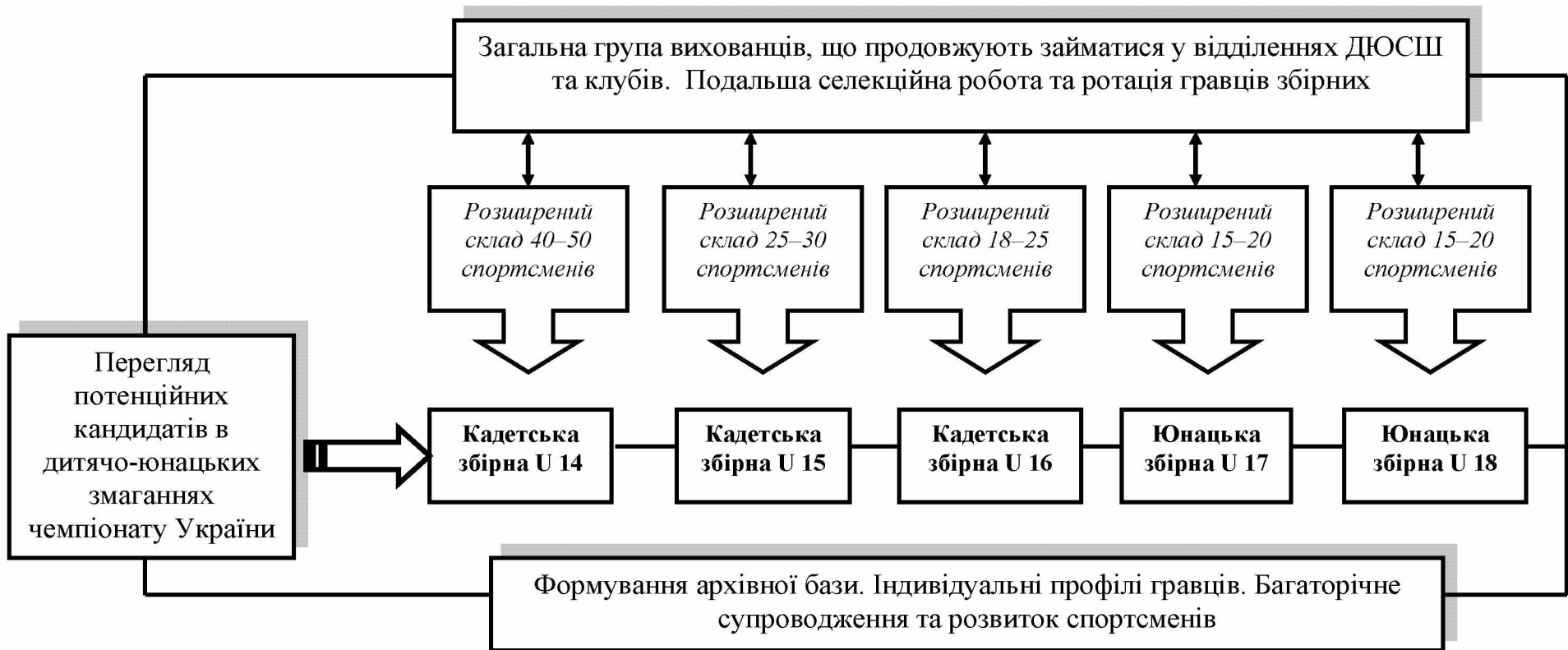


Рис. 5.3. Механізм організації відбору та ротації гравців під час комплектування складів кадетських збірних U 14–U 18

Такі спортсмени продовжують вдосконалювати свою майстерність у групах ДЮСШ (клубів), беруть участь в юнацьких змаганнях та можуть у більш пізньому віці виграти конкуренцію у однолітків, які були сильнішими на попередньому етапі. Така ситуація є характерною для спортсменів із уповільненими темпами біологічного розвитку.

Потрапляння до основного складу кадетської збірної, у свою чергу, не дає довгострокових гарантій тим спортсменам, які були відібрані на першому етапі. У разі появи більш талановитих та обдарованих дітей здійснюється своєчасна ротація. У даному випадку ми можемо спостерігати варіант так званого зворотного відбору, явища, яке, на наш погляд, отримало недостатню увагу з боку фахівців та потребує подальшого поглибленого вивчення та наукового обґрунтування.

Адже класична етапна модель спортивного відбору, яка тісно взаємопов'язана із етапами підготовки, передбачає постійний односторонній напрям прогресивного зменшення кількості спортсменів на кожній ланці багаторічного вдосконалення. Питання помилкової діагностики спортивного таланту та можливість подальшого виправлення здійснених помилок практично не розглядаються. Цілком ймовірно, що це явище є притаманним виключно для практики ігрових видів спорту та пов'язано із специфікою змагальної діяльності та особливостями багаторічної кар'єри в командних видах спорту (залежність від дії багатьох факторів на спортивний результат).

Досягнення 18-річного віку вихованців у більшості випадків співпадає із завершенням навчання у загальноосвітніх установах та спортивних школах. Найбільш перспективні молоді спортсмени, які є основними кандидатами до лав юнацьких та молодіжних збірних, у цей період часу повинні підписати свій перший професійний контракт і увійти до системи підготовки клубних команд високої кваліфікації.

Централізовано здійснювати підготовку даних вікових категорій практично неможливо, адже гравці постійно задіяні в матчах молодіжних першостей та залучаються до навчально-тренувального процесу основної

команди, що в свою чергу, є найкращим стимулом для подальшого прогресу та вдосконалення майстерності молодих спортсменів.

Скоріш за все, це й стає одним із найбільш визначальних чинників, який обмежує тривалість централізованої підготовки найближчого резерву в багатьох країнах світу 18-річним віком. Таким чином, в рамках багаторічної підготовки юнацьких збірних можна виділити два різних за своїм змістом та принципами організації етапи: централізованої безпосередньої (14–18) та періодичної фрагментарної підготовки, яка припадає на вік 18–20 років та багато в чому залежить від якості навчально-тренувальної і змагальної діяльності молодого спортсмена в професійних командах.

Успішність селекційної діяльності буде при цьому безпосередньо залежати від реалізації ключових принципів спортивного відбору, спрямованих на першочергове вирішення стратегічних завдань підготовки резерву для національних збірних (рис. 5.4.).

Як вже зазначалось раніше, реалізацію поточних завдань, пов'язаних із вдалими виступами на юнацьких міжнародних змаганнях, які надають можливість молодим спортсменам отримувати ігрову практику найвищого гатунку, потрібно органічно пов'язувати із стратегічними довгостроковими інтересами національних збірних. Під час комплектування складів кадетських збірних слід намагатися досягти оптимального балансу між тими гравцями, які приносять результат в юнацькому віці (в даний період часу) та скоріш за все не потраплять на рівень більш старшої збірної, і тими спортсменами, які сьогодні не готові вести конкурентну боротьбу з більш розвинутими однолітками, однак з точки зору загальної перспективи є найбільшою цінністю для централізованого проєкту.

Складність структури змагальної діяльності в командних спортивних іграх та залежність підсумкового результату від дії значної кількості чинників вимагають врахування багатьох критеріїв та показників під час здійснення відбору та визначення перспективності юних спортсменів.

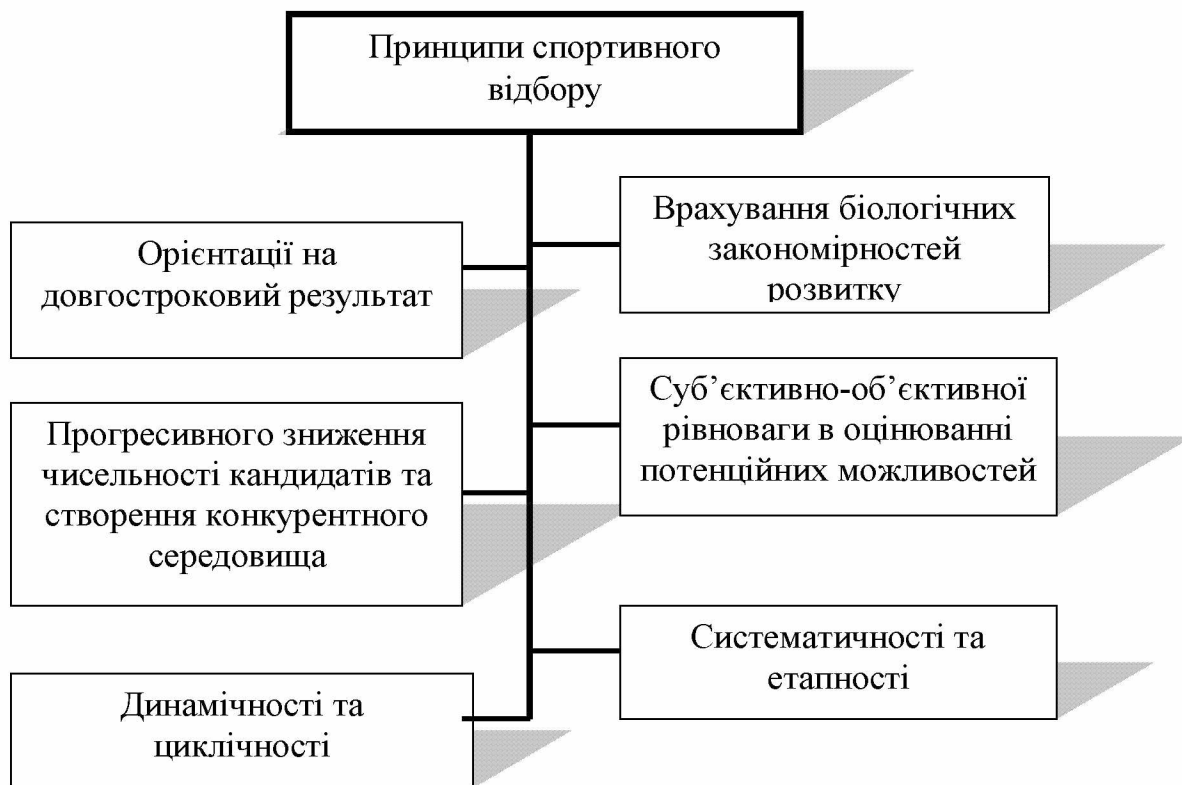


Рис. 5.4. Принципи спортивного відбору в процесі підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Особливого значення набуває врахування специфічних ігрових здібностей спортсменів, які практично не піддаються об'єктивно-метричному вимірюванню однак мають величезне значення для подальшої успішної кар'єри у спорті вищих досягнень.

5.2. Ключові критерії відбору спортсменів та орієнтації підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту

Характерною особливістю відбору під час підготовки найближчого резерву національних збірних, який в багатьох спортивних іграх припадає на вік 14–18 років, є необхідність всебічного дослідження потенційних можливостей молодого гравця (рис. 5.5).

Для дослідження здібностей спортсменів використовують найрізноманітніші показники та критерії, а сама процедура відбору може мати

багатоступеневий алгоритм. Такий детальний аналіз не проводиться на жодному із етапів багаторічного вдосконалення.

Під час здійснення відбору в цей період вже потрібно враховувати специфічні ігрові здібності та використовувати цілий комплекс спортивно-педагогічних показників, рівень прояву яких має надзвичайно важливе значення для подальшого професійного зростання молодих спортсменів та визначення їх стратегічної перспективи (рис. 5.6).

У спорті вищих досягнень підсумкові показники змагальної діяльності можуть надати повноцінну інформацію під час визначення рівня майстерності гравця. У підлітковому віці, особливо враховуючи проблеми біологічного дозрівання, такий підхід ще не має такої надійності, адже результат може бути досягнуто за рахунок використання тимчасових переваг біологічного розвитку одних дітей над іншими. Тобто в підлітковому віці потрібно орієнтуватися не на перемоги, набрані очки, або інші результативні техніко-тактичні дії, які становлять основу статистичних протоколів ігор, а на якість виконання техніко-тактичних прийомів і розуміння гри, прийняття правильних рішень, формування передумов для оволодіння у майбутньому більш складаними тактичними формами гри дорослої команди та ін.

Використання уніфікованого протоколу тестування та модельно-цільових орієнтирів дозволить, у свою чергу, визначити відповідність рівня підготовленості спортсмена нормативним вимогам національних збірних певних вікових категорій. Великого значення набуває також тривале спостереження за зростанням спортивної майстерності гравців та наявності резервів для подальшого вдосконалення. Важливим є порівняння показників підготовленості вітчизняних спортсменів із аналогічними даними провідних зарубіжних гравців. Подібне порівняння може бути здійснено переважно за тими критеріями та параметрами, які меншою мірою залежать від групових та колективних взаємодій, що відображають специфічні ігрові здібності та значно змінюються з урахуванням рівня опору протиборчої сторони.

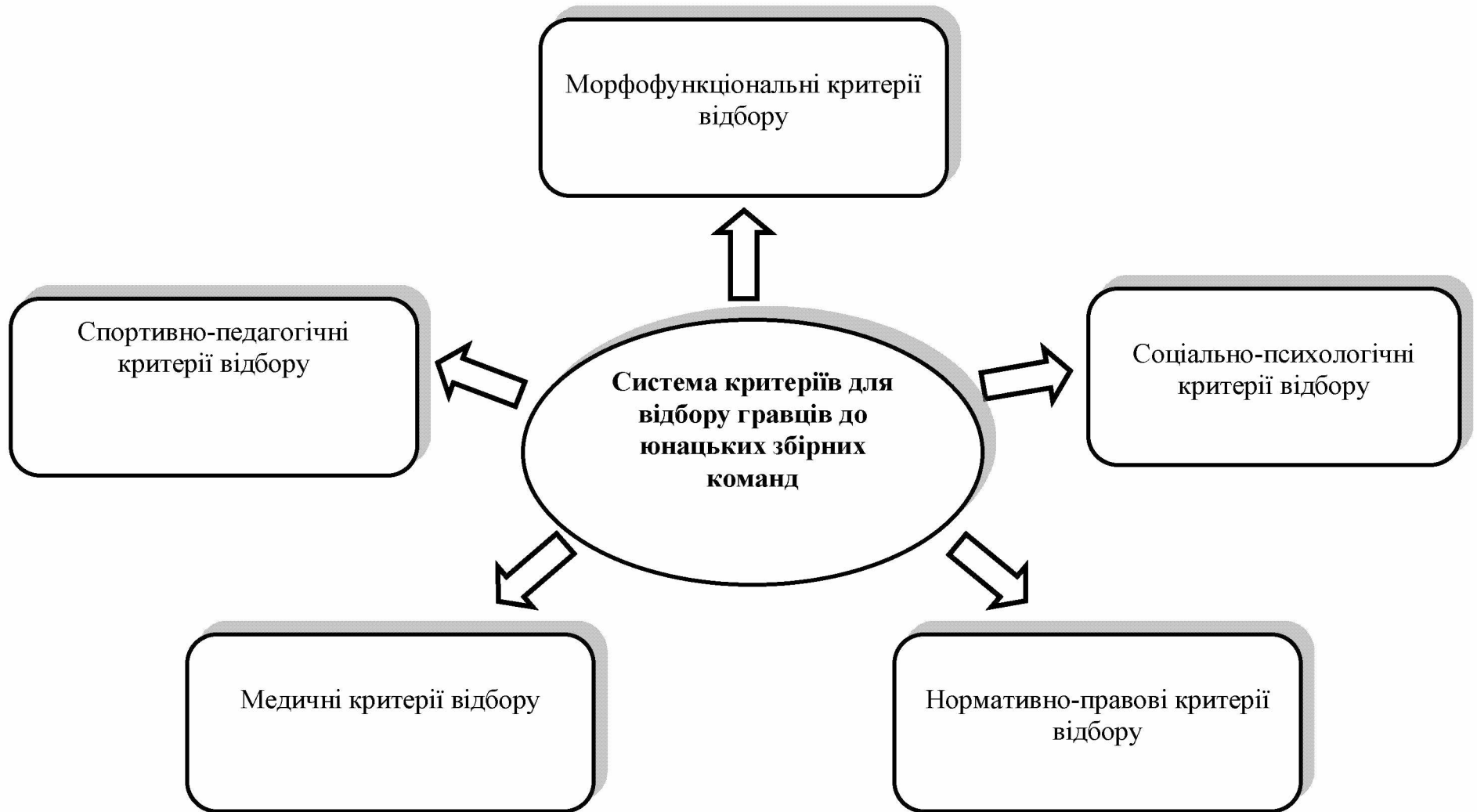


Рис. 5.5. Система критеріїв для відбору спортсменів у процесі підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту



Рис. 5.6. Спортивно-педагогічні критерії та показники для здійснення відбору спортсменів у процесі централізованої підготовки найближчого резерву збірних

Однією із ключових умов потрапляння спортсмена в систему підготовки найближчого резерву національних збірних повинно бути проходження повного, поглибленого медичного обстеження та відсутність протипоказань для подальшої інтенсифікації тренувальної і змагальної діяльності.

Морфологічні дані гравців у сучасному баскетболі відіграють надзвичайно важливе значення. Молоді спортсмени, що мають рідкісні антропометричні дані та демонструють тенденцію до подальшого зростання, повинні бути об'єктом постійної уваги з боку фахівців. Для баскетболістів лінії захисту фактор зросту, на відміну від «великих гравців», може не мати такої домінуючої ролі. На перший план тут повинні виходити інші критерії, які в більшою мірою визначають рівень техніко-тактичної та фізичної підготовленості, організаційні здібності гравців задньої лінії. Хоча останнім часом можна спостерігати тенденцію до підвищення ростових даних гравців, що виступають у захисній ланці. Високий зріст захисника значно розширює арсенал його ігрових можливостей та дозволяє тренерському штабу більш різнопланово використовувати спортсмена під час матчу.

Однією із головних проблем, що пов'язані із недостатніми (за баскетбольними мірками) габаритами гравців задньої лінії, є вразливість захисту під час протидії основному виду групових взаємодій команди суперника на «PNR». Високорослі захисники можуть дещо невілювати ту тотальну перевагу суперника, яка може виникати під час розміну баскетболістів (switch) за ігровими позиціями.

Серед інших важливих морфологічних показників, які можуть бути використанні під час відбору баскетболістів до лав юнацьких збірних, також слід віднести тип тілобудови, розмах рук, довжину кисті, довжину стопи та ін.

Важливим є проведення поглиблених медико-біологічних досліджень, спрямованих на визначення резервних функціональних можливостей молодого організму (рівень прояву аеробних та анаеробних можливостей, стану нервово-м'язового апарату, серцево-судинної та дихальної системи та ін.). І хоча сьогодні можна зустріти різні думки спеціалістів зі спортивних ігор щодо

важливості прояву цих показників з метою спортивного відбору, на наш погляд, на даному етапі багаторічної кар'єри слід звернути особливу увагу на індивідуальну структуру функціональної підготовленості молодих баскетболістів. Подібні дослідження дозволять визначити провідні та слабкі сторони для кожного гравця, а також можливі шляхи спортивної орієнтації та використання особливостей кожного спортсмена в інтересах національної збірної.

Особливу роль під час відбору на цьому етапі відіграє визначення соціально-психологічної складової підготовленості. Дослідження рівня прояву важливих для ігрових видів спорту психологічних якостей та властивостей особистості (сили та рухливості нервових процесів, швидкості обробки інформації в умовах невизначеності, рівень мотивації та вольових якостей, комунікабельність та здатність до сумісного вирішення поставлених завдань та ін.) (рис. 5.8).

У свою чергу, для визначення спеціальної техніко-тактичної підготовленості доцільним є використання ряду специфічних тестів, які поєднують необхідність виконання вправ в умовах рухових режимів, максимально наближених до змагальних. У цей період оцінюється якість засвоєння навчального матеріалу. Передусім це стосується швидкості сприйняття інформації щодо тактичних побудов гри команди. Оцінюється здатність гравця до творчої інтерпретації ігрових завдань, варіативність технічних та тактичних дій та ін.

Для кожного гравця збірної повинно бути створено індивідуальне дос'є, в яке будуть занесені всі дані результатів обстежень і тестувань протягом періоду перебування у збірних. Висновок про відбір спортсменів на наступний етап підготовки здійснюється на основі комплексного аналізу різних сторін підготовленості та їх пріоритетного впливу на перспективи потрапляння молодого гравця у спорт вищих досягнень.

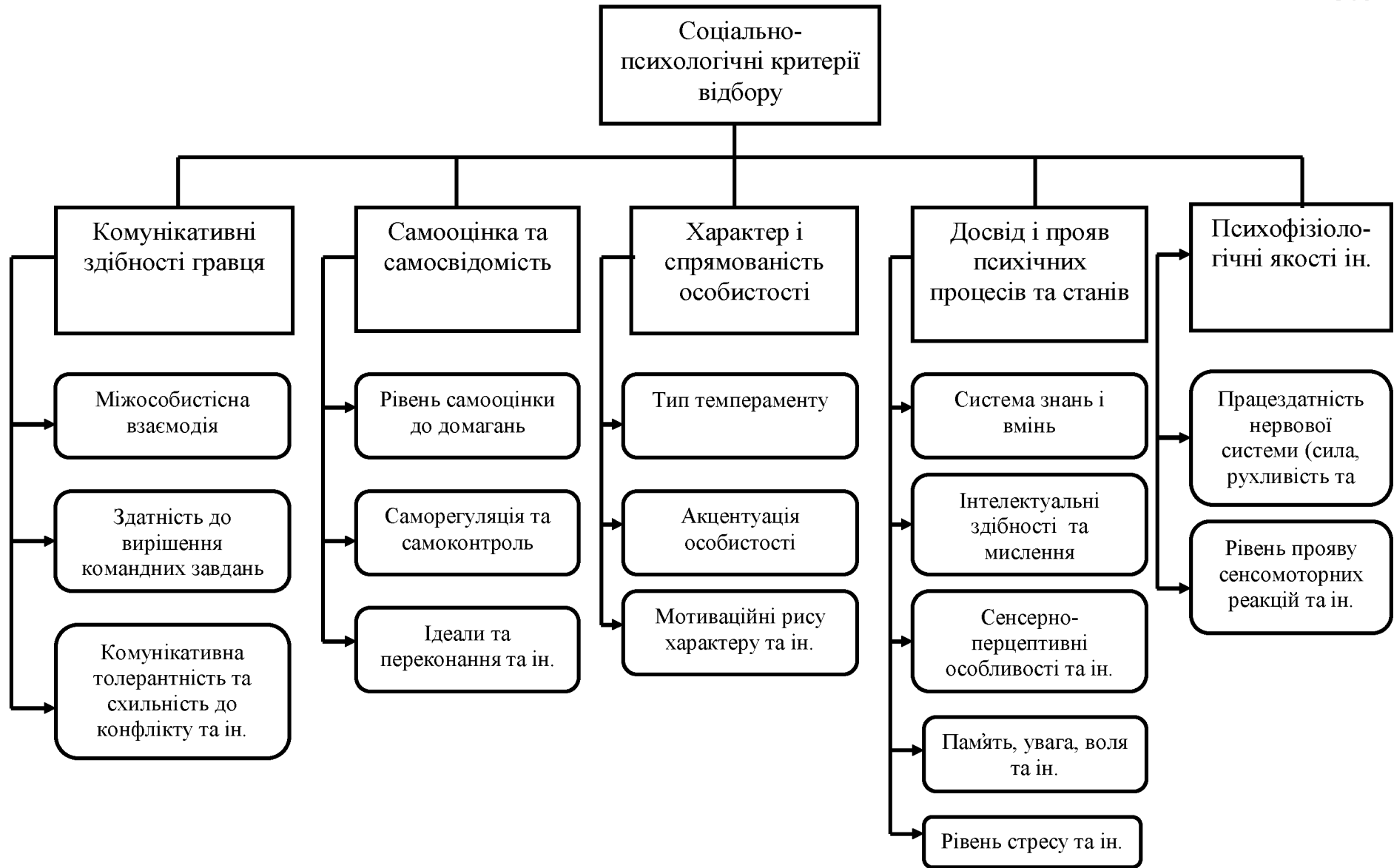


Рис. 5.8. Соціально-психологічні критерії та показники для здійснення відбору спортсменів у процесі централізованої підготовки найближчого резерву збірних

5.3. Модельно-цільові показники підготовленості баскетболістів юнацьких збірних команд різних вікових категорій

Якість прийняття управлінських рішень та ефективність спортивного відбору багато в чому буде залежати від наявності точних модельних характеристик, які відображають різні сторони підготовленості спортсменів на кожному етапі централізованої багаторічної підготовки найближчого резерву збірних.

Модельні характеристики виступають у даному випадку як своєрідний орієнтир, якому повинні відповідати кандидати в збірну. Наявність точних кількісних параметрів підготовленості молодих спортсменів дозволяє оцінити рівень індивідуального прояву кожного важливого параметра, діапазон відхилення від середньостатистичних даних для баскетболістів певного віку та амплуа, а також здійснити інтегральне оцінювання перспективності гравця з урахуванням пріоритетної значущості параметрів, що вивчаються.

Під час побудови модельних характеристик слід передусім орієнтуватися на еталонні дані найкращих молодих спортсменів світу, а також на відповідність прояву важливих для виду спорту параметрів підготовленості показникам висококваліфікованих гравців.

Сьогодні є можливість проаналізувати показники змагальної діяльності найкращих збірних команд світу та її окремих гравців по кожній віковій категорії. Офіційні протоколи міжнародних ігор, що публікуються міжнародною федерацією баскетболу (FIBA) та є доступними у всесвітній мережі Internet, дозволяють здійснити ґрунтовний всебічний аналіз техніко-тактичної діяльності спортсменів у нападі та захисті, виявити ключові фактори, що забезпечують успішність ведення змагальної діяльності та загальний успіх як в окремо взятому матчі, так і на турнірі в цілому.

Додаткове використання архівних даних попередніх турнірів дозволяє підвищити точність побудованих моделей, а також надає можливість спостерігати тенденції та зміни в реалізації техніко-тактичних дій на міжнародних змаганнях протягом тривалого періоду часу.

Звичайно, статистичні протоколи ігор не можуть надати вичерпну інформацію щодо ведення змагальної діяльності команд та спортсменів. Техніко-тактичні дії, які відображаються в них, характеризують переважно лише заключні операційно-технічні дії, які не відображають усього спектра складних організаційних групових та командних взаємодій, що здійснює команда під час матчу для того, щоб підготувати атаку або здійснити вдалий захист.

Потрібно моделювати не тільки кількісні параметри змагальної діяльності (набрані очки, передачі, кидки та ін.), а й найбільш ефективні варіанти організації атаквальних та захисних дій, які сьогодні використовуються провідними збірними світу та приносять чималий зиск в рамках певних вікових категорій. Для проведення такого аналізу фахівці використовують метод відеоскаутингу матчів, якій і дозволяє провести глибинну аналітику тактичного малюнки гри та побачити сильні та слабкі сторони в структурі ігрової підготовленості кожної команди.

Так, наприклад, гравці юнацьких збірних команд мають низький відсоток реалізації дальніх кидків у матчі, що, у свою чергу, дозволяє тренерському штабу обирати відносно простіші варіанти захисту під час проходження заслонів на «PNR» (under та ін.). У дорослому баскетболі такий варіант захисту може принести значні проблеми команді, адже відсоток реалізації дальніх кидків у висококваліфікованих спортсменів є набагато вищим.

Важливим модельним орієнтиром у баскетболі є показник зросту для спортсменів різного віку та амплуа. Аналіз спортивних біографій більше ніж 400 баскетболістів дозволив розробити середньостатистичну модель з урахуванням ігрового амплуа та вікової категорії збірної (табл. 5.1). При цьому можна побачити, що показники зросту для польових гравців (лінія захисту) залишаються практично незмінними з 16-річного віку.

Таблиця 5.1

Динаміка показників довжини тіла у баскетболістів з урахуванням вікової категорії на міжнародних баскетбольних турнірах

Age		Point guard (n=80) $\bar{x} \pm S$	p<0,05	Shooting guard (n=80) $\bar{x} \pm S$	p<0,05	Small forward (n=80) $\bar{x} \pm S$	p<0,05	Power forward (n=80) $\bar{x} \pm S$	p<0,05	Center (n=80) $\bar{x} \pm S$	p<0,05
1	U 16	186,3±4,27	–	190,7±4,22	*4, 5, 6	196,4±3,60	4, 5, 6	201,3±3,93	4, 5, 6	203,6±3,34	2, 3, 4, 5, 6
2	U 17	186,4±4,93	–	192,0±5,26	5, 6	196,5±3,88	6	202,0±3,21	5, 6	206,0±3,75	1, 5, 6
3	U 18	187,7±5,55	–	191,6±4,11	–	197,8±3,71	6	202,3±2,87	5, 6	205,9±3,53	1, 5, 6
4	U 19	187,2±6,64	–	194,6±4,85	1, 2	199,0±4,57	1	203,7±2,96	1, 6	206,9±3,34	1, 6
5	U 20	187,1±5,60	–	194,5±3,44	1, 2	198,1±3,39	1	205,1±2,69	1, 2, 3	208,0±3,59	1, 2, 3, 6
6	National Team	187,3±4,91	–	194,6±2,48	1, 2	199,1±8,42	1, 2, 3	205,1±7,05	1, 2, 3, 4	210,2±9,98	1, 2, 3, 4, 5

Примітка. * Відмінності з відповідним номером в рядку збірних статистично значущі при $p<0,05$

Особливо це стосується розігравачів, для яких не було виявлено жодних достовірних відмінностей з баскетболістами більш старших вікових категорій (U 16 – національні збірні).

Найбільші вікові зміни зростових даних можна спостерігати для гравців лінії нападу («важких форвардів» та центрових). Фактор зросту є для баскетболістів цих амплуа визначальним під час встановлення підсумкової ігрової спеціалізації. У 16-річному віці баскетболісти цих амплуа можуть мати приблизно однакові зростові дані і тренеру ще важко остаточно встановити конкретну ігрову позицію. Ті гравці, які продовжать активно зростати, зрештою і будуть орієнтовані на позицію центрального гравця («п'ятого номера»), а ті, що зупинилися у зрості, повинні продовжити своє подальше вдосконалення в рамках базової ігрової позиції «важкого форварда» («четвертого номера»).

Лабораторні дослідження дозволили встановити модельно-цільові орієнтири функціональної підготовленості для баскетболістів юнацьких збірних команд з урахуванням їх ігрового амплуа (табл. 5.2). Результати цих досліджень підтверджують аналогічні дані багатьох вітчизняних та зарубіжних фахівців, які вказують на певну функціональну перевагу баскетболістів захисної ланки над іншими гравцями команди [253, 311, 527].

«Важкі форварди» та центрові мають найменший рівень відносного VO_2max та потужності виконаної роботи на тредмілі (Wt). Хоча, наприклад, за показником пікової швидкості видиху (лс^{-1}) такої лінійної тенденції між баскетболістами різного ігрового амплуа в наших дослідженнях не спостерігали.

Фахівці пояснюють існуючі функціональні відмінності між баскетболістами різного ігрового амплуа переважною специфікою їх змагальної діяльності в матчі. Найбільший обсяг бігової роботи виконується гравцями захисної ланки, «великі гравці», у свою чергу, сконцентровані на ведення силової боротьби у межах трисекундної зони (paint).

Таблиця 5.2

Морфофункціональні характеристики баскетболістів, що перебувають на етапі підготовки до вищих досягнень з урахуванням їх ігрового амплуа (17–20 років)

№	Ігрові амплуа	Показник	VO ₂ max мл.кг ⁻¹ хв ⁻¹ $\bar{x} \pm S$	p<0,05	Легенев а вентиля ція, лхв ⁻¹ $\bar{x} \pm S$	p<0,05	Життєва ємність легенів, л $\bar{x} \pm S$	p<0,05	Пікова швидкіст ь видиху, лс ⁻¹ $\bar{x} \pm S$	p<0,05	Потужн ість наванта ження, Load, Wt
1	Point guard	57,05±3,78	*4, 5	144,55±12,83	4	7,54±1,02	4, 5	11,10±1,18	3, 5	357,50±16,26	5
2	Shooting guard	55,60±3,02	5	141,70±16,87	4, 5	7,89±1,16	5	11,95±1,36	3, 5	325,14±36,51	–
3	Small forward	53,35±4,08	–	146,50±21,05	4	7,38±0,98	4, 5	9,15±1,06	1, 2, 4	343,18±24,05	–
4	Power forward	52,95±3,65	1	166,25±14,12	1, 2, 3	8,72±0,80	1, 3	11,68±1,92	3, 5	342,70±37,90	–
5	Center	49,10±4,63	1, 2	150,05±19,20	2	9,38±0,76	1, 2, 3	8,79±1,04	1, 2, 4	315,50±18,32	1

Примітка. * Відмінності з відповідним амплуа статистично значущі при p<0,05

Досить цікавими, на наш погляд, є дослідження зарубіжних спеціалістів А. Moreira et al. [466], які здійснили аналіз функціонального забезпечення рухової діяльності баскетболістів високої кваліфікації в умовах реальної гри. Так, згідно з даними авторів, баскетболісти не виходять навіть на рівень 80 % від $VO_2\max$, який було зафіксовано в лабораторних умовах під час ступінчастого тесту. Інтервальний характер змагальних дій та величезна швидкість, яку демонструють спортсмени практично з перших секунд поєдинку, змушує організм спортсменів працювати переважно за рахунок анаеробних джерел енергозабезпечення.

У таких швидкоплинних і мінливих умовах рухової діяльності спортсмени не встигають вийти на порогові орієнтири (ПАНО 1, ПАНО 2, $VO_2\max$ та ін.). Вочевидь, використовувати в командних іграх традиційний протокол та підходи для оцінювання стану функціональної підготовленості спортсменів не зовсім коректно. Процедура тестування та структурні компоненти оцінювання функціональної готовності практично повністю відповідають специфіці індивідуальних циклічних видів спорту. В ігрових видах спорту та єдиноборствах змагальна діяльність не дозволяє стабільно лінійно підвищувати інтенсивність рухових дій та потребує миттєвої адекватної реакції на прискорення та паузи, що постійно відбуваються протягом гри.

Основний акцент під час діагностики функціональної готовності ігровиків потрібно робити на основі оцінювання рухливості та швидкості розгортання та згортання реакцій, потужності та ємності анаеробного гліколітичного та алактатного механізмів енергозабезпечення, швидкого відновлення в нетривалих паузах відпочинку. Це у свою чергу, може потребувати створення власного модифікованого протоколу функціональної діагностики, який за своєю структурою буде повністю відповідати специфічним умовам та характеру змагальної діяльності в командних видах спорту.

Досить сумнівними можна вважати перспективи використання розглянутих функціональних показників як надійного критерію для довгострокового відбору в спортивних іграх, враховуючи й той факт, що для

багатьох із них є суттєві резерви для корекції за умови цілеспрямованого впливу.

Опосередковано це припущення можна підтвердити тими даними, які ми отримали під час співставлення результатів функціонального тестування в лабораторії за результатами змагальної діяльності молодих баскетболістів у міжнародних матчах. Кореляційний аналіз не дозволив виявити статистично значущих зв'язків між показниками функціональної готовності баскетболістів та ефективністю реалізації ними техніко-тактичних дій в умовах реальної гри.

Можливо саме тому, група зарубіжних фахівців, які представляють спортивні ігри, модифікувала класичний ступінчастий Веер тест, який у середині 1980-х років було запропоновано Люком Легером [431, 432] для непрямого оцінювання рівня VO_2max , та адаптувала його до специфіки командних видів спорту. Класичний варіант цього човникового тесту не передбачає пауз відпочинку між окремими відрізками. Завдяки спільним зусиллям таких відомих зарубіжних фахівців як С. Castanga [312], J. Bangsbo [278], E. Drinkwater [338] та ін., було змінено порядок проведення класичного тестового завдання і вдалося наблизити умови його виконання до специфіки ігор (включення пауз відпочинку між відрізками). Новий, адаптований варіант отримав у спеціальній літературі назву Yo-Yo test (Intermittent test).

І хоча повністю змоделювати умови рухової діяльності не вдалося, на наш погляд, було зроблено вагомий крок у напрямку підвищення об'єктивності оцінювання рівня функціональної готовності спортсменів у спортивних іграх. Принаймні з впевненістю можна констатувати, що сьогодні існує спільне розуміння фахівців зі спортивних ігор щодо необхідності пошуку тих методик діагностики та технологічних підходів побудови тренувального процесу, які б максимально повно відповідали особливостям змагальної діяльності в командних іграх.

Таблиця 5.3

Модельно-нормативні шкали оцінювання рівня фізичної підготовленості баскетболістів юнацьких збірних команд різних вікових категорій*

Тест	U 14		U 15		U 16		U 18	
	<i>Хлопці</i>	<i>Дівчата</i>	<i>Хлопці</i>	<i>Дівчата</i>	<i>Хлопці</i>	<i>Дівчата</i>	<i>Хлопці</i>	<i>Дівчата</i>
Sprint $\frac{3}{4}$ court, с (22,83 м)	4,2 – 4,0	4,5 – 4,3	4,0 – 3,8	4,3 – 4,1	3,8 – 3,6	4,1 – 3,9	3,6 – 3,4	4,1 – 4,0
Agility test, с	13,5 – 13,8	14,0 – 14,4	12,7 – 13,1	13,6 – 13,3	12,1– 11,8	12,7 – 12,1	11,6 – 11,1	12,0 – 11,7
Anaerobic endurance test (3x40с), м	550 – 560	510 – 520	570 – 580	530 – 540	590 – 600	550 – 560	600 – 620	560 – 570
Інтервальний човниковий тест (Yo-Yo RL1), м	1400 – 1500	1000 – 1100	1700 – 1800	1200 – 1300	2200 – 2300	1400 – 1500	2400 – 2600	1500 – 1600

Примітка. * За результатами тестування баскетболістів юнацьких збірних команд України з 2016 по 2022 роки

Результати човникового багатоступінчастого тесту разом із результатами складання інших тестових завдань, в яких відображається рівень прояву важливих для баскетболу рухових якостей та вмінь, можна використовувати для прийняття рішення під час комплектування складів молодіжних збірних. Особливої значущості ці результати набувають у тих випадках, коли на вакантне місце в збірній претендують приблизно рівні за своїми ігровими можливостями спортсмени (див. табл. 5.3).

Слід зазначити, що гравці юнацьких збірних U 18 вже починають демонструвати результати виконання тестових завдань на рівні із дорослими баскетболістами, а в деяких випадках навіть і випереджають багатьох з них. Тобто фізично молоді баскетболісти готові протистояти більш досвідченим спортсменам (особливо у функціональному компоненті та швидкості протікання відновлювальних реакцій). Основна перевага дорослих баскетболістів полягає у швидкості прийняття адекватних ігрових рішень, психологічній стійкості та величезному змагальному досвіді, за рахунок якого інколи вдається повністю компенсувати навіть наявні недоліки функціональної та фізичної підготовленості.

Під час побудови та подальшого використання модельних характеристик техніко-тактичної діяльності спортсменів в ігрових видах спорту принципово важливою умовою є врахування фактора «ігрового часу», який проявляється в нерівномірному розподілі ігрових хвилин на майданчику для спортсменів команди. У багатьох ігрових видах спорту гравці не проводять весь матч на майданчику і оцінювати якість реалізації ними різноманітних дій необхідно з урахуванням того періоду часу, який спортсмен знаходився у грі.

Одним із перших, хто звернув увагу на існування подібної методичної помилки в процесі оцінювання змагальної діяльності баскетболістів, був відомий литовський фахівець С. Стонкус [205], який обґрунтував необхідність відносного оцінювання кількісних параметрів змагальної діяльності з урахуванням проведеного на майданчику ігрового часу та розробив модельні

характеристики техніко-тактичних дій висококваліфікованих радянських баскетболістів.

Здійснити об'єктивну оцінку ефективності реалізації ключових техніко-тактичних дій іншим шляхом неможливо. Використання інтегральних індексів (ККД, EFF тощо) з метою такого оцінювання також не принесе бажаного результату, адже формули, за якими розраховують ефективність гри, хоча і враховують проведений ігровий час на майданчику, не можуть відобразити особливості реалізації окремих техніко-тактичних дій гравцями та порівняти їх із модельними параметрами.

У середньому гравці юнацьких національних збірних команд, проводять приблизно 18 хв ігрового часу на майданчику в офіційних матчах (рис. 5.9).

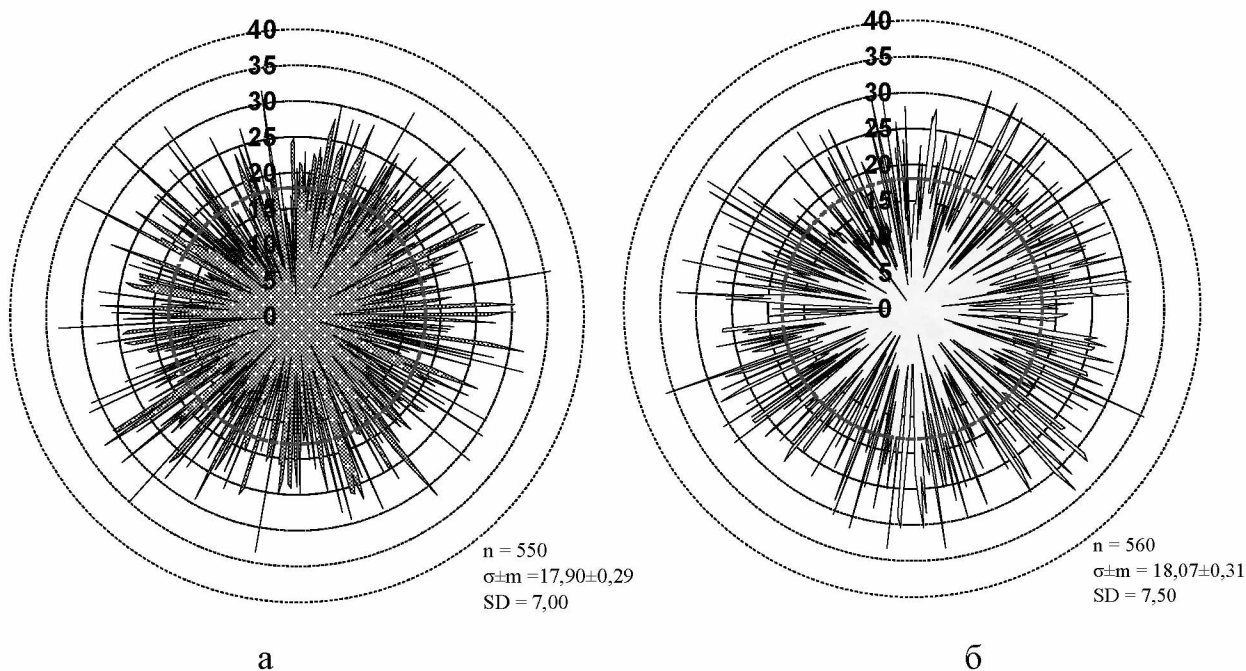


Рис. 5.9. Показники ігрового часу, проведеного на майданчику баскетболістами різних вікових категорій (чемпіонати Європи U 16–U 18): а) U 16; б) U 18:

■ – індивідуальні данні гравців на чемпіонаті, хв; ▬ – в середньому за чемпіонат (всі гравці), хв

Однак, для окремих спортсменів показники проведеного ігрового часу можуть майже втричі перевершувати дані партнерів по команді. Ця тенденція є характерною для всіх збірних команд без виключення (кадетських, юнацьких,

молодіжних, національних збірних). Тренери більше ігрового часу на майданчику надають тим баскетболістам, які в даний період здатні приносити необхідний результат та можуть впливати на якість гри. Найчастіше в основній ротатції баскетбольної команди перебувають 8–9 гравців, між якими і розподіляються основні хвилини ігрового часу, інші 2–3 гравці отримують можливість вийти на майданчик за умови завчасного вирішення результату зустрічі, або за неможливості продовжувати гру основними гравцями команди (надмірна кількість персональних зауважень, травми тощо).

Такий підхід є досить поширеним у практиці змагальної діяльності баскетбольних команд різного рівня кваліфікації і має певне стратегічне підґрунтя. Однак при такому підході потрібно коректно оцінювати й ефективність реалізації ігрових дій. Спортсмен, який провів на майданчику 5 хв ігрового часу, не може порівнюватись за підсумковими параметрами із тими спортсменами, що провели в грі 20 хв і більше. Розрахунок відносних модельних показників реалізації техніко-тактичних дій дозволить максимально нівелювати вплив даного фактора та провести об'єктивне оцінювання. Звичайно, спортсмени, які проводять на майданчику всього декілька хвилин за гру, не встигають здійснити результативні дії, і навіть при такому відносному підході можуть бути отримані некоректні дані. Однак іншого шляху для здійснення подібної оцінки сьогодні не існує.

Ефективність реалізації техніко-тактичних дій за 1 хв ігрового часу є тим орієнтиром, який дозволить розрахувати діапазон відхилення досліджуваного параметра від модельних величин. Для покращення візуального сприйняття розроблені моделі можуть бути представлені в екстраполяційному вигляді повного 40-хвилинного матчу (табл. 5.4–5.6).

Таблиця 5.4

**Модельно-цільові параметри техніко-тактичної діяльності баскетболістів національних збірних команд з
урахуванням вікових категорій та ігрового амплуа (розігравач та «атакувальний» захисник)**

Техніко-тактичні дії	Розігравач				«Атакувальний» захисник			
	U 16 (n=120) $\bar{x} \pm S$	U 18 (n=120) $\bar{x} \pm S$	U 20 (n=120)	p<0,05	U 16 (n=140) $\bar{x} \pm S$	U 18 (n=140) $\bar{x} \pm S$	U 20 (n=140) $\bar{x} \pm S$	p<0,05
Набрані очки	11,99±5,35	12,63±5,36	12,71±5,38	1-2, 1-3	13,94±5,56	13,56±4,77	14,51±5,47	-
Реалізація двоочкових, %	38,23±13,05	42,01±16,45	42,03±17,32	1-3	41,45±15,75	43,94±17,69	45,34±18,03	-
Реалізація триочкових, %	23,72±14,78	27,51±17,08	29,98±18,16	1-2,1-3	24,85±14,60	28,84±16,98	29,08±14,75	-
Реалізація штрафних кидків, %	61,66±19,74	68,31±17,91	69,81±20,80	-	62,67±22,69	67,17±18,42	68,72±20,07	-
Результативні передачі м'яча	4,70±2,06	4,89±2,15	5,05±2,32	1-3	2,72±1,62	3,23±1,97	2,88±1,53	-
Підбирання м'яча	5,62±2,27	5,20±2,08	4,75±2,00	1-3	5,82±2,74	5,29±1,92	5,58±2,35	-
Перехоплення м'яча	2,42±1,37	2,19±1,24	1,87±1,07	1-3,2-3	1,95±1,16	1,96±1,27	1,63±1,06	-
Втрати м'яча	4,01±1,52	3,71±1,77	3,66±1,68	-	3,14±1,53	2,96±1,69	2,81±1,53	-
Фоли гравця	2,59±1,57	3,92±1,51	4,11±1,74	-	3,53±1,58	3,94±1,79	3,89±1,88	-
Блок-шоти м'яча	0,16±0,30	0,18±0,30	0,10±0,21	2-3	0,35±0,59	0,30±0,42	0,27±0,53	-
Ефективність в грі, ум.од.	6,05±4,46	6,39±4,17	6,45±5,13	-	5,73±4,64	6,15±4,21	6,56±4,71	-

Таблиця 5.5

**Модельно-цільові параметри техніко-тактичної діяльності баскетболістів національних збірних команд з
урахуванням вікових категорій та ігрового амплу («легкий» та «важкий» форвард)**

Техніко-тактичні дії	«Легкий» форвард				«Важкий» форвард			
	U 16 (n=110) $\bar{x} \pm S$	U 18 (n=110) $\bar{x} \pm S$	U 20 (n=120) $\bar{x} \pm S$	p<0,05	U 16 (n=110) $\bar{x} \pm S$	U 18 (n=110) $\bar{x} \pm S$	U 20 (n=120) $\bar{x} \pm S$	p<0,05
Набрані очки	13,06±5,47	12,69±5,26	12,73±5,43	–	12,32±5,40	14,08±5,73	13,48±5,24	1–2
Реалізація двоочкових, %	41,79±16,18	46,07±16,99	44,98±16,13	–	45,68±12,98	47,96±14,08	47,45±15,58	–
Реалізація триочкових, %	24,25±18,6	26,12±19,62	24,62±16,13	–	18,24±19,90	24,52±18,32	28,95±20,09	1–2, 1–3
Реалізація штрафних кидків, %	55,08±22,26	60,49±23,92	63,87±24,02	1-3	59,98±19,88	61,81±22,62	65,88±23,75	1–3,
Результативні передачі м'яча	2,23±1,37	2,54±1,63	2,37±1,35	–	2,12±1,08	1,86±1,25	1,91±1,17	–
Підбирання м'яча	7,74±3,03	7,44±2,79	7,50±3,00	–	10,17±3,33	8,80±3,49	8,04±2,69	1–2, 1–3
Перехоплення м'яча	1,89±1,18	1,96±1,30	1,54±0,96	1–3, 2–3	1,48±0,87	1,33±0,91	1,40±1,07	–
Втрати м'яча	2,99±1,38	3,05±1,53	2,62±1,32	1–3, 2–3	2,99±1,26	2,77±1,46	2,64±1,22	1–3
Фоли гравця	3,92±1,87	4,31±1,74	3,87±1,58	–	4,71±2,18	4,77±2,28	5,06±2,06	–
Блок-шоти м'яча	0,64±0,78	0,69±0,88	0,63±0,81	–	1,09±1,21	0,97±1,20	0,78±0,82	1–3
Ефективність в грі, ум.од.	6,42±4,99	6,79±4,97	6,96±4,38	–	7,22±4,71	7,70±5,57	6,79±4,48	–

Таблиця 5.6

Модельно-цільові параметри техніко-тактичної діяльності баскетболістів національних збірних команд з урахуванням вікових категорій та ігрового амплуа (центровий)

Техніко-тактичні дії	Центровий			
	U 16 (n=90) $\bar{x} \pm S$	U 18 (n=90) $\bar{x} \pm S$	U 20 (n=90) $\bar{x} \pm S$	p<0,05
Набрані очки	12,27±5,74	13,70±7,44	15,84±5,44	1–3, 2–3
Реалізація двоочкових, %	47,05±17,02	49,91±17,06	55,06±12,47	1–3, 2–3
Реалізація триочкових, %	11,53±17,56	17,60±25,45	19,12±18,78	1–3
Реалізація штрафних кидків, %	53,69±19,59	55,58±23,11	59,76±21,57	–
Результативні передачі м'яча	1,62±1,35	1,61±1,17	1,55±1,21	–
Підбирання м'яча	10,49±3,79	10,04±3,17	10,28±3,67	–
Перехоплення м'яча	1,31±1,15	1,03±0,79	1,30±0,88	–
Втрати м'яча	3,04±1,36	2,64±1,41	2,85±1,44	–
Фоли гравця	5,81±2,35	5,59±2,67	5,89±2,68	–
Блок-шоти м'яча	1,55±1,43	1,37±1,25	1,45±1,33	–
Ефективність в грі, ум.од.	7,12±5,86	7,12±5,29	9,29±6,56	1–3

Можна спостерігати тенденцію до покращення реалізації різноманітних кидків у матчі для баскетболістів різних вікових категорій (штрафні, ближні, дальні). За іншими техніко-тактичними діями не завжди проявляються достовірні відмінності між гравцями різних збірних команд. Більш того, за окремими техніко-тактичними діями (підбирання м'яча, перехоплення м'яча, блок-шоти м'яча та ін.) баскетболісти національних збірних поступались навіть кадетам.

Подібні, парадоксальні на перший погляд явища, обумовлені закономірною дією іншого, специфічного для спортивних ігор фактора, – «сили

протиборчої сторони у матчі». Ефективність реалізації техніко-тактичних дій в командних іграх багато в чому залежить від майстерності суперника, який протистоїть команді в конкретному матчі. В іграх з більш слабким суперником практично всі параметри змагальної діяльності вищої за класом команди будуть перевищувати рекомендовані нормативні модельні характеристики. У таких випадках практично завжди відкритим залишається питання, що саме вплинуло на подібну успішну реалізацію, власна вдала гра чи слабкість суперника, який чинив недостатній опір під час єдиноборств.

В іграх проти більш сильного суперника буде спостерігатися зворотна тенденція. І тільки в матчах з приблизно рівнім опонентом ми можемо отримати більш-менш рівноцінний розподіл за досліджуваними показниками. Дана проблема є універсальною для всіх командних видів спорту, в яких результат змагань залежить від протиборства суперників та потребує майбутнього детального розгляду.

Тому модельні характеристики техніко-тактичної діяльності коректно використовувати для переважного оцінювання можливостей спортсменів в рамках тієї вікової категорії, на базі якої вони й були отримані. Інші порівняння (за даними дорослих баскетболістів) не мають сенсу та можуть призвести до прийняття помилкових рішень у процесі оцінювання ефективності змагальної діяльності баскетболістів більш молодших вікових категорій.

Отримані середньостатистичні моделі для баскетболістів різного ігрового амплуа представляють собою скоріш попередній фундамент для подальшого математичного розрахунку рівня реалізації техніко-тактичних дій. Використовувати ці показники більш доцільно з метою побудови відповідних сигмовидних шкал та подальшої інтегральної оцінки за всіма досліджуваними параметрами.

За еталон потрібно брати зовсім інші дані, які є характерними для техніко-тактичної діяльності найкращих спортсменів в рамках своїх вікових категорій. Побудова таких еталонних моделей дозволяє побачити, наскільки

рівень реалізації техніко-тактичних дій провідними гравцями⁹ відрізняється від середньостатистичних даних в рамках конкретного амплуа (загальна група) (рис. 5.10).

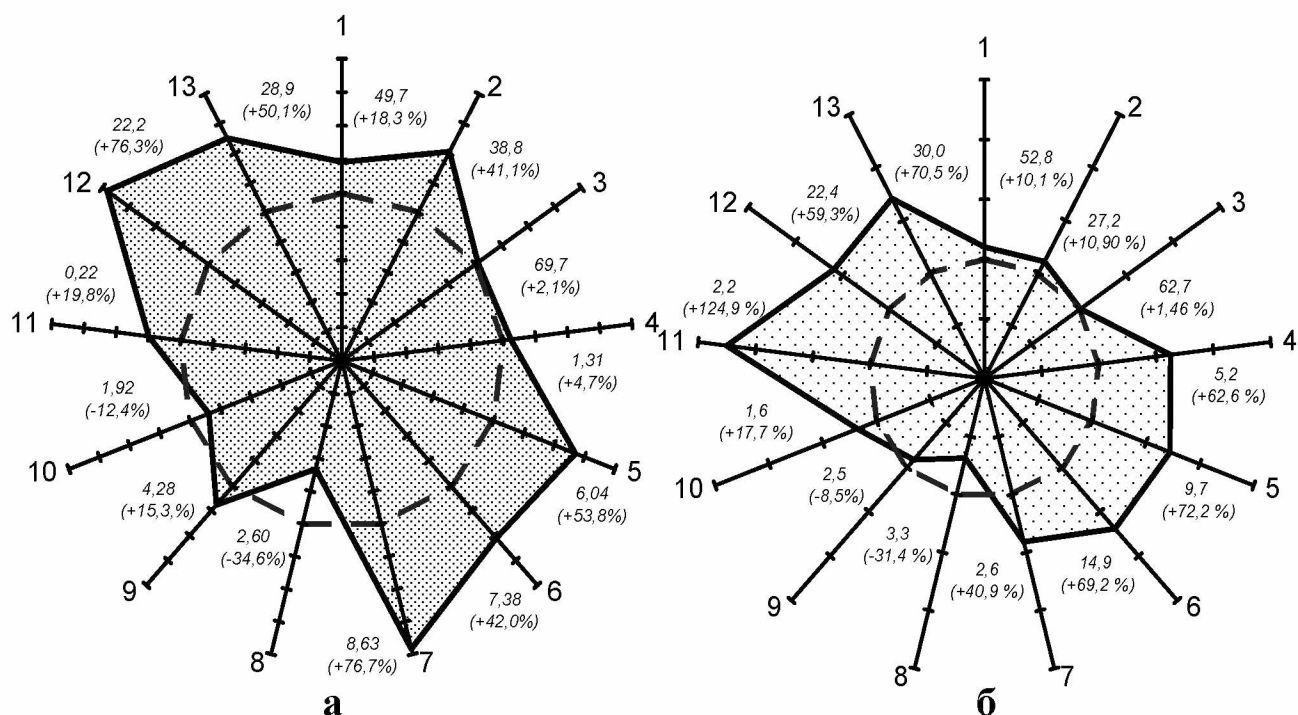


Рис. 5.10. Реалізація техніко-тактичних дій провідними баскетболістами юнацьких збірних (U 18) порівняно зі середніми даними для власного ігрового амплуа:

а – розігрувачі; б – «важкі» форварди; 1 – реалізація двоочкових, %; 2 – реалізація триочкових, %; 3 – реалізація штрафних кидків, %; 4 – підбирання м'яча у захисті; 5 – підбирання м'яча у нападі; 6 – загальна кількість підбирань; 7 – результативні передачі, 8 – фоли гравця; 9 – втрати м'яча; 10 – перехоплення м'яча; 11 – блок-шоти м'яча; 12 – набрані очки; 13 – ігровий час, хв

Саме ці модельні дані мають братися за основу під час відбору баскетболістів та побудові всієї багаторічної системи централізованої підготовки збірних. Аналогічним чином необхідно здійснювати моделювання і командних показників змагальної діяльності, де як орієнтир мають виступати дані провідних баскетбольних збірних команд світу.

⁹ У даному випадку для створення моделей було використано показники найкращих п'яти баскетболістів в рамках своїх амплуа та вікових категорій. Для підвищення точності отриманих моделей, проаналізовано дані останніх чотирьох чемпіонатів Європи та світу.

Отримані модельні статистичні параметри дозволяють також в режимі реального часу аналізувати якість реалізації різноманітних техніко-тактичних дій гравцями в матчі та приймати на цій основі відповідні управлінські рішення (рис. 5.11).

Як вже зазначалось раніше, найбільшу цінність з точки зору стратегічної перспективи мають дані змагальної діяльності спортсменів більш старших вікових категорій (U 18–U 20).

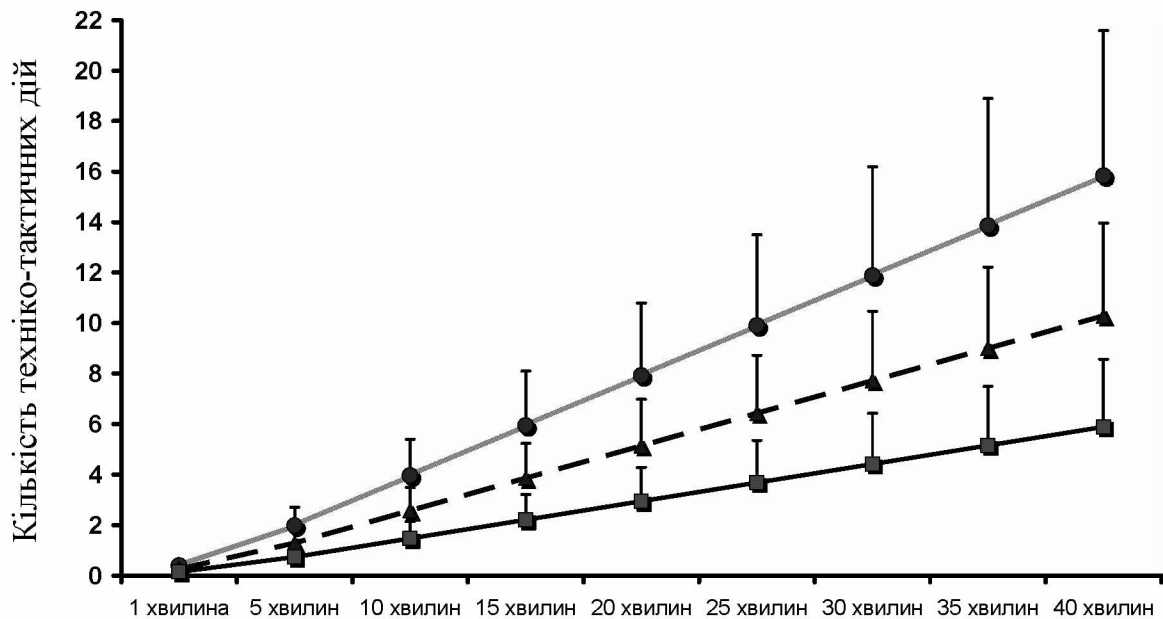


Рис. 5.11. Екстраполяційна модель реалізації техніко-тактичних дій центровими гравцями молодіжних збірних команд (U 20) з урахуванням часу перебування на майданчику (n = 90):

● – набрані очки; ▲ – підбирання м'яча; ■ – фоли гравця

Ефективність реалізації техніко-тактичних дій в більш ранньому віці (до шістнадцяти років) не завжди може виступати надійним критерієм для довгострокового прогнозування перспективності баскетболіста, адже в цей період часу на змагальну діяльність юних спортсменів ще значно впливають темпи статевого дозрівання та інші тимчасові біологічні переваги одних підлітків над іншими.

Відкритим залишилось питання щодо можливості використання психологічних та психофізіологічних критеріїв з метою спортивного відбору та орієнтації баскетболістів юнацьких збірних команд. Важко не погодитися з думкою спеціалістів щодо важливості прояву значущих психологічних властивостей та якостей особистості у сучасному спорті вищих досягнень. Жорстка конкуренція за місце у складі команди, постійні фізичні та психологічні перенавантаження, значний емоційно-психологічний тиск у вирішальних матчах та стадіях турніру, безперечно, потребують прояву у спортсмена відповідних психологічних якостей.

Можливо, проблема полягає в тому, що ті діагностичні методики, які сьогодні пропонують для дослідження особистості спортсмена, не дозволяють повною мірою відобразити прояв складної природи досліджуваних психологічних властивостей та якостей, їх внутрішнього взаємозв'язку та інтегрального прояву під час складної поведінкової реакції.

Поширена сьогодні точка зору щодо пріоритетної значущості прояву екстраверсії для представників ігрових командних видів спорту в наших дослідженнях не отримала підтвердження. Результати досліджень показали приблизно паритетний розподіл баскетболістів за типами темпераменту за шкалою Айзенка для спортсменів різних вікових категорій та амплуа (U 16–U 20) (рис. 5.12).

Значну кількість кваліфікованих баскетболістів за результатами тестування взагалі було віднесено до меланхолічного типу темпераменту, що жодним чином не заважало їм успішно вести змагальну діяльність та витримувати конкуренцію у відповідальних змаганнях з баскетболістами, які мали сильну нервову систему.

Традиційне уявлення щодо важливості прояву екстраверсії для ігрових видів спорту скоріш за все ґрунтується на логістичному очікуванні високого рівня прояву даного параметра через особливості структури змагальної діяльності та вимоги командної комунікації. Можна очікувати, що спортсмени, які мають високу рухливість та силу прояву нервових процесів, будуть краще

адаптуватися до мінливих умов змагальної боротьби в спортивних іграх, а переважний прояв екстраверсії сприятиме формуванню внутрішньоконандної комунікації та ін. Однак на практиці ми бачимо зовсім іншу тенденцію, яка характеризується фактично рівномірним розподілом спортсменів за основними типами темпераменту.

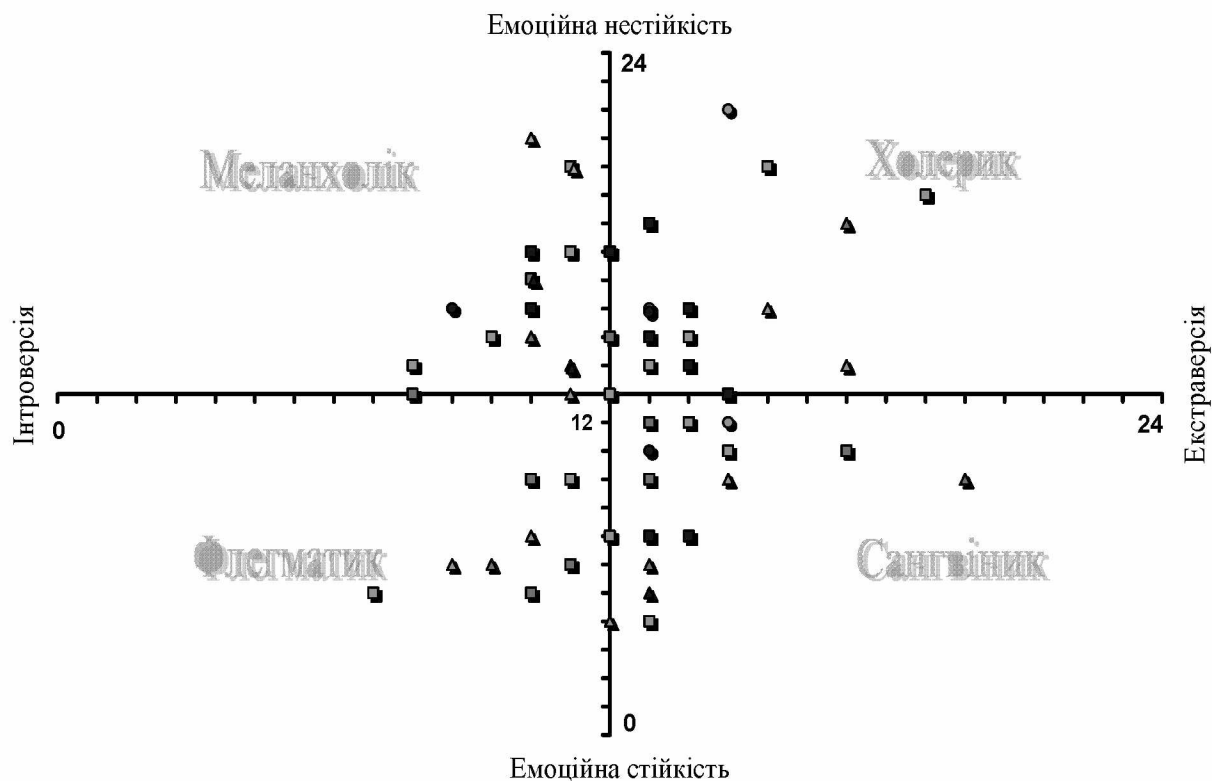


Рис. 5.12. Розподіл баскетболістів за типом темпераменту з урахуванням ігрового амплуа та вікової категорії збірної (U 16–U 20):
□ – захисники; ▲ – форварди; ○ – центрові

Фахівці зі спортивної психології [331] вважають, що до складу команди в спортивних іграх повинні входити спортсмени з різними типами темпераменту та рисами характеру, що дозволить побудувати якісну внутрішньоконандну субординацію та забезпечити психологічну сумісність спортсменів. Важко уявити, що до складу команди будуть відібрані лише спортсмени з сильною та рухливою нервовою системою, які матимуть приблизно однаковий прояв інших важливих психологічних якостей та властивостей, рекомендованих фахівцями у якості модельних.

Звичайно, подібна специфіка командних ігор значно ускладнює процес відбору спортсменів та потребує врахування індивідуальних психологічних особливостей кожного гравця команди та їх можливої подальшої комунікації під час підготовки збірних.

Потребують подальшої верифікації та наукового обґрунтування й інші психологічні та психофізіологічні параметри підготовленості. Визначення надійності та інформативності їх застосування як критерію під час спортивного відбору та орієнтації в спортивних іграх.

Так, наприклад, баскетболісти старших вікових категорій (U 18–U 20) в наших дослідженнях, демонстрували достовірно більш високий рівень прояву самооцінки (рис. 5.13).

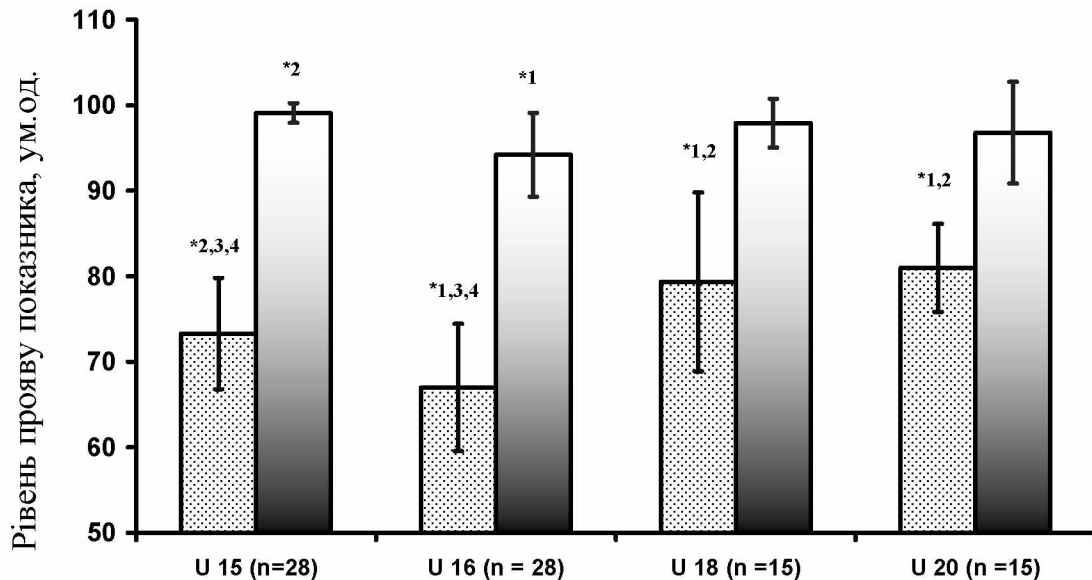


Рис. 5.13. Рівень прояву самооцінки у баскетболістів юнацьких збірних команд з урахуванням вікової категорії (U 15 – U 20): * $p < 0,05$:

▨ – рівень самооцінки; ■ – рівень домагань

Однак відкритим залишилось питання, що саме вплинуло на подібні відмінності між спортсменами. Адже багато хто з баскетболістів молодіжних збірних команд вже на той період часу мали підписані професійні контракти із клубами Суперліги, та мали значну увагу до своєї особистості з боку тренерів та засобів масової інформації. До того ж добре відомо, що показник рівня

самооцінки є достатньо лабільним та піддається значній корекції завдяки цілеспрямованому впливу.

Під час здійснення спортивного відбору передусім потрібно орієнтуватися на прояв константних параметрів, які практично не піддаються зовнішньому впливу і дозволяють здійснити довгостроковий прогноз щодо перспективності молодого спортсмена. Високу генетичну спадковість і стійкість мають ті показники, що характеризують властивості центральної нервової системи (сила, рухливість та ін.).

Баскетболісти старших вікових категорій мали достовірно більш високий рівень прояву функціональної рухливості та сили нервових процесів порівняно із гравцями кадетських збірних (табл. 5.7).

Таблиця 5.7

Особливості прояву психофізіологічних функцій у баскетболістів збірних команд різних вікових категорій (U 16–U 20)

Психофізіологічні показники	U 20	U 18	U 16	p <0,05
1. Проста зорово-моторна реакція, мс	234,20 ± 8,87	234,77 ± 13,70	237,19 ± 18,65	–
2. Реакція вибору 1 із 3 подразників, мс	332,71 ± 13,66	340,67 ± 14,13	351,34 ± 31,55	1–3
3. Реакція вибору 2 із 3 подразників	387,15 ± 14,19	391,99 ± 25,47	415,95 ± 41,68	1–2; 1–3
4. Час центральної обробки інформації, мс	98,50 ± 10,33	105,90 ± 8,24	114,15 ± 28,01	1–3
5. Функціональна рухливість нервових процесів, ум.од.	109,28 ± 10,71	105,38 ± 7,76	94,28 ± 10,33	1–3; 2–3
6. Сила нервових процесів, ум.од.	12,12 ± 4,03	14,58 ± 2,54	16,47 ± 4,09	1–3

Достовірних відмінностей за показником простої зорово-моторної реакції між гравцями різного віку не було виявлено. Цікавими, на наш погляд, виявилися відмінності між баскетболістами різних вікових категорій збірних за

показником часу центральної обробки інформації (різниця між простою та реакцією вибору). Чим старшими були гравці, тим меншим був час на прийняття правильного рішення в процесі тестування ($p < 0,05$).

Ці дані можуть опосередковано підтверджувати існуючу думку щодо переваги висококваліфікованих баскетболістів у швидкості прийняття рішень на майданчику. Саме низька швидкість прийняття раціональних рішень може бути одним із головних чинників, що не дозволяє молодим спортсменам на рівних вести боротьбу із більш кваліфікованими та досвідченими гравцями. Як вже зазначалось раніше, за багатьма іншими параметрами підготовленості (функціональна готовність, антропометричні дані, технічна підготовленість, рівень мотивації та ін.) молоді спортсмени практично ні в чому не поступаються дорослим.

5.4. Специфічні ігрові здібності та їх врахування під час визначення стратегічної перспективи спортсменів юнацьких збірних команд

Ігрові командні види спорту мають складну структуру змагальної діяльності. Індивідуальні дії кожного гравця повинні органічно вписуватись в загальнокомандний малюнок гри, підпорядковуватись вирішенню обумовлених групових та командних тактичних завдань у захисті та нападі. Гравці повинні миттєво реагувати на запропоновані суперником варіанти ведення боротьби та приймати адекватні рішення. Швидкоплинність гри, постійна зміна ситуації, що відбувається на майданчику, потребує прояву у спортсмена високоспеціалізованих інтелектуально-творчих здібностей, які багато в чому визначають придатність спортсмена до специфічної ігрової діяльності і вкрай важко піддаються об'єктивно-метричному дослідженню.

На думку тренерів, саме рівень прояву специфічних ігрових здібностей відрізняє баскетболістів різного рівня кваліфікації і стає тим ключовим фактором, який визначає перспективи потрапляння у спорт вищих досягнень.

Проблема сьогоденної системи відбору в спортивних іграх полягає в тому, що переважна більшість критеріїв та показників, що використовують для

визначення спортивної обдарованості в дитячо-юнацьких вікових категоріях, мають переважно загальне спрямування та досить низьку інформативність для діагностики справжньої ігрової майстерності баскетболістів. Вже в підлітковому віці вирішальну роль починають відігравати специфічні ігрові здібності, які важко піддаються метрологічному вимірюванню та повинні визначатися досвідченими фахівцями, які здатні розгледіти майбутній потенціал баскетболіста. Відірваність теоретичних знань від вирішення конкретних завдань тренувальної діяльності та абстрактна форма методичних рекомендацій, які представлені в науково-методичній літературі, на наш погляд, і створюють той суттєвий розрив між науково-теоретичними знаннями та нагальними запитами практики.

В діючих нормативно-методичних документах з баскетболу пропонують інформативні тести та критерії, які не відображають справжній ігровий потенціал спортсменів. Переважна більшість традиційних тестів та критеріїв для оцінювання рівня підготовленості спортсменів в ігрових видах спорту мають допоміжний характер і не можуть бути використані для відсіву гравців з навчально-тренувальних груп з баскетболу. Невідповідність між результатами виконання контрольних нормативів та рівнем прояву реальних спеціальних здібностей юних гравців з баскетболу вимагають від тренера балансувати між необхідністю виконання формальних директивних вимог нормативних документів та свідомо маніпулювати ними задля збереження талановитих гравців.

Для прояву своїх специфічних ігрових умінь спортсмену необхідно виконувати баскетбольні вправи та одночасно вирішувати завдання тактичної взаємодії із партнерами по команді та при активному спротиві приблизно рівного за своїми можливостями суперника. Це ускладнює процедуру їх об'єктивного вимірювання

Параметри змагальної діяльності з офіційних протоколів ігор (кількість підбирань м'яча, перехоплень, набраних очок у матчі, відсоток влучань та ін.), відображають лише заключні дії баскетболістів під час організації складних

взаємодій команди на майданчику і також не можуть розкрити всього спектра дій спортсменів під час матчу.

Баскетболісту необхідно приймати раціональні тактичні рішення в процесі виникнення різноманітних, інколи непередбачуваних ігрових епізодів, відчувати специфічні компоненти змагальної діяльності, які визначають своєчасність та доцільність виконання індивідуальних та групових переміщень і взаємодій, спрямованих на підготовку завершальних атакуювальних чи захисних функцій (spacing, timing та ін.). Ці здібності визначають ігрову обдарованість баскетболіста, його перспективи потрапити на рівень спорту вищих досягнень.

Здатність своєчасно приймати правильні ігрові рішення та одночасно володіти необхідними антропометричними даними є ключовими факторами майбутніх спортивних успіхів у дорослому баскетболі. Спеціалізоване оцінювання ігрової обдарованості баскетболістів повинно здійснюватись досвідченими тренерами, які мають відповідний рівень професійної компетентності та здатні розгледіти важливі для майбутньої змагальної діяльності задатки та здібності, які досить часто в юнацькому віці можуть знаходитися в рудиментарному стані. Подібне суб'єктивне оцінювання перспективності гравця може спричинити виникнення ряду інших проблем, пов'язаних із упередженим ставленням фахівців до формування експертних висновків. Однак альтернативного способу визначення цих специфічних ігрових здібностей на сьогодні немає.

Оцінювання специфічних ігрових здібностей повинно здійснюватись у межах певної, чітко визначеної структури та мати внутрішню диференціацію (рис. 5.14). Серед важливих компонентів ігрової підготовленості можна виділити – техніко-тактичні, мотиваційно-особистісні та інтелектуально-креативні здібності гравця. Мотиваційно-особистісний компонент ігрової підготовленості передбачає прояв важливих психологічних якостей в умовах реальної гри, особливо під час вирішення складних завдань у вирішальних відрізках матчу та ін.

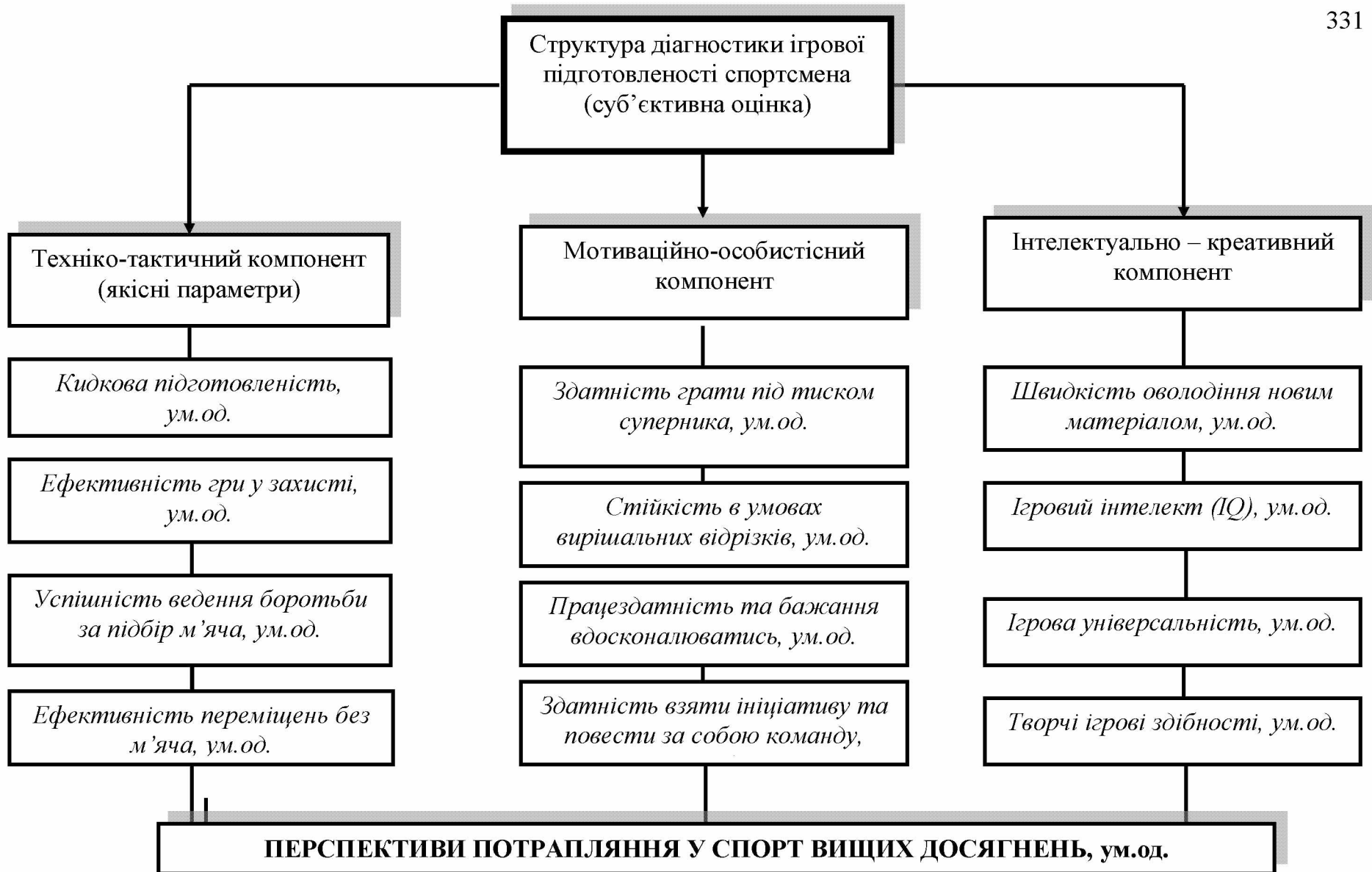


Рис. 5.14. Структура та компоненти дослідження специфічних ігрових здібностей (на основі кваліфікованої експертної оцінки)

Інтелектуально-креативні здібності характеризують здатність гравця до творчої інтерпретації ігрових епізодів та прийняття нестандартних ефективних рішень в складних умовах гри тощо. Аналіз рівня прояву ігрових можливостей може здійснюватись як за окремими компонентами підготовленості, так і в цілому, а їх оцінювання можливо лише в умовних одиницях та значно залежить від рівня кваліфікації та досвіду фахівців, що беруть участь в експертизі.

Існуючі сьогодні принципи спортивної селекції та контрольнo-нормативні вимоги, які в юнацькому віці використовують для відбору та переведення баскетболістів з однієї групи підготовки до іншої, на наш погляд, потребують значної корекції та перегляду. Рекомендовані в офіційних нормативних документах критерії та нормативи, які переважно визначають рівень загальної фізичної та технічної підготовленості, не можуть охопити всього спектра важливих компонентів підготовленості баскетболіста. Цілком очевидно, що ті підходи, які сьогодні використовують під час визначення обдарованості гравця, відіграють скоріш допоміжну роль для розкриття справжніх ігрових можливостей. Недостатній рівень фізичної та технічної підготовленості можна компенсувати. До того ж, ці якості піддаються в процесі цілеспрямованої підготовки значній корекції та впливу. Відсутність ігрового інтелекту та специфічних баскетбольних навичок компенсувати практично неможливо. Саме на діагностику цих ігрових здібностей необхідно передусім орієнтуватися під час вирішення завдань стратегічного відбору для спорту вищих досягнень та пошуку талановитих молодих спортсменів під час підготовки найближчого резерву національних збірних.

Експертне оцінювання ігрової обдарованості баскетболіста повинно, на наш погляд, стати головним критерієм, яким слід керуватися тренерам юнацьких збірних команд під час відбору та подальшої спортивної орієнтації в процесі централізованої підготовки.

Звичайно, це твердження багато в чому є дискусійним та потребує подальшого наукового обговорення. Однак при цьому складно не погодитися із думкою тренерів збірних, які зазначають, що результати, наприклад, виконання

стрибка у довжину, або швидкості пробігання 20-метрового відрізка, мають дуже опосередкований вплив на змагальну діяльність баскетболіста та його стратегічну перспективність. Для успішного виконання більшості тестів і контрольних вправ загально-підготовчого спрямування, які сьогодні рекомендовані для спортивного відбору та орієнтації, взагалі необов'язково вміти грати в баскетбол.

Цю думку можна частково підтвердити висновками, які ми отримали під час аналізу взаємозв'язків між даними об'єктивно-метричного оцінювання та ефективністю змагальної діяльності юних баскетболістів в умовах офіційних міжнародних ігор.

Статистично значущі взаємозв'язки між досліджуваними показниками були практично відсутніми. Достовірні зв'язки спостерігалися лише для тестів швидкісно-силового спрямування, що, на нашу думку, свідчить не про інформативність цих показників для визначення ігрових здібностей баскетболістів, а про вплив тимчасових переваг певної групи баскетболістів, які мали прискорений темпи біологічного розвитку (акселерати). Вони демонстрували кращі результати в тестах швидкісно-силового характеру, а також під час виступів на юнацьких змаганнях.

Ще більш цікавими, на нашу думку, є результати іншого кореляційного аналізу, в якому були співставлені показники ефективності змагальної діяльності в юнацьких змаганнях із суб'єктивною експертною оцінкою довгострокових перспектив баскетболістів. Для проведення даного дослідження тренерам національних кадетських збірних команд (U14–U16) та членам комісії національних збірних команд України було запропоновано здійснити суб'єктивну оцінку ігрових здібностей кожного гравця збірної та визначити його перспективи потрапити у спорт вищих досягнень. Опитування фахівців здійснювали у вигляді експертизи з виставленням відповідних рангових коефіцієнтів баскетболістам залежно від міри прояву досліджуваних параметрів.

Отримані дані дозволяють стверджувати, що ефективність змагальної діяльності баскетболістів в юнацькому віці не може бути надійним критерієм прогнозування перспектив потрапляння юного спортсмена у спорт вищих досягнень. Кореляційний зв'язок між двома досліджуваними показниками дорівнював – $r=0,112$.

Негативні кореляційні взаємозв'язки спостерігалися між результатами виконання переважної більшості тестів із показником перспективності потрапляння в спорт вищих досягнень. Це, скоріш за все, обумовлено відмінностями в темпах біологічного розвитку баскетболістів кадетських збірних команд. Спортсмени, які мали прискорений темп біологічного розвитку, набагато краще виконували тестові завдання порівняно із ретардантами, однак практично всі експерти не розглядали їх у довгостроковій перспективі та дуже скептично відносилися щодо їх можливості потрапити у спорт вищих досягнень.

Створюється своєрідна парадоксальна ситуація, при якій єдині об'єктивні показники змагальної діяльності та результатів тестування фізичних і технічних здібностей, що можуть бути використані з метою відбору в цьому віці, демонструють не справжню ігрову обдарованість юного баскетболіста, а тимчасові переваги більш біологічно зрілих дітей по кожній віковій категорії. Якщо керуватися в процесі відбору переважно результатами об'єктивно-метричних досліджень, то необхідно залишити акселератів, бо саме вони будуть мати найкращі показники у багатьох видах тестових завдань та під час змагальної діяльності.

Потрібно вкрай уважно та обережно відноситися до інтерпретації даних фізичної підготовленості та показників змагальної діяльності баскетболістів в юнацьких вікових категоріях. Особливості прояву цих показників доцільніше, на наш погляд, використовувати для визначення індивідуальної структури підготовленості юного баскетболіста та динаміки змін досліджуваних параметрів протягом багаторічної підготовки, а також для розробки

індивідуалізованих програм розвитку слабких та вдосконалення сильних якостей та здібностей кожного спортсмена тощо.

Досить важливим в таких умовах є питання встановлення пріоритетного вкладу різних компонентів підготовленості під час відбору та визначення перспективності баскетболістів юнацьких збірних команд. Ухвалити рішення щодо перспективності спортсмена необхідно на основі комплексного оцінювання його різноманітних можливостей (фізичних, технічних, ігрових, психологічних та ін.). Однак складність полягає у тому, що не зрозуміло, якому із зазначених факторів необхідно віддати пріоритет під час прийняття заключного рішення. Адже спортсмени можуть мати переважний прояв певних компонентів підготовленості.

Встановлення провідних факторів у структурі підготовленості баскетболістів та їх пріоритетного впливу на визначення стратегічної перспективності молодих гравців є, на наш погляд, принципово важливим завданням для підвищення ефективності системи відбору національних збірних команд та потребує окремого детального розгляду.

5.5. Пріоритетний вплив ключових факторів підготовленості на перспективи потрапляння баскетболістів юнацьких збірних команд до спорту вищих досягнень

Успішність функціонування централізованих проєктів підготовки найближчого резерву національних збірних команд залежить від раннього виявлення тих задатків і здібностей, які визначають стратегічні перспективи потрапляння юних спортсменів на рівень спорту вищих досягнень. Під час відбору і комплектуванні команд на рівні кадетських збірних потрібно орієнтуватися на тих спортсменів, які мають всі ознаки для довгострокового спортивного вдосконалення. Необхідність вирішення поточних завдань, пов'язаних із успішними виступами на юнацьких міжнародних змаганнях, потребує на перших етапах централізованої підготовки включення до складу команди більш біологічно зрілих спортсменів, які з часом залишать систему

централізованої підготовки, створивши при цьому своєрідний ігровий плацдарм для перспективних спортсменів. Деякі обдаровані діти можуть не потрапити до основного складу першої кадетської збірної через те, що просто фізично і ментально не готові чинити опір більш зрілим одноліткам. Основна увага фахівців повинна бути сконцентрована на тих юних спортсменах, що забезпечуватимуть реалізацію ключового завдання – підготовки резерву для національних збірних команд.

Ефективність змагальної діяльності в ігрових видах спорту залежить від дії багатьох чинників, кожен із яких може інколи повністю компенсувати недостатній рівень прояву інших. Існує, як мінімум, два можливих варіанти вирішення цієї проблеми. У першому випадку встановлення ключових факторів і визначення перспективності юних спортсменів може бути здійснено за допомогою суб'єктивної експертної оцінки. Досвідчені кваліфіковані тренери здатні з високою вірогідністю розпізнати перспективних для спорту вищих досягнень гравців вже в юнацькому віці та запропонувати перелік тих критеріїв та показників на які передусім потрібно звертати увагу під час прогнозування довгострокової перспективи юних спортсменів.

Інший варіант довгострокового прогнозування може бути здійснено на основі використання точних методів математичної статистики. Цей варіант більш складний з організаційної та технічної точки зору, потребує обробки величезного обсягу даних та багаторічних інструментальних досліджень і спостережень за спортивною кар'єрою гравців. Однак встановленні таким шляхом взаємозв'язки (між рівнем прояву різноманітних сторін підготовленості юних спортсменів і перспективами потрапляння у спорт вищих досягнень), мають значення для підвищення ефективності пошуку талановитих спортсменів та оптимізації всієї багаторічної системи підготовки резерву збірних.

Багаторічні спостереження за баскетболістами різних поколінь юнацьких збірних команд України дозволили провести подібний математичний аналіз. Найбільший інтерес був пов'язаний із визначенням сумарного вкладу ключових факторів підготовленості у довгострокову перспективу спортсменів.

Всі дані, отримані в результаті тестування, було розподілено на п'ять основних блоків, що характеризували різні сторони підготовленості юних спортсменів – морфологічний, функціональна і фізична підготовленість, психологічні та психофізіологічні особливості, ефективність змагальної діяльності (статистичні параметри) та ігрова підготовленість (суб'єктивна думка експертів). Залежною величиною виступав показник подальшої успішності спортивної кар'єри баскетболістів, який також отримав шкалу відносних одиниць. Спортсмени, яким вдалося вийти на самий високий рівень (національні збірні, провідні клуби Європи та НБА), отримували найвищий ранг, найнижчі бали отримували ті гравці, які зупинили свої виступи вже на рівні молодіжної збірної (U 20).

Нами визначено пріоритетний вклад різних факторів підготовленості з точки зору стратегічної перспективи молодих баскетболістів (табл. 5.8).

Таблиця 5.8

Вплив ключових факторів підготовленості баскетболістів юнацьких збірних команд на потрапляння в спорт вищих досягнень

Фактор	R	R ²	S	F	p<
Морфологічні дані	0,72	0,52	4,12	2,71	0,03
Фізична і функціональна підготовленість	0,71	0,51	4,44	3,04	0,009
Психологічні та психофізіологічні особливості	0,58	0,34	5,95	0,93	0,53
Ефективність змагальної діяльності	0,51	0,26	5,53	1,75	0,16
Ігрова підготовленість (суб'єктивна оцінка майстерності)	0,80	0,64	3,71	5,70	0,0001

У той же час результати змагальної діяльності в цьому віці практично не впливають на подальші успіхи у спорті вищих досягнень. За фактором ефективності змагальної діяльності було отримано найнижчі коефіцієнти. На

стратегічну перспективність молодих баскетболістів значно впливають їхні морфологічні дані. Особливо це стосується баскетболістів, які орієнтовані на виконання ігрових функцій нападників та центрових. Основними показниками, які вказували на рівень взаємозв'язку досліджуваних параметрів, були коефіцієнт множинної кореляції (R) та детермінації (R^2).

Проведений математичний аналіз підтвердив думку спеціалістів щодо важливості прояву специфічних ігрових параметрів для визначення перспективності молодих спортсменів. Фактор ігрової підготовленості мав найвищий коефіцієнт множинної кореляції та детермінації із майбутніми успіхами у спорті вищих досягнень. Баскетболісти, які у 14–15-річному віці отримували від фахівців збірної найбільш високі бали за показниками ігрової підготовленості (обдарованості) у підсумку і досягали більш вагомих успіхів у спорті вищих досягнень.

Найбільш вагомим цей фактор стає саме для центрових гравців (табл. 5.9). Для гравців захисту (розігравач та «атакувальний захисник») на перший план виходять ігрові здібності, фізична і функціональна підготовленість, а також психологічні та психофізіологічні якості. Вже в юнацькому віці під час визначення стратегічної перспективності гравців лінії захисту орієнтація спрямована на рівень прояву інших факторів підготовленості, що будуть визначити їх майбутні успіхи в спорті вищих досягнень.

Для гравців захисту (розігравач та «атакувальний захисник») морфологічні дані не мають пріоритету, значущими є ігрові здібності, фізична і функціональна підготовленість, психологічні та психофізіологічні якості. В юнацькому віці під час визначення стратегічної перспективності гравців лінії захисту потрібно орієнтуватися на рівень прояву факторів підготовленості, що визначають їхні майбутні успіхи в спорті вищих досягнень. Для баскетболістів всіх ігрових амплуа значущості набуває фактор, що характеризує специфічні ігрові здібності спортсменів (ігрова підготовленість). Точність побудованої математичної моделі в даному випадку була найвищою порівняно з іншими факторами.

Таблиця 5.9

Пріоритетний вплив факторів на перспективу потрапляння баскетболістів юнацьких збірних команд в спорт вищих досягнень з урахуванням їх ігрових амплуа

Фактор	Ігрове амплуа														
	Захисник					Форвард					Центровий				
	R	R ²	S	F	p<	R	R ²	S	F	p<	R	R ²	S	F	p<
Морфологічні дані	0,47	0,22	4,80	0,42	–	0,78	0,67	4,52	1,26	–	0,87	0,77	3,96	2,89	0,04
Фізична і функціональна підготовленість	0,77	0,60	3,65	1,80	–	0,72	0,59	3,21	4,19	0,05	0,63	0,48	4,15	1,97	–
Психологічні та психофізіологічні особливості	0,64	0,42	4,67	0,48	–	0,57	0,41	4,21	1,09	–	0,51	0,36	3,24	2,17	–
Ефективність змагальної діяльності	0,33	0,11	5,26	0,20	–	0,54	0,29	5,94	0,94	–	0,58	0,34	4,75	1,26	–
Ігрова підготовленість (суб'єктивна оцінка майстерності)	0,89	0,79	2,98	3,56	0,03	0,87	0,75	3,79	3,75	0,01	0,83	0,69	3,55	3,13	0,02

Таким чином, за допомогою сучасних статистичних методів аналізу фактично вдалося підтвердити існуючу думку щодо значущості врахування специфічних ігрових здібностей баскетболістів (експертне оцінювання) для відбору баскетболістів та визначення їх стратегічної перспективності.

Різний вплив факторів підготовленості на успіхи у спорті вищих досягнень для баскетболістів різного ігрового амплуа дозволяє розрахувати їх пріоритетне відсоткове співвідношення під час комплексного оцінювання та відбору вже в юнацькому віці. Саме такий підхід, на наш погляд, буде коректним у процесі оцінювання можливостей баскетболістів з урахуванням їхньої ігрової спеціалізації.

Специфіка змагальної діяльності в баскетболі вимагає переважного прояву певних сторін підготовленості гравця під час реалізації конкретних ігрових функцій. Низький рівень базових (для амплуа) компонентів підготовленості практично неможливо компенсувати за рахунок високого розвитку інших якостей та здібностей.

Баскетболіст, який не відповідає певним антропометричним даним, практично не має шансів вести конкурентну боротьбу з більш габаритними опонентами під кошиком¹⁰. Ось чому фактор зросту та інші антропометричні дані відіграють вирішальну роль для баскетболістів, орієнтованих на ігрову позицію центрального та «важкого форвардів» та визначають їх перспективність.

Орієнтація тренерів збірних на пріоритетні показники вже в кадетському віці дозволить значно підвищити ефективність селекційної діяльності та відібрати вже на перших етапах централізованої підготовки тих спортсменів, які мають реальну здатність поповнити склади команд високої кваліфікації та національних збірних. Потрібно вже приблизно розуміти, в рамках яких ігрових позицій є перспективна можливість використання молодого спортсмена в

¹⁰ За окремими виключеннями, які лише підкреслюють існуючі закономірності. Одним із найуспішніших гравців у боротьбі за підбирання м'яча вважається Деніс Родман зріст якого становив усього 201 см.

спорті вищих досягнень, у тому числі й з урахуванням виявлених особливостей в рівні прояву різних сторін підготовленості.

5.6. Етапна модель ігрової спеціалізації та її врахування під час підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Одним із специфічних принципів спортивної підготовки є поглиблена спеціалізація спортсменів, яка проявляється в максимальній концентрації сил та часу у роботі, що прямо чи опосередковано впливає на ефективність процесу підготовки до виступу в конкретних номерах спортивної програми того чи іншого виду спорту. І якщо в багатьох видах спорту така необхідність вже не викликає ніякого сумніву, то у спортивних іграх єдиного підходу до вирішення цієї проблеми немає.

Різноманітність завдань ігрової діяльності у спортивних іграх характеризується різними ситуаціями, які повинні бути вирішені оперативно та ефективно. Практика показує, що адекватність завдань та їх вирішення в різних спортивних іграх залежить від правильності вибору ігрових функцій у команді.

На сьогодні в спеціальній літературі немає єдиної думки стосовно того, у якому віці слід розпочинати спеціалізацію гравців. Одні спеціалісти вважають, що необхідно починати спеціалізацію як можна раніше, інші вважають за потрібне більш триваліший час відвести на всебічну підготовку юного баскетболіста, закласти техніко-тактичний арсенал, а потім вже приступати до вибору ігрових функцій у команді, до яких спортсмен має більшу схильність.

Етап спеціалізованої базової підготовки у баскетболі охоплює період з 14 до 17 років, певно, що саме у цьому віці найбільш доцільно проводити ігрову спеціалізацію за функціями, коли закладається необхідна база техніко-тактичних дій, що характерні певній ігровій позиції.

На сьогодні існує чимало різних варіантів класифікації баскетболістів за ігровими амплуа. Так, у спеціальній літературі можна зустріти дані, в яких фахівці виділяють від трьох до семи ігрових амплуа. Звичайно, існування різних видів класифікації вносить певну неясність та значно знижує практичну

цінність проведених досліджень, що пов'язані із створенням модельних характеристик різного ігрового амплуа.

Наприкінці 1990-х років в НБА з'явився варіант класифікації баскетболістів на п'ять основних ігрових амплуа. У подальшому ця класифікація отримала широку популярність і в європейському баскетболі. Спосіб класифікації, в якому виділяють п'ять ігрових амплуа, достатньо логічно вписується в процес гри і тактичні схеми команди. П'ять баскетболістів команди одночасно знаходяться на майданчику та виконують п'ять різних функцій: point guard (розігруючий гравець), «scooting guard» («атакувальний захисник»), «small forward» («легкий форвард»), «power forward» («важкий форвард»), center (центровий). Останнім часом вітчизняні фахівці все частіше використовують дану класифікацію. На думку спеціалістів, саме даний спосіб класифікації гравців є найбільш оптимальним та відповідає сучасним тенденціям розвитку баскетболу.

Сьогодні в теорії та практиці можна зустріти різні терміни, які використовують для позначення ігрових обов'язків баскетболістів на майданчику. Так, досить часто використовують такі терміни, як: ігрове амплуа, ігрова позиція, ігрова функція та ігрова спеціалізація та ін. При цьому вживання цих термінів не завжди відповідає їх змістовому смислу. У зв'язку з цим, важливим завданням є чітка їх семантична диференціація та подальше коректне використання тренерами та спеціалістами з баскетболу під час тренувальної та змагальної діяльності.

Терміни «ігрове амплуа» та «ігрова спеціалізація» мають, на наш погляд, досить схоже змістове значення. Вони позначають (базові) ігрові зобов'язання гравця (є однією із характерних його рис), на які у свій час було орієнтовано спортсмена в процесі багаторічного вдосконалення, враховуючи при цьому виявлені індивідуальні задатки і здібності, а також ті вимоги, які пред'являє кожне ігрове амплуа до рівня прояву різних сторін підготовленості (морфологічних, функціональних, психологічних та ін.)

Водночас терміни «ігрова позиція» та «ігрова функція», більш коректно використовувати для позначення виду ігрової діяльності, яку доводиться виконувати баскетболісту в кожному конкретному матчі в процесі всієї гри, або в кожному конкретному його епізоді. Найбільш сприятливою можна вважати ситуацію при якій баскетболіст, який має ігрову спеціалізацію центрального гравця, виконує на майданчику ту саму функцію (грає на позиції «п'ятого номера»). Досить часто можна спостерігати ситуацію, коли баскетболісти певного ігрового амплуа вимушені виконувати ігрові функції, які є характерними для іншого амплуа. Так, наприклад, одночасно на майданчику можуть знаходитись два «атакувальних захисники», у зв'язку з чим одному із гравців необхідно взяти на себе ігрові функції (зіграти на ігровій позиції) баскетболіста іншого амплуа (наприклад, «розігравача» тощо). Доцільно розділяти дані терміни та коректно вживати їх у кожному конкретному випадку для усунення можливої термінологічної неузгодженості.

Процес визначення ігрової спеціалізації в баскетболі потребує етапності та може тривати декілька років (рис. 5.15). До 13-річного віку фахівці взагалі не рекомендують розподіляти баскетболістів на ігрові амплуа та регламентувати змагальну діяльність спортсменів чітким виконанням певних тактичних обов'язків. Чим більш різноманітними будуть дії юних спортсменів на цьому етапі, тим краще.

Рекомендованою схемою під час позиційного нападу в цьому віці є гра з п'ятьма польовими гравцями (5-OUT). Тобто всі п'ять спортсменів команди грають обличчям до кошика суперника та практично не затримуються в трисекундній зоні під час розіграшу м'яча. Такий варіант гри привчає дітей до постійного руху, відкриття та дотримання необхідного тактичного простору (spacing). При цьому кожен гравець команди під час прорізання та входу в середину тричкової лінії повинен вміти отримати м'яч в позиції «Low post» та виконати подальшу атаку кошика. Передчасне вузьке використання більш високих гравців виключно у грі під кошиком значно звужує майбутній арсенал ігрових можливостей у більш пізньому віці. До того ж часто трапляються

випадки, коли юний спортсмен, який був найвищий у дитячому віці та орієнтувався на гру під кошиком, перестає рости і у більш старшому віці має антропометричні дані, характерні для гравців захисту.

Процес вибору ігрових амплуа найчастіше розпочинається у віці 13–14 років (первинна орієнтація). Значно розширюється та ускладнюється тактичний малюнок гри, який потребує впровадження важливих принципів комунікації між гравцями та ігрових схем функціональної взаємодії. На цьому етапі доцільно розподілити спортсменів за основними лініями нападу та захисту. Основними критеріями під час такої первинної диференціації виступають антропометричні дані баскетболістів.

Другий етап ігрової спеціалізації (підсумкова спеціалізація) у середньому припадає на вік 17–20 років. У цей період баскетболісти переходять із системи дитячо-юнацького спорту на рівень спорту вищих досягнень та залучаються до складів професійних команд. Протягом цього етапу відбувається уточнення ігрових можливостей гравця, завершується формування основних систем організму, визначаються провідні ланки в структурі індивідуальної фізичної і техніко-тактичної підготовленості. Можлива ротація на інші ігрові позиції тощо.

У багатьох випадках завдяки творчому підходу тренерів спортсмени змінювали ігрові функції і у більш старшому віці. Така зміна у баскетбольних командах високої кваліфікації найчастіше відбувається саме за суміжними позиціями.

Сьогодні не має єдиної думки фахівців щодо необхідності врахування ігрової спеціалізації для відбору баскетболістів під час комплектування складів юнацьких збірних команд. Потрібно враховувати той факт, що на першому етапі взагалі вкрай важко точно визначити майбутню ігрову спеціалізацію баскетболіста. До того ж сама гра в цьому віці ще не має таких чітких ознак переважного виконання певних ігрових функцій на майданчику.

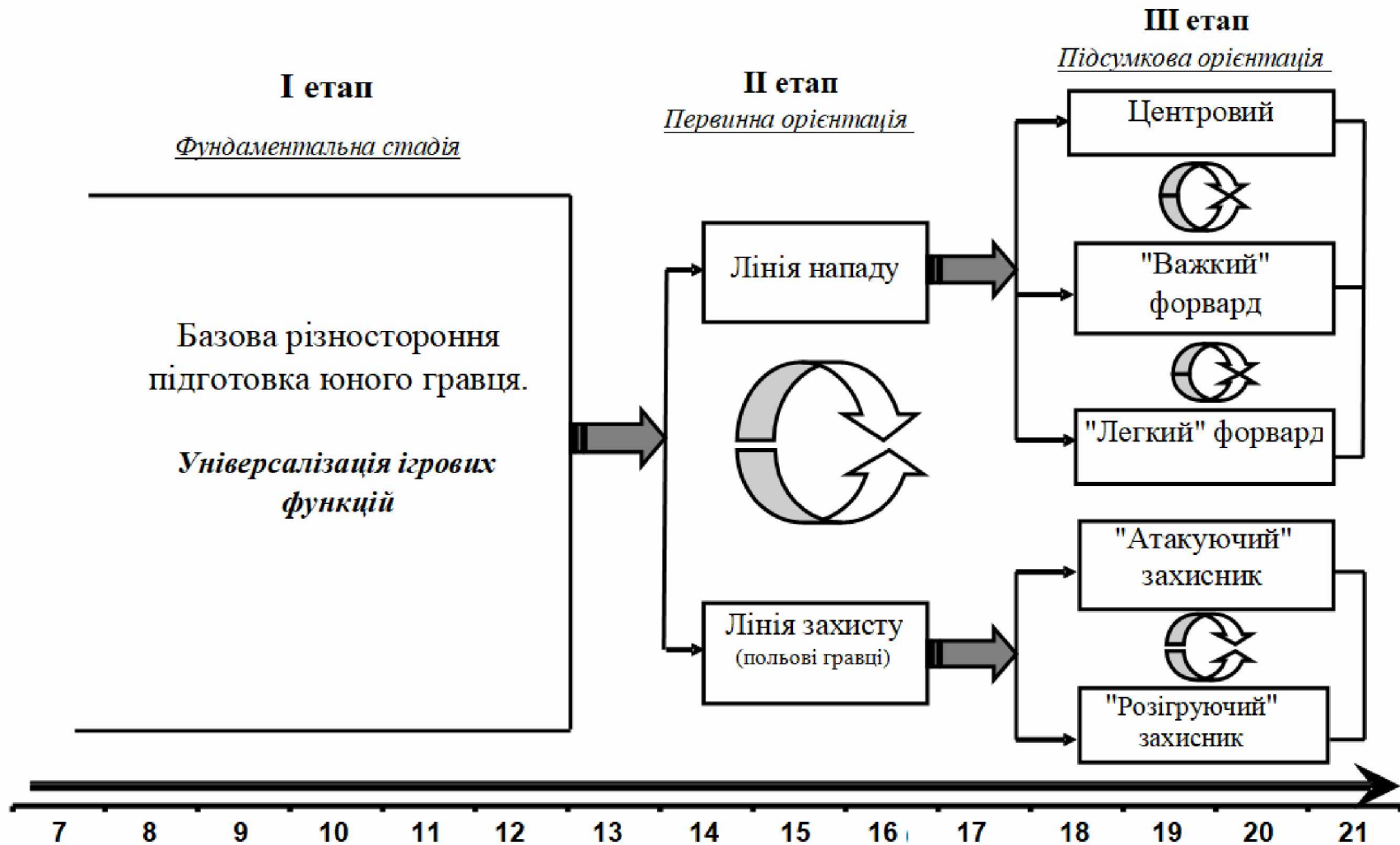


Рис. 5.15. Поетапна модель ігрової спеціалізації в баскетболі

Визначення оптимального варіанта подальшої ігрової спеціалізації кожному талановитому спортсмену може стати одним із головних завдань для тренерського штабу збірних. Потрібно допомогти молодим гравцям вірно правильно обрати шлях для подальшого вдосконалення і реалізації власних задатків і здібностей.

Чим більшим арсеналом техніко-тактичних дій оволодіє гравець під час підготовки в юнацьких збірних, тим краще для нього. Такий універсальний баскетболіст зможе вдало зіграти на будь-якій позиції, на якій він може опинитися під час гри.

Більшість тренерів притримуються тієї думки, що потрібно прогнозувати майбутню ігрову спеціалізації баскетболіста. Тобто, на якій позиції цей молодий баскетболіст зможе грати не в дитячо-юнацькому, а в дорослому спорті. Від цього залежить його перспективність і шанси пройти спортивний відбір до наступного етапу підготовки збірних. Нерідко зустрічаються випадки, коли юний спортсмен, який демонструє непогані результати на юнацький змаганнях, не привертає уваги тренерів та селекціонерів збірної саме з причини того, що вони прекрасно розуміють безперспективність цього гравця у спорті вищих досягнень і не бачать, на якій ігровій позиції у майбутньому можна його задіяти.

Окрім морфологічних даних, значний вплив на вибір ігрової спеціалізації, на думку експертів, має ігрова схильність баскетболіста до вирішення певних тактичних завдань (рис. 5.16). Особливо це стосується баскетболістів, які орієнтовані на виконання функцій розігравача. Баскетболісти цього амплуа повинні володіти високорозвинутими інтелектуально-ігровими здібностями та мати організаторський хист, який і проявляється під час взаємодії з іншими партнерами по команді. Далеко не всі молоді баскетболісти здатні взяти на себе відповідальність та керувати діями партнерів по команді.

Рівень фізичної підготовленості та розвиток рухових якостей, на думку фахівців, має досить опосередкований вплив на визначення майбутньої ігрової

спеціалізації, адже за цими компонентами підготовленості існують суттєві резерви для корекції індивідуальних можливостей.

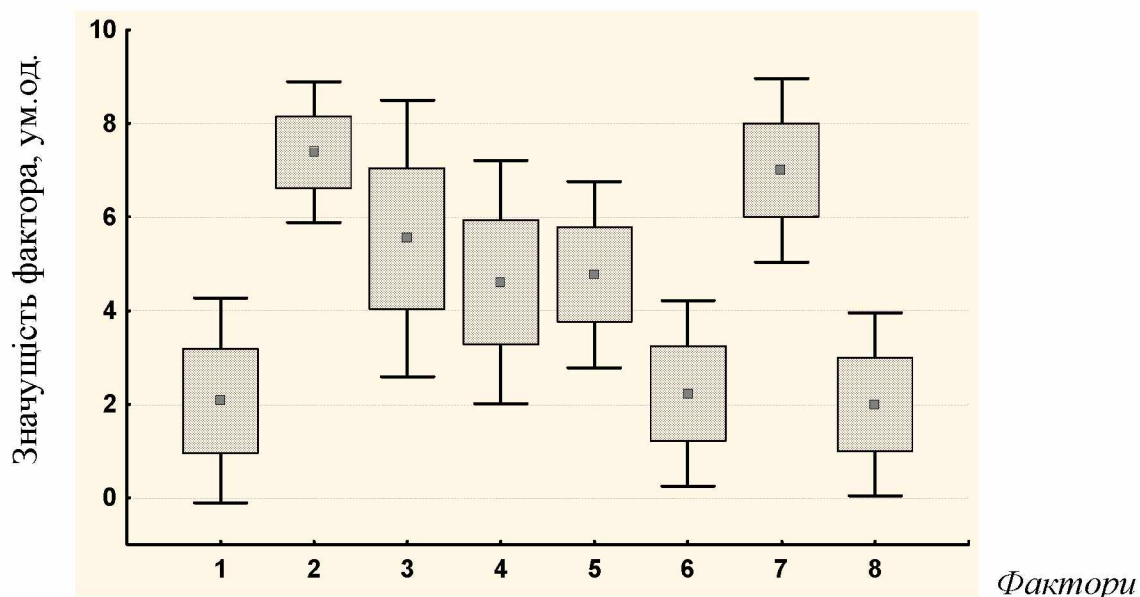


Рис. 5.16. Фактори, що визначають вибір ігрової спеціалізації в баскетболі (за даними експертного опитування, n=28):

1) – функціональна підготовленість; 2) – морфологічні дані; 3) – техніко-тактична підготовленість; 4) – система підготовки; 5) – психологічні та психофізіологічні особливості; 6) – рівень розвитку фізичних якостей; 7) – ігрова схильність; 8) – інше.

5.7. Вплив «ефекту віку» на формування складів юнацьких збірних команд різних вікових категорій

Згідно з існуючим порядком проведення змагань у дитячо-юнацькому спорті лише діти одного календарного року можуть змагатися разом (за виключенням залучення молодших дітей за старшу команду).

Юні спортсмени, які народилися в січні, зазвичай, будуть мати суттєву перевагу над тими дітьми, які народились у грудні того ж календарного року. Різниця у віці між такими дітьми може становити до 11 міс. І якщо для дорослих ці відмінності не мають суттєвого значення, то для дитячого

організму, який щомісяця змінюється, подібна різниця може стати вирішальною в процесі спортивного відбору та суперництва на змаганнях.

Поширеним у практиці дитячо-юнацького спорту є випадки, коли тренери свідомо більше часу та сил приділяють найбільш перспективним, з їхньої точки зору вихованцям, якими найчастіше опиняються найбільш зрілі спортсмени [53, 269, 282, 300, 315, 329, 376, 397, 507]. При такій ситуації, діти, які народились у другій половині календарного року, не тільки поступаються в конкурентній боротьбі своїм більш старшим одноліткам, а й залишаються без повноцінної педагогічної підтримки, що у підсумку не може позитивно відобразитися на розвитку їх спортивної майстерності та емоційно-психологічному стані.

Не дивлячись на значну актуальність, дана проблема продовжує залишатися недостатньо досліджуваною як в ігрових видах спорту загалом, так і в баскетболі зокрема. Важливим є встановлення впливу існуючого феномена на комплектування складів юнацьких збірних команд під час участі в міжнародних змаганнях (U16–U20). Особливо це стосується кадетських збірних (U 16), де вплив цього феномена, враховуючи закономірності та темпи дозрівання підліткового організму, може бути найбільш відчутним. Не менш цікавим, на наш погляд, є вивчення впливу «ефекту віку» під час відбору у команду баскетболістів з урахуванням їх ігрового амплуа, виявлення взаємозв'язків між кількістю гравців, які народились на початку календарного року, та підсумковим виступом команди на турнірі та ін.

Для дослідження цих питань було проаналізовано дані складів баскетбольних збірних команд різних країн світу. З метою підвищення точності отриманих даних, було проаналізовано дані п'яти останніх чемпіонатів по кожній віковій категорії. Для кожного віку (U16–U20) було досліджено дані понад 80 команд та тисячі баскетболістів. Загалом, по всім віковим категоріям було проаналізовано дані приблизно п'ятисот команд та більше ніж 6 тис. гравців. Отримані дані свідчать про те, що тренери в різних країнах світу під час комплектування своїх збірних команд віддають перевагу баскетболістам, які народились в першій половині календарного року (рис. 5.17).

Причому дана тенденція проявляється для всіх юнацьких та молодіжних збірних команд (починаючи з U 16 і закінчуючи U 20). Виявлені відмінності мають статистично достовірний характер (табл. 5.10). Можна також побачити, що це співвідношення кардинально змінюється лише на рівні національних збірних команд. Для дорослих спортсменів характерним є приблизно паритетний розподіл гравців, які народились в різних триместрах року. Причому це вирівнювання відбувається переважно за рахунок змін кількості спортсменів у першому та четвертому триместрах. Співвідношення гравців, які народились у другому та третьому семестрах, для всіх вікових гру залишається практично без змін.

Складно було встановити точну кількість гравців молодіжних збірних, які народились у четвертому триместрі та у підсумку потрапили на рівень спорту вищих досягнень, тому що по багатьох спортсменах подальша інформація була відсутньою. Але навіть і за попередніми даними можна констатувати, що їх численність перевищувала 40–50 %.

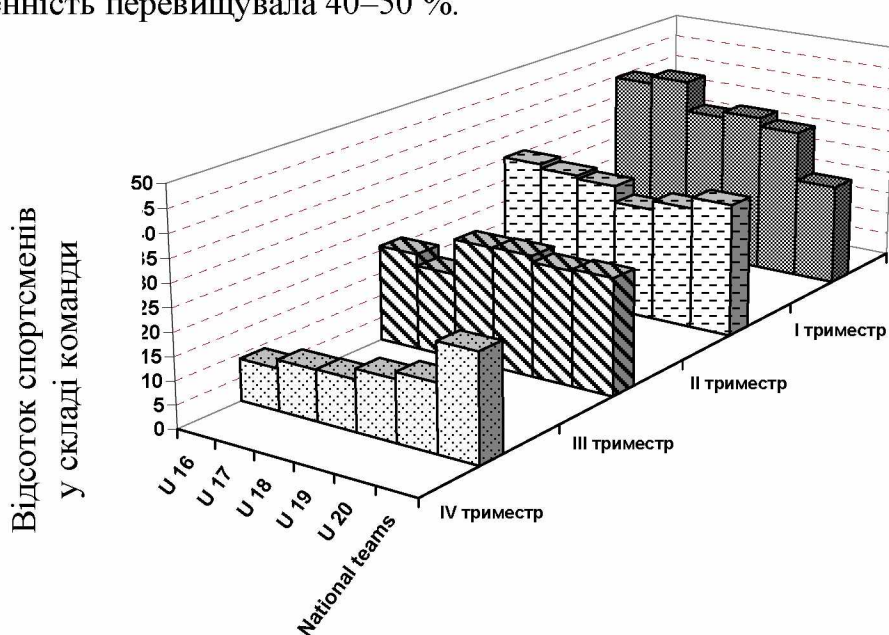


Рис. 5.17. Комплектування збірних команд різних вікових категорій з урахуванням періоду народження в рамках календарного року

Таблиця 5.10

Особливості комплектування баскетбольних збірних команд різних вікових груп для участі в офіційних міжнародних турнірах з урахуванням періоду народження спортсменів в рамках календарного року

Вікова категорія збірної		Розподіл гравців у складі команд по триместрам народження в рамках календарного року, кількість							
		перший триместр		Другий триместр		третій триместр		четвертий триместр	
		$\bar{d} \pm S$	p<0,05	$\bar{d} \pm S$	p<0,05	$\bar{d} \pm S$	p<0,05	$\bar{d} \pm S$	p<0,05
1	U 16 (n=960)	4,75±1,75	3, 5, 6	3,62±1,62	4	2,51±1,39	3, 4	1,07±1,02	5, 6
2	U 17 (n=960)	4,96±1,75	3, 4, 5, 6	3,52±1,62	4	2,21±1,26	3, 4, 5, 6	1,30±1,33	5, 6
3	U 18 (n=960)	4,10±1,79	1, 2, 6	3,40±1,59	–	3,10±1,40	1, 2	1,31±1,18	6
4	U19 (n=960)	4,27±1,72	2,6	2,97±1,63	1, 2	3,13±1,46	1, 2	1,58±1,38	6
5	U 20 (n=1058)	4,02±1,52	1, 2, 6	3,20±1,58	–	2,95±1,45	2	1,75±1,43	1, 2, 6
6	National teams (n=1056)	2,78±1,43	1-5	3,62±1,70	–	3,10±1,85	2	2,83±1,57	1–5

Відсоток гравців першого триместру для збірних команд, порівняно з кадетськими та молодіжними складами, знижується у два рази, а кількість гравців останнього триместру збільшується практично втричі. Майже кожний другий гравець кадетської збірної, який народився в останньому триместрі календарного року, у підсумку продовжив свою кар'єру в молодіжній та основній команді країни. І в цьому немає нічого дивного, адже для того, щоб вести конкурентну боротьбу зі старшими гравцями, спортсмен повинен володіти надзвичайними здібностями, які й виділяють його поміж основної маси вихованців.

Залишається тільки здогадуватись, яка кількість здібних дітей, що народилися наприкінці календарного року, залишилися у тіні своїх більш «зрілих» одноклубників та були змушені завершити заняття баскетболом.

Ще більш виражений дисбаланс можна спостерігати, якщо розглядати період народження гравців збірних команд за півріччями (рис. 5.18).

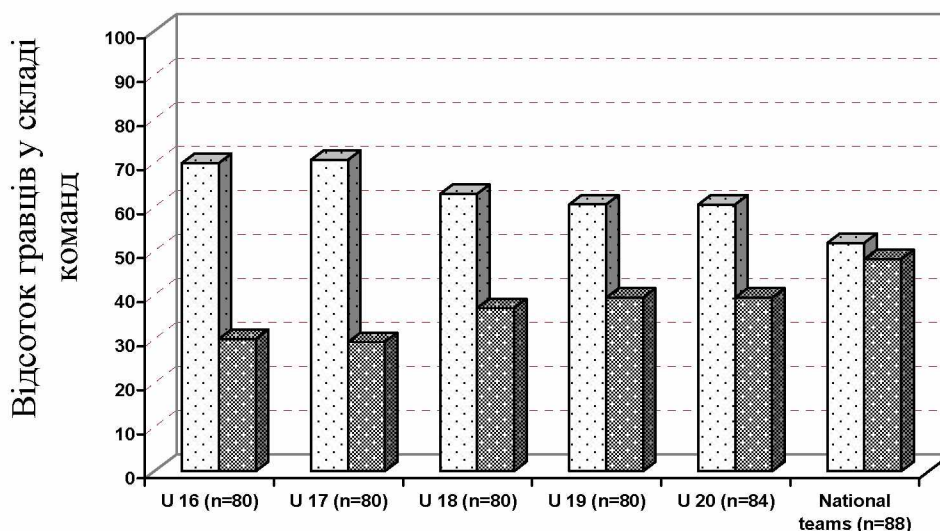


Рис. 5.18. Співвідношення баскетболістів, що народилися в різні півріччя, в складах збірних команд різних вікових категорій: (світлий стовпчик – перше півріччя, темний – друге)

У складах кадетських збірних команд (U 16) із дванадцяти гравців у середньому вісім народились у першій половині календарного року (приблизно 70 %), більша частина із яких буде відсіяна із ієрархічної системи збірних вже

на наступному етапі. Причому дана тенденція є характерною практично для всіх без виключення країн світу.

Виникає своєрідний конфлікт інтересів між важливістю успішних виступів на юнацьких міжнародних змаганнях, про що вже зазначалось раніше, та необхідністю пріоритетного розвитку найбільш талановитих спортсменів, які в даний період часу не можуть конкурувати з більш зрілими «однолітками» та забезпечити досягнення необхідного позитивного результату команді на відповідальних змаганнях.

У таких умовах безцінну за своєю значущістю міжнародну ігрову практику отримують ті спортсмени, які у майбутньому не зможуть вийти на найвищий рівень. Молодіжні спортивні змагання такого високого рівня повинні розглядатися переважно як плацдарм для набуття важливого ігрового досвіду тими молодими талантами, які у незабаром зможуть прийти на зміну нинішньому поколінню баскетболістів та вести боротьбу за найвищі нагороди у дорослому спорті.

Поширеною є ситуація, за якою ефективність дії централізованої програми підготовки резерву визначається за результатами успішності виступів молодіжних команд в міжнародних змаганнях різних вікових категорій. Успішні виступи юних баскетболістів створюють кращі умови для майбутніх поколінь гравців, які отримують можливість наступного року брати участь у змаганнях найвищого дивізіону та конкурувати з найсильнішими збірними світу. Вдалий виступ кадетських, юніорських та молодіжних збірних команд на міжнародних першостях опосередковано може свідчати про правильність обраних шляхів стратегічного вдосконалення в рамках багаторічної централізованої програми підготовки найближчого резерву та вселяти надію щодо кінцевих результатів її реалізації.

Якщо показаний результат на юніорських змаганнях був обумовлений розкриттям індивідуальних природних задатків баскетболістів, які за всіма ознаками мають перспективи потрапити до системи спорту вищих досягнень, їхнім поступовим спортивним вдосконаленням, врахуванням довгострокових

стратегічних завдань централізованої підготовки та ін., він є бажаним та доцільним. Подібні результативні виступи повинні розглядатися як проміжне завдання в процесі багаторічної підготовки резерву для спорту вищих досягнень. Молодіжні змагання під час підготовки гравців збірних не можна розглядати як кінцеву самоціль.

У тих випадках, коли успішні виступи молодіжних збірних були обумовлені використанням тимчасових переваг біологічної зрілості одних підлітків над іншими, шахрайськими маніпуляціями з реальним паспортним віком народження дитини, форсуванням спеціалізованої підготовки для виступів на конкретних змаганнях не враховуючи подальші завдання довгострокової підготовки, такі результати не можна розцінювати як позитивні та відповідати стратегічним завданням багаторічної підготовки і загальній педагогічній етиці.

Поширене сьогодні твердження про те, що спортсмени які продемонстрували високі спортивні результати на юнацьких іграх не зможуть показати їх у спорті вищих досягнень, не відповідає дійсності. Слід розуміти, за рахунок чого було продемонстровано високий спортивний результат в дитячо-юнацькому віці. Якщо за рахунок обдарованості юного спортсмена, його унікальної схильності до конкретної змагальної діяльності, то він може виступати як інформативний критерій прогнозування подальших успішних виступів у спорті вищих досягнень.

Світові зірки футболу, баскетболу та інших ігрових видів спорту (Ліонель Мессі, Неймар, Кіліан Мбаппе, Леброн Джеймс та ін.) вже у дитячому віці демонстрували здібності, які привертали увагу найбагатших спортивних клубів світу та провідних скаутських агентств.

Природна обдарованість та схильність до гри в командних видах спорту важко піддаються форсуванню, або якомусь іншому примусовому впливу. Подібні якості відрізняють обдарованих спортсменів вже у дитячому віці. Якщо саме за рахунок цих ігрових здібностей, які переважно пов'язані з

інтелектуально-руховою (техніко-тактичною) діяльністю, досягаються успіхи на дитячих та юнацьких змаганнях, у цьому немає нічого негативного.

У багатьох видах спортивних ігор сьогодні створюється хибне уявлення щодо пріоритетного порядку вирішення завдань спортивної підготовки в дитячо-юнацькому баскетболі. Тренери кадетських збірних перебувають під постійним тиском спортивної громадськості, та в деяких випадках і керівних спортивних організації (які добре знайомі з необхідністю поетапного вирішення завдань багаторічної підготовки). Від тренерів очікують демонстрації високого спортивного результату, який має показати довірена йому збірна вже на теперішніх змаганнях.

У таких умовах, де від результату виступів збірної на юніорських змаганнях залежить репутація та подальша професійна кар'єра, тренер вимушений свідомо нехтувати багаторічними стратегічними завданнями, порушувати фундаментальні принципи спортивної підготовки та спрямовувати всі зусилля на демонстрацію високого спортивного результату на молодіжних першостях будь-якою ціною. Подібна ситуація є неприпустимою та відверто шкідливою для раціональної багаторічної підготовки спортсменів.

Тренер, який працює з однією із збірних команд молодіжної програми на конкретному етапі багаторічної підготовки, повинен вирішувати першочергові спортивно-педагогічні завдання саме цього етапу. Ефективність його діяльності потрібно оцінювати за якістю реалізації поставлених стратегічних завдань. Адже це буде безпосередньо впливати на роботу фахівців, які у подальшому працюватимуть з даним поколінням гравців у більш старших вікових категоріях.

Нехтування стратегічними завданнями багаторічної програми призводить до того, що вже після першого етапу підготовки найближчого резерву залишається лише половина складу, який продовжує подальше вдосконалення (рис. 5.19). Зі складу збірної відсіюються ті гравці, які виконали завдання результативних виступів на кадетських змаганнях та припинили свій подальший розвиток. Вони використали тимчасові переваги, які мали над

своїми однолітками та назавжди залишили систему спорту вищих досягнень. Подібна статистика є характерною для багатьох країн світу. Проведені нами дослідження спортивних біографій баскетболістів молодіжних програм з 1983 по 2011 рр. показали, що навіть у провідних баскетбольних країнах світу після першого юніорського чемпіонату (U 16) залишається тільки половина його складу, а рівня національної збірної країни досягає лише 20 % першого складу кадетської збірної

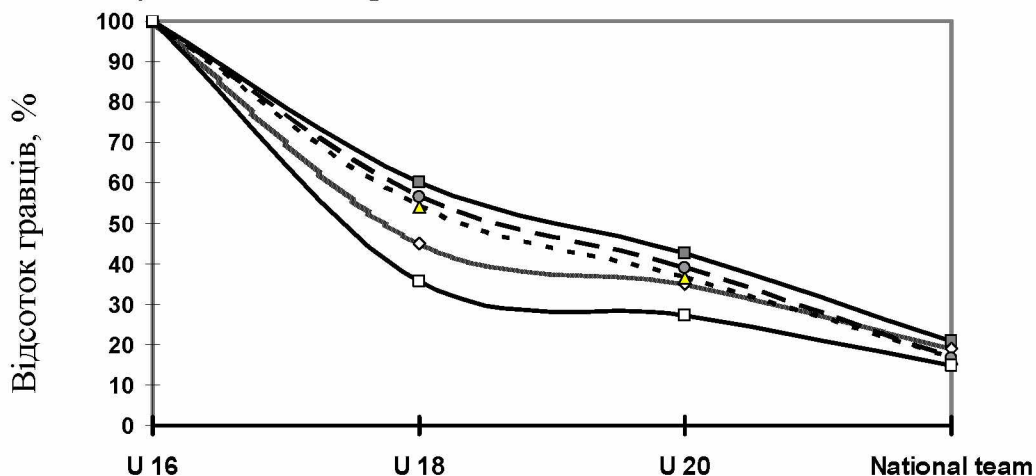


Рис. 5.19. Кількість баскетболістів, які потрапили до складу національних збірних команд своїх країн після участі в кадетських та молодіжних чемпіонатах:

■ — Туреччина (1983-2011); ◇ — Франція (1983-2011); ▲ — Іспанія (1983-2011);
 ● — Греція (1983-2011); □ — Італія (1983-2011);

Ніхто не хоче ризикувати підсумковим виступом своєї кадетської збірної і формувати склад із розрахунку того, що баскетболісти з уповільненим темпом біологічного розвитку продемонструють результат через три-чотири роки. Невдалий виступ кадетської збірної може призвести до пониження у класі (вибування у нижчий дивізіон) для майбутніх поколінь баскетболістів, які не отримають можливості змагатися з найкращими збірними світу.

В ігрових командних спортивних іграх ця проблема є більш глибокою та неоднозначною, ніж, наприклад, в індивідуальних циклічних видах спорту, адже на майданчику переважну більшість часу проводять саме діти з прискореним біологічним розвитком, а ретарданти змушені сидіти на ліві

запасних позбуваючись при цьому можливості отримати необхідний змагальний досвід протягом досить тривалого часу.

Одним з варіантів вирішення цієї проблеми є комплектування складу кадетської збірної виключно за рахунок перспективних баскетболістів, які на даному етапі можуть значно поступатися спортсменам із прискореним біологічним розвитком. Потрібно чітко розуміти, що багато хто з баскетболістів з уповільненим біологічним розвитком ще фізично і психологічно не готові до великих змагальних навантажень престижних міжнародних змагань. Найбільш доцільним є компромісний варіант комплектування юнацьких збірних, при якому «перспективних гравців на майбутнє» долучають до складу разом із баскетболістами, які мають прискорений темп біологічного розвитку та на даному етапі є найкращими у своїй віковій категорії. Перспективний баскетболіст вимушений пристосовуватись до більш сильної опозиції, яка є найкращим стимулом для подальшого зростання рівня майстерності гравця. На підлітковому етапі багаторічної кар'єри спортсмени з прискореним біологічним розвитком можуть створювати необхідні умови для розвитку більш талановитих баскетболістів, тобто виступати у ролі так званих спортивних донорів. По завершенню статевого дозрівання їх переваги повністю зникають. Виконавши свою тактичну функцію, акселерати починають програвати конкуренцію перспективним баскетболістам та остаточно зникають із системи спорту вищих досягнень.

Найбільш надійними з точки зору прогнозування перспектив потрапляння до спорту вищих досягнень є результати виступів баскетболістів на рівні молодіжних збірних команд U 20. Майже кожен другий гравець у майбутньому поповнює лави національної збірної, а переважна більшість спортсменів молодіжної збірної продовжує професійну кар'єру на клубному рівні. Багаторічні спостереження тренерів з баскетболу дозволили також встановити факт, згідно з якими гравці, які до 20-річного віку не змогли заграти на високому рівні (дорослий спорт), практично не мають шансів для того, щоб розкрити свій потенціал у більш пізньому віці.

Проведені нами дослідження не дозволяють стверджувати, що комплектування збірних різних вікових категорій переважно старшими за періодом народження в рамках календарного року спортсменами суттєво відображається на результатах підсумкового виступу команди на змаганнях (табл. 5.11). Кореляційний аналіз між підсумковим зайнятим місцем збірних на турнірі та кількістю баскетболістів, які народились в різних триместрах календарного року, не виявив статистично значущих взаємозв'язків.

Таблиця 5.11

Взаємозв'язок між результатами виступів збірних команд на міжнародних турнірах та кількістю гравців, народжених в різних триместрах календарного року ($r = 0,250, \alpha = 0,05$; $r = 0,325, \alpha = 0,01$; $r = 0,408, \alpha = 0,001$)

Вікова категорія збірної	Коефіцієнт кореляції			
	перший триместр	другий триместр	третій триместр	четвертий триместр
Кадетські збірні U 16, (n=960)	0,128491	-0,1196	-0,11416	0,16114
Юнацькі збірні U 17, (n=960)	-0,21909	0,111551	-0,08607	0,231211
Юнацькі збірні U 18, (n=960)	0,189939	-0,24482	-0,27369	0,057894
Молодіжні збірні U19, (n=960)	-0,02271	-0,06487	0,063013	0,084833
Молодіжні збірні U 20, (n=1058)	-0,08716	-0,09067	-0,04313	0,245322
Національні команди, (n=1056)	-0,13924	0,161992	0,012901	0,03867

Для молодіжних збірних команд U 17 та U 20 передпорогові величини коефіцієнта кореляції спостерігаються в четвертому семестрі (на рівні значущості $p < 0,05$), однак говорити про наявність якихось закономірностей на базі отриманих результатів передчасно. В процесі проведення досліджень було відмічено випадки, коли молодіжна команда, яка не змогла вийти в раунд плей-офф, на 90 % складалася з гравців, які народились у перші чотири місяці календарного року.

Проте, команди, в складі яких були баскетболісти, що народилися у другому півріччі, практично ніколи не брали участь у боротьбі за призові місця турнірів.

Відкритим також залишилось питання про наявність взаємозв'язку між кількістю гравців різного амплуа в складах збірних команд та періодом їх народження в рамках календарного року. Проведені дослідження не дозволили встановити статистично значущих результатів. Серед гравців лінії захисту (розігравач та «атакувальний» захисник) ми спостерігали більшу кількість баскетболістів, які народились на початку року. Водночас серед гравців лінії нападу, порівняно із захисниками, найчастіше зустрічались спортсмени, які народились у третьому та четвертому триместрах року. Хоча ці дані й не мали статистичного характеру в наших дослідженнях, вони в цілому можуть підтверджувати існуюче припущення щодо домінантного значення фактора зросту в процесі спортивного відбору баскетболістів.

Високорослий підліток, навіть не зважаючи на низький рівень підготовленості за рядом інших показників, у більшості випадків все одно буде відібраний на наступний етап, тому що має рідкісні антропометричні дані. Гравців захисної ланки, для яких антропометричні дані визначального характеру не мають, найбільше серед тих, хто займається баскетболом, а значить і конкуренція за місце у складі тут буде найбільш висока. Тому не дивно, що серед гравців цієї ігрової лінії можуть частіше зустрічатися спортсмени, які народились у перші половині року, і які змогли на одному із етапів багаторічної підготовки виграти конкуренцію у своїх молодших за біологічним розвитком візаві.

Принципове розуміння того, що молодіжні змагання такого високого рівня, які сьогодні проводяться під егідою міжнародної федерації баскетболу (FIBA), повинні розглядатися переважно як важлива ланка системного процесу підготовки найближчого резерву, є надзвичайно важливою умовою ефективності функціонування централізованих програм та всієї багаторічної підготовки.

Досягнуті тимчасові успіхи в юнацькому віці, у тому числі й за рахунок використання «ефекту віку», мають досить сумнівну цінність, оскільки більшість із таких гравців залишають збірні команди вже на наступному етапі централізованої підготовки. Надання ігрової практики найбільш перспективним у довгостроковій перспективі молодим гравцям можливо і на фоні не зовсім вдалих виступів у підлітковому віці і дозволяє закласти основу майбутніх, більш важливих успіхів на рівні національних збірних команд країни.

Висновки до розділу 5

Відбір талановитих спортсменів та раціональне комплектування складів юнацьких збірних команд – головне завдання централізованої підготовки найближчого резерву в ігрових видах спорту. Орієнтацію спортсменів, які мають відповідні задатки та здібності, необхідно здійснювати з перших етапів підготовки кадетських збірних. Поточна реалізація допоміжних завдань, пов'язаних із необхідністю успішних виступів на юнацьких міжнародних змаганнях не повинна порушувати стратегічного балансу між більш біологічно зрілими в юнацькому віці баскетболістами, що здатні продемонструвати результат на перших міжнародних змаганнях, і тими гравцями, які зможуть проявити свої можливості в більш старшому віці та мають реальні шанси потрапити у професійний баскетбол.

Відбір спортсменів до складу юнацьких збірних команд здійснюється з урахуванням комплексу критеріїв та окремих показників підготовленості. У підлітковому віці починають проявлятися спеціальні ігрові здібності баскетболістів, які мають вплив на подальше спортивне вдосконалення та успішну кар'єру в спорті вищих досягнень. Ігрові здібності практично не піддаються об'єктивно-метричному вимірюванню та потребують спеціального експертного визначення. Проведений статистичний аналіз показав значний вплив ігрової обдарованості юних баскетболістів всіх ігрових амплуа на перспективи подальшого потрапляння у спорт вищих досягнень. Ігрові

здібності є визначальним фактором, що забезпечує умови для тривалого виступу віковими баскетболістами на заключних етапах багаторічної кар'єри.

Морфологічні дані переважають у ході відбору баскетболістів, що орієнтовані на ігрові позиції лінії нападу. Для захисників значущими є показники, що характеризують фізичну і функціональну підготовленість, психологічні та психофізіологічні якості та ігрову обдарованість.

Ефективність змагальної діяльності юних спортсменів на рівні кадетських збірних команд практично не впливає на їхню стратегічну перспективність. Аналіз ефективності змагальної діяльності в командних спортивних іграх необхідно здійснювати з урахуванням сили протидіючої сторони в матчі. Розроблені модельно-цільові параметри техніко-тактичної діяльності доцільніше використовувати для оцінювання можливостей спортсменів тієї вікової групи, на базі якої вони і були створені.

Значний вплив на комплектування команд в юнацьких вікових категоріях має феномен «ефект віку». На рівні національних збірних команд вплив цього феномена був повністю відсутній.

Після проведення перших офіційних міжнародних кадетських змагань на наступний етап юнацьких збірних потрапляє приблизно 50 % від попереднього складу. Ця тенденція є характерною для багатьох країн світу.

Відбір до ієрархічної системи підготовки національних збірних команд не повинен мати односторонній вектор. Гравці, які були відібрані на першому етапі в кадетському віці, можуть втратити своє місце в складі збірної та поступитися тим баскетболістам, які продемонстрували більш високий рівень підготовленості на наступних етапах підготовки.

Результати даного розділу представлено у роботах автора [20, 21, 34, 38, 39, 41, 43, 45, 46, 49, 51, 53, 83].

РОЗДІЛ 6

ПЛАНУВАННЯ ТРЕНУВАЛЬНОЇ ТА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У СИСТЕМІ ЦІЛЕСПРЯМОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ НАЦІОНАЛЬНИХ ЗБІРНИХ КОМАНД В ІГРОВИХ ВИДАХ СПОРТУ

6.1. Організаційно-методичні засади побудови тренувального процесу баскетболістів юнацьких збірних команд у системі довгострокової підготовки найближчого резерву збірних команд

Однією із головних умов ефективної реалізації програм, пов'язаних із цілеспрямованою підготовкою найближчого резерву національних збірних, є впровадження сучасних технологій планування і програмування навчально-тренувальної і змагальної діяльності, наявність чіткого механізму дій щодо поступового вирішення стратегічних завдань багаторічної підготовки та забезпечення спадковості поколінь різних вікових категорій збірних.

Суттєвим організаційно-методичним недоліком, на наш погляд, можна вважати фрагментарно-хаотичний підхід, якій і сьогодні використовується в багатьох ігрових командних видах спорту і полягає в переважному вирішенні поточних завдань, які стоять перед конкретною віковою категорією збірною. Шаблонно-стереотипне мислення, пов'язане із категоричним прагненням досягти переможного результату будь-якою ціною і в будь-яких змаганнях (інколи навіть і в підготовчих та контрольних іграх), значно ускладнює процес системної підготовки збірних і відсуває вирішення стратегічних завдань на другорядний план.

При такому підході гравців юнацьких збірних зазвичай збирають для безпосередньої підготовки до змагань за місяць-півтора до офіційного старту, а тренерському штабу збірних надається повний карт-бланш для підготовки команди до відповідального міжнародного турніру. В таких випадках призначений на посаду головного тренера фахівець та його помічники на свій власний розсуд формують план підготовки збірної, приймають рішення щодо

тактичних варіантів ведення змагальної діяльності та визначають склад збірної виходячи із пріоритетної необхідності демонстрації спортивного результату на конкретних змаганнях. За таких умов організації підготовки гравці юнацьких збірних практично не мають часу для спільної навчально-тренувальної і змагальної діяльності протягом року і повинні в досить стислі терміни безпосередньої підготовки зрозуміти ігрові можливості один одного, налаштувати ігрові зв'язки та побудувати командні взаємодії.

При такому хаотичному підході вимоги тренерського штабу однієї збірної інколи кардинальним чином відрізняються від роботи в інших вікових категоріях. Дуже часто відсутня пряма комунікація між фахівцями різних вікових категорій збірних, ведеться недобросовісна конкуренція, точиться професійна та особистісна ворожнеча, головними заручниками якої стають перспективні молоді гравці. Спортсмени вимушені постійно підлаштовуватися під чергові нові вимоги та перебудовувати бачення тактичного рисунка гри, намагаючись відповідати новим критеріям ефективності та принципам змагальної діяльності, яких дотримується певна група фахівців. Можна спостерігати й інші ознаки, які демонструють хаотичність та непослідовність подібної організації підготовки резерву національних збірних, її шкідливість та безперспективність, особливо враховуючи сучасний рівень конкуренції на міжнародних змаганнях та педагогічно-технологічний прогрес, якого вдалося досягти провідним державам світу в питаннях підготовки найближчого та віддаленого резерву для спорту вищих досягнень.

Основну відповідальність за низьку ефективність організації підготовки найближчого резерву повинні нести не тренери збірних, а центральний керівний орган, який і має забезпечувати системність та якість багаторічної підготовки, підпорядковувати приватні вигоди та амбіції окремих фахівців загальнодержавним інтересам та відповідати за послідовне вирішення стратегічних завдань на кожному етапі цієї підготовки.

Не зовсім коректно звинувачувати тренерів у відсутності системної роботи без надання конкретного плану дій та вимог щодо підготовки певної

категорії збірної. Розроблені централізовані програми та плани є надійним інструментом впорядкування діяльності всіх спеціалістів, залучених до підготовки найближчого резерву, а їх якісна реалізація виступає ще й найкращим критерієм оцінювання ефективності цієї роботи. Завдяки цьому забезпечується безперервна та послідовна робота навіть і в тих випадках, коли тренерський штаб приймає рішення припинити свою роботу зі збірою, а на їх місце запрошуються інша група фахівців.

Важливими напрямом планування і програмування підготовки збірних можна вважати розробку довгострокових планів, розрахованих на 4–5 років (рис. 6.1). Довгостроковий план повинен відображати основні параметри тренувальної і змагальної діяльності збірних команд різних вікових категорій, співвідношення видів підготовки та ключові завдання, які необхідно вирішити на кожному окремому етапі. Додатком до цього базового програмно-нормативного документа багаторічної підготовки збірних повинна бути уніфікована програма техніко-тактичної та фізичної підготовки. Уніфікований характер програм передбачає оволодіння спортсменами базовим переліком специфічних знань та навичок, їх поступове ускладнення та розширення протягом багаторічної централізованої підготовки на шляху до спорту вищих досягнень.



Рис. 6.1. Основні напрями планування та програмування процесу підготовки юнацьких команд в процесі цілеспрямованої підготовки найближчого резерву збірних команд

У переважній більшості випадків довгострокові плани підготовки збірних розраховані на чотирирічний цикл (з 14 до 18 років). Адже реально впливати на підготовку спортсменів після їхнього потрапляння до складу команд майстрів практично неможливо. До цього періоду часу юні спортсмени можуть практично без перешкод залучатися до етапних зборів та брати участь у міжнародних змаганнях за збірну.

Саме за результатами реалізації довгострокових планів оцінюється якість подібної роботи в багатьох країнах світу, де головними критеріями ефективності виступають кількість талановитих спортсменів, підготовлених для спорту вищих досягнень, а також результати виступів на юнацьких міжнародних змаганнях.

Аналіз досвіду багатьох країн світу показує, що в більшості випадків використовують епізодичний (фрагментарний) характер організації підготовки юнацьких збірних протягом року (Ізраїль, Сербія, Словенія та ін.). Спортсменів протягом року періодично викликають для участі в короткострокових етапних зборах, які зазвичай завершуються участю команди у серії міжнародних товариських зустрічей. Недоліки подібної короткострокової підготовки розглянуто в попередніх розділах даної роботи. За неможливості об'єднати найкращих спортсменів у своїй віковій категорії в рамках єдиних центрів (команди), такий варіант організації підготовки виглядає більше як вимушений крок задля збереження системності та послідовності централізованої роботи.

Але навіть і в таких дефіцитних часових умовах потрібно мати чіткі плани та моделі підготовки в рамках короткострокових навчально-тренувальних зборів, які зазвичай тривають від 6 до 12 днів і проводяться від 3 до 5 разів на рік.

У нинішніх соціально-економічних та нормативно-правових умовах розвитку вітчизняного спорту варіант централізованої підготовки найкращих спортсменів в рамках єдиних центрів є надзвичайно складним завданням. Окрім фінансово-нормативних перешкод, виникають ще й суто спортивно-педагогічні проблеми. На відміну від індивідуальних видів спорту, недостатньо просто

зібрати найкращих гравців в рамках єдиних центрів для спільних тренувань (ЦОП, ШВСМ), потрібно ще й забезпечити таку команду якісною перманентною ігровою практикою, бажано міжнародного рівня. Виникає логічне запитання: в якому статусі та в яких змаганнях буде виступати така команда протягом року? Адже всі міжнародні турніри (юнацька Євроліга та ін.), які проводяться для юнацьких вікових категорій протягом ігрового сезону, мають клубний статус. Участь у внутрішніх змаганнях не дозволяє розраховувати на гідний опір подекуди з боку навіть і більш старших однолітків.

Значною проблемою також може стати нормативне оцінювання виступів такої команди у внутрішніх змаганнях. За результатами успішних виступів у дитячо-юнацьких змаганнях спортивні школи та тренери отримують певні професійно-фінансові преференції від держави та громадських організацій. Хто ж має отримувати подібні тимчасові зиски від вдалих виступів збірної команди, в рамках якої сконцентровані найкращі спортсмени із всієї держави?

Більш того, в деяких випадках вихованці баскетбольних (футбольних) академій мають певні юридичні зобов'язання (договірні умови) і не можуть просто перейти в іншу команду, навіть якщо вона розглядається як базова для національної збірної. Перехід гравця до сильнішої команди у вітчизняних спортивних іграх у переважній більшості випадків здійснюється на основі добровільної згоди тренера та бажання самого гравця перейти у більш сильну команду. Інколи цей процес здійснюється і в умовах серйозного опору з боку попереднього тренера (конфліктні ситуації зі спортсменом та його батьками), який не бажає відпускати вихованця в більш сильний колектив та зменшувати шанси на досягнення результатів своєї команди і здобуття вже згаданих переваг. Цей складний процес сьогодні не має чітких нормативно-правових механізмів регуляції, а та ієрархічна система функціонування ДЮСШ, СДЮСШОР, ШВСМ, яка діє в ігрових видах спорту в нашій державі, зовсім не гарантує концентрації найкращих вихованців в одній команді і не може забезпечити якісну підготовку найближчого резерву для національних збірних.

На окрему увагу заслуговує планування етапу безпосередньої підготовки національних збірних до офіційних міжнародних змагань. Зміст та структура цього етапу повинні повністю відповідати відведеному (реально можливому) періоду часу на підготовку та бути взаємопов'язаними із попередніми фазами ігрового сезону. Важливими в процесі такої підготовки є врахування специфічних особливостей та принципів змагальної діяльності на короткострокових міжнародних турнірах збірних команд, її відмінність від регулярної ігрової діяльності на клубному рівні, а також питання виведення команди на «пік спортивної форми» на початок турніру за рахунок раціонально побудованого тренувального процесу та доцільно спланованої змагальної практики підготовчого та контрольного-підвідного спрямування.

Оптимальною можна вважати тенденцію поступового збільшення кількості тренувальних та змагальних годин для гравців юнацьких збірних протягом реалізації довгострокових програм підготовки (табл. 6.1).

Таблиця 6.1

Орієнтовний розподіл тренувальних та змагальних навантажень для баскетболістів юнацьких збірних команд в рамках реалізації централізованого проєкту підготовки найближчого резерву збірних

Вікова категорія збірної	Кількість НТЗ (етапних, безпосередня підготовка, тощо)	Кількість тренувальних днів	Кількість тренувальних годин	Кількість міжнародних ігор
Кадетська збірна U 14	4	30–40	60 –70	10–15
Кадетська збірна U 15	4	40–45	70 –80	15–20
Кадетська збірна U 16	5	50–60	100 –110	20–25
Юнацька збірна U 17	5	55–60	110 –115	20–25
Юнацька збірна U 18	6	60–70	120 –130	25–30

На більш ранніх етапах (14–15-річний вік) значна кількість часу повинна бути відведена на селекційну діяльність та визначення перспективних баскетболістів для досягнення поточних та довгострокових завдань процесу підготовки. Саме ця група спортсменів повинна увійти до розширеного складу збірної і періодично залучатися до проведення етапних тренувальних зборів.

Істотне збільшення загальної кількості годин, вже починаючи із вікової категорії U 16, пов'язане із участю кадетської збірної у перших офіційних міжнародних змаганнях (чемпіонат Європи) та збільшенням частки тактичної, фізичної та інтегральної підготовки команди.

Розподіл годин за видами підготовки також необхідно змінювати у кожній віковій категорії збірної (табл. 6.2). У більш ранньому віці (13–14 років) значну увагу ще необхідно приділяти технічній підготовці спортсменів. Потрібно створити умови для вдосконалення існуючої технічної бази (fundamental), виявити та усунути можливі недоліки, переконатися у наявності відповідних навичок і вмінь для засвоєння більш складного тактичного матеріалу гри, передбаченого довгостроковим планом на наступних етапах цілеспрямованої підготовки.

Таблиця 6.2

Орієнтовне співвідношення видів підготовки для юнацьких збірних команд різних вікових категорій, %

Вікова категорія збірної	Технічна підготовка	Фізична підготовка	Тактична підготовка	Інтегральна підготовка
Кадетська збірна U 14	35–40	10–15	20–25	10–15
Кадетська збірна U 15	25–30	20–25	25–30	15–20
Кадетська збірна U 16	15–20	25–30	30–35	20–25
Юнацька збірна U 17	10–15	25–30	35–40	20–25
Юнацька збірна U 18	5–10	30–35	35–40	25–30

На заключних етапах (U 17–U 18) складова частка технічної підготовки значно зменшується і використовується переважно для вдосконалення рухових дій в спеціальних високоінтенсивних режимах, що моделюють змагальну діяльність (кидкова підготовка, швидкісне ведення та ін.).

Поступове розширення програмного матеріалу, пов'язаного із тактичною підготовкою, безпосередньо впливає на перерозподіл загального обсягу годин для збірних різних вікових категорій. І якщо для кадетських збірних (U 14) тактична підготовка переважно пов'язана із вивчення базових тактичних умінь

та знань, то гравці юнацької збірної (U 18) вже повинні володіти майже всім арсеналом тактичної підготовленості, який є характерним для дорослих спортсменів. Значно зростає кількість годин, що відводять на підготовку команди до конкретних змагань, аналіз реалізації власних тактичних дій у нападі та захисті тощо.

Важливим кроком у підвищенні рівня спортивної майстерності національних збірних є також поступове збільшення кількості інтегральної підготовки та забезпечення спортсменів якісною міжнародною ігровою практикою. Особливо це стосується вікових категорій збірних, які беруть участь в офіційних міжнародних матчах (U 16 та U 18).

6.2. Структура і зміст уніфікованої програми техніко-тактичної підготовки баскетболістів юнацьких національних збірних команд

Стрімка глобалізація світового баскетболу призвела до уніфікації фундаментальних принципів та поглядів щодо організації тактичних взаємодій команди в нападі та захисті, швидкого поширення новітніх розробок у тренувальній та змагальній діяльності, створення міжнародної баскетбольної термінології, якою сьогодні мають володіти гравці та тренери в усьому світі.

Значно сприяли поширенню цих тенденцій інтернаціоналізація гри та створення своєрідного ринку спортивних послуг. Професійні баскетболісти в багатьох випадках підписують контракт з командою на 1–2 сезони, після чого керівництво клубу приймає рішення щодо продовження або припинення співпраці. Протягом своєї кар'єри гравець може змінити до 8–12 команд, виступаючи при цьому в різних країнах світу. Звичайно, наявність єдиної універсальної термінології та принципів організації гри значно спрощують процес ігрової адаптації спортсмена до нових умов. У таких випадках потрібно лише зрозуміти, який саме стиль гри планує використовувати тренерський штаб нової команди, пріоритетні варіанти організації захисту і нападу та конкретні вимоги до індивідуальних дій гравця (основні завдання, які покладаються на нього під час змагальної діяльності).

Універсальна баскетбольна термінологія виступає в таких випадках своєрідним кодовим шифром, який позначає певний вид індивідуальних, групових або командних взаємодій. Іспанський *pack-and-roll*, литовський *motion*, американський *UCLA cut* та інші тактичні взаємодії в сучасному баскетболі нагадують скоріше варіанти розіграшу шахової партії між досвідченими тренерами, майстерність яких визначається можливістю їх доцільного використання з урахуванням здібностей власних гравців, сил суперника та ситуацією, яка динамічно розгортається на майданчику.

Тактичні вміння та ігрова майстерність спортсмена, на відміну від інших сторін підготовленості, практично не піддаються впливу деадаптаційних явищ та можуть вдосконалюватись протягом всієї багаторічної кар'єри. Вони напряду впливають на тривалість виступів у спорті вищих досягнень та трансферну вартість гравця. Найбільш «насиченим» з точки зору становлення техніко-тактичної майстерності гравців є період з 13–14 до 18 років. Принципово важливо в цей період закласти необхідний техніко-тактичний фундамент, якій стане основою для подальших успішних виступів у спорті вищих досягнень. Наявність уніфікованого підходу і стандартизованих програм підготовки юнацьких збірних дозволить забезпечити етапність та послідовність цього процесу. Особливо враховуючі той факт, що з баскетболістами певних вікових категорій збірних можуть працювати різні фахівці.

Подібна уніфікована програма повинна представляти собою своєрідний алгоритм подання навчального матеріалу із поступовим його розширенням і ускладненням на завершальних стадіях централізованої підготовки збірних. Зміст програми є обов'язковим для засвоєння баскетболістами юнацьких збірних. Оволодіння гравцями збірних базовими (мінімально необхідними) техніко-тактичними елементами гри, що є характерними для провідних команд світу, можна вважати одним із ключових завдань централізованої підготовки. Вже на рівні юнацької збірної (U 18) спортсмени мають практично повністю оволодіти всім спектром техніко-тактичних дій, які є необхідними для успішних виступів у спорті вищих досягнень (рис. 6.2).

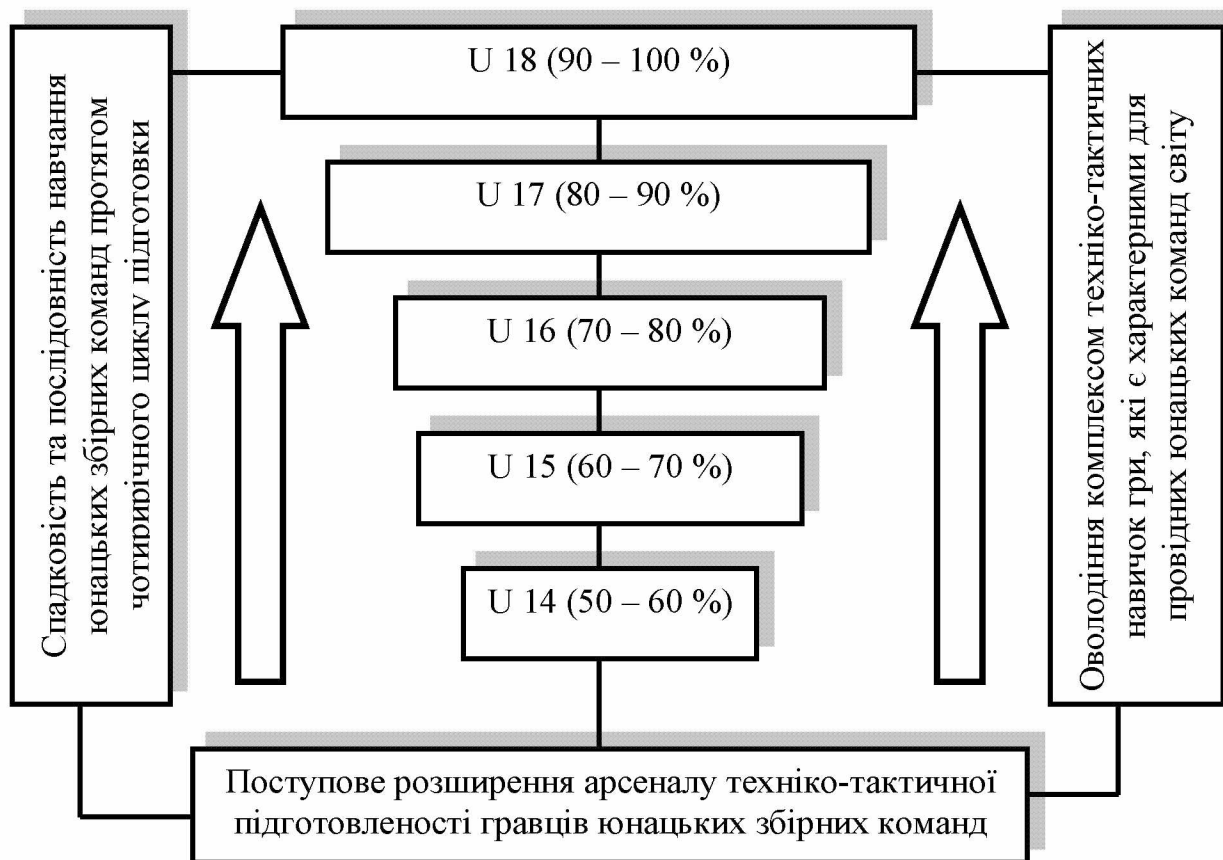


Рис. 6.2. Спрямованість та послідовність техніко-тактичної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд

Важливо відмітити, що реалізація подібних уніфікованих програм не повинна жорстко регламентувати діяльність тренерського штабу і залишати фахівців без можливості творчої інтерпретації певних аспектів ігрової діяльності та додаткового впровадження інноваційних напрацювань і власної «філософії гри». Обов'язковим є лише засвоєння базових елементів, які можуть у процесі підготовки органічно поєднуватися із тим матеріалом, що планують додатково реалізувати фахівці конкретної збірної.

Досить дискусійним можна вважати думку окремих фахівців щодо необхідності формування єдиного стилю гри збірних та повного підпорядкування діяльності тренерських штабів обраній змагальній концепції. Такий підхід свого часу було запроваджено під час підготовки юнацьких збірних команд Іспанії та Ізраїлю. Баскетболісти молодіжних збірних команд

при цьому орієнтувалися на стиль ведення змагальної діяльності головної команди країни.

Побудова подібної концепції гри повинна ґрунтуватися на об'єктивному існуванні певної групи факторів, які визначають можливі переваги та недоліки під час ведення змагальної діяльності з іншими збірними світу. Так, наприклад, свого часу, іспанські футбольні фахівці обґрунтували національну концепцію швидкісного технічного футболу, заснованого на тотальному контролі м'яча¹¹. Вибір такої тактики був обумовлений традиційною перевагою іспанських футболістів у технічній майстерності та їх незначними антропометричними даними. В таких умовах вести атлетичне силове протистояння зі збірними, які мають тотальну перевагу в антропометричному та силовому компоненті, вкрай недоцільно та неефективно.

Схожий підхід було також реалізовано ізраїльськими фахівцями на чолі із А. Шивіком під час формування концепції гри національних збірних команд з баскетболу. Як базову модель гри збірних було обрано швидкісний агресивний баскетбол з великою кількістю дальніх кидків та перманентним тиском на м'яч (full press court). Ключовим фактором, який визначив вибір такої концепції гри, також стали незначні антропометричні дані гравців ізраїльської збірної. Не маючи можливості вести гідну боротьбу із суперником у трисекундній зоні, ізраїльські спеціалісти вирішили перевести її за периметр. Потрібно відзначити, що такий підхід практично одразу ж приніс високі спортивні результати молодіжним збірним командам Ізраїлю та вивів їх до групи лідерів на престижних міжнародних змаганнях.

Основна проблема подібного «стилістичного бачення гри» полягає в тому, що склади юнацьких та національних збірних команд зазвичай суттєво відрізняються за підбором виконавців. Великогабаритні баскетболісти національних збірних диктують необхідність вибору тактичних варіантів гри, заснованих на їх використанні в безпосередній близькості від кошика та

¹¹ Tiki-taka – іспанська футбольна тактика, яка заснована на використанні коротких передач та рухів з м'ячем в різних зонах поля, а також на постійному володінні м'ячем.

організації гри на «PNR». В юнацьких командах зазвичай немає гравців подібного типу, тому тактика гри цієї команди не може копіювати гру національної збірної.

Більш того, різні покоління збірних також відрізняються за підбором гравців. Наприклад, у поточному році у складі кадетської збірної є гравці великого зросту, а наступна кадетська збірна їх немає. У таких випадках доцільно обирати різні стратегічні варіанти ведення змагальної діяльності, враховуючи необхідність проміжного досягнення результату на офіційних міжнародних змаганнях. У першому випадку з'являється можливість ефективного ведення боротьби під кошиками, у другому такої можливості у команди не існує і потрібно шукати шляхи для пришвидшення змагальної діяльності за рахунок здійснення постійного тиску на суперника.

Однак попри обраний тактичний рисунок гри для виступів у конкретних офіційних змаганнях, принципово важливо забезпечити умови для оволодіння гравцями всіма необхідними техніко-тактичними діями, навіть якщо переважна більшість з них і не будуть використовуватись на проміжних офіційних змаганнях. Не можна звужувати процес техніко-тактичної підготовки лише до тих елементів, за рахунок яких планується досягти бажаного спортивного результату виходячи із можливостей конкретного складу юнацької збірної. Так, звичайно, на етапі безпосередньої підготовки до змагань потрібно більшу увагу приділити відпрацюванню основних ігрових схем та взаємодій, однак завдання техніко-тактичної підготовки необхідно розглядати в набагато ширшій площині, із прицілом на підготовку універсального гравця для спорту вищих досягнень.

Спортсмен, який пройшов тривалу підготовку в системі збірних команд, орієнтованих на певний стиль ведення змагальної діяльності, може постати перед серйозними проблемами у спорті вищих досягнень під час переходу в професійну команду, яка сповідує інший, більш універсальний баскетбол. Тобто ефективність дій такого спортсмена може бути продемонстрована

переважно в складах тих команд, змагальна діяльність яких схожа на національну модель гри.

У даному випадку можна спостерігати певний конфлікт інтересів між намаганням продемонструвати високі спортивні результати для національних збірних команд (кадетських, юніорських, молодіжних), та необхідністю підготовки універсального, різнопланового спортсмена для спорту вищих досягнень і виступів на клубному рівні.

Реалізація довгострокових програм техніко-тактичної підготовки гравців національних збірних повинна знаходитись під постійним контролем з боку національної федерації та керівних структурних підрозділів, відповідальних за забезпечення централізованої підготовки молодіжних команд. У тих умовах, в яких сьогодні здійснюється підготовка вітчизняних юнацьких збірних команд, величезна відповідальність також лежить на ефективній роботі тренерів на місцях, координації їх зусиль із тренерами збірних. Адже більшу кількість часу протягом року кандидати у збірну проводять саме у власних клубах під наглядом своїх тренерів. Відсутність ефективної та послідовної роботи на місцях фактично зводить нанівець реалізацію тих зусиль, які були спрямовані на розвиток та вдосконалення баскетбольних навичок та вмінь, і змушує кожний новий цикл підготовки збірних починати з повторення вже пройденого раніше матеріалу. Уніфікована програма техніко-тактичної підготовки повинна містити базові елементи гри у захисті та нападі, якими мають оволодіти гравці певної вікової категорії збірної (Додаток І).

На перших етапах цієї підготовки (13–14 років) значну увагу слід приділяти розвитку та вдосконаленню індивідуальної технічної та тактичної майстерності гравців. Спортсмени обов'язково повинні вміти вести ефективну боротьбу у захисті та нападі під час гри один на один. Недоліки в цьому компоненті гри фактично повністю позбавляють шансів на серйозні успіхи у спорті вищих досягнень та значно ускладнюють напрацювання інших, більш складних схем організації атаквальних та захисних дій команди. Вже з перших етапів централізованої підготовки потрібно привчати юних

баскетболістів до правильного тлумачення ігрових епізодів та сучасної англомовної термінології, якою позначаються певні види ігрових дій та переміщень.

Крім того в більш ранньому віці (U 14–U 15) краще застосовувати малоходові комбінації під час організації командних взаємодій та акцентувати увагу на швидкому переході від захисту до нападу і навпаки. Значна кількість помилок в грі, які здійснюють юні спортсмени, і буде визначати динамічний перебіг подій на майданчику та велику кількість набраних «легких очок»¹². Відпрацювання взаємодій гравців під час нападу в кількісній перевазі в цьому віці є дуже важливим елементом тактичної підготовки на тренуваннях.

Базовим видом організованої захисту у цьому віці є переміщення відносно м'яча «Shall Drill», яке дозволяє перекрити можливі зони проходу під кошик, створити кількісну перевагу захисту на «сильній стороні» та забезпечити активну допомогу з боку «слабшої сторони» від м'яча. Компактне розміщення гравців захисту поблизу трисекундної зони дозволяє ще й вести ефективну боротьбу за підбирання м'яча.

Подібний варіант організації привчає баскетболістів вже з юного віку до комунікації у захисті (communication) і подальшого перенесення цих навичок під час інших захисних взаємодій. Відсутність «тактичних розмов» під час проходження різних варіантів заслонів та підстраховок є однією із характерних проблем вітчизняної баскетбольної школи.

Для організації позиційного нападу доцільніше використовувати один із варіантів безперервного нападу, який привчає спортсменів до постійного руху, пошуку вільних зон для атаки та створення оперативних умов партнерам по команді під час проходу або кидка (flex, princeton, dribble drive тощо). Важливим є розуміння принципів руху по м'ячу та переміщень партнерів по команді, створення необхідного простору (spacing) та своєчасність ігрових дій (timing). Вже починаючи з рівня кадетських збірних, баскетболісти повинні

¹² Очки, які переважно набирають без активного організованого спротиву команди суперника. Найчастіше здобувають під час швидкого прориву та перехоплень м'яча.

вміти виконувати різні варіанти заслонів без м'яча (off ball screen) та розуміти час і місце їх найбільш доцільного застосування в різних ігрових епізодах (рис. 6.3).

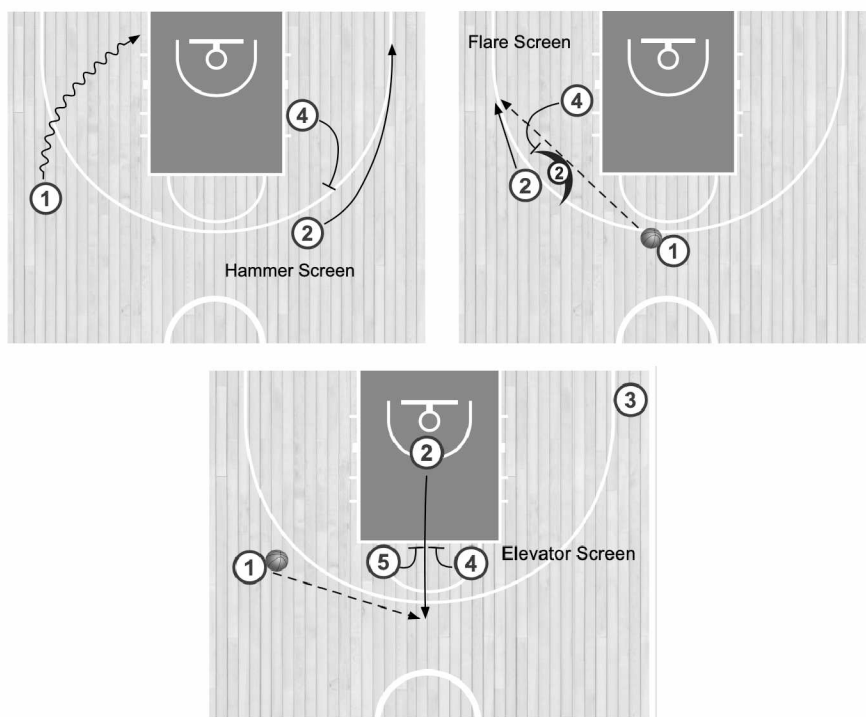


Рис. 6.3. Використання заслонів без м'яча для виходу баскетболістів на вигідну позицію для продовження атаки

Ці базові тактичні рухи є первинними ланками на шляху майбутньої побудови більш складних командних взаємодій під час позиційного нападу у дорослому баскетболі (set offence). В юнацькому віці потрібно концентрувати увагу на їх якісному виконанні та намагатися одразу ж усунути можливі недоліки (положення ніг і тулуба, кут постановки заслону, порядок рухів гравця, який здійснює заслон, рухи баскетболіста, якому ставиться заслон та ін.).

У більш старшому віці (U 16) значна увага фахівців повинна бути сконцентрована довкола вивчення ключової взаємодії у сучасному баскетболі – «PNR». У деяких країнах світу навчання цьому елементу гри розпочинається в більш ранньому віці (12–13 років і раніше). У практиці вітчизняного баскетболу даний варіант організації нападу заборонено офіційно до 15–16-річного віку з

метою підвищення значущості розвитку індивідуальних дій гравців у захисті та нападі. Під заборону також потрапив і зонний командний захист, який використовували тренери дитячих команд для досягнення переваги над суперником. Тобто таким чином фахівці намагаються штучним шляхом змусити тренерів та гравців використовувати ті дії, які переважно впливають на розвиток індивідуальної майстерності баскетболістів під час ведення прямого протистояння із власним захисником. Якісне використання взаємодії гравців під час застосування «PNR» фактично одразу ж дозволяє позбутися опіки суперника та отримати оперативний простір для продовження атаквальних дій команди (гравець з м'ячем).

Однак вже на перших міжнародних змаганнях (U 16) жодних обмежень щодо використання тактичних схем гри не існує. Команда, яка не вміє використовувати «PNR» та ефективно захищатися проти нього, ризикує зіштовхнутися з великою кількістю складних для себе ситуацій на майданчику та поступитися у грі більш організованому та тактично підготовленому опоненту.

Специфіка змагальної діяльності кадетських національних збірних команд дозволяє обирати найбільш доцільні шляхи для організації атаквальних та захисних дій. Спортсмени в цьому віці ще не мають стабільного та ефективного дальнього кидка, тому серед перших варіантів захисту проти «PNR» можуть бути обрані менш агресивні та складні переміщення (switch, under та ін.)

Відсоток влучань з дальніх дистанцій для баскетболістів кадетських збірних команд (U 16) знаходиться в діапазоні 20–25 %. Лише кожний 4-5-й дальній кидок досягає мети. Під час використання захисту на «PNR» «switch» або «under» загроза дальнього кидка не є такою значною, як у дорослому баскетболі, де з метою захисту використовують більш складні варіанти взаємодій («step out», «trap» тощо). Саме тому ці варіанти захисту на «PNR» повинні бути передусім розглянуті для баскетболістів кадетських національних збірних команд (рис. 6.4).

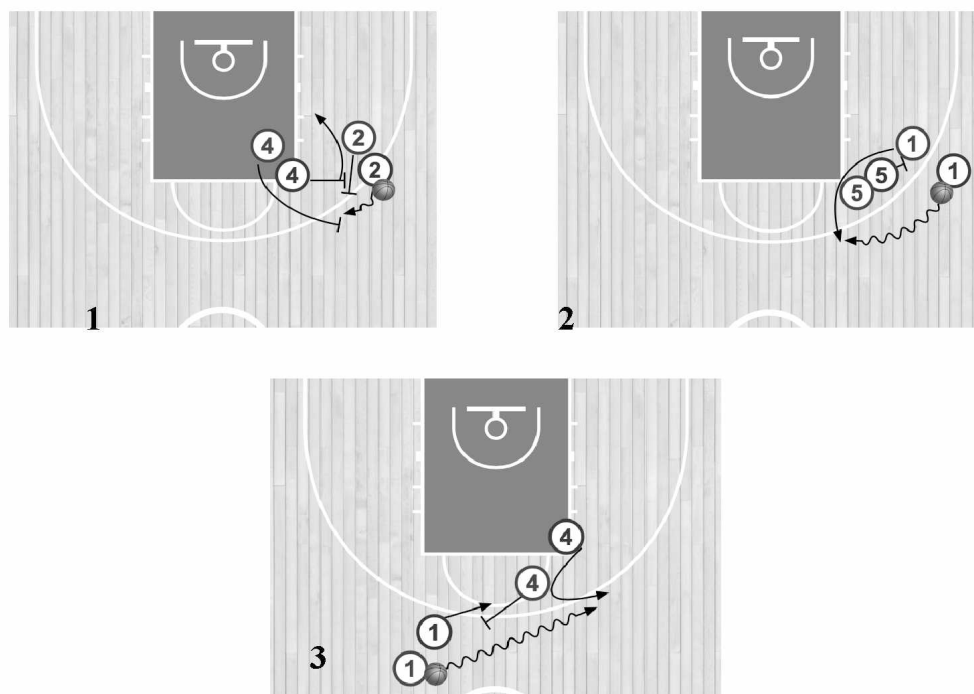


Рис. 6.4. Варіанти організації захисту баскетболістами юнацьких збірних під час використання суперником «PNR»: 1 – «trap»; 2 – «under»; 3 – «switch»

Баскетболісти юнацьких збірних команд (U 18) повинні володіти повним арсеналом тактичних засобів протидії противнику на «PNR» та під час застосування інших варіантів групових та командних взаємодій.

Однією із важливих умов ефективного ведення змагальної діяльності баскетболістів є вміння діяти в умовах постійного тиску з боку суперника. Агресивного варіанту ведення змагальної діяльності сьогодні дотримуються у більшості провідних баскетбольних країн світу. Для вітчизняних баскетболістів, які в умовах внутрішнього чемпіонату звикли діяти в більш комфортних для себе умовах, такий тиск з боку суперника стає справжньою несподіванкою та одним із головних чинників невдалих виступів на турнірі.

Вже починаючи з рівня кадетських збірних потрібно привчати баскетболістів вміти діяти в умовах щільної опіки з боку суперника («атлетичний баскетбол»), протидіяти організованим формам зонного захисту та пресингу по всьому майданчику (full court press). Звичайно в даний період часу ще не всі перспективні баскетболісти є готовими до такого фізичного

спротиву. Баскетболісти прискореного біологічного розвитку мають значну перевагу над опонентами в цьому компоненті гри, тому завдяки їхнім діям більш талановиті, але більш «пізні діти», отримують можливість вести змагальну боротьбу в таких складних для команди змагальних умовах і розвивати свої можливості.

Пошук більш раціональних шляхів побудови тактичного рисунку гри команди на кадетських змаганнях та поетапне вирішення стратегічних завдань техніко-тактичної підготовки юнацьких національних збірних потрібно розглядати як взаємопов'язані, але різні завдання. Тимчасові переваги, які пов'язані із використанням низького відсотка влучань кадетами на перших змаганнях, практично повністю втрачаються в більш старших вікових категоріях. Стратегічна техніко-тактична підготовка баскетболістів, на наш погляд, повинна виходити на перший план, лише тимчасово поступаючись поточним завданням ігрової підготовки до конкретного турніру.

6.3. Планування фізичної підготовки в процесі багаторічного вдосконалення найближчого резерву національних збірних команд

Сучасний розвиток ігрових видів спорту характеризується постійною інтенсифікацією змагальної діяльності, яка обумовлена значним загостренням конкуренції на міжнародній спортивній арені та перманентною модернізацією правил змагань, спрямованих на збільшення кількості єдиноборств та динамічних відрізків у грі. Подібним шляхом сьогодні йдуть в багатьох командних іграх, адже підвищення видовищності гри приводить до зростання глядацької аудиторії і збільшення уваги з боку спонсорів, сприяє значній популяризації змагань у світі.

У таких умовах значно підвищується роль фізичної і функціональної підготовленості спортсменів. Все частіше доводиться спостерігати елементарну фізичну неготовність команди вести боротьбу на тих швидкостях і в тому темпі гри, який нав'язується більш підготовленим суперником. На рівні юнацьких збірних команд фактор фізичної підготовленості взагалі може стати

вирішальним для успішного виступу на міжнародному турнірі, особливо враховуючи недостатньо високий рівень техніко-тактичної майстерності молодих гравців та велику кількість здійснених ними помилок та втрат, які значно прискорюють гру.

Можливо саме тому значну увагу зарубіжні спеціалісти в процесі цілеспрямованої підготовки приділяють питанням фізичного вдосконалення молодих гравців. Агресивний стиль ведення змагальної діяльності та постійний пресинг суперника є ефективним лише за умови, якщо команда, яка нав'язує такий стиль гри, має кращу фізичну і функціональну підготовленість. Гравці повинні бути готовими діяти в таких умовах, і досягається такий результат протягом тривалого часу.

Якість навчально-тренувального процесу протягом тривалого періоду часу, його відповідність оптимальним, науково-обґрунтованим параметрам підготовки в рамках різних вікових меж, є найкращою передумовою для вирішення цієї проблеми.

Створення необхідних умов для повноцінної навчально-тренувальної і змагальної діяльності юних спортсменів, її відповідність віковим та кваліфікаційним особливостям забезпечують найкращі умови для поступового становлення вищої спортивної майстерності та збалансованого розвитку всіх сторін підготовленості гравця (фізичної, технічної, тактичної та ін.).

Раціональне використання засобів фізичної підготовки є обов'язковою умовою для підвищення рівня спортивної майстерності баскетболістів юнацьких вікових категорій. Не потрібно також забувати, що в цей період вікового розвитку відбувається активне зростання організму і неадекватні фізичні навантаження можуть спричинити прояв негативних явищ перетренованості та зупинки росту. Так, наприклад, дискусійним залишається питання щодо необхідності надмірних силових навантажень із використанням зовнішніх обтяжень для дітей юнацького віку, особливо в баскетболі та ін.

Засоби фізичної підготовки, які традиційно використовуються в навчально-тренувальному процесі в ігрових командних спортивних іграх, за

переважною специфікою їхнього впливу, можна умовно розподілити на декілька самостійних блоків (рис. 6.5).



Рис. 6.5. Напрями фізичної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд в процесі цілеспрямованої підготовки найближчого резерву збірних

Їх переважне застосування залежить від стадії ігрового сезону та необхідності пріоритетного вирішення конкретних завдань в рамках навчально-тренувального процесу збірних (Додаток I).

Використання широкого кола загальнопідготовчих вправ дозволяє закласти необхідний аеробний фундамент та підготувати опорно-руховий апарат спортсменів до виконання подальших спеціальних навантажень та інтенсивної змагальної діяльності. Значна кількість травм, які отримують гравці, у більшості випадків стає наслідком неякісної загальної та напівспеціальної підготовки спортсменів на підготовчому етапі.

Особливої значущості під час підготовки національних збірних команд до міжнародних змагань набуває спеціальна фізична підготовка. Деякі фахівці та

спортивні функціонери взагалі притримуються тієї точки зору, що під час етапу безпосередньої підготовки до змагань рівень готовності гравців, які прибули у розташування збірної, повинен надавати змогу вже з першого мікроциклу приступити до спеціальної підготовки.

Тобто базова загальнофізична підготовка під дистанційним контролем відповідної групи фахівці повинна здійснюватись індивідуально на місцях, а в розташування збірної гравець вже повинен прийти в необхідному функціональному стані, який дозволяє планувати відповідну роботу спеціального та інтегрального характеру. Важко не погодитися з цією точкою зору, особливо враховуючі специфіку командних ігор та загальний відведений час на централізовану підготовку збірних до міжнародних турнірів. Підвищувати рівень загальнофізичної підготовки збірної в короткострокові терміни безпосереднього етапу практично немає можливості.

Командні спортивні ігри мають інтервальний, перервний характер змагальної діяльності. Нетривалі та інтенсивні відрізки матчу постійно чергуються із паузами, що виникають в грі (порушення правил, аути, заміни, тайм-аути тощо). Причому тривалість цих відрізків гри та пауз між ними не має сталих характеристик. Більш тривалі відрізки змінюються набагато коротшими епізодами, така сама ситуація відбувається і з зупинками в грі. Організм спортсмена в таких умовах змагальної діяльності повинен бути готовим до швидкої мобілізації функціональних можливостей та їх миттєвого згортання і економізації під час зупинок.

У кожному із видів командних ігор тривалість цих ключових рухових параметрів має свої відмінності, які обумовлені специфікою змагальної діяльності. Так, у баскетболі найчастіше зустрічаються ігрові відрізки загальною тривалістю від 10 с до 1 хв (75–85 %). А от найбільша кількість зупинок у грі знаходиться в діапазоні від 10 до 40 с (майже 80 %).

Спостерігаються і більш тривалі відрізки до 2 хв і більше, хоча відсоток таких ігрових епізодів є досить незначним у відсотковому співвідношенні з більш короткими інтервалами.

Принципово важливо під час спеціальної фізичної підготовки моделювати ці режими реальної рухової діяльності за часом та інтенсивністю навантажень. Поєднання в даному випадку ключових параметрів інтенсивності роботи, її тривалості та чергування із модельними паузами відпочинку і будуть забезпечувати формування необхідного спеціального функціонального плацдарму для ефективної змагальної діяльності в умовах реальної гри.

Інтенсивність спеціальних фізичних навантажень повинна бути максимально наближеною до тих режимів, в яких працюють спортсмени під час гри. Важливо досягати тієї реакції організму, яка спостерігається в умовах справжнього матчу (рис. 6.6).

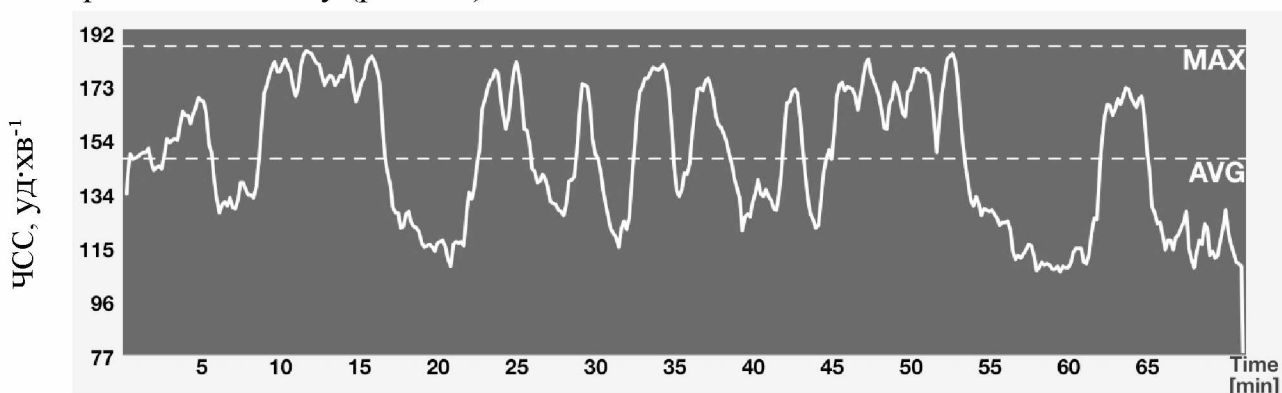


Рис. 6.6. Показники ЧСС баскетболіста кадетської національної збірної команди України з баскетболу (U 16) в умовах реальної змагальної діяльності

При цьому сама спеціальна підготовка в командних іграх, на наш погляд, також може бути розподілена на два відносно самостійні блоки, які тісно пов'язані із специфікою режимів рухової діяльності в умовах реального матчу.

Перший вид спеціальної фізичної підготовки моделює переважно інтервальні режими рухової діяльності баскетболістів (тривалість, паузи, та інтенсивність), і найчастіше виконується без фізичного контакту з боку суперника та будь-яких тактичних взаємодій із партнерами по команді. Найбільш доцільно застосовувати цей вид інтервальної роботи на перших стадіях спеціальної підготовки команди. При цьому слід намагатися варіювати тривалістю різних підходів, змінюючи період виконання та паузи відпочинку між ними. Використання однакових за умовами виконання режимів

спеціальних вправ знижує ефективність формування рухливості й реактивності систем організму та може привести до певної адаптації та звикання.

Однак найбільшу цінність з точки зору формування спеціальних функціональних можливостей представляють собою вправи, які одночасно моделюють специфічні режими рухової діяльності в конкретному виді спортивних ігор із додатковим відпрацюванням обраних тактичних схем організації атакуювальних та захисних дій команди.

Спеціальні режими інтегральної фізичної діяльності мають відрізнятися не тільки за тривалістю серії та пауз між ними, а й за переважним змістом тактичних взаємодій під час їх виконання (табл. 6.3). Агресивний пресинг, який моделюється баскетбольною командою в захисті, як правило, в умовах реальної гри поєднується із частими, нетривалими зупинками і дуже високою інтенсивністю рухів в активній фазі змагальних дій. У деяких випадках доцільно навіть пропускати тактичні помилки, здійснені гравцями, не зупиняти одразу ж вправу задля їх миттєвого виправлення. Це дозволить вирішити першочергове завдання збереження важливих інтервалів запланованої рухової діяльності.

Організація позиційного нападу, швидкий перехід від захисту до нападу і навпаки (transition offence, defense) потребують більш довгих фаз активних дій із тривалішими паузами відпочинку в таких серіях. Тобто моделювання рухових режимів спеціальної інтервальної роботи повинно максимально наближатися до умов ведення змагальної діяльності в захисті та нападі, а тривалість самих інтервальних відрізків і пауз між ними повинна постійно варіювати, навіть в рамках і тих серій, які спрямовані на переважний розвиток одного і того самого компонента спеціальної підготовленості.

Варіанти побудови ігрових варіацій, спрямованих на моделювання структурних елементів змагальної діяльності та переважний розвиток спеціальної фізичної підготовленості баскетболістів

Тип моделі	Тривалість виконання, с	Паузи відпочинку, с	Кількість сетів	Форма побудови ігрових взаємодій (можливі варіанти)	Інтенсивність виконання, %	ЧСС, уд·хв ⁻¹	
						Наприкінці вправи	Наприкінці паузи відпочинку
Модель ігрової варіації типу A (переважний розвиток спеціальної швидкості)	35 – 40 с	10 – 25 с	8 – 12	Активний зонний та персональний пресинг, спрямований на агресивні дії проти гравця з м'ячем та швидке перехоплення	90 – 100 %	170 – 180	150 – 160
Модель ігрової варіації типу B (переважний розвиток спеціальної витривалості)	100 – 120 с	40 – 80 с	6 – 12	Моделювання швидкого переходу із захисту у напад і навпаки (transition)	85 – 90 %	180 – 190	130 – 140
Модель ігрової варіації типу C (комбінаторний розвиток спеціальної ігрової швидкості та витривалості)	35 – 120 с	10 – 60 с	8 – 12	Чергування активних короткотривалих відрізків гри із більш тривалими формами ігрових варіацій (zone press, transition, fast break та ін.)	85 – 95 %	175 – 185	140 – 150

У процесі такої спеціальної підготовки гравці звикають вирішувати необхідні тактичні завдання в умовах, максимально наближених за своєю руховою структурою до змагальних, а в деяких випадках доцільно створювати модельні умови, що перевищують реальні ігрові. Такий крок дозволить сформувати своєрідний функціональний надлишок, якій може забезпечити необхідну перевагу над суперником.

Під час підготовки національних збірних команд цей вид спеціальної фізичної підготовки має посідати особливе місце. Особливо враховуючи існуючий дефіцит часу та необхідність одночасного вдосконалення тактичної і фізичної підготовленості та потреби виведення команди на необхідний рівень «спортивної форми» в досить стислі терміни.

6.4. Структура, зміст та ключові завдання підготовки юнацьких національних збірних команд під час організації короткострокових етапних тренувальних циклів

Організаційно-правові перешкоди, які виникають на шляху концентрації найкращих спортсменів в рамках своїх вікових категорій в єдиних центрах підготовки, змушують фахівців вести активний пошук альтернативних шляхів для забезпечення системності та послідовності багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних.

Одним із найбільш поширених варіантів такої підготовки є проведення короткострокових етапних зборів протягом навчального року. Середня тривалість короткострокових тренувальних циклів для гравців збірних команд зазвичай не перевищує 7–10 днів.

Потрібно відзначити, що такий формат короткострокової підготовки для командних ігор не є новим. Саме в подібні стислі терміни зазвичай готуються національні збірні команди країни для участі у відбіркових кваліфікаційних матчах. Хоча зміст та принципи побудови цих структурних утворень для висококласних спортсменів буде дещо відрізнятися від аналогічного формату проведення етапних зборів юнацьких збірних. Для проведення підготовки

збірних протягом ігрового сезону міжнародні спортивні федерації спеціально призупиняють національні та міжнародні клубні змагання («вікна збірних»).

Цілком ймовірно, що даний короткостроковий тренувальний цикл доцільно взагалі виділяти як самостійне структурне утворення періодизації підготовки в командних іграх. За тривалістю він відповідає рівню мікроструктури тренувального процесу, однак зміст та умови проведення подібної епізодичної підготовки не дозволяють його повністю віднести до одного із відомих сьогодні класичних мікроциклів. Адже такий тренувальний цикл не має прямого зв'язку із попередніми та наступними тренувальними циклами, що плануються під час підготовки спортсменів протягом ігрового клубного сезону. Структура та зміст традиційних змагальних мікроциклів клубної команди при цьому може істотно відрізнятись від такої епізодичної підготовки.

Найчастіше спортсмени прибувають у розташування збірної в стані оптимальної спортивної форми, адже проводяться такі збори посередині ігрового клубного сезону, і головне завдання тренерського штабу, в переважній більшості випадків, полягає в тому, щоб не навантажити, а навпаки, якісно відновити гравців після клубного чемпіонату, обрати оптимальний варіант протидії майбутнім суперникам, відточити ігрове порозуміння між гравцями збірної, які тривалий час не виступали разом, та емоційно налаштувати їх на серію відповідальних ігор.

Існуючі особливості змагальної діяльності спортсменів високого класу в спортивних іграх, на наш погляд, потребують окремої уваги з боку фахівців та проведення подальших досліджень, пов'язаних із особливостями побудови різних структурних утворень тренувального процесу, особливо в рамках змагального періоду підготовки.

На відміну від досвідчених дорослих спортсменів, гравці юнацьких команд не завжди потрапляють в розташування збірної в оптимальному стані готовності. Це пов'язано, по-перше з тим, що під час організації таких зборів свідомо потрібно залучати не найбільш підготовлених на даний період, а

найбільш стратегічно перспективних дітей, для яких етапні тренування і змагання повинні розглядатися як навчально-виховне середовище. По-друге, значним чином можуть відрізнятись й умови підготовки та графік змагальної діяльності дітей у власних клубах. Юні спортсмени, які мають повноцінні умови для регулярних тренувань та отримують велику кількість ігрового часу на майданчику під час участі у внутрішніх змаганнях, прибувають у збірну в набагато кращому фізичному та психоемоційному стані.

У зв'язку з цим, одним із перших кроків під час організації етапних зборів повинно стати тестування рівня підготовленості кандидатів та їх медичний огляд. Результати цих досліджень та їх порівняння із попередніми даними дозволяють аналізувати динаміку важливих фізіологічних змін та характер вдосконалення ключових сторін підготовленості, які визначають стратегічну ігрову перспективність кожного гравця. Опосередковано ці результати також можуть свідчати про якість роботи зі спортсменами на місцях та виконання ними індивідуальних завдань (мають надаватися кожному спортсмену окремо, виходячи із необхідності пріоритетного розвитку сильних та слабких сторін у структурі підготовленості).

Такий підхід дозволяє забезпечити закріплення навчального матеріалу попереднього збору і підготувати умови для проведення наступного етапу підготовки. Перерва між такими етапними зборами не повинна перевищувати 2–3 міс., протягом яких тренерський штаб збірної має підтримувати зі спортсменами та їхніми тренерами на місцях постійний контакт та забезпечувати перманентний контроль за виконанням планів підготовки та якості умов навчально-тренувальної діяльності в клубах.

Більша тривалість періоду між зборами може негативно вплинути на якість реалізації довгострокових програм техніко-тактичної і фізичної підготовки та призвести до того, що тренерам збірної необхідно буде знову повертатися до пройденого на попередніх етапах матеріалу та витратити дорогоцінний час. Величезне значення має професійна відповідальність та рівень педагогічної майстерності тренерів клубних команд, які мають

створювати в навчально-тренувальному процесі власної команди тактичні ігрові варіації, рекомендовані тренерським штабом збірної для ефективного вдосконалення майстерності кандидатів в збірну.

Проблема в даному випадку може полягати в тому, що концепція підготовки власних вихованців тренером клубної команди може суттєво відрізнятися від тих підходів, що культивуються фахівцями національних збірних, і немає жодних організаційно-правових та моральних підстав, які б змусили тренера клубної команди змінити зміст тренувального процесу команди і адаптувати його до вимог переважного розвитку кандидата в збірну.

Набагато легше в подібному дистанційному форматі впливати на фізичну і функціональну підготовку молодих спортсменів. Така підготовка може здійснюватись відокремлено від основної групи та не потребує спеціально організованих командних чи групових взаємодій (тренажерний зал, послуги фітнес-фахівців тощо). Потрібно відмітити, що в даному випадку йдеться переважно про розвиток загальних і допоміжних фізичних здібностей. Розвиток спеціального компонента фізичної підготовленості потребує зовсім інших умов сумісної рухової діяльності партнерів по команді, і досягти цього ефекту індивідуально практично неможливо. Додаткові заняття за розробленою індивідуальною програмою дозволяють створити умови для вдосконалення важливих фізичних якостей (силові та швидко-силові здібності, баланс, загальна витривалість та ін.) і сприятимуть кращому стану готовності гравця на період початку чергових етапних зборів національної збірної.

За наявності достатньої кількості тренувальних днів для організації етапних зборів, доцільним є планування в структурі підготовки трьох окремих блоків: 1) втягуючо-відновлювального; 2) навантажувального; 3) відновлювально-підвідного (рис. 6.7). Загальна тривалість кожного блоку при цьому не перевищує трьох-чотирьох днів і звичайно досягти суттєвих тренувальних зрушень в такі стислі терміни навряд чи можливо.

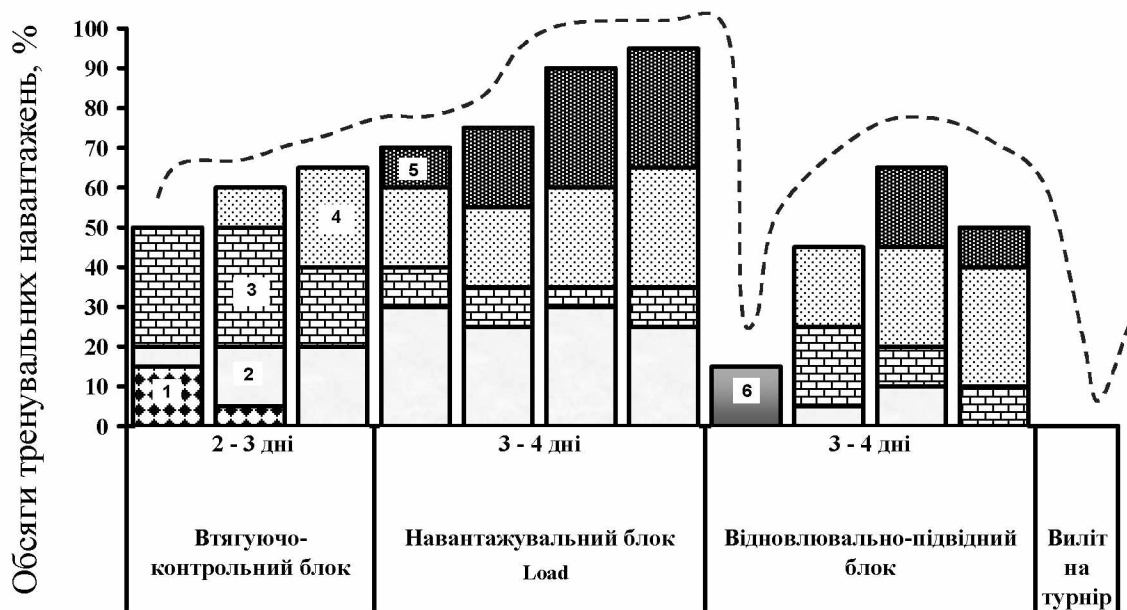


Рис. 6.7. Варіант побудови етапного циклу підготовки юнацьких збірних команд протягом року (8–12 днів):

1 – загальна фізична підготовка; 2 – спеціальна фізична підготовка; 3 – технічна підготовка; 4 – спеціальна фізична підготовка; 5 – інтегральна підготовка; 6 – активне відновлення

Подібна структуризація тренувального циклу потрібна скоріше для логістичного вирішення чергових етапних завдань централізованої багаторічної програми та підготовки організму спортсменів до участі в запланованих міжнародних змаганнях підготовчо-контрольного характеру. Не варто забувати що для переважної більшості вихованців кількість занять у цьому віці у власних клубах не перевищує 5–6 разів на тиждень. Дворазові заняття на день, які проводяться під час етапних зборів, самі по собі вже є досить серйозним стресовим фактором для багатьох з них.

Першу частину тренувального циклу (втягуюче-контрольний блок) доцільніше переважно витратити на технічну підготовку спортсменів та, за необхідності, на перевірку якості засвоєного раніше матеріалу стандартизованих програм. В умовах жорсткого дефіциту не має можливості витратити більше часу на пройдений раніше матеріал.

Другий блок є стрижневим для кожного короткострокового етапу підготовки і характеризується одночасним збільшенням фізичних навантажень та відпрацюванням нових тактичних групових та командних взаємодій. Така форма побудови етапу певною мірою моделює процес підготовки кваліфікованих команд та забезпечує умови для прояву відставленого тренувального ефекту через 5–6 днів, коли планується участь команди в серії міжнародних ігор.

В рамках цієї підготовки тренерський штаб збірної моделює різні варіанти гри в захисті та нападі, що будуть апробовані в умовах реальної змагальної діяльності у міжнародних матчах. Не потрібно намагатися давати велику кількість тактичного матеріалу, який важко засвоїти, та реалізувати у майбутніх іграх. Тактичні схеми та ігрові напрацювання, які використовують під час підготовки гравців кадетських збірних на етапних зборах, повинні повністю відповідати алгоритму реалізації уніфікованої програми техніко-тактичної підготовки для спортсменів певної вікової категорії збірної.

Однією із суттєвих проблем є хаотичність надання техніко-тактичного матеріалу гравцям юнацьких збірних на етапних зборах, його непослідовність та відірваність від рекомендованих стандартів централізованої підготовки. У деяких випадках складається враження, що тренери збірної приймають рішення щодо того, який програмний матеріал використовувати на зборах, у процесі самих зборів, без жодного систематизованого плану та послідовності його використання на різних етапах вікового розвитку спортсменів.

Для уникнення подібних ситуацій тренерський штаб збірної повинен мати чіткі настанови та схематичне зображення тих тактичних схем, які необхідно засвоїти на даному етапі підготовки збірних. У практиці зарубіжних професійних команд вже досить тривалий період часу значною популярністю користується спеціальна організаційна документація (у паперовому або електронному вигляді) «Playbook», в якій позначено всі основні правила і принципи роботи команди, схематично та детально зображено групові та командні тактичні взаємодії спортсменів на майданчику. Такі планові

настанови (Playbook) на кожен тренувальний збір повинні мати як тренери, так і спортсмени.

Звичайно, не можна повністю ототожнювати цей підхід із тим, що використовується для кваліфікованих спортсменів, адже головне завдання під час підготовки юнацьких команд полягає в тому, щоб забезпечити необхідні функціональні умови для реалізації поставлених проміжних завдань у процесі змагальної діяльності. Підсумковий результат виступів на турнірі в даному випадку не має такого ключового значення, на відміну від дорослих спортсменів. Основну увагу необхідно концентрувати на якості виконання конкретних тактичних завдань на даному етапі довгострокової підготовки збірних.

Необхідність подібного істотного зниження навантажень у третьому блоці етапу (відновлювально-підвідний) пов'язана із елементарним намаганням не перенавантажити юних спортсменів та створити сприятливі емоційні умови для виступів у майбутніх змаганнях. Доцільно планувати участь команди в серії із 4–5 матчів. Відсутність розвантажувального блоку наприкінці збору із подальшою участю у таких щільних змаганнях навряд чи може створити сприятливі умови для гармонійного та ефективного вдосконалення можливостей молодих спортсменів.

Досить шкідливою можна вважати тенденцію, яка полягає у нехтуванні проміжними завданнями виступів у товариських міжнародних змаганнях і орієнтацією на досягнення позитивного підсумкового результату в цих підготовчих матчах. Такий хибний підхід призводить до того, що переважну більшість часу на майданчику проводять саме найбільш підготовлені члени збірної. Першочергове завдання цих змагань – здобути важливий міжнародний змагальний досвід усіма потенційними спортсменами команди та відпрацювати заплановані, на даному етапі зборів тактичні схеми гри у нападі та захисті в умовах реального матчу.

6.5. Методичні аспекти планування змагальної діяльності в процесі цілеспрямованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд

В ігрових видах спорту раціональне планування змагальної діяльності відіграє ключову роль для підвищення рівня спортивної майстерності як окремих гравців, так і команди в цілому. Якісна ігрова практика є необхідною умовою для виходу команди на рівень оптимальної готовності до демонстрації високих спортивних результатів на головних міжнародних змаганнях. Особливої актуальності ця проблема набуває під час підготовки національних збірних команд у той період річного циклу, коли гравці не виступають у матчах на клубному рівні і не мають відповідних ігрових кондицій та фізичної форми, характерних для активної стадії клубного сезону. Жодні тренувальні засоби не можуть зрівнятися за своєю значущістю із ігровим досвідом, який здобувається в протистоянні із більш підготовленим та майстерним суперником.

Наявна сьогодні в практиці спортивних єдиноборств (бокс, боротьба тощо) та спортивних ігор думка про те, що спортсмен підвищує свій рівень професійної майстерності не від тренувань, а від якісних змагань, близька до істини. Більш підготовлений суперник під час очного протистояння змушує адаптуватися до нового рівня можливостей, виявляє всі існуючі недоліки та слабкі місця під час прямого ігрового контакту, які досить часто можуть не проявлятися в звичних умовах тренувальної діяльності, або під час протистояння з більш слабким суперником. Подібний ігровий досвід, на думку фахівців, у декілька разів перевищує за своєю значущістю та ефективністю рутинну тренувальну діяльність і забезпечує більш стрімке зростання можливостей спортивного колективу та його окремих гравців. Навіть зустрічі, програні більш сильному супернику, дозволяють команді зробити крок уперед у напрямку підвищення рівня майстерності та прогресу.

У даному випадку ми можемо спостерігати класичний приклад використання змагань як засобу, а не головної мети спортивної підготовки. Для спортсменів юнацьких збірних команд всі змагання протягом централізованої

підготовки повинні розглядатися виключно у якості саме засобу підготовки. Навіть і ті міжнародні змагання, в яких необхідно продемонструвати проміжний високий результат (чемпіонати Європи та світу) задля збереження місця у елітному дивізіоні, потрібно розглядати лише як передумови для здобуття більш цінного досвіду міжнародних протистоянь і підготовки спортсменів у національну збірну.

Надзвичайно важливим є планування саме міжнародних змагань для гравців юнацьких збірних. Важливо організувати ігри із представниками різних країн та «спортивних шкіл». У таких зустрічах молоді гравці отримують досвід протистояння різним стилям та варіантам гри у захисті та нападі, звикають вести боротьбу з будь-яким суперником, не зважати на додаткові стресові умови міжнародних протистоянь та більш високу відповідальність. Здобуття переможного результату в таких матчах, особливо в протистоянні із сильним опонентом, формує необхідну впевненість у власних силах та готовність перемагати будь-якого суперника.

Найбільшу цінність для підготовки можуть мати товариські зустрічі з національними збірними командами інших країн світу, які здійснюють протягом року аналогічну централізовану підготовку. Однак на практиці реалізувати цей підхід буває досить складно через різні терміни підготовки команд та пріоритетні ігрові запити конкретної збірної. Найсильніші збірні команди світу віддають перевагу лише сильному опоненту та часто не проявляють зацікавленості у товариському протистоянні з слабшими командами. Це явище у змагальній діяльності в командних іграх більш детально буде розглянуто далі.

Як вже раніше згадувалось, найсильніші юнацькі збірні команди світу ведуть досить жорстку конкуренцію за потрапляння у вищий дивізіон континентальних змагань з баскетболу. Обумовлено це переважним впливом двох факторів – престижністю результату для країни та бажанням забезпечити кращі умови змагальної діяльності для майбутніх поколінь збірних. Інколи це прагнення є настільки сильним, що тренерські штаби збірних свідомо

використовують у таких турнірах більш біологічно зрілих гравців, розуміючи, що вже на наступному етапі вони практично не мають шансів залишитися в системі підготовки національних команд.

Забезпечення гравців юнацьких національних збірних якісною ігровою практикою є одним із найважливіших завдань централізованої багаторічної підготовки. Особливо це стосується тих випадків, коли юнацькі збірні мають змогу брати участь лише у короткострокових тренувальних зборах протягом року.

При цьому кількість змагань для гравців різних вікових категорій збірних повинна мати тенденцію до поступового зростання. Такий варіант можна вважати одним із найоптимальніших, адже разом зі збільшенням віку спортсменів, вдосконаленням їх функціональних можливостей та рівня спортивної майстерності, повинні зростати і змагальні навантаження. Однак, як показує практика, гравцям молодіжних кадетських збірних набагато легше організувати гідні міжнародні зустрічі та спільні тренування, ніж спортсменам старших вікових категорій. Пов'язане це з тим, що гравці більш старших юнацьких збірних вже потрапляють у поле зору професійних команд і беруть участь протягом ігрового сезону в навчально-тренувальному процесі основної команди, або її молодіжному складі.

Важливою є не стільки кількість ігор, скільки їх якість. Ігри з більш слабким суперником практично не несуть жодної користі команді, а в переважній більшості випадків можуть ще й негативно позначатися на рівні її підготовленості, і навпаки, серія протистоянь із сильним суперником дозволяє здійснити значний ігровий ривок та підійти до майбутніх ігор в кращому змагальному тонусі.

Вочевидь, більшою мірою цей феномен проявляється під час змагальної діяльності в спортивних єдиноборствах та командних видах спорту, де є прямий контакт між суперниками, а дії та поведінка спортсмена повністю залежать від сили протидіючої сторони в матчі.

Під час зустрічі різних за своїм класом суперників спостерігається цікаве явище, пов'язане з тим, що слабший суперник підвищує свої ігрові можливості за рахунок необхідності пристосування до більш високих вимог опонента, а сильний суперник, навпаки, починає поступово деградувати та наближуватись до рівня протилежної сторони. Тобто більш майстерний суперник виступає в даному випадку у ролі своєрідного «тренажера» для підвищення майстерності іншої сторони (виконує підготовчу, розвивальну функцію). Після таких протистоянь слабша команда зазвичай демонструє більш якісну гру на своєму рівні, а сильна команда вже не може успішно виступати у власній лізі через деадаптацію та пристосування до більш слабого суперника.

Пристосувальні реакції організму в даному випадку здійснюються через існуючі вимоги та рівень спротиву суперника. Більш низька швидкість переміщень та якість ігрових дій слабшої сторони не потребують збереження всього арсеналу можливостей більш майстерного суперника, який був здобутий у матчах проти таких же сильних опонентів. Йдучи шляхом економізації організм поступово втрачає набуті пристосувальні реакції і використовує лише той арсенал дій, якого цілком достатньо для того, щоб здобути необхідний результат у нових, більш комфортних для себе умовах функціонування.

Це явище змагальної діяльності під час підготовки в ігрових командних видах спорту, на наш погляд, потребує більшої уваги з боку фахівців. Розумне використання підготовчо-контрольних ігор з більш сильними суперниками напередодні участі у відповідальних змаганнях дозволяє забезпечити певний ігровий прогрес та тимчасово випередити майбутніх опонентів за якістю гри під час очного протистояння на офіційних міжнародних змаганнях.

Тимчасові переваги цього стану обумовлені його динамічною природою. Відсутність у майбутньому якісної ігрової практики призведе до втрати набутих адаптаційних переваг. Ось чому так намагаються втриматися у вищих дивізіонах юнацьких першостей найсильніші збірні команди світу, і чому вони не бажають зустрічатися із слабшими суперниками під час своєї підготовки (у тому числі й з вітчизняними командами). Ніхто не бажає виступати у якості

своєрідного «тренажеру» для підготовки слабшої команди, особливо коли це супроводжується деградацією та декласування власних гравців.

Ця проблема потребує окремого розгляду та систематизації. У контексті даної роботи феномен нерівноцінного змагального протистояння ми розглядаємо виключно з точки зору необхідності раціонального планування ігрової практики для спортсменів юнацьких збірних з метою підвищення рівня їх спортивної майстерності, вдалих виступів на офіційних міжнародних змаганнях та планомірної підготовки у спорт вищих досягнень.

Попередній аналіз прояву цього явища для ігрових видів спорту дозволяє виділити як мінімум три ключових напрями, в рамках яких можуть бути здобуті суттєві переваги для процесу підготовки (рис. 6.8). Потребує уточнення і сама назва цього феномена. За своїм ефектом він нагадує своєрідне «ігрове донорство», під час якого більш сильна сторона («спортивний донор») віддає (свідомо або несвідомо) частину своїх ігрових можливостей та здібностей слабшій стороні («реципієнту») та тимчасово втрачає власний потенціал.

Можливо, термін «ігрове донорство» і не є зовсім коректним для характеристики цього специфічного явища. На даному етапі більш важливим, на наш погляд, є розуміння потенційних можливостей використання цього феномена для пошуку шляхів оптимізації підготовки спортсменів в ігрових видах спорту.

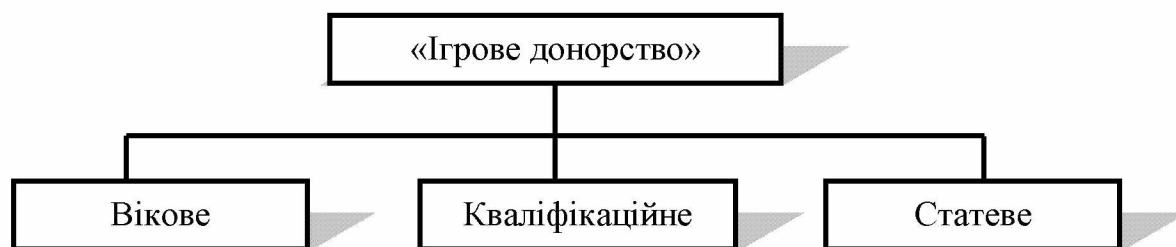


Рис. 6.8. Основні види «ігрового донорства» в командних спортивних іграх

Одним із найбільш поширених напрямів свідомого або несвідомого використання своєрідного «ігрового донорства» є залучення більш старших

дітей для створення конкурентного середовища молодшим і стратегічно перспективним дітям.

До складу команди можуть входити діти різного віку. Для більш старших дітей навчально-тренувальні заняття з молодшими вихованцями не можуть створити відповідні стимулюючі умови для ефективного розвитку, а для молодших дітей, навпаки, наявність подібних старших спортсменів, забезпечує всі необхідні умови для ефективного зростання та вдосконалення. У результаті такої сумісної підготовки молодші гравці наздоганяють у своєму розвитку старших, які фактично стають неконкурентоздатними в рамках своєї вікової категорії.

У даному випадку спостерігається яскравий приклад класичного вікового «ігрового донорства», де старші гравці фактично тренують молодших і у подальшому вимушені поступитися місцем у складі юнацької команди більш підготовленим та розвинутим дітям, які мали змогу тренуватися у відповідних стимулюючих умовах. Питання залишається в тому, чи свідомими є ці кроки з боку тренерського штабу, які можуть мати певні педагогічні та комерційні інтереси розвитку окремих спортсменів, використовуючи при цьому всіх інших для створення необхідного середовища власним фаворитам.

Звичайно, в деяких випадках більш старші спортсмени можуть навіть отримати користь від таких полегшених умов тренувань з молодшими групами, здобути психологічну впевненість у власних силах. У протистоянні з слабшими опонентами з'являється можливість для вільного виконання різних технічних елементів тощо. Однак надовго залишатися в таких умовах більш старшому та розвинутому спортсмену не можна, це неминуче призведе до подальшої деградації та неможливості конкурувати із власними однолітками, які готуються в зовсім інших конкурентних умовах.

У зарубіжній практиці останнім часом частіше доводиться чути про необхідність планомірного управління індивідуальною спортивною кар'єрою спортсмена в командних іграх (individual development management), де команду розглядають виключно як необхідне середовище для розвитку можливостей

конкретного спортсмена. Перебування гравця в команді при такому підході визначається суто приватними інтересами, які засновані на можливості створення необхідних стимулюючих умов розвитку спортсмена.

Цікавий досвід у сучасних спортивних іграх можна знайти під час використання явища «ігрового донорства» для підготовки жіночих команд. Жіночі національні збірні команди залучають до навчально-тренувального процесу чоловіків, таким чином моделюючи більш складні для себе умови змагальної боротьби. Такий підхід під час підготовки власної національної збірної команди до Олімпійських ігор 2020 р. використовували японські баскетболістки. Постійно практикують подібну специфічну підготовку і провідні жіночі клубні команди Туреччини.

Основне очікування від таких протистоянь полягає у необхідності адаптуватися до більш високої інтенсивності рухової діяльності та швидкості прийняття ігрових рішень, які постійно нав'язують чоловіки під час ігрових єдиноборств. Жінки, які в результаті таких спільних тренувань та ігор починають «встигати» за чоловіками, більше будуть «встигати» за суперницями-жінками на міжнародних змаганнях, де за допомогою подібного методичного прийому може бути отримана вирішальна перевага. Для чоловіків такі штучні протистояння не несуть жодної ігрової користі та призводять до деадаптації.

З точки зору підготовки юнацьких збірних команд найбільшу цікавість представляє кваліфікаційне «ігрове донорство». Пошук як мінімум рівних за своєю майстерністю команд та збірних є обов'язковою умовою для підготовки команд, особливо напередодні участі у відповідальних міжнародних турнірах.

Як показує практика, найважчими для вітчизняних спортсменів з точки зору перенесення ігрових навантажень та можливості адекватного реагування на нав'язаний суперником ігровий ритм є перші ігри турніру. Після чого відбувається пристосування до більш складних умов та значне підвищення якості гри і здобуття переможних результатів.

Найбільш бурхлива реакція за показниками ЧСС спостерігається під час першої та другої зустрічі на турнірі, після чого відбувається певна адаптація та з'являється можливість вести на рівних боротьбу на інших швидкостях. Звичайно, подібна реакція організму в перших зустрічах, яку неодноразово ми спостерігали у наших дослідженнях під час участі юнацьких чоловічих та жіночих команд у міжнародних змаганнях, могла бути обумовлена і дією емоційних факторів (хвилювання, відповідальність тощо). Однак, набагато більше, на наш погляд, на подібну реакцію впливали складніші умови ведення змагальної діяльності. Гравці виявлялися не готовими рухатись на таких швидкостях та при такому агресивному спротиві з боку суперника. Вже починаючи з 3-ї – 4-ї гри відбувалась адаптація до нових складних умов та до ефективного ведення подальшої змагальної боротьби (рис. 6.9).

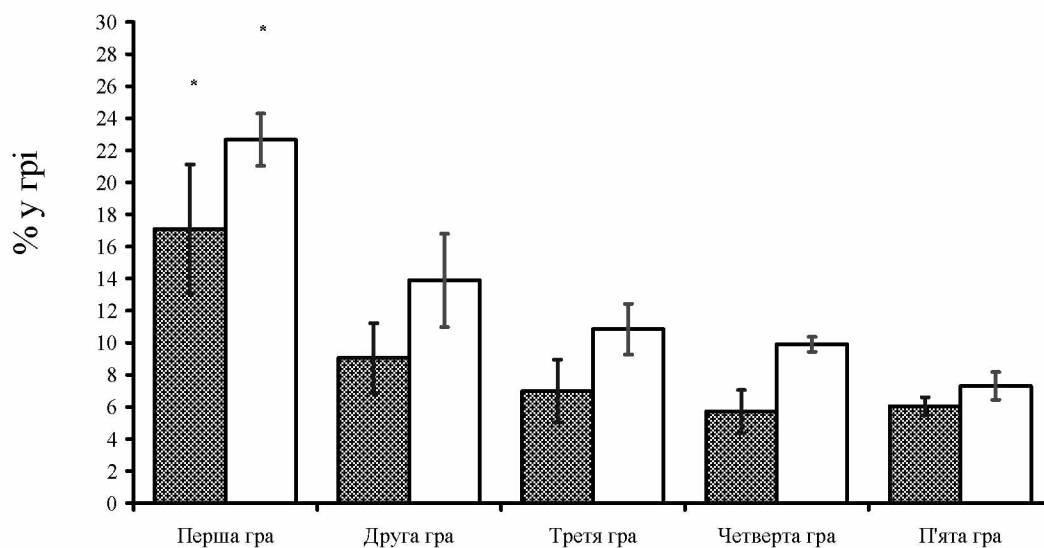


Рис. 6.9. Сумарний час перебування гравців юнацьких збірних у максимальній зоні навантаження (90–100 % ЧСС_{max}) протягом участі в міжнародних турнірах (від 1-ї до 5-ї гри):

▨ Хлопці □ Дівчата

Проблема в даному випадку полягає в тому, що програні перші 2–3 гри, практично повністю позбавляють шансів збірну на ведення подальшої боротьби за нагороди турніру та потрапляння у вищий дивізіон, а здобуті перемоги в

останніх матчах, подекуди і над більш сильним суперником, не несуть важливої турнірної значущості. В таких випадках можна стверджувати про здійснення суттєвих методичних помилок під час планування змагальної діяльності команди та вибору спаринг-партнерів на заключних етапах підготовки команди до турніру.

Останні ігри заключних мікроциклів етапу безпосередньої підготовки до відповідальних змагань необхідно проводити із набагато сильнішим суперником, що дозволить завчасно адаптувати гравців збірної до більш високих швидкостей майбутніх протистоянь та створити певну ігрову перевагу над тими суперниками, які не мали такої якісної ігрової практики. Звичайно, реалізувати подібний підхід на практиці надзвичайно важко, адже провідні баскетбольні країни світу саме в цей період часу готуються до власних відповідальних змагань у більш елітному дивізіоні та ведуть пошук адекватних, своїм ігровим можливостям спаринг-партнерів для вирішення аналогічної мети.

6.6. Особливості побудови етапу безпосередньої підготовки юнацьких національних збірних команд до офіційних міжнародних змагань

Оптимізація безпосередньої підготовки національних збірних команд до участі в офіційних міжнародних змаганнях є одним із найперспективніших шляхів підвищення рівня конкурентоздатності вітчизняних спортсменів та їх подальшої успішної боротьби за високі спортивні результати. Рационально побудований етап безпосередньої підготовки та виведення збірної на рівень піка «спортивної форми» до участі у турнірі, в окремих випадках, дозволяє навіть розраховувати на ведення ефективної боротьби з явними фаворитами змагань, які мають у своєму складі більш кваліфікованих та досвідчених виконавців.

Важко знайти аналоги подібної підготовки в практиці інших видів спорту. За своєю структурою та змістом даний етап у спортивних іграх представляє собою своєрідну гібридну модель підготовчого періоду та етапу безпосередньої

підготовки до змагань класичної теорії періодизації. На відміну від підготовчого періоду макроциклу, через дефіцит часу, фактично не плануються загальнопідготовчі засоби та неспецифічні тренування. У той же час, якщо порівнювати із етапом безпосередньої підготовки до змагань, традиційного «звуження» на кінець циклу не відбувається. Разом із зменшенням загальних обсягів специфічних тренувальних навантажень, може значно збільшуватись кількість контрольних-підготовчих ігор і в даному випадку, ця підготовка більше нагадує спеціально-підготовчий та предзмагальні етапи, що характерні для макроструктурних утворень тренувального процесу. У практиці деяких ігрових видів спорту традиційним є проведення складних ігор та інтенсивних тренувань в останній тиждень перед початком участі в міжнародному турнірі, який за своєю структурою більше нагадує міжігрові мікроцикли клубного ігрового сезону.

На відміну від клубних команд, національні збірні не мають часу для своєрідного поступового впрацьовування та повинні демонструвати високий рівень гри вже починаючи з перших матчів турніру, які можуть стати вирішальними для потрапляння у наступну стадію змагань. У даному випадку немає необхідності в процесі підготовки закладати фундамент для тривалих виступів. Команда повинна бути готова до короткочасної демонстрації «піка спортивної форми» в конкретний календарний період. Тренувальний процес збірних при цьому має більш сконцентрований та високоспеціалізований характер.

Принципові відмінності ключових завдань підготовки національних збірних та клубних команд є тим головним фактором, який визначає специфічні особливості побудови цього етапу. Зміст та характер підготовки національних команд також багато в чому буде залежати від періоду року, в рамках якого вона здійснюється. Основні міжнародні змагання національних збірних в ігрових видах спорту проводять влітку, у період паузи між ігровими клубними сезонами. Підготовка збірної до міжнародних змагань, які проходять, наприклад у червні, може дещо відрізнятись від підготовки, яка здійснюється в

серпні. У першому варіанті спортсмени тільки-но завершили ігровий клубний сезон та, як правило, ще зберігають залишкові адаптаційні ефекти від попередніх змагань. У другому варіанті пауза між активними фазами сезону може сягати 2 міс. і більше, що неминуче призведе до значних деадаптаційних змін та потребуватиме додаткового використання засобів фундаментальної різносторонньої підготовки.

Структура та зміст безпосередньої підготовки юнацьких збірних команд будуть повністю залежати від періоду проведення змагань та стану підготовленості спортсменів в рамках річного циклу. Змагання для різних вікових категорій збірних традиційно проводять в різні періоду часу. Так, наприклад, у баскетболі першими участь у континентальних змаганнях беруть спортсмени старших вікових категорій U 20 (кінець червня – початок липня), а останніми змагаються гравці кадетських збірних U 16 (кінець серпня). При такому змагальному графіку більш молоді спортсмени мають кращі організаційні умови для здійснення фундаментальної та тривалої підготовки, однак при цьому значно зростає ризик суттєвої втрати ними рівня фізичної підготовленості та ігрових кондицій в період більш тривалої паузи після закінчення виступів на клубному рівні.

У цьому випадку не зовсім коректно використовувати однакові моделі побудови етапу безпосередньої підготовки до змагань для гравців різних вікових категорій збірних. Обраний фахівцями підхід повинен ґрунтуватися на врахуванні таких важливих факторів, як: 1) період відпочинку після клубного сезону; 2) дати проведення офіційних змагань; 3) фактичний стан підготовленості гравців збірної на початок навчально-тренувальних зборів.

Кращий стан підготовленості спортсменів, які прибули в розташування збірної, дозволяє значно скоротити терміни проведення базової підготовки та зорієнтувати головну увагу на відпрацюванні тактичних взаємодій і запланувати участь збірної у серії контрольних-підготовчих зустрічей. У такому форматі підготовки збірних найчастіше використовується тренувальний цикл

3:1 (три тренувальних дні та день активного відпочинку і відновлення)
(рис. 6.10).

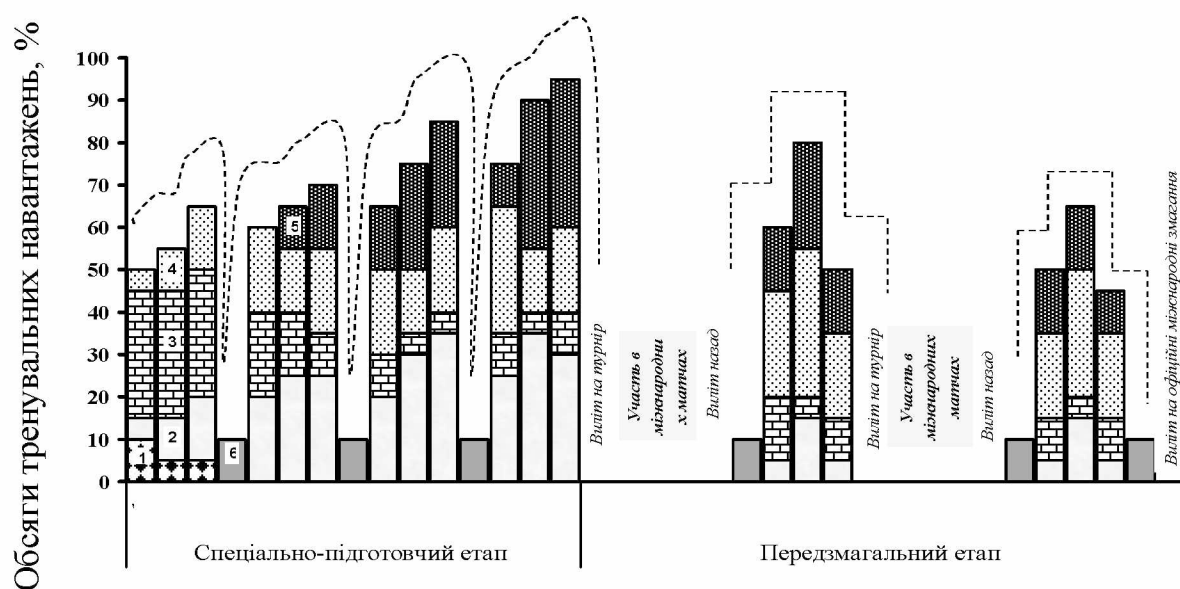


Рис. 6.10. Варіант побудови етапу безпосередньої підготовки до змагань в ігрових командних видах спорту (цикл 3:1, 30–35 днів до старту чемпіонату):

1 – загальна фізична підготовка; 2 – спеціальна фізична підготовка; 3 – технічна підготовка; 4 – спеціальна фізична підготовка; 5 – інтегральна підготовка; 6 – активне відновлення

Етап безпосередньої підготовки в таких випадках доцільно розділяти на два блоки (цикли) – спеціально-підготовчий та предзмагальний. У перший період планується підвищення спеціального компонента витривалості та швидко-силових можливостей за рахунок використання специфічних інтервальних ігрових варіацій із одночасною реалізацією тактичних схем гри в нападі та захисті. Основним завдання цього циклу тренувань є закладання фундаменту для проявлення відставленого тренувального ефекту у більш пізні терміни та пристосування організму спортсменів до специфічних режимів рухової діяльності та їх адекватного метаболічного забезпечення.

В рамках першого циклу зазвичай планується поступове збільшення обсягів тренувальних навантажень специфічного спрямування, які досягають майже 100%-х параметрів після завершення спеціально-підготовчого етапу.

Після чого відбувається значне зниження обсягів саме тренувальних навантажень при одночасному підвищенні інтенсивності цієї роботи та збільшення частки інтегральної і змагальної підготовки.

Якість побудови предзмагального етапу безпосередньої підготовки має вирішальне значення для виведення збірної на «пік спортивної форми» на початок турніру та формування необхідного ігрового тону команди. За своєю тривалістю цей етап в окремих випадках може навіть перевищувати попередній. Поширеною сьогодні є думка, що для ефективної підготовки збірної до міжнародного турніру необхідно провести від восьми до десяти підготовчих ігор із конкурентними командами. Як вже зазначалось раніше, оптимальним можна вважати варіант планування найбільш складних ігор на заключному тижні безпосередньої підготовки, що дозволить вивести команду на більш високий рівень функціонування та якості гри.

На сьогодні немає єдиної думки щодо періоду планування останніх підвідних ігор перед чемпіонатом. Ряд тренерів дотримуються тієї точки зору, що останні підвідні ігри доцільніше провести за 4–5 днів до вильоту на змагання. За цей період часу організм спортсменів зможе повністю відновитися після напруженого періоду підготовки та змагальної діяльності і підійти до перших ігор в оптимальному стані. Можна зустріти в практиці й інший підхід, згідно з яким останні підвідні ігри тренерський штаб планує буквально за 2-3 дні до початку турніру, після чого здійснюється переліт до місця проведення турніру, часто з тієї країни, де проводились заключні підвідні ігри. Вважається, що такий графік дозволяє команді актуалізувати цінні ігрові налаштування та високоспецифічні рефлексивні напередодні безпосередньої участі у відповідальних змаганнях.

Звичайно, такий підхід є досить суперечливим та ризикованим, адже під час такого графіка накопичується значна втома, а відведених декількох днів може бути недостатньо для налаштування на старт турніру. Крім того, існує величезний ризик отримання під час змагальної діяльності різноманітних ушкоджень та травм, які не вдасться за такий короткий термін нейтралізувати.

Пауза між підвідними іграми та початком офіційних змагань необхідна ще й з метою налаштування на тривалий та інтенсивний графік виступів збірної. Протягом турніру команди можуть провести до десяти матчів за два тижні. У такому графіку команди можуть виступати через день, або на наступний день після попередньої гри. Без адекватного відпочинку та відновлення напередодні участі у турнірі забезпечити подібну «функціональну свіжість» буде вкрай важко.

Дискусійним та невирішеним залишається питання часу прибуття на місце майбутніх змагань. Ряд фахівців рекомендують прибути на місце змагань за 5–6 днів до їх початку і провести в нових умовах декілька інтенсивних тренувань та навіть підготовчих ігор зі збірними, які обрали аналогічний підхід для виступів. Згідно з іншою точкою зору, напередодні участі у змаганнях жодних інтенсивних тренувань та змагань планувати не потрібно, а виліт слід здійснювати за декілька днів до початку міжнародного турніру, якщо це не пов'язано із проблемами акліматизації до нових клімато-географічних умов.

Участь збірної в змаганнях, які проводяться наприкінці літнього періоду, потребує використання іншої, більш фундаментальної моделі побудови безпосередньої підготовки, в рамках якої потрібно обов'язково планувати загальнопідготовчі базові цикли (рис. 6.11). Рівень підготовленості гравців у даному випадку зазвичай буде набагато нижчим і приступати одразу ж до спеціального блоку недоцільно та небезпечно. Відсутність загальнопідготовчих засобів тренувань у таких умовах тривалого простою та деадаптації значно підвищує ризик отримання важких травм та перетренованості. Найчастіше в таких випадках використовують тренувальний цикл 6:1 (шість тренувальних днів та день активного відпочинку). У перші тижні підготовки частка спеціальної підготовки в тренувальному процесі є мінімальною. Доцільним є використання різноманітних засобів загальнофізичної підготовки, які дозволяють підвищити аеробні можливості, зміцнити опорно-руховий апарат та провести силову підготовку.

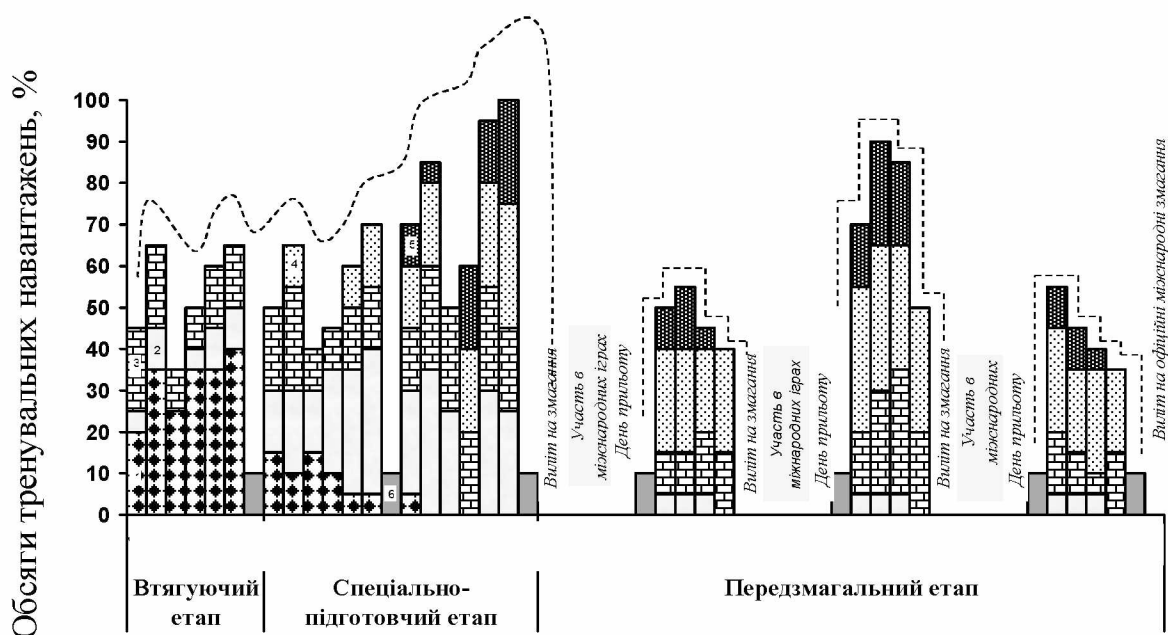


Рис. 6.11. Варіант побудови етапу безпосередньої підготовки до змагань в ігрових командних видах спорту (цикл 6:1, 45 – 50 днів до старту чемпіонату):

1 – загальна фізична підготовка; 2 – спеціальна фізична підготовка; 3 – технічна підготовка; 4 – спеціальна фізична підготовка; 5 – інтегральна підготовка; 6 – активне відновлення

Більшість тренерів вже з перших днів рекомендують відводити час для технічної підготовки (кидки, ведення, різноманітні переміщення тощо). При такому підході в рамках моноциклу одне тренування переважно присвячується вирішенню завдань загальної підготовки, а інше засновано на вдосконаленні специфічних технічних навичок. Дуже часто ці два види підготовки поєднують в рамках одного заняття. Як приклад, спочатку здійснюють силову підготовку в тренажерному залі, яка завершується серією кидків у кошик в ігровому залі та ін.

Тобто практикується процес паралельного розвитку різних сторін підготовленості гравця. Такий підхід більше узгоджується з принципами класичної (лінійної) теорії періодизації. Йде одночасний, паралельний розвиток різноманітних сторін підготовленості із різним відсотковим їх вкладом в загальні обсяги тренувальних навантажень з урахуванням етапу та стадії підготовки. Альтернативний фрактальний (блоковий) підхід періодизації з

виключним розвитком певних компонентів підготовленості в даних умовах реалізувати дуже важко. Команда не може декілька тижнів займатися загальною фізичною підготовкою без використання вправ із м'ячем та інших спеціальних технічних і тактичних рухів. Зрештою їх загальна частка в тренувальному процесі може бути значно меншою, ніж на спеціальних етапах.

Підготовку кваліфікованих команд у сучасних спортивних іграх неможливо представити без використання сучасних засобів моніторингу та аналізу ігрових можливостей майбутнього опонента. Ефективність ведення змагальної діяльності багато у чому залежатиме від розуміння сильних та слабких сторін конкретного суперника, можливостей їх невілювання та використання під час очного протистояння. У процесі здійснення тактичної підготовки до майбутнього турніру потрібно орієнтуватися не тільки на власні ігрові переваги та загальну обрану стратегію ведення змагальної боротьби, а й на особливості кожного конкретного суперника, з яким заплановані офіційні зустрічі.

Готовність до дій суперника у захисті та нападі і використання власних прихованих ігрових напрацювань забезпечують команді необхідну тактичну та психологічну перевагу і часто виступають у ролі ключового фактора підсумкового успіху.

Сьогодні найчастіше в практиці використовуються два варіанти подібної «змагальної розвідки», це статистичний аналіз параметрів змагальної діяльності (статистика реалізації техніко-тактичних дій, а також телеметрія переміщень гравців за умови використання сучасних аналітичних систем моніторингу рухів) та відеоскаутинг ігор суперника. Цей процес представляє собою своєрідну обов'язкову підсистему підготовки команди до участі у змаганнях і має певний алгоритм, власні завдання та чітку ієрархічну структуру аналізу та інтерпретації даних змагальної діяльності (рис. 6.12).



Рис. 6.12. Алгоритм організації та зміст відеоскаутингу змагальної діяльності баскетбольних збірних команд під час підготовки до участі в міжнародних змаганнях

Так, наприклад, відеоскаутинг змагальної діяльності збірних рекомендується здійснювати в декілька послідовних взаємопов'язаних етапів. На першому потрібно виділити особливості організації тактичних дій команди суперника виключно в нападі, а на другому – у захисті, за чітко визначеною структурою (рис. 6.13). Тривалість подібних відеороликів не повинна перевищувати більше 10–15 хв. Саме протягом такого періоду ефективніше сприймається ігровий матеріал та краще запам'ятовуються різноманітні взаємодії суперника.

Наступний (третій) етап передбачає розгляд індивідуальних можливостей кожного конкретного гравця команди суперника (антропометричні дані, стиль гри, провідні прийоми тощо) та пошук дієвих механізмів боротьби з ними у матчі (відповідальні гравці тощо). Для кращого сприйняття доцільно проводити ці тактичні заняття в різний час.

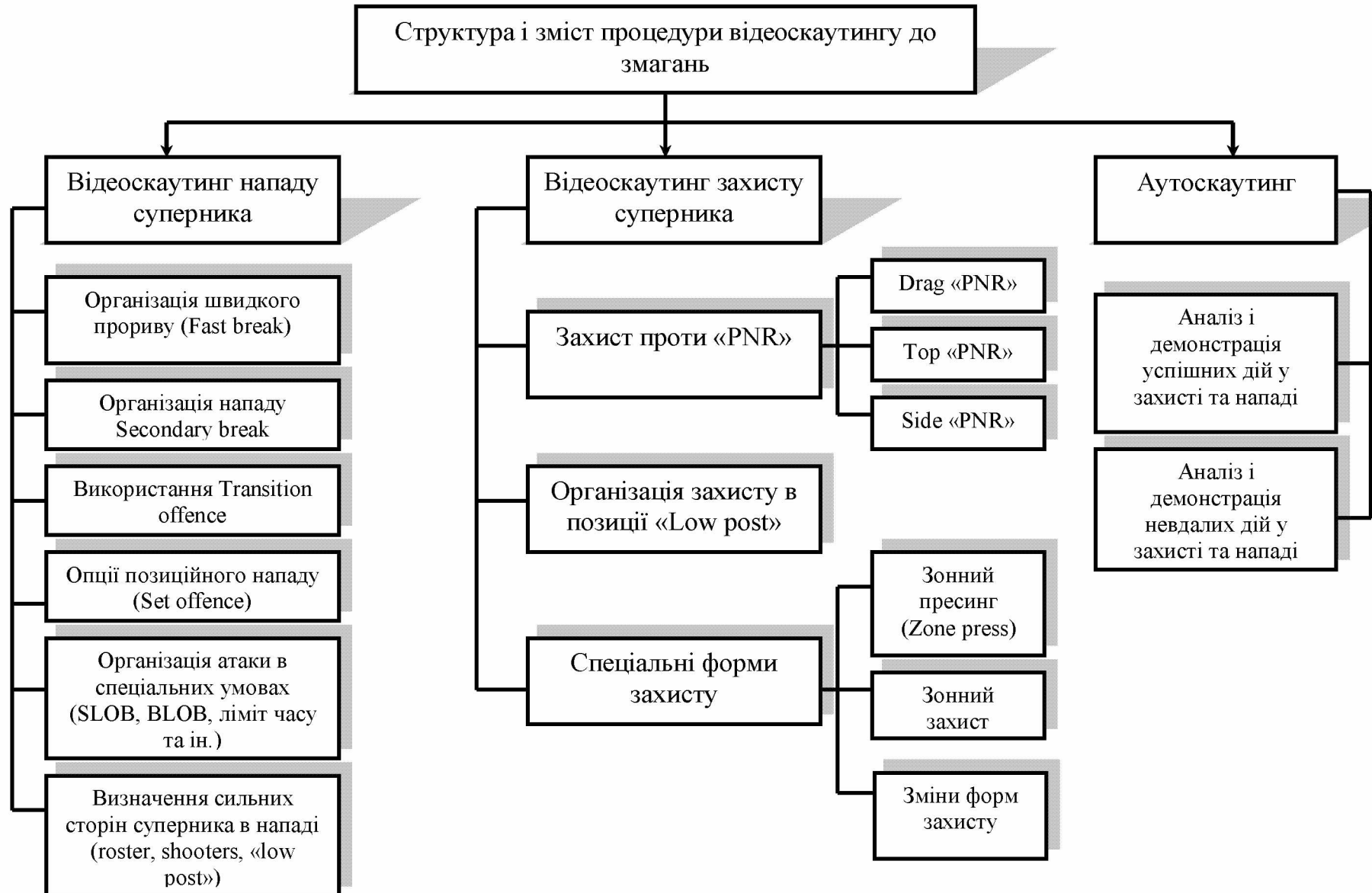


Рис. 6.13. Структура і зміст процедури відеоскаутигу під час підготовки юнацьких національних збірних команд з баскетболу до участі в офіційних міжнародних змаганнях

Четвертий етап є одним із найважливіших, адже здійснюється в день гри, напередодні змагань, і пов'язаний із узагальненням попереднього матеріалу та концентрацією уваги на ключових факторах гри у захисті та нападі, за рахунок яких може бути досягнута перевага у грі проти майбутнього суперника.

Завершальний етап цього процесу пов'язаний із аналізом власних дій у матчі, відділенням позитивних та негативних моментів, які вплинули на перебіг подій та визначили підсумковий результат у зустрічі (аутоскаутинг). Як правило, аутоскаутинг проводить на наступний день після чергової гри за умови емоційної готовності спортсменів адекватно сприймати та аналізувати власні дії та дії суперника під час нещодавнього протистояння.

Висновки до розділу 6

Створення необхідних умов для цілеспрямованої поетапної підготовки гравців юнацьких збірних є одним із ключових завдань реалізації будь-якого проєкту, пов'язаного із системною підготовкою найближчого резерву національних команд. Оптимальним визначено централізований варіант підготовки, де найкращі спортсмени вікової категорії постійно тренуються протягом року в єдиних центрах підготовки (командах). Це дозволяє послідовно і безперервно вирішувати завдання багаторічної підготовки та забезпечує необхідні умови для перманентної конкуренції між молодими спортсменами в тренувальній і змагальній діяльності.

За відсутності можливості об'єднання перспективних спортсменів у рамках єдиних центрів підготовки на постійній основі можна рекомендувати організацію етапних короткострокових зборів протягом року із подальшою участю юнацьких команд у міжнародних змаганнях. Принципово важливим є забезпечення прогресивного збільшення кількості спільних навчально-тренувальних занять та міжнародних ігор для гравців різних вікових категорій збірних.

Ефективність підготовки найближчого резерву залежить від поетапної реалізації фундаментальних завдань техніко-тактичної і фізичної підготовки,

спрямованої на універсальний всебічний розвиток молодих спортсменів. Одним із головних критеріїв оцінювання професійної діяльності тренерських штабів є першочергове вирішення ними стратегічних завдань, які стоять на конкретному етапі процесу підготовки. Важливими є також і результати виступів юнацьких збірних на офіційних міжнародних змаганнях, що забезпечують майбутньому поколінню більш якісну змагальну практику, однак вони не повинні досягатися за рахунок нехтування змістовим матеріалом уніфікованої програми підготовки певної вікової категорії збірної.

Для спортсменів необхідним є оволодіння базовим арсеналом техніко-тактичних дій у нападі та захисті, готовність до умов тренувальної та змагальної діяльності в професійних командах та володіння сучасними знаннями та навичками гри, що характерні для команд високої кваліфікації.

Важливим завданням є забезпечення гравців збірних якісною міжнародною практикою, що створить необхідні стимулюючі умови для підвищення рівня спортивної майстерності спортсменів, сформує впевненість у власних силах та готовність конкурувати з будь-яким суперником. Участь у міжнародних товариських зустрічах має розглядатися як набуття змагального досвіду та можливості імплементації в реальних умовах конкурентної боротьби, із більш сильним суперником, здобутих під час навчально-тренувального процесу техніко-тактичних навичок, знань та вмінь.

Успішні виступи юнацьких збірних команд в офіційних міжнародних змаганнях залежать від раціональної побудови етапу безпосередньої підготовки, яка за структурою та змістом відрізняється від класичних підходів передсезонної підготовки клубних команд до регулярного ігрового сезону. Об'єктивізація знань та пошук ефективних механізмів виведення команди на «пік спортивної форми» до участі в короткострокових міжнародних турнірах є перспективним шляхом підвищення результатів вітчизняних спортсменів.

Результати даного розділу представлено у роботах автора [31, 62, 63].

РОЗДІЛ 7

КОМПЛЕКСНИЙ КОНТРОЛЬ У СИСТЕМІ ЦЕНТРАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ НАЙБЛИЖЧОГО РЕЗЕРВУ НАЦІОНАЛЬНИХ ЗБІРНИХ КОМАНД

7.1. Загальні положення та концептуальні напрями контролю в системі централізованої підготовки юнацьких збірних команд

Одним із важливих інструментів планування та управління процесом підготовки найближчого резерву є комплексний контроль підготовленості баскетболістів – від формування та реалізації кількісних і якісних характеристик у системі багаторічної підготовки до здійснення зворотних зв'язків між спортсменом та тренером у процесі тренувальних занять.

У контексті даного дослідження комплексний контроль розглядали як важливу ланку більш складної системи багаторічної підготовки найближчого резерву національних збірних команд. Подібний системний розгляд дозволив розкрити ієрархічну підпорядкованість та функціонально-структурну взаємозалежність окремих елементів процесу підготовки найближчого резерву.

Всебічному контролю та оцінюванню підлягали різні складові процесу підготовки юних спортсменів, що потенційно можуть вплинути на подальше професійне зростання та потрапляння баскетболіста на рівень спорту вищих досягнень. Фокусування виключно на оцінюванні рівня підготовленості спортсменів та команд, на наш погляд, значно звужує можливості використання засобів та методів контролю під час підготовки національних збірних.

Стан підготовленості спортсмена та команди є наслідком впливу багатьох факторів прямого та опосередкованого впливу (ефективність навчально-тренувального процесу, умови процесу підготовки, планування змагальної діяльності, матеріально-технічне та інформаційне забезпечення тощо), кожен із яких, у свою чергу, має також бути об'єктом перманентного контролю з боку фахівців.

Здійснюючи контроль стану підготовленості гравців ми отримуємо констатуючу (результативну) інформацію, яка свідчить про зміни, які відбулися протягом певного періоду часу. Технологічна частина процесу підготовки дуже часто залишається поза увагою фахівців. Звичайно, проміжний та підсумковий стан готовності команди та спортсменів є найбільш інформативним показником, якій свідчить про ефективність обраних шляхів централізованої підготовки та якість тренувальних впливів в рамках різних структурних утворень тренувального процесу. Однак при такому констатуючому оцінюванні практично неможливо точно визначити провідні фактори, які вплинули на отриманий результат, та покроково простежити реалізацію стратегічних завдань багаторічної підготовки.

Важливого значення набуває перманентний технологічний контроль процесу підготовки юнацьких національних збірних. Залежно від переважного напрямку оцінювання складових процесу підготовки технологічний контроль можна умовно розділити за внутрішнім і зовнішнім спрямуванням (рис. 7.1). Зовнішній технологічний контроль повинен здійснюватись за дотриманням необхідних умов для гравців юнацьких збірних команд (проживання, харчування, матеріально-технічне, медичне, інформаційне та ін.). Особливої актуальності ця проблема набуває у випадках здійснення підготовки юнацьких збірних команд за фрагментарною (етапною) моделлю, в рамках якої більшу кількість часу гравці збірних перебувають у власних клубах (в різних регіонах країни), та фактично знаходяться поза межами прямого контролю з боку фахівців збірної.

У таких випадках важливим є створення механізму постійного зворотного зв'язку між гравцями та тренерським штабом збірних, повне забезпечення всіх нагальних потреб для цілеспрямованої підготовки протягом року (медичне, матеріально-технічне, інформаційне, психологічне та ін.).

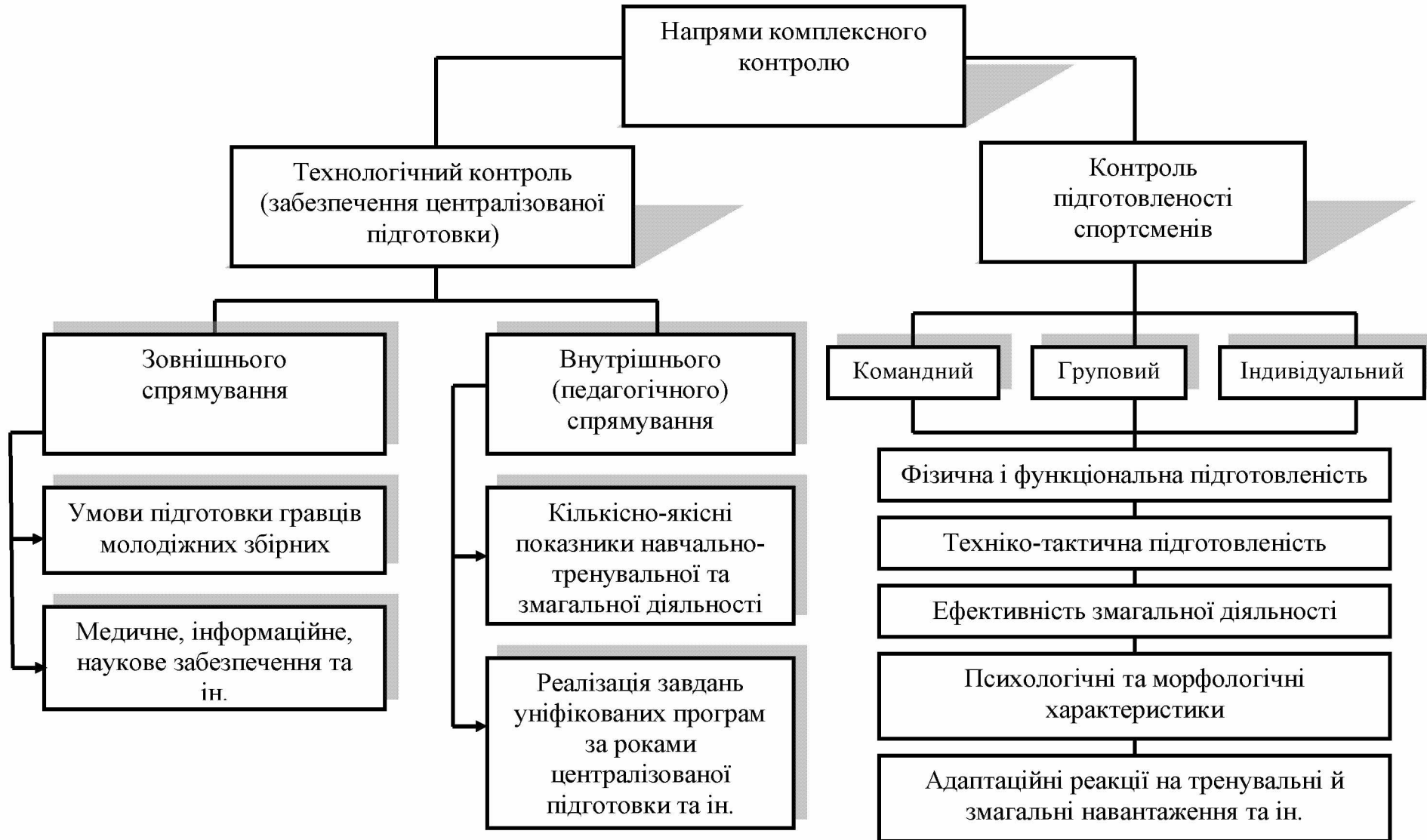


Рис. 7.1. Напрями комплексного контролю в процесі підготовки найближчого резерву національних збірних команд

Гравці збірної та їх тренери на місцях повинні відчувати постійну підтримку та увагу з боку тренерів національних збірних команд і фахівців спортивної федерації, а також розуміти власну відповідальність у процесі реалізації стратегічних завдань централізованої підготовки.

Потрапляння до лав національної збірної повинно підкреслювати особливий статус молодого спортсмена та висувати ряд чітких вимог до процесу його подальшої підготовки. Сьогодні все частіше звучить теза про важливість створення своєрідного інституту національних збірних, де на кожному із етапів багаторічної підготовки мають бути встановлені певні організаційні та матеріально-технічні стандарти (умови проживання, трансферна логістика, рівень кваліфікації кадрів, зміст та структура навчально-тренувального процесу, рівень підготовчих та контрольних змагань, тощо). З кожним новим етапом підготовки в лавах національних збірних команд (кадетські, юніорські, молодіжні) рівень цих стандартних умов повинен постійно зростати.

Контроль різних складових підготовленості (техніко-тактичної, фізичної, психологічної та ін.) окремих спортсменів та команд у цілому є одним із ключових напрямів комплексного контролю процесу підготовки національних збірних. Отримані об'єктивні дані дозволяють спостерігати багаторічну динаміку змін важливих параметрів підготовленості, приймати раціональні рішення щодо корекції тренувального процесу, визначати перспективних спортсменів, які постійно прогресують та мають реальний потенціал поповнити склади команд високої кваліфікації тощо.

Важливим кроком на шляху підвищення якості контролю є створення універсального алгоритму (протоколу) тестування гравців національних збірних команд та встановлення чітких критерії оцінювання ефективності їх виконання. Затвердження єдиного комплексу тестових завдань дозволить об'єктивно порівнювати дані різних поколінь гравців збірних, визначати стан готовності команди до участі у відповідальних міжнародних змаганнях, а також

спостерігати багаторічну індивідуальну динаміку змін досліджуваних параметрів.

Отримані в процесі комплексного контролю дані, на наш погляд, можуть бути використані в наступних актуальних напрямках процесу підготовки (рис. 7.2). Важливим є визначення фактичного (вихідного) стану підготовленості баскетболіста та вивчення динаміки подальших змін протягом багаторічної підготовки.



Рис. 7.2. Актуальні напрями цільового використання результатів комплексного контролю під час підготовки баскетболістів кадетських та молодіжних збірних команд

Під час централізованої підготовки баскетболістів юнацьких національних збірних команд кожен новий навчально-тренувальний збір повинен починатися із тестування рівня підготовленості кандидатів за встановленою уніфікованою формою та порівнянням їх із результатами попередніх даних. Отримані об'єктивні цифри дозволяють побачити

актуальний стан підготовленості гравця, який прибув у розташування збірної, та визначити ті зміни, які відбулися з рівнем спортивної майстерності баскетболіста під час тренувань у своєму клубі.

Відсутність позитивної динаміки за ключовими параметрами підготовленості гравця протягом певного періоду підготовки у власній команді повинно стати каталізатором для прийняття відповідних управлінських рішень (зміна клубу, тренера та ін.), спрямованих на забезпечення талановитого спортсмена всіма необхідними умовами для подальшого ефективного вдосконалення з метою першочергового вирішення стратегічних інтересів централізованої підготовки національних збірних команд країни.

Контроль реакції організму спортсменів на тренувальні та змагальні навантаження дозволяє оперативно вносити корекцію в навчально-тренувальний процес та здійснювати ротацію ігрового складу команди з урахуванням адекватності реакцій та функціональної готовності до подальшої роботи. Особливої актуальності цей напрям контролю набуває під час організації етапу безпосередньої підготовки національних збірних до міжнародних змагань, а також на самих змаганнях під час проходження різних етапів та стадій турніру.

Встановлення в процесі контролю індивідуальної структури підготовленості баскетболіста дозволяє визначити перспективні шляхи використання його можливостей під час організації командних дій в умовах реальної гри, а також розробити індивідуальну програму диференційованого вдосконалення сильних та слабких ланок підготовленості для кожного спортсмена збірної.

Специфічні умови змагальної діяльності в ігрових видах спорту висувають підвищені вимоги до рівня прояву значущих інтелектуально-ігрових здібностей, які можуть повністю компенсувати існуючі недоліки загального компонента підготовленості та вже у юнацькому віці чітко свідчити про стратегічну перспективність спортсмена.

Використовувати, наприклад, результати тестування фізичних і технічних здібностей баскетболістів з метою спортивного відбору до складу національних юнацьких збірних доцільно у тих випадках, коли за баскетбольними навичками та вміннями порівнюються приблизно рівні в ігровому плані спортсмени. У таких умовах баскетболіст, який має кращий рівень фізичної і технічної підготовленості, повинен отримати перевагу над конкурентом та потрапити на вакантне місце у збірній. У всіх інших випадках необхідно вкрай обережно ставитися до інтерпретації отриманих даних фізичної підготовленості та їх можливості впливати на прийняття рішень щодо підсумкової спортивної селекції. Слід враховувати також і той факт, що в період підготовки баскетболістів в юнацьких збірних командах відбувається активний розвиток організму дитини, і спортсмени, які мають прискорений темп біологічного розвитку будуть мати значну перевагу над своїми однолітками за результатами складання тестів та ефективністю змагальної діяльності в юнацьких змаганнях.

Сучасні баскетбольні змагання характеризуються високою конкуренцією та постійною інтенсифікацією змагальної діяльності. Зростає рівень атлетизму і функціональної підготовленості гравців і команд. Ця тенденція спостерігається на рівні всіх збірних команд, починаючи від кадетських та закінчуючи національними збірними. Вдосконалення техніко-тактичних вмінь у період підготовки юнацьких збірних повинно відбуватися разом із розвитком та постійним контролем їх фізичних та функціональних можливостей. Потрібно розуміти, що природні інтелектуально-творчі й рухові задатки та здібності до гри в баскетбол можливо реалізувати за умов відповідності гравця існуючому рівню високоінтенсивної змагальної діяльності сучасного баскетболу.

7.2. Контроль фізичної і техніко-тактичної підготовленості баскетболістів юнацьких національних збірних команд

Контроль за рівнем фізичної та техніко-тактичної підготовленості баскетболістів повинен бути невід'ємною частиною навчально-тренувального процесу. Дані, які в результаті контролю перманентно надходять до тренера,

дозволяють значно підвищити ефективність управління процесом підготовки найближчого резерву національних збірних команд.

З метою контролю фізичної і техніко-тактичної підготовленості, фахівці сьогодні використовують різноманітні тести та проби, які надають необхідну інформацію для підвищення ефективності управління тренувальним процесом.

Контроль і оцінювання технічної та тактичної підготовленості баскетболістів необхідно здійснювати диференційовано. Адже це зовсім різні сторони підготовленості спортсменів. Баскетболіст може володіти еталонною технікою виконання різних прийомів, але при цьому мати незначний арсенал тактичних знань та вмінь, слабо орієнтуватися в мінливих умовах організаційної боротьби та випадати із загального ігрового рисунка гри команди, і навпаки.

Поширений в ігрових видах спорту термін «техніко-тактичні дії», на наш погляд, дещо спрощує підсумкове оцінювання змагальних дій спортсменів, робить його поверхневим. Адже для оцінювання техніко-тактичної діяльності найчастіше використовують підсумкові результативні показники (набрані очки, перехоплення, передачі тощо), які є лише частиною складної системи організаційних та технічних дій спортсменів (переміщень, заслонів, відволікаючий дій, ведень м'яча тощо). Звісно, вкрай важко уявити виконання технічного прийому без його взаємозв'язку із реалізацією певних тактичних завдань в рамках матчу. Можливо саме тому термін «техніко-тактичні дії» набув такої широкої вживаності в ігрових командних видах спорту. Однак потрібно враховувати, що технічні прийоми є засобом для реалізації більш складних структурних елементів змагальної діяльності (організованих форм гри команди у захисті та нападі). Розглядати рівень володіння баскетболістом технікою різноманітних прийомів потрібно окремо від його тактичної підготовленості.

Контроль фізичної підготовленості потребує врахування важливих загальних та спеціальних якостей і здібностей, які є частиною системи забезпечення змагальної діяльності в баскетболі. Рівень спеціальної фізичної

підготовленості визначається за допомогою спеціальних баскетбольних тестів, в яких виконання технічних прийомів здійснюється в заданих режимах рухової діяльності.

Навіть такі тести не можуть повною мірою відобразити рівень спеціальної фізичної підготовленості баскетболіста. Під час здійснення техніко-тактичних дій в умовах реальної гри гравець перебуває під постійним тиском з боку суперника, і для того, щоб виконати дію, необхідно подолати активний спротив опонента та здійснити цілий комплекс попередніх організаційно-підготовчих та обманних рухів. Все це здійснюється в максимально інтенсивних режимах рухової діяльності та стресових умовах відповідальних змагань. Відсоток реалізації основних кидків (двоочкових і триочкових) у матчі буде набагато нижчим, ніж під час виконання спеціальних тестових завдань у звичних тренувальних умовах.

Проведені власні попередні дослідження показали [35], що під час виконання спеціальних тестових завдань на тренуваннях відсоток реалізації кидків кваліфікованими гравцями був майже вдвічі більшим за показники, які фіксувались в офіційних іграх. Основна гіпотеза про більш високий рівень інтенсивності рухових дій баскетболістів в умовах реального матчу, не була підтверджена. Під час проведення експериментальних досліджень за допомогою використання високоінтенсивних підготовчих вправ баскетболістів штучно виводили у пульсові зони, які в практиці спортивних іграх прийнято називати ігровими (90–100 % max), після чого розпочинали заплановану серію кидків.

Вивчення досвіду підготовки баскетболістів у різних країнах світу, а також напрацювання вітчизняної баскетбольної школи дозволили систематизувати інформативні для баскетболу тести і створити своєрідний уніфікований протокол (стандарт) з визначення рівня фізичної підготовленості баскетболістів юнацьких збірних команд України (рис. 7.3). Розроблений уніфікований протокол переважно включає тести, в яких визначають рівень

швидкісно-силових якостей, загальної і спеціальної витривалості та різноманітних форм координаційних здібностей.

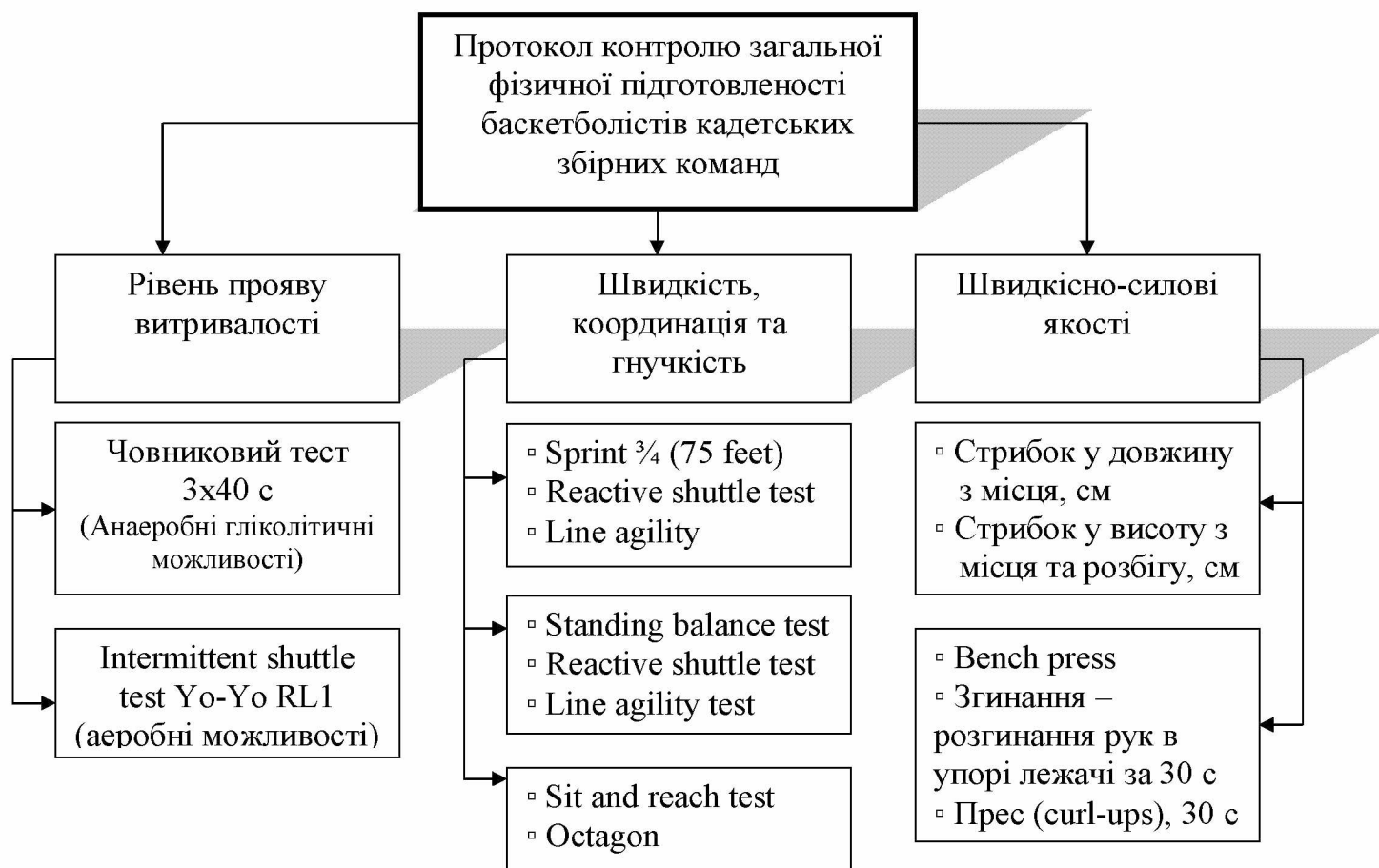


Рис. 7.3. Протокол контролю рівня загальної фізичної підготовленості баскетболістів кадетських та юніорських національних збірних команд України (U 14–U 18)

Впровадження уніфікованого протоколу тестування фізичних здібностей в процес підготовки гравців кадетських збірних команд, у свою чергу, дозволяє спостерігати динаміку зростання рівня фізичної підготовленості юних баскетболістів і розробити модельно-цільові орієнтири для кожної вікової групи спортсменів.

Так, наприклад, протягом трирічного періоду підготовки в складі кадетських збірних команд (U 14–U 16) баскетболісти покращили результати виконання тесту Yo-Yo RL1 майже удвічі (рис. 7.4). Особливо відчутний приріст загальної витривалості спостерігається з 15 до 16 років як у хлопців,

так і у дівчат. Ці відмінності мали в наших дослідженнях статистично достовірний характер ($p < 0,05$) порівняно із баскетболістами 14-річного віку.

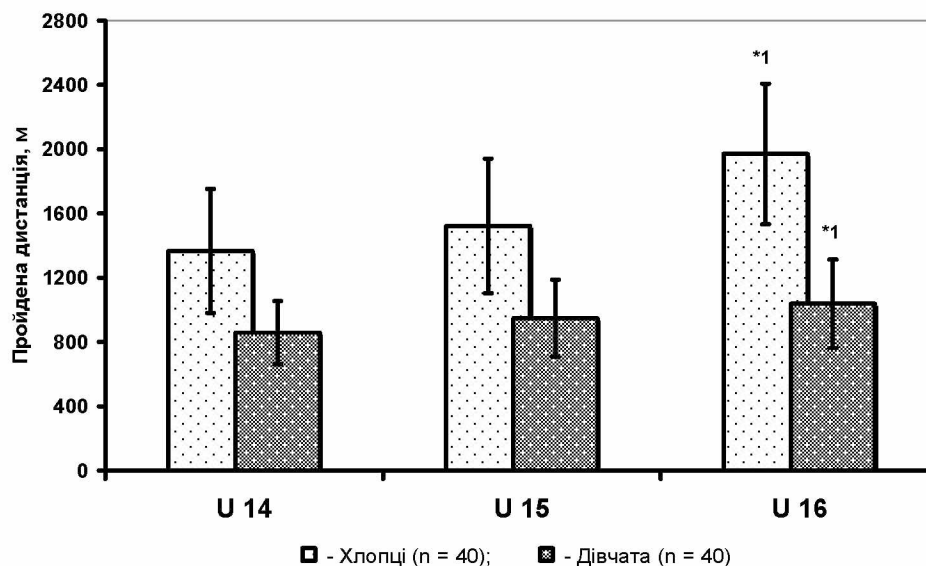


Рис. 7.4. Результати виконання тесту Yo-Yo RL1 баскетболістами кадетських національних збірних команд України з баскетболу (U 14–U 16)

Більш того, юнаки 16–17-річного віку за результатами складання тесту Yo-Yo RL1 наближаються до показників чоловічих професійних команд, особливо це стосується гравців задньої лінії. Однак при цьому значно поступаються останнім у показниках швидко-силової підготовленості та анаеробних можливостях.

Відчутне зростання рівня результатів гравців юнацьких збірних команд спостерігається і в іншому біговому тесті – 3x40 с (рис. 7.5), який більшою мірою розкриває саме анаеробні гліколітичні можливості. Причому, на відміну від тесту Yo-Yo, достовірне ($p < 0,05$) зростання результатів спостерігається вже між 14- та 15-річними баскетболістами.

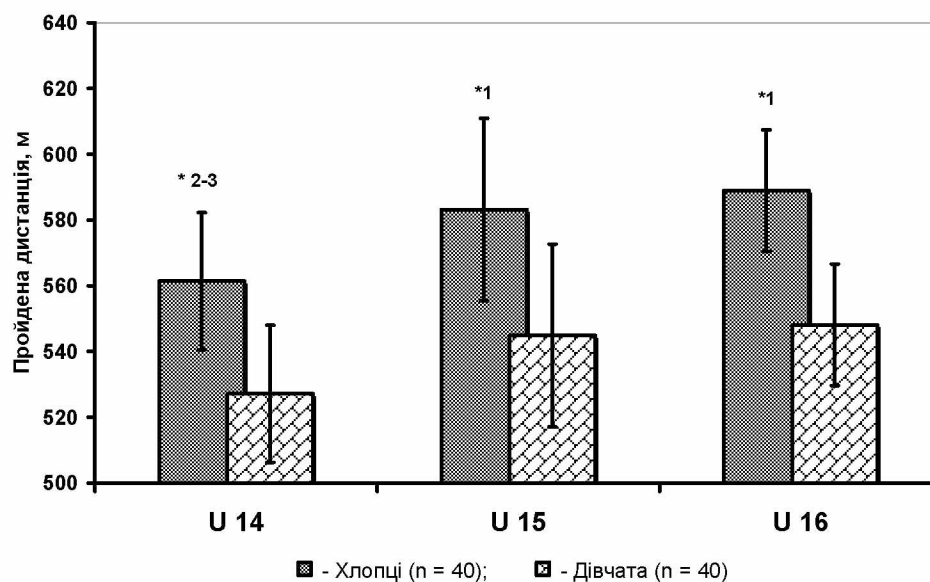


Рис. 7.5. Сумарні показники пройденої дистанції баскетболістами кадетських національних збірних команд України в тесті 3x40 с (м)

Під час виконання тесту враховується як загальна кількість метрів, яку подолає спортсмен у всіх трьох серіях, так і динаміка змін працездатності від серії до серії. Найбільш різке зниження результатів подоланих метрів в кожній наступній серії 40 с бігу спостерігалось як раз у баскетболістів молодших вікових категорій.

Звичайно істотне покращення результатів складання функціональних тестів багато в чому обумовлюється природнім віковим розвитком різноманітних систем та органів організму дитини, а також станом підготовленості спортсменів на момент проведення чергових навчально-тренувальних зборів. Найбільш високі показники як загальної, так і спеціальної працездатності фіксували у середині ігрового сезону, коли спортсмени прибували до лав національної збірної після проведення матчів внутрішньої дитячо-юнацької ліги. Найбільш низькі результати в тестах спортсмени зазвичай демонструють у період літнього міжсезоння, після тривалого відпочинку та деадаптації внаслідок відсутності адекватних фізичних навантажень. З подібною проблемою фахівці постійно зіштовхуються під час

проведення безпосередньої підготовки національних збірних до міжнародних змагань.

Важливим є також вивчення багаторічної динаміки приросту результатів під час складання контрольних тестових завдань (рис. 7.6). Такі дані дозволяють наочно побачити довготривалий прогрес спортсмена та спрогнозувати його подальші перспективи.

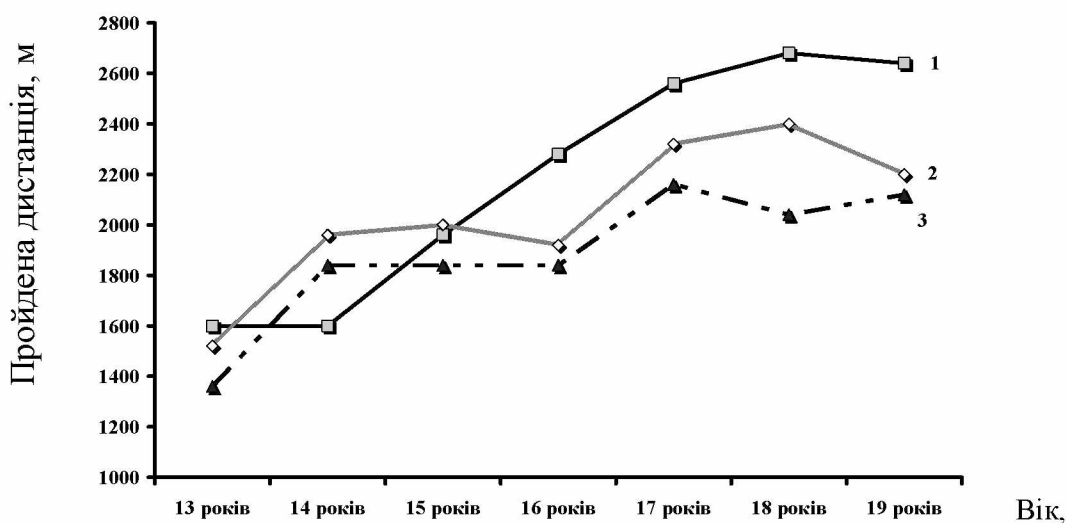


Рис. 7.6. Індивідуальна динаміка результатів складання багатоступінчастого тесту Yo-Yo (RL1) баскетболістами юнацьких збірних України (юнаки):

1 – захисник; 2–3 – форварди

Окрім цього, індивідуальні параметри різних сторін підготовленості найсильніших баскетболістів (які у підсумку потрапили до головної команди країни) можуть бути у майбутньому використані як своєрідний орієнтир для наступних поколінь гравців юнацьких збірних.

7.3. Аналіз і оцінка змагальної діяльності баскетболістів юнацьких національних збірних команд

Одним із найбільш різнопланових та складних у методичному плані елементів комплексного контролю є контроль змагальної діяльності баскетболістів. Гравці виконують велику кількість різноманітних техніко-тактичних дій протягом матчу та постійно взаємодіють із партнерами по

команді. При цьому підсумковий результат команди не завжди є тим інформативним та надійним критерієм який свідчить про ефективність змагальної діяльності окремих її гравців.

Сьогодні можна зустріти різні варіанти контролю та оцінювання змагальної діяльності в баскетболі, кожен із яких має власні сильні та слабкі сторони. Одним із найбільш розповсюджених можна вважати варіант, пов'язаний із використанням даних офіційних протоколів ігор (статистичний протокол), в яких фіксується ефективність виконання спортсменами різноманітних техніко-тактичних дій (відсоток реалізації кидків, набрані очки, підбирання м'яча, результативні передачі та ін.).

Такий аналіз сьогодні здійснюють фахівці FIBA та публікують під час кожного матчу молодіжних та національних збірних команд з баскетболу. Наявність індивідуальних та групових модельних характеристик за окремими техніко-тактичними діями дозволяє об'єктивно співставляти ефективність дій кожного гравця та команди в цілому і здійснювати оперативний та поточний контроль змагальної діяльності. З метою інтегрального оцінювання техніко-тактичної діяльності прийнято використовувати спеціальні математичні формули, які дозволяють розрахувати індекси ефективності (EFF) змагальної діяльності як окремих гравців, так і команди в цілому.

Суттєвим недоліком подібного підходу, на наш погляд, можна вважати той факт, що підсумкові показники техніко-тактичної діяльності не відображають усього комплексу складних організаційно-тактичних дій, які постійно виконують спортсмени протягом матчу та турніру. Саме тому, об'єктивні статистичні дані техніко-тактичної діяльності гравців молодіжних збірних команд повинні обов'язково доповнитися аналізом інших, важливих для ігрової діяльності параметрів, які в переважній більшості випадків мають суб'єктивних характер і часто залишаються поза увагою фахівців.

Особливого значення такий підхід набуває для баскетболістів юнацьких вікових категорій, які часто мають нестабільні показники змагальної діяльності

та не завжди за своїми статистичними параметрами можуть відповідати модельним характеристикам гравців збірних.

Значна увага, на думку тренерів збірних, повинна бути спрямована на аналіз ефективності прийняття ігрових рішень молодими баскетболістами, адекватне оцінювання різноманітних змагальних ситуацій та поведінку в складних умовах відповідальних відрізків гри. Адже раціональність прийняття ігрових рішень не завжди супроводжується їх підсумковою ефективністю, особливо в молодому віці.

Окрім аналізу якісних характеристик змагальної діяльності значну увагу слід приділяти дослідженню кількісних параметрів, які характеризують ігрові навантаження (зовнішні) баскетболістів юнацьких збірних команд протягом певного циклу підготовки (кількість проведених матчів та ігрового часу на майданчику, щільність ігрових навантажень та ін.). Загальний контроль змагальної діяльності юнацьких збірних умовно можна розподілити на аналіз командних та індивідуальних кількісно-якісних дій (рис. 7.7).

Особливого значення контроль кількісних параметрів змагальної діяльності набуває під час безпосередньої підготовки збірної до офіційних міжнародних змагань. Команда повинна провести оптимальну кількість підготовчих та контрольних зустрічей, а основні гравці мають отримати достатній ігровий час для формування необхідної специфічної ігрової підготовленості. В умовах фрагментарної моделі централізованої підготовки важливим є здійснення контролю змагальної діяльності гравців збірних під час виступів у власних клубних командах.

Головну увагу необхідно при цьому акцентувати на достатній кількості ігрового часу, проведеного збірником на майданчику, та кількості проведених матчів протягом ігрового сезону. Розвиток та впровадження сучасних інформаційних технологій в процес підготовки спортсменів в ігрових видах спорту дозволяє отримувати недоступну раніше інформацію, яка характеризує важливі кінематичні параметри рухової діяльності команди та окремих гравців під час матчу.

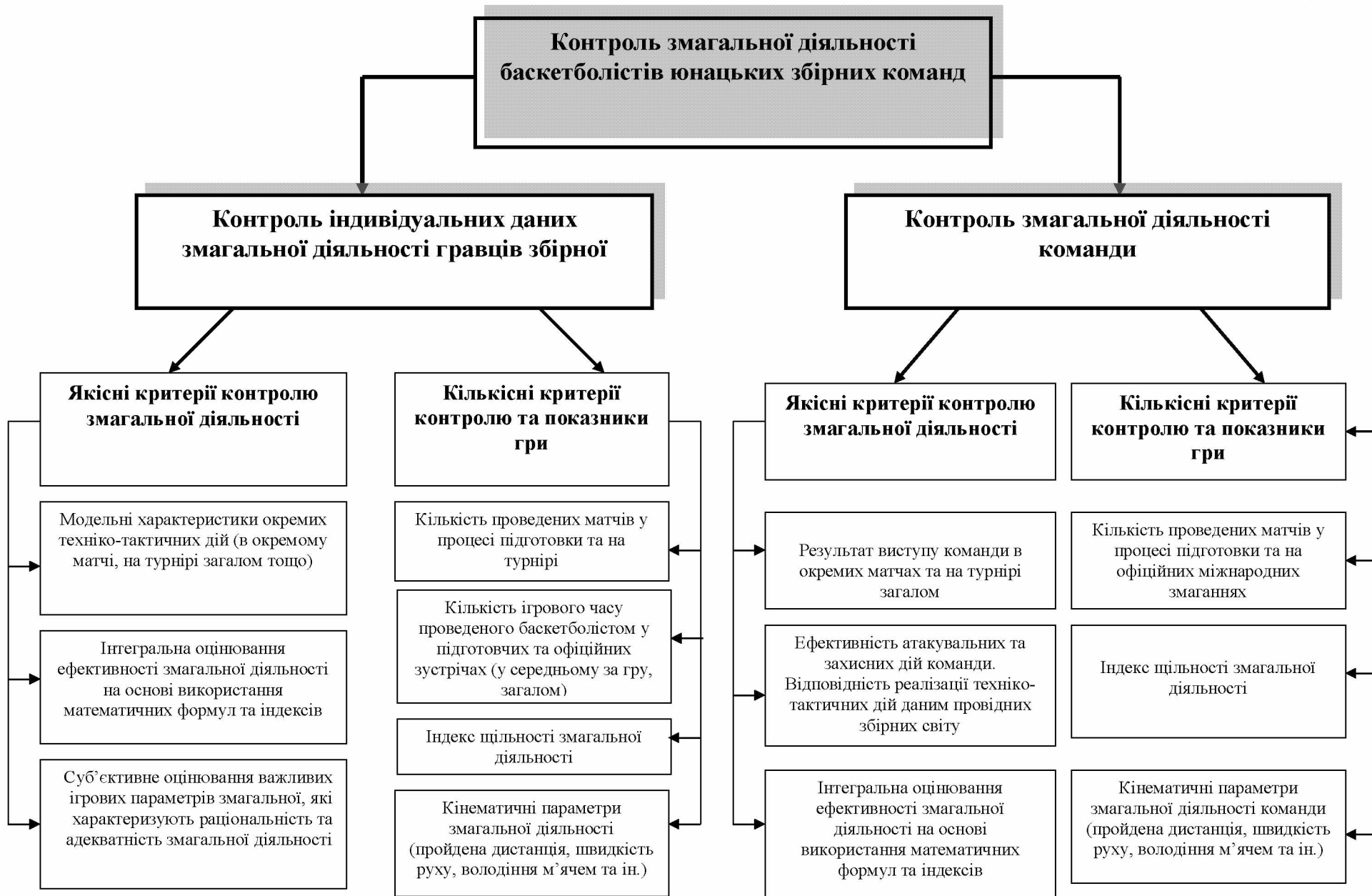


Рис. 7.7. Критерії та напрями контролю змагальної діяльності юнацьких баскетбольних збірних команд

Інформація, яка отримується завдяки сучасним системам GPS-телеметрії дозволяє фактично повністю відтворити змагальні дії спортсменів, а в деяких випадках і порівняти дані власної команди із аналогічними показниками команди-суперника. Такий розгорнутий аналіз змагальної діяльності дозволяє визначити сильні та слабкі ланки в структурі змагальної діяльності як в окремо взятому матчі, так і на турнірі загалом.

Так, наприклад, візуалізація карти кидків дає можливість порівняти збірні під час очного протистояння в цьому компоненті гри і визначити найбільш ефективні зони здійснення атаквальних дій кожною командою (рис. 7.8).

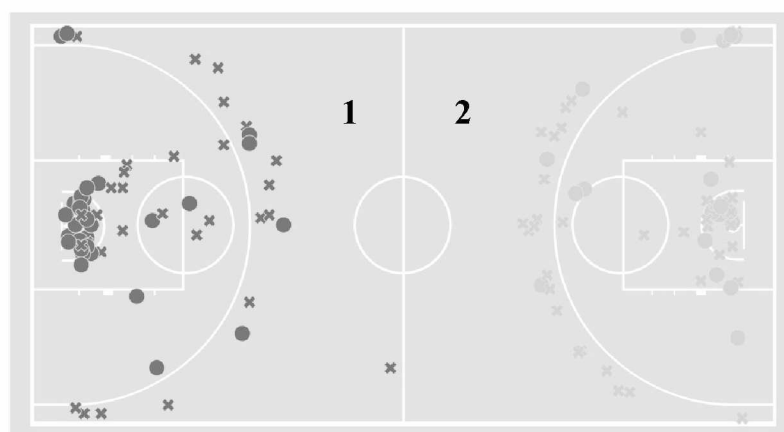


Рис. 7.8. Карта кидків молодіжних національних збірних команд України та Ізраїлю U 20 під час очного протистояння на чемпіонаті Європи 2021 р.:

1 – Ізраїль, 2 – Україна; • – влучні кидки; x – невлучні кидки

Окрім вирішення завдань контролю за власною змагальною діяльністю, ці дані також можуть бути використані й під час підготовки до майбутніх ігор проти конкретного суперника (елемент скаутингу). Аналогічно можуть бути представлені й індивідуальні дані змагальної діяльності окремих баскетболістів збірної, які дозволяють побачити з яких пріоритетних зон виконувались влучні та невдалі спроби кидків у матчі (рис. 7.9).

Специфіка багатьох ігрових видів спорту дозволяє на основі цієї інформації здійснювати достатньо ефективне оперативне управління змагальною діяльністю власної команди безпосередньо під час участі у грі (під час тайм-

аутів, перерв, тощо). У баскетболі, наприклад, така інформація доступна тренерському штабу після кожної чверті зустрічі.

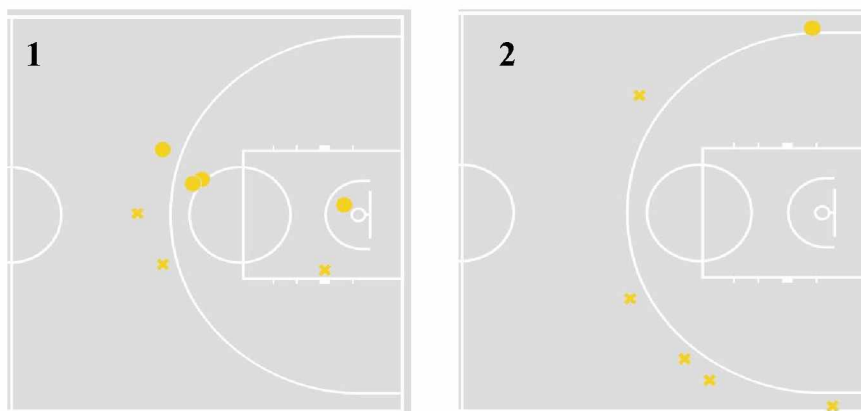
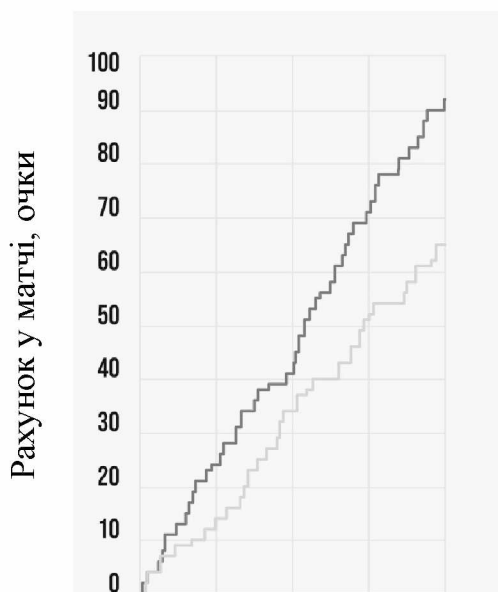


Рис. 7.9. Карта кидків захисників молодіжної національної збірної України U 20 в одному із матчів чемпіонату Європи 2021 р.:

1 – О. К-яр; 2 – І. З-ць; • – влучні кидки; x – невлучні кидки

Важливим є також аналіз різноманітних ігрових показників команди в нападі та захисті, які можуть свідчити про переваги та недоліки в певному компоненті гри (рис. 7.10). Добре відомо, що одним із найефективніших варіантів організації атаквальних дій команди є швидкий прорив, який здійснюється при кількісній перевазі гравців нападу та практично не залишає шансів супернику для організованого захисту. Перевага однієї із команд у цьому компоненті гри може мати вирішальне значення для підсумкового результату зустрічі. Важливим є також аналіз дій запасних гравців команди. Невдалий вихід у гру баскетболістів запасу може спричинити значний ривок суперника, який буде важко невілювати гравцям основного складу, особливо під час рівного протистояння.

Нездатність запасних гравців рівноцінно замінити провідних баскетболістів змушує тренера тримати на майданчику останніх, що призводить до значного перенавантаження та нерівноцінного розподілу ігрового часу між гравцями команди в матчі та на турнірі. Найчастіше в постійній ротатії баскетбольної команди перебувають 8–10 гравців, які мають бути готовими до демонстрації високих спортивних результатів у будь-який відрізок гри.



Ізраїль	Ігрові параметри	Україна
23	Очки після перехоплень	12
21	Очки в швидкому прориві	9
9	Очки другого шансу	0
52	Очки у «фарбі» (три секундна зона)	20
47	Очки гравців запасу	27
29	Найбільший відрив у рахунку	2
8-0	Найбільший ривок у матчі	7-0
37:50	Час лідерства у матчі	0:16

Рис. 7.10. Статистичні параметри змагальної діяльності молодіжних національних збірних команд України та Ізраїлю U 20 під час очного протистояння на чемпіонаті Європи 2021 р.

Контроль змагальної діяльності юнацьких національних збірних команд повинен здійснюватись на всіх ланках та етапах багаторічного вдосконалення. Етапний контроль при цьому пов'язаний із вивченням багаторічної динаміки показників змагальної діяльності баскетболістів, починаючи від кадетських вікових категорій і закінчуючи виходом молодих спортсменів на рівень спорту вищих досягнень (молодіжна та національна збірна). Поточний має забезпечувати надходження важливої інформації в процесі безпосередньої підготовки збірної до змагань та під час участі в міжнародному турнірі. Оперативний контроль, у свою чергу, дозволяє отримувати термінові дані ключових параметрів змагальної діяльності команди та її спортсменів під час участі в грі.

Багаторічні спостереження за індивідуальною динамікою змагальної діяльності можуть стати ефективним критерієм для визначення стратегічної перспективності учасників проекту централізованої підготовки національних

збірних. Відповідність гравця еталонним показникам змагальної діяльності в рамках своєї вікової категорії та ампула може бути одним із важливих критеріїв подальшого прогнозу його успішності в спорті вищих досягнень (особливо в старших вікових категоріях U 18–U 20). Використовувати з цією метою результати змагальної діяльності в матчах національної першості або підготовчих чи контрольних ігор збірної недоцільно. Об'єктивний аналіз динаміки змін техніко-тактичної діяльності гравця можливий лише за умови співставлення індивідуальних даних під час участі в офіційних міжнародних змаганнях (вплив фактора «протиборчої сторони»).

Окрім цього подібний аналіз дозволяє побачити багаторічні зміни в індивідуальній структурі техніко-тактичної діяльності конкретного спортсмена та виявити можливий вплив більш складних умов змагальної діяльності в старших вікових категоріях. Опосередковано ці зміни можуть бути підтвердженими завдяки використанню більш складних і точних математичних методів обробки статистичних даних (факторний, регресійний аналіз тощо).

Подібний аналіз може також бути здійснено і для визначення провідних факторів у структурі змагальної діяльності різних вікових категорій збірних (вітчизняних, провідних зарубіжних). Однак, як вже зазначалось раніше, використання офіційних статистичних параметрів техніко-тактичної діяльності дозволяє відобразити лише обмежений компонент складної системи змагальний дій.

Такий підхід дозволить не тільки визначити провідні ланки в структурі індивідуальної змагальної діяльності, а й надасть можливість розкрити їх внутрішньофункціональні взаємозв'язки (табл. 7.2).

Факторний аналіз індивідуальної структури змагальної діяльності двох центрових гравців молодіжної національної збірної команди України з баскетболу U 20

Техніко-тактичні дії	Фактор		
	1	2	3
Ігровий час, хв	0,813	0,379	0,383
Влучні кидки у матчі, кількість	0,803	0,373	0,433
Кількість кидків у матчі	0,871	0,307	0,344
Відсоток влучань в грі	0,341	0,255	0,870
Кількість двоочкових влучань	-0,103	-0,887	-0,152
Кількість двоочкових спроб	-0,053	-0,865	-0,320
Відсоток двоочкових	-0,315	-0,684	0,081
Кількість триочкових влучань	0,779	0,430	0,427
Кількість триочкових спроб	0,832	0,387	0,358
Відсоток триочкових	0,349	0,183	0,879
Штрафні кидки, влучання	0,651	0,622	0,328
Штрафні кидки, спроби	0,648	0,644	0,248
Відсоток влучань штрафних	0,383	0,057	0,846
Підбирання м'яча у нападі	0,686	0,321	0,522
Підбирання м'яча у захисті	0,847	-0,233	0,303
Загальна сума підбирань м'яча	0,850	-0,018	0,417
Результативні передачі м'яча	0,698	0,070	0,417
Перехоплення м'яча	0,619	0,370	0,468
Блок-шоти м'яча	0,824	0,362	0,195
Втрати м'яча	0,858	0,431	0,051
Персональні зауваження (фоли)	0,702	0,461	0,433
Набрані очки в матчі	0,791	0,418	0,414
Загальна дисперсія фактора	10,019	4,622	4,640
Відсоткова частка	45,5	21,0	21,1

Техніко-тактичні дії	Фактор		
	1	2	3
Ігровий час, хв	0,675	0,713	0,029
Влучні кидки у матчі, кількість	0,839	0,503	-0,119
Кількість кидків у матчі	0,790	0,544	-0,084
Відсоток влучань в грі	0,873	0,249	-0,063
Кількість двоочкових влучань	0,096	0,047	0,978
Кількість двоочкових спроб	-0,082	0,046	0,967
Відсоток двоочкових	0,800	0,026	0,374
Кількість триочкових влучань	0,799	0,480	-0,321
Кількість триочкових спроб	0,764	0,496	-0,340
Відсоток триочкових	0,735	0,210	0,082
Штрафні кидки, влучання	0,607	0,708	-0,260
Штрафні кидки, спроби	0,565	0,747	-0,246
Відсоток влучань штрафних	0,924	-0,057	0,084
Підбирання м'яча у нападі	0,233	0,833	-0,166
Підбирання м'яча у захисті	0,624	0,684	0,244
Загальна сума підбирань м'яча	0,579	0,761	0,168
Результативні передачі м'яча	0,726	0,536	-0,127
Перехоплення м'яча	0,215	0,824	0,275
Блок-шоти м'яча	0,116	0,885	0,088
Втрати м'яча	0,419	0,774	-0,380
Персональні зауваження (фоли)	0,052	0,844	0,082
Набрані очки в матчі	0,785	0,591	-0,097
Загальна дисперсія фактора	8,666	7,860	2,793
Відсоткова частка	39,4	35,7	12,7

Поточний контроль змагальної діяльності, у свою чергу, забезпечує отримання даних щодо динаміки виступів гравців і команди на офіційних міжнародних змаганнях (рис. 7.11).

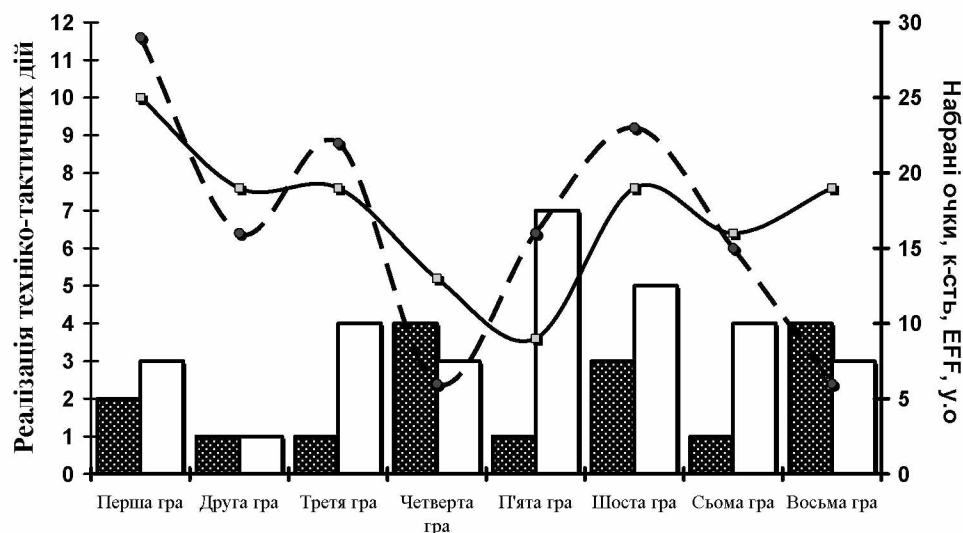


Рис. 7.11. Індивідуальна динаміка показників змагальної діяльності баскетболіста юнацької збірної команди України (U 18) на чемпіонаті Європи 2019 р.:

■ – втрати м'яча; □ – результативні передачі; —□— – набрані очки; —●— – EFF, у.о.

Потрібно розуміти, що отримана варіативність індивідуальних та командних даних може бути обумовлена не стільки результатом власних дій на майданчику, скільки рівнем майстерності команди-суперника. Під час аналізу та інтерпретації поточних даних змагальної діяльності обов'язково потрібно враховувати силу суперника, з яким здійснювалось протистояння на різних етапах турнірного шляху збірної.

7.4. Контроль антропометричних даних, складу тіла та психологічної підготовленості баскетболістів юнацьких національних збірних команд

Одним із ключових завдань комплексного контролю є врахування динаміки змін морфологічних даних, психологічного і психофізіологічного стану та інших важливих складових підготовленості спортсменів, які значною

мірою впливають на прийняття подальших селекційних рішень та корекцію навчально-тренувального процесу юнацьких національних збірних команд.

Відомо, що антропометричні дані є одним із ключових факторів, який визначає довгострокові перспективи молодих баскетболістів. Вкрай важливо завчасно розгледіти спортсменів, які мають можливість досягти еталонних морфологічних параметрів та постійно демонструють позитивну динаміку збільшення тотальних розмірів тіла. Особливо це стосується гравців лінії нападу («важких форвардів» та центрових). Важливо постійно здійснювати моніторинг приросту антропометричних даних, адже саме вони передусім будуть впливати на остаточний вибір ігрового амплуа та пріоритетні напрями використання індивідуальних можливостей конкретного спортсмена в загальному тактичному рисунку гри команди.

Досить поширеною сьогодні помилкою можна вважати передчасну орієнтацію більш біологічно зрілих баскетболістів на позиції гравців атакуючої ланки. Спортсменів прискороного біологічного розвитку, які мають найвищі показники зросту в 14–15 років, використовують переважно тренерами для гри під кошиком, що значно звужує арсенал їхніх майбутніх ігрових дій та фактично позбавляє шансів потрапити на рівень спорту вищих досягнень. Після настання біологічної зрілості такі спортсмени найчастіше вимушені припинити свою участь у централізованому проєкті юнацьких збірних, і однією із причин цього є помилкова ігрова орієнтація та передчасне звуження спектра ігрових дій без урахування довгострокових прогнозів індивідуального розвитку організму кожного спортсмена.

Протягом усього періоду підготовки юнацьких збірних команд спостерігається прогресивне зростання показників довжини тіла баскетболістів (рис. 7.12). Після завершення централізованої підготовки молоді гравці за окремими антропометричними параметрами (довжина тіла, розмах рук тощо) досягають показників, характерних для спортсменів високого класу.

На відміну від юнаків, у дівчат відмічається значне уповільнення приросту ростових даних вже починаючи з 15-річного віку, що обумовлено

більш раннім статевим дозріванням жіночого організму. Хлопці в окремих випадках (уповільнений варіант біологічного розвитку) демонстрували позитивну динаміку майже до 18–19-річного віку.

Істотне збільшення показників зросту юнацьких команд (U 18) порівняно із кадетськими збірними (U 15–U 16) обумовлено також тим, що після проведення першого міжнародного чемпіонату майже половина гравців кадетської збірної не потрапляє на наступний етап централізованої підготовки. У переважній більшості випадків це спортсмени, які мали прискорений варіант біологічного розвитку і вичерпали свої можливості для подальшого вдосконалення і конкурентної боротьби з тими гравцями, які продовжують активно зростати і розвиватися.

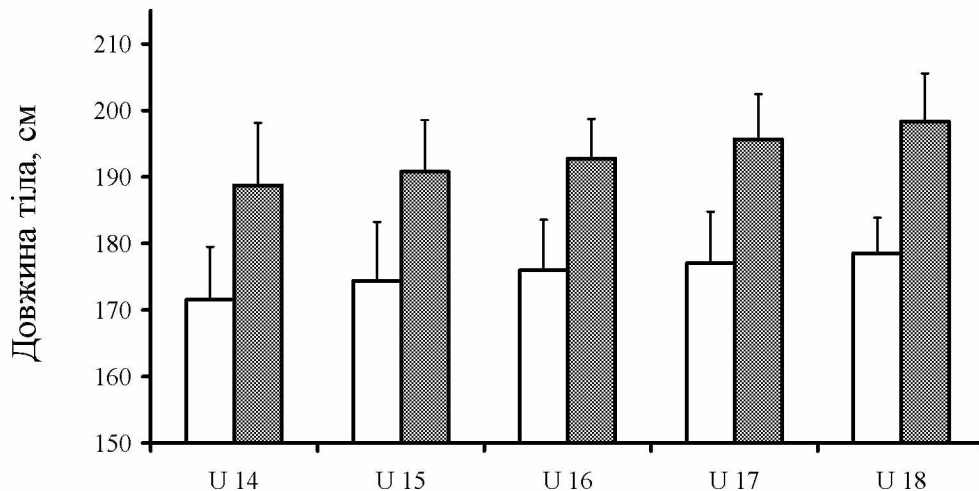


Рис. 7.12. Динаміка вікових змін показників довжини тіла баскетболістів юнацьких збірних команд:

□ – жіночі збірні; ■ – чоловічі збірні

Визначення темпу біологічного розвитку кожної дитини та динаміки змін антропометричних даних дозволяє завчасно оптимізувати процес багаторічної підготовки та встановити стратегічну функцію кожного спортсмена в процесі централізованої підготовки. Спортсмени з прискореним біологічним розвитком можуть відігравати важливу проміжну роль для становлення талановитих та стратегічно перспективних баскетболістів, яким потрібно на ранніх етапах створити сприятливе стимулююче середовище. Такий підхід сьогодні широко практикується в багатьох національних збірних. Тимчасові антропометричні та

фізичні переваги більш біологічно зрілих дітей використовують при такому підході як своєрідний плацдарм для поступової підготовки дійсно перспективних гравців, які проявляють себе в більш пізньому віці на рівні молодіжних збірних команд (U 18–U 20).

Більш точну інформацію надає контроль індивідуальної динаміки багаторічних змін важливих антропометричних параметрів на різних етапах підготовки в лавах юнацьких збірних (рис. 7.13). На представленому рисунку можна побачити класичний варіант збільшення показників зросту для баскетболістів з прискореним та нормальним (або уповільненим) темпом біологічного розвитку. Форварди, які мали приблизно однакові показники зросту на початку підготовки в складі кадетської збірної (U 14), вже на рівні юнацької збірної (U 18) мали досить серйозні відмінності (10–15 см).

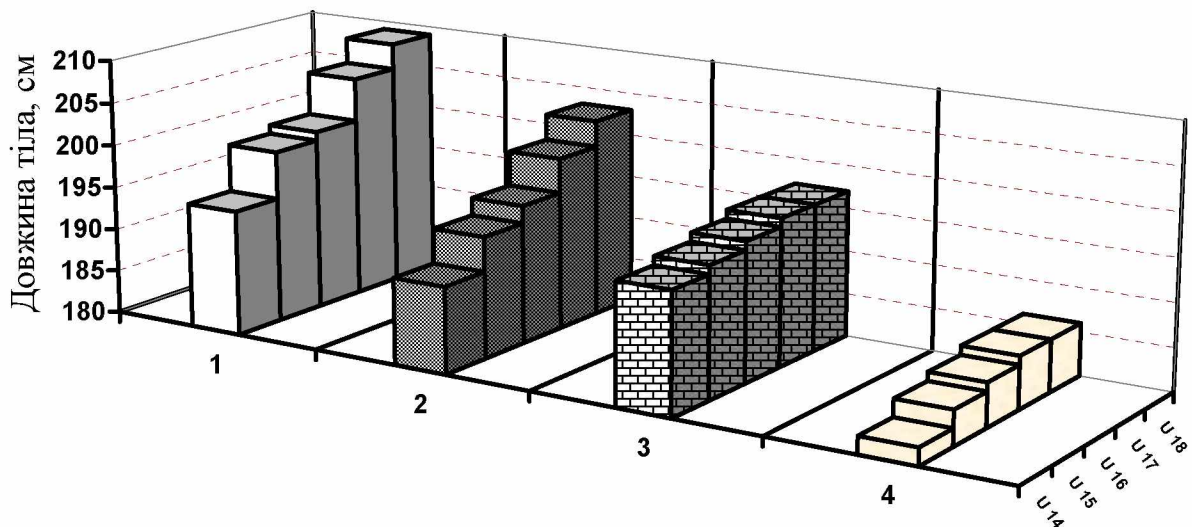


Рис. 7.13. Індивідуальна динаміка показників довжини тіла баскетболістів юнацьких збірних команд України (U 14–U 18):

1–2 – баскетболісти з нормальним та уповільненим біологічним розвитком;
3–4 – баскетболісти з прискореним біологічним розвитком (акселерати)

В окремих випадках, протягом чотирирічного періоду перебування у складі юнацьких збірних команд, гравці збільшували показники зросту до 20 см і більше. Схожа індивідуальна динаміка спостерігається і за іншими антропометричними даними (окружність грудної клітини, вага тіла, довжина кисті та стопи та ін.).

Також можна спостерігати лінійне (прогресивне) збільшення показників ваги тіла для баскетболістів національних збірних команд різних вікових категорій (рис. 7.14). І якщо для юнаків збільшення ваги тіла в основному здійснювалось за рахунок частки безжирової маси, то у дівчат цей приріст відбувався на фоні зростання жирової тканини.

Не менш актуальним є моніторинг ваги тіла на етапі безпосередньої підготовки до головних змагань. Особливо це стосується спортсменів старших вікових категорій. Тривала пауза після закінчення ігрового клубного сезону дуже часто супроводжується суттєвою деадаптацією та збільшенням ваги тіла. Стислі терміни безпосередньої підготовки до змагань в ігрових видах спорту зазвичай не дозволяють додатково вирішувати завдання корекції ваги тіла, а значні фізичні навантаження, з яких найчастіше розпочинається безпосередня підготовка до міжнародного турніру, суттєво підвищують ризик отримання травм та пошкоджень для не підготовлених гравців.

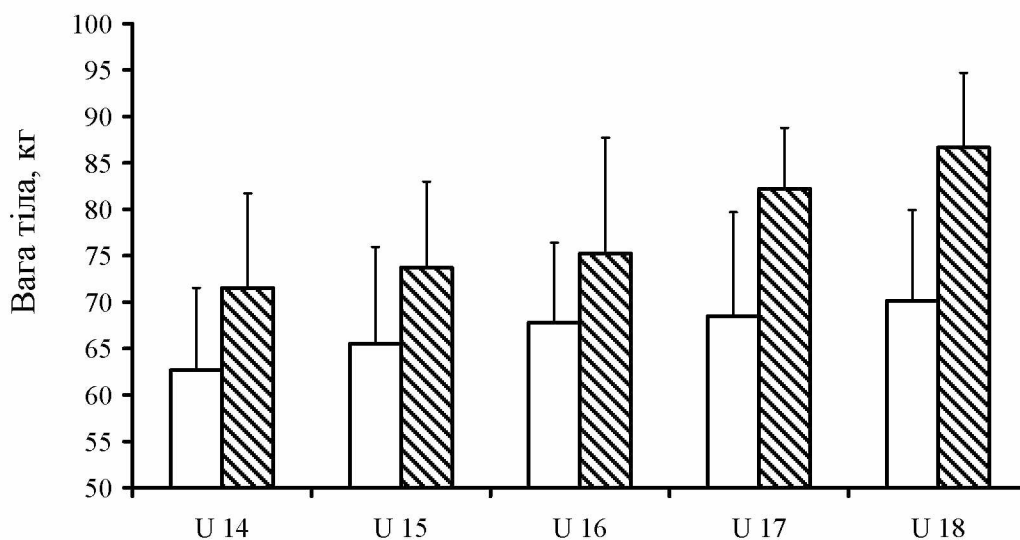


Рис. 7.14. Динаміка вікових змін показників ваги тіла баскетболістів юнацьких збірних команд:

□ – жіночі збірні; ▨ – чоловічі збірні

Важливим є отримання регулярної інформації щодо динаміки змін ваги тіла, співвідношення жирової та м'язової маси тіла протягом різних тренувальних циклів (мікроциклів, мезоциклів). Ці показники можуть

опосередковано свідчити про адекватність адаптаційних реакцій організму та формування необхідного рівня тренуваності, попереджати несприятливі стани тощо. В процесі подібного контролю обов'язково потрібно враховувати індивідуальні особливості конкретного спортсмена та оптимальні для нього параметри показників ваги тіла та співвідношення основних елементів (м'язова маса, жирова та ін.). Поточний контроль у даному випадку може здійснюватись як після завершення окремих структурних утворень підготовки (втягуючий, спеціальний, предзмагальний цикл), так і після закінчення серії тренувальних днів і занять (мікроцикли) з метою більш оперативного реагування на зміни, які відбуваються в організмі спортсменів, та їх подальшої корекції.

Значний резерв під час підготовки національних збірних команд полягає у використанні сучасних засобів контролю психологічного та психофізіологічного стану спортсменів, визначенні їхнього впливу на ефективність тренувальної та змагальної діяльності як окремих гравців, так і команди в цілому, пошуку ефективних шляхів для подальшої корекції та вдосконалення тренувального процесу і змагальної діяльності.

Даний напрям підготовки в багатьох ігрових видах спорту є одним із найменш досліджуваних та систематизованих. Навіть той фрагментарний контроль психологічної підготовленості, який ми здійснювали під час багаторічної підготовки баскетболістів юнацьких збірних, показав, наскільки важливими можуть бути ці дані для розуміння тих змін, які спостерігають тренери під час тренувальної і змагальної діяльності власних спортсменів.

Перспективним напрямом психологічного контролю може бути діагностика внутрішньокмандної єдності та згуртованості, особливо напередодні участі у відповідальних змаганнях. Відсутність порозуміння гравців між собою і з тренерським штабом у більшості випадків призводить до розбалансування складного механізму командної гри та подальших невдалих виступів у відповідальних змаганнях (табл. 7.3). Важливим є завчасне виявлення можливих негативних тенденцій та їх своєчасне усунення.

Рівень групової згуртованості баскетболістів юнацьких національних збірних команд України різних вікових категорій (за методикою К. Сишора)

Вікова категорія збірної	Критерії згуртованості, ум.од.					Загальний індекс
	Належність до команди	Перехід в іншу команду	Відношення між гравцями збірної	Відношення до тренера	Відношення до тренувань у команді	
U 15 (n=20)	4,57±0,51	3,71±1,13	2,14±0,66	2,57±0,52	2,42±0,75	15,42±1,55
U 16 (n=18)	4,23±0,92	3,53±1,61	2,30±0,63	2,15±0,37	2,61±0,65	14,84±2,76
U 18 (n=18)	4,38±0,65	4,15±0,80	3,38±0,76	4,07±0,86	3,61±0,96	19,38±2,69

7.5. Контроль адаптаційних реакцій баскетболістів на тренувальні та змагальні навантаження в процесі цілеспрямованої підготовки юнацьких національних збірних

Збільшення обсягів та інтенсивності тренувальних і змагальних навантажень потребує постійного контролю за перебігом адаптаційних реакцій в організмі молодих спортсменів на всіх етапах реалізації централізованої підготовки. Переважна більшість гравців продовжують інтенсивно рости та розвиватися, активно вдосконалюється робота різноманітних органів та систем організму, відбуваються значні гормональні зміни. Різкий приріст довжини тіла дуже часто супроводжується тимчасовим розбалансуванням діяльності серцево-судинної та інших систем організму, а використання в цей період неадекватно великих фізичних навантажень з високою долею вірогідності може призвести до появи патологічних відхилень і стати причиною передчасного завершення підготовки в резервному спорті.

Особливо актуальною ця проблема є на перших етапах підготовки в кадетських вікових категоріях, де фахівці поставлені перед дилемою

необхідності демонстрації високого спортивного результату (який дозволяє зберегти для країни місце в елітному дивізіоні континентальних змагань) та важливості поступового розвитку молодого організму для успішних виступів у спорті вищих досягнень. Цей напрям комплексного контролю, на наш погляд, повинен стати темою для окремих поглиблених досліджень. Важливим є уточнення методологічних основ та структури організації процесу контролю за адаптаційним станом спортсменів як протягом крупних структурних утворень тренувального процесу збірних (багаторічна підготовка, річні цикли), так і під час вирішення поточних та оперативних завдань навчально-тренувального процесу та змагальної діяльності. Потребують систематизації та верифікації рекомендовані сьогодні методи та засоби, що використовуються з метою оцінювання адаптаційних реакцій організму спортсменів (фізіологічні, біохімічні, морфофункціональні та ін.), визначення доцільності та алгоритму (протоколу) їх використання на різних етапах та стадіях підготовки команд та ін.

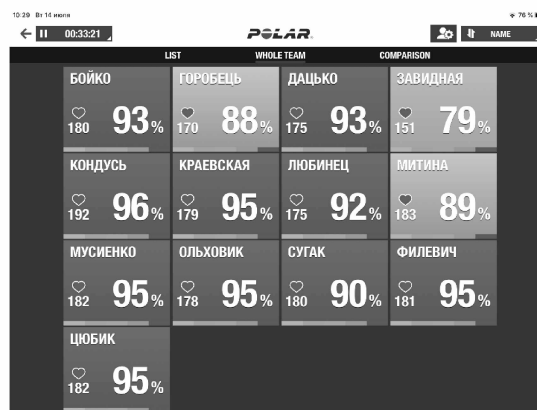
Оцінювання адаптаційних реакцій в процесі підготовки збірних доцільно здійснювати за тренувальними та змагальними навантаженнями (рис. 7.15). Етапний контроль дозволяє виявляти адекватність протікання довгострокової адаптації у відповідь на інтенсифікацію тренувального процесу в більш старших вікових категоріях збірних (використання методів вектор-кардіографії, ЕКГ та ін.). Інформативним є метод радіотелеметричної пульсометрії, який дозволяє фактично в режимі реального часу спостерігати за реакцією серцево-судинної системи на навантаження, визначати динаміку термінової адаптації та швидкість відновлення спортсменів. У практиці підготовки в спортивних іграх сьогодні використовуються командні системи моніторингу «Polar Team», «Catapult Sport» та ін., які дозволяють спостерігати за поведінковими реакціями всіх гравців команди одночасно (рис. 7.16).



Рис. 7.15. Актуальні напрями контролю адаптаційних реакцій в процесі централізованої підготовки юнацьких національних збірних команд



Підключення і налаштування датчиків



Візуалізація персональних пульсових даних гравців збірної України в он-лайн режимі на екрані монітора

Рис. 7.16. Фрагмент контролю реакції організму баскетболістів національних збірних команд України на тренувальні навантаження за допомогою командної системи Team Polar

Тренувальний процес професійних команд в ігрових видах спорту практично неможливо уявити без використання систем моніторингу реакції організму на навантаження. Подібний контроль дає змогу отримати до ста окремих показників, які відображають різні параметри внутрішньої (ЧСС, варіаційна пульсометрія, індекси втоми та ін.) та зовнішньої сторони навантажень (загальна пройдена дистанція, швидкість руху, кількість прискорень та ін.).

У деяких ігрових видах спорту (футбол та ін.) системи командного моніторингу вже сьогодні постійно використовують під час участі в офіційних іграх, що дозволяє отримати безцінну за своєю значущістю інформацію для вдосконалення майбутнього тренувального процесу та прийняття оперативних управлінських рішень безпосередньо під час змагальної діяльності (заміни тощо). Аналіз змагальної діяльності здійснюється не лише за якістю техніко-тактичної діяльності, а й за виконаним обсягом роботи на майданчику та отриманими фізичними навантаженнями.

У процесі підготовки юнаків такий підхід дозволяє оперативно реагувати на зміни функціонального стану та попереджати можливі негативні наслідки реакції на тренувальні та змагальні навантаження (рис. 7.17). Подібний експериментальний підхід було використано свого часу нами під час участі кадетської національної збірної команди України з баскетболу (U 16) в серії підготовчих міжнародних ігор. Щільний графік змагальної діяльності (п'ять ігор за три дні) вимагав раціонального розподілу ігрового часу між всіма гравцями команди для збереження працездатності протягом участі в турнірі.

Тренерському штабу збірної було запропоновано здійснювати примусові заміни гравців, які тривалий час у матчі знаходились в максимальній зоні інтенсивності (за ЧСС) та не демонстрували позитивну динаміку відновлення у паузах відпочинку. Такий підхід призвів до приблизно рівноцінного розподілу ігрових хвилин між гравцями та дозволив зберегти своєрідну «функціональну свіжість» протягом усього турніру.

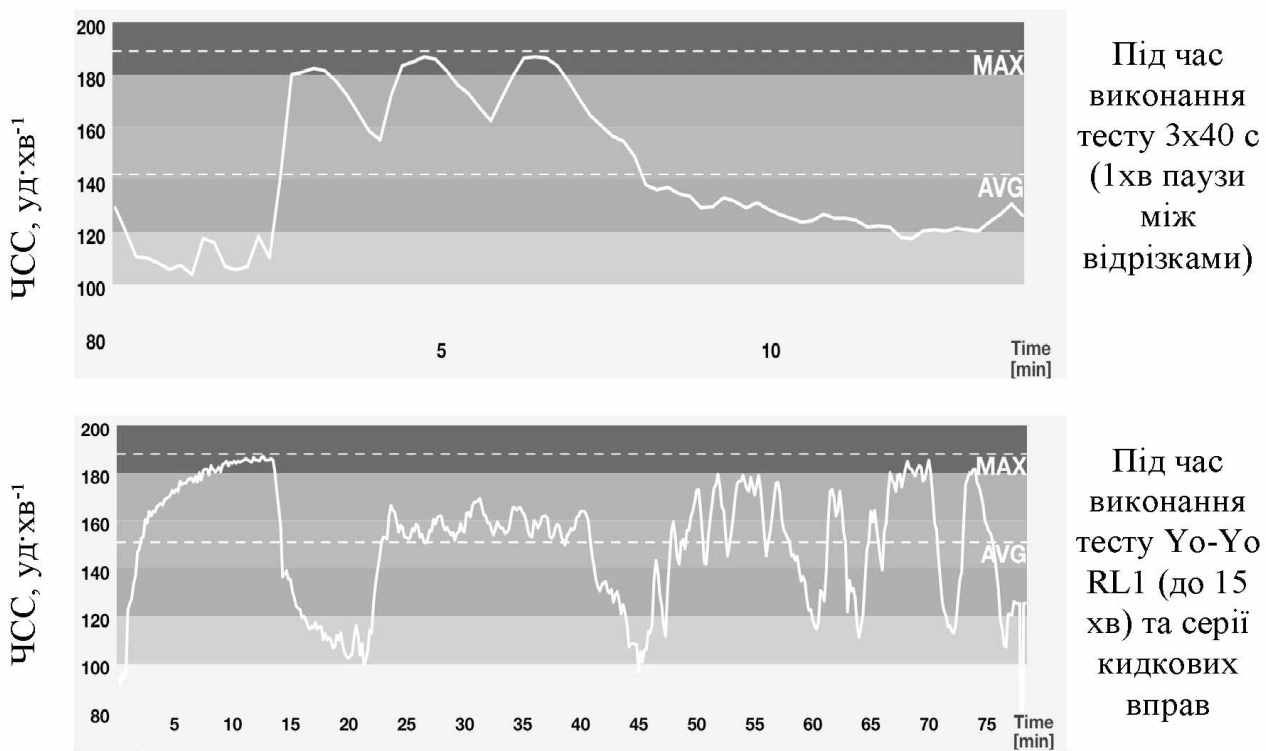


Рис. 7.17. Фрагменти контролю реакції організму баскетболістів юнацьких збірних команд на тренувальні навантаження (за ЧСС уд·хв⁻¹)

Однак при цьому спостерігалось певне розбалансування тактичного рисунку гри та погіршення дій команди після примусової заміни баскетболістів, які відігравали провідну роль у матчі. Найсильніші гравці команди, навіть перебуваючи в стані явної втоми, дуже часто демонстрували більш якісну та надійну гру, ніж запасні баскетболісти, які виходили на майданчик відпочившими. Механізм ротації гравців потребує врахування багатьох факторів, які впливають на змагальну діяльність. Одним із них безумовно, можна вважати функціональний стан та рівень втоми конкретних гравців команди.

Важливим є також здійснення поточного контролю адаптаційних реакцій на різних етапах підготовки збірної. Такий контроль дозволяє спостерігати динаміку реакції організму на заплановані фізичні навантаження протягом мікроциклів, мезоциклів та ін. (табл. 7.4).

Контроль фізичних навантажень баскетболіста молодіжної національної збірної (U 20) за показниками ЧСС в рамках ударного мікроциклу підготовки, хв

Зона ЧСС	Дні ударного мікроциклу						У середньому за цикл, хв
	1	2	3	4	5	6	
90 – 100 % max	20,12	22,12	24,38	21,18	26,58	30,17	24,09±3,77
89 – 80 % max	45,34	43,5	38,00	45,13	41,14	37,12	41,70±3,55
79 – 70 % max	40,12	37,6	44,45	38,51	39,15	45,61	40,90±3,31
69 – 60 % max	24,11	27,1	32,01	20,24	22,3	24,56	25,05±4,11
Нижче 60 %	51,2	48,01	41,17	56,02	45,09	43,14	47,43±5,50

Так, наприклад, під час планування ударних мікроциклів підготовки збірних важливим є виконання специфічних фізичних навантажень у максимальних (ігрових) зонах інтенсивності (90–100 % max). Робота, яка здійснюється в інших режимах інтенсивності, не дозволяє забезпечувати формування необхідних адаптаційних реакцій для приросту тренуваності та прояву відставленого тренувального ефекту. Навіть значні обсяги навантажень не можуть вирішити цього завдання.

Запланована (для даного циклу підготовки) реакція організму спортсменів на навантаження та їх раціональне дозування протягом різних структурних утворень значно підвищують ефективність управління тренувальним процесом та забезпечують необхідні умови виходу команди на «пік спортивної форми» до відповідальних змагань.

Одним із важливих напрямів контролю адаптаційного стану організму спортсменів є визначення стрес-реакції на фізичні та психоемоційні навантаження.

Використання методу варіаційної пульсометрії дозволяє визначити домінуючий контур регуляції серцевого ритму спортсмена (симпатичний або парасимпатичний) та надає змогу протягом тривалого періоду часу

спостерігати динаміку змін в регуляції серцевого ритму під впливом інтенсивних тренувальних та змагальних навантажень.

Такий підхід ми використовували під час безпосередньої підготовки юнацьких збірних команд до офіційних міжнародних змагань. Перманентний контроль індексу напруження за Р. М. Баєвським (ум.од.), надав можливість спостерігати різні варіанти реакції організму молодих спортсменів на інтенсифікацію тренувальних навантажень (рис. 7.18).

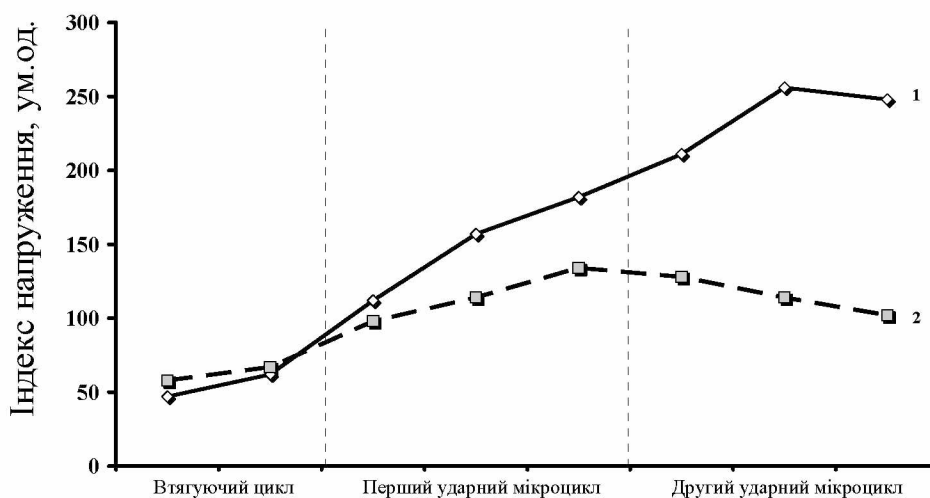


Рис. 7.18. Контроль адаптаційних реакцій баскетболістів юнацьких збірних команд (U 20) під час безпосередньої підготовки до міжнародних змагань: 1 – О. К-ий (форвард); 2 – Л. К-ий (захисник)

Звичайно, своєчасне виявлення неадекватної реакції дозволяє оперативно попередити явище переадаптації окремих гравців команди. Однак проблема в даному випадку полягає в тому, що спортсмени, яким рекомендовано знизити обсяги тренувальних навантажень через перенапруження, можуть відгравати ключову роль у грі команди. Навіть тимчасове їх вибування із тренувального процесу вкрай негативно позначається на загальній підготовці колективу.

Схожа проблема виникає і під час підготовки жіночих збірних. Несприятливі для фізичної працездатності спортсменки фази ОМЦ рекомендовано проводити на фоні значного зменшення дози навантажень, однак саме в цей період часу, дуже часто, у команди заплановані ударні

навантаження, які мають створити необхідний функціональний плацдарм для подальшої підготовки. До складу баскетбольної команди входять 12–14 гравців, які мають різні терміни сприятливих та несприятливих фаз працездатності, тому підлаштуватися під індивідуальні потреби кожної з них просто неможливо, особливо в тих випадках, коли потрібно награвати командні взаємодії в специфічних режимах інтервальної роботи напередодні участі у відповідальних змаганнях.

Ще більш складною дана ситуація є під час безпосередньої участі на турнірі. Баскетболістам, які демонструють результативну гру і можуть вплинути на загальний результат команди на турнірі, надається першочергова перевага в іграх попри можливі симптоми перетренованості та мікропошкодження.

Зниження змагальних навантажень для таких спортсменів доцільно планувати в тих іграх, які втратили турнірну значущість, або в тих матчах, доля яких є фактично вже вирішеною.

Пошук та провадження сучасних ефективних методів та засобів комплексного контролю є одним із перспективних напрямів вдосконалення загальної системи централізованої підготовки національних збірних команд. Розглянуті в даному дослідженні варіанти контролю лише вказують можливі шляхи для вирішення цієї проблеми та підкреслюють актуальність пошуку та постійного впровадження новітніх технологій в навчально-тренувальний процес збірних.

Висновки до розділу 7

Ефективність управління підготовкою юнацьких збірних команд залежить від комплексного використання сучасних засобів та методів контролю, постійного вдосконалення механізму зворотних зв'язків між всіма учасниками централізованого проєкту підготовки найближчого резерву.

Контроль якості тренувального процесу юних спортсменів (технологічний контроль), покрокова реалізація стратегічних завдань є

значущими під час фрагментарної (епізодичної) підготовки, за умов якої переважну більшість часу протягом року кандидати у збірну перебувають у власних клубних командах. Для всебічної оцінки потенціалу баскетболіста та визначення його стратегічних перспектив для спорту вищих досягнень запропоновано комплекс інформативних показників та критеріїв підготовленості.

Комплексний контроль здійснюється протягом усього багаторічного циклу підготовки в збірних і вирішує завдання етапного, поточного та оперативного характеру. Створення уніфікованого алгоритму тестування за різними сторонами підготовленості дозволяє здійснити порівняльний аналіз різних поколінь збірних, сформувати модельні характеристики баскетболістів з урахуванням вікової категорії та амплуа тощо. Під час контролю змагальної діяльності враховують весь спектр техніко-тактичних дій, які виконує гравець під час матчу. Для якісного оцінювання змагальних дій юних баскетболістів доцільно використовувати низку суб'єктивних критеріїв, що відображають інтелектуально-ігрові здібності гравця. У процесі здійснення контролю під час формування висновків щодо підсумкової перспективності гравців збірних важливим є врахування темпів біологічного розвитку спортсменів.

Актуальними напрямками використання результатів комплексного контролю в процесі підготовки юнацьких національних збірних команд визначено: 1) аналіз рівня підготовленості кандидата, який прибув у збірну; 2) індивідуалізацію підготовки спортсменів; 3) врахування динаміки змін показників протягом багаторічної підготовки у збірних (багаторічна адаптація); 4) створення модельних параметрів підготовленості гравця збірної з урахуванням ігрової спеціалізації; 5) використання з метою спортивного відбору та орієнтації на основі попереднього врахування спеціальних ігрових здібностей кандидатів; 6) корекцію тренувальних і змагальних навантажень в різних структурних утвореннях процесу підготовки.

Результати даного розділу представлено у роботах автора [15, 18, 29, 30, 32, 35, 37, 40, 52, 54].

РОЗДІЛ 8

АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

Кардинальні зміни, які відбулися за останні 15–20 років у системі спортивних змагань та правилах їх проведення в багатьох ігрових видах спорту, призвели фактично до повного перегляду фундаментальних принципів та технології багаторічної підготовки віддаленого та найближчого резерву. Суттєвого успіху в цьому напрямі досягнули представники західноєвропейських спортивних шкіл та США [273, 348, 349, 504].

Підготовка спортсменів в ігрових видах спорту на сучасному етапі потребує урахування комплексу чинників, що забезпечують спортивний результат. Підготовка гравців у спортивних іграх потребує від тренера вміння працювати з командою, підходити до підготовки з урахуванням індивідуальних особливостей та взаємодії гравців у команді. Для поступового прогресу молодого спортсмена із переважним розвитком ключових якостей та здібностей на кожному із етапів багаторічного вдосконалення необхідно створити умови та забезпечити раціональний перехід із системи дитячо-юнацького спорту, спрямований на створення відповідного конкурентного середовища, адекватного ігровому потенціалу перспективних спортсменів [61, 136, 172].

Фахівці в ігрових видів спорту рекомендують умовно розділити всю систему багаторічної підготовки в дитячо-юнацькому спорті на дві частини, кожна із яких має важливе значення для вирішення певних стратегічних завдань. Перша частина охоплює період підготовки від початку занять спортом до 13–14 років. Тобто, фактично до початку пубертатного періоду та значної трансформації навчально-тренувального процесу у бік збільшення частки тактичної, спеціальної фізичної та інтегральної підготовки. У переважній більшості ігрових видів спорту спостерігається тенденція до більш раннього періоду початку занять, яка не має нічого спільного із ранньої вузькою спеціалізацією та форсуванням тренувального процесу. Складна структура змагальної діяльності в спортивних іграх потребує формування на ранніх

етапах різносторонньої рухової бази (координаційних здібностей, швидкості рухів та ін.) та необхідного технічного фундаменту, який є основою для подальшого ефективного вдосконалення під час вивчення більш складного організаційно-тактичного матеріалу групових та командних взаємодій [427].

Важко не погодитися із думкою багатьох зарубіжних і вітчизняних фахівців [140, 170, 276, 427, 448], які вказують на те, що структура та зміст підготовки дітей в ігрових видах спорту може суттєво відрізнитися від інших видів спорту вже з перших етапів багаторічного вдосконалення. Цей процес має вигляд своєрідної піраміди ігрових знань, вмінь та навичок, які формуються майже з перших занять і поступово розширюються та ускладнюються у більш старших вікових категоріях. Виконання технічних дій супроводжується вирішенням елементарних тактичних завдань (відкривань, переміщень) вже з перших етапів підготовки, адже в ігрових видах спорту ці два компоненти гри є майже нерозривними. Проведені нами дослідження доповнюють та підтверджують ці дані.

Підкреслюється важливість постійного контакту дитини з м'ячем та спрощення умов тренувальної і змагальної діяльності в ранньому віці. В таких умовах юний спортсмен отримує можливість майже постійно перебувати в активній фазі гри та отримувати необхідний досвід для розвитку і вдосконалення своїх можливостей. Такий підхід вже тривалий період часу з успіхом використовуються в багатьох країнах світу [172].

Спостерігається тенденція, що пов'язана із підготовкою віддаленого резерву в спортивних іграх – невілювання значущості підсумкового спортивного результату [172, 427, 552, 555]. Майже до тринадцятирічного віку показаний на спортивних змаганнях підсумковий результат команди, не повинен оцінювати діяльність тренера. В багатьох зарубіжних чемпіонатах (футбол, баскетбол) до підліткового віку офіційно заборонено вести турнірні таблиці та грати на підсумковий результат. Тренер концентрується виключно на вирішенні педагогічних завдань поступового розвитку молодих спортсменів для виступів у більш старших вікових категоріях. Відсутність оцінювання за

підсумковим результатом в дитячому віці автоматично усуває ряд проблем, пов'язаних із використанням тимчасових біологічних переваг одних дітей над іншими, шахрайськими маніпуляціями із реальним календарним віком дитини та розподілом ігрового часу між всіма гравцями команди на змаганнях.

Підрахунок результатів зустрічей та підсумкова кількість балів, набраних на турнірі, ведеться організаторами змагань і використовується виключно для того, щоби у майбутньому більшу кількість ігор команда зіграла проти приблизно рівного за своєю майстерністю суперника.

Ведеться активне обговорення необхідності прийняття змін у регламенті проведення турнірів в ранніх вікових категоріях (футбол, баскетбол та ін.). Досить вагомою перешкодою для цього є діюча нормативно-правова база, яка буквально змушує тренера грати на результат в дитячих змаганнях і переорієнтувати свою діяльність на вирішення поточних завдань досягнення тимчасових успіхів, які приносять миттєву винагороду [61]. Успішні виступи в дитячо-юнацьких змаганнях сьогодні є однією із умов для отримання певних фінансових та службових преференцій від держави та громадських спортивних організацій (категорії, надбавки, призначення та ін.). Ця проблема є актуальною як в командних спортивних іграх, так і в інших видів спорту.

Фахівці рекомендують не здійснювати ранній перехід гравця у більш сильну команду, якщо це пов'язано із суттєвими змінами у транспортній логістиці та звичному ритмі життєдіяльності дитини [412, 427, 552]. Помилки та прорахунки, які були здійснені на ранніх етапах, важко виправити та компенсувати у майбутньому. Цей період багаторічної кар'єри рідко привертає увагу з боку фахівців, відповідальних за пошук талановитої молоді для спорту вищих досягнень. Така низька зацікавленість пояснюється тим, що лише приблизно в 13–14-річному віці спортсмен починає демонструвати задатки та здібності, за якими досвідчені фахівці можуть спрогнозувати його перспективи потрапити на рівень команд високої кваліфікації.

Представники балканської баскетбольної школи [392, 550] не рекомендують здійснювати відсів дітей до 12-річного віку, пояснюючи це

залежністю змагальної діяльності в спортивних іграх від дії багатьох факторів, та високою вірогідністю здійснити педагогічну помилку раннього відсіювання. Схожої точки зору притримувались свого часу і відомі вітчизняні фахівці Л. А. Латишкевич [136], Ф. Л. Лебедь [140] та ін., які рекомендували на ранніх етапах здійснювати не відсів дітей, а їх ігрову сегрегацію за фактичним рівнем підготовленості, яка протягом певного періоду часу змінювалась, що призводило до ротації юних спортсменів із однієї групи до іншої.

Досить ризикованою виглядає пропозиція В. М. Платонова [185], який пропонує вже починаючи з першого етапу, після проходження попереднього навчання, відсіяти майже 90 % дітей (альтернативна модель багаторічної підготовки), які не мають перспектив потрапити на рівень спорту вищих досягнень. В ігрових видах спорту здійснити таку ранню діагностику просто неможливо, адже на цьому етапі зазвичай оцінюються лише загальнофізичні здібності дітей, які практично повністю втрачають свій вплив на ефективність ведення змагальної діяльності у більш пізньому віці.

Значно більшу увагу фахівців привертає другий, юнацький етап спортивної кар'єри, який супроводжується значним збільшенням кількості змагань та підвищенням вимог до рівня фізичної і техніко-тактичної підготовленості спортсменів. Саме в даний період часу доцільно здійснювати селекцію за ігровими здібностями та концентрувати найсильніших гравців в рамках єдиних центрів підготовки та команд. Найвідоміші баскетбольні (футбольні та ін.) клуби, можуть на початок цього етапу майже на 50–70 % оновлювати склади своїх команд за рахунок залучення перспективної молоді, яка в рамках фундаментального етапу здійснювала підготовку в різних регіонах країни.

Визначається коло спортсменів, які за 4–5 років мають реальну перспективу вийти на найвищий рівень і підписати професійний контракт з відомим клубом. У нинішніх соціально-економічних умовах розвитку спортивних ігор ця діяльність має чіткий комерційний характер. Скаути та агенти найвідоміших клубів та академій ведуть постійний пошук

перспективних підлітків та намагаються випередити основних конкурентів у боротьбі за підписання найбільш талановитих з них. В даному випадку ми маємо справу із реалізацією своєрідного довгострокового інвестиційного проєкту, спрямованого на отримання чималих коштів від розвитку молодих спортсменів та їх подальшого працевлаштування.

Особливістю цього етапу багаторічної вдосконалення є також те, що саме в юнацькому віці розпочинається системна підготовка юнацьких національних збірних команд країни, які готуються до участі в офіційних міжнародних змаганнях. Найталановитіші спортсмени потрапляють до так званого інституту національних збірних, стратегічною метою функціонування якого є підготовка резерву для головної команди країни. Розповсюдженою є думка щодо шкідливості виступів спортсменів в юнацьких змаганнях найвищого рівня [153, 172, 185]. Приводяться об'єктивні статистичні дані призерів дитячих змагань, які не потрапляють на рівень спорту вищих досягнень, тощо. Водночас може виникати цілком справедливе запитання щодо доцільності централізованої підготовки юнацьких збірних команд до міжнародних турнірів та необхідності вдалих виступів на них. У таких випадках ми маємо справу з банальними поверхневим трактуванням існуючої проблеми, нерозумінням складної специфіки підготовки резерву в ігрових командних видах спорту та значущості якісної ігрової практики для становлення індивідуальної майстерності гравців та команди.

Вдалі виступи нинішнього покоління гравців створюють необхідні умови для отримання більш якісної ігрової практики для наступних поколінь збірних. У матчах проти найсильніших гравців та команд перспективні молоді спортсмени отримують ігровий досвід. Одним із ключових завдань підготовки юнацьких національних збірних команд в багатьох країнах світу є потрапляння до найвищого континентального дивізіону, в рамках якого зібрані найсильніші гравці у своїй віковій категорії.

Одними із перших, хто розгледів значні перспективи підготовки найближчого резерву на базі національних збірних команд були іспанські

фахівці. На початку 1990-х років фахівцями федерації баскетболу Іспанії було обґрунтовано концепцію багаторічної, етапної підготовки баскетболістів на базі національних збірних команд країни. До цього часу підготовка юнацьких збірних здійснювалась за аналогом підготовки дорослих спортсменів. Тобто, за 1–1,5 міс. до початку офіційних змагань, спортсмени прибували на збори для безпосередньої підготовки перед турніром. Було доведено важливість системної безперервної підготовки збірників протягом чотирирічного циклу із плануванням єдиних програм підготовки, змагальної діяльності, концентрації найсильніших гравців країни в рамках єдиних центрів підготовки та їх повноцінного забезпечення. Такий підхід дозволив молодіжним збірним командам Іспанії підвищити якість виступів та підготувати плеяду видатних спортсменів, які протягом тривалого часу вдало виступали вже в лавах національних збірної на найбільш престижних міжнародних змаганнях (Олімпійські ігри, чемпіонати світу та ін.).

Переваги такого підходу одразу використали інші європейські країни (Греція, Туреччина, Сербія, Ізраїль, Франція та ін.), які практично повністю перейняли організаційні та педагогічні підходи іспанських фахівців.

Особливо ефективною централізована підготовка виявилася для тих країн, які не мали значного кадрового та фінансового потенціалу порівняно із лідерами на баскетбольній арені (США та ін.). Мобілізація існуючого потенціалу, підвищення ефективності багаторічної підготовки в лавах юнацьких збірних команд, об'єднання зусиль держави та громадських спортивних організацій, дозволили значно підвищити якість підготовки найближчого резерву і вести рівну боротьбу на міжнародних змаганнях із явними фаворитами.

Ті країни, які своєчасно реформували систему підготовки в дитячо-юнацькому віці, вже сьогодні отримали очікувані результати у вигляді перманентної підготовки висококласних спортсменів для професійного спорту та успішних виступів збірних на міжнародних змаганнях різних вікових категорій.

Все помітнішими стають недоліки вітчизняної системи підготовки віддаленого та найближчого резерву, яка має радянське коріння, була сформована за інших соціально-політичних та економічних умов розвитку держави та суспільства, спиралась на функціонування широкої мережі ДЮСШ, СДЮСШОР, ШВСМ та значною мірою вже вичерпала свій технологічний ресурс. За останні 10 років спостерігається значне погіршення результатів виступів молодіжних збірних команд на міжнародних змаганнях (U 16 – U 20). Практично всі чоловічі та жіночі юнацькі збірні команди з баскетболу сьогодні залишили найбільш престижний дивізіон «А», і часто не можуть вже вести боротьбу зі збірними країн, які в десятки разів поступаються Україні за територією та численністю населення.

Подібні кризові явища можна спостерігати і в інших ігрових видах спорту. Починаючи з 2004 р. вітчизняні збірні з командних ігор не можуть навіть потрапити на Олімпійські ігри, що свідчить про наявність спільних проблем та диктує необхідність пошуку універсальних дієвих шляхів їх розв'язання у майбутньому. Однак потрібно розуміти, що реформування системи дитячого та юнацького спорту не може принести швидких результатів. Ефективність функціонування централізованої підготовки збірних визначається протягом років, а віддаленого резерву у дитячому спорті – протягом десятиліть. Впровадження сьогодні передових технологій підготовки у дитячо-юнацькому спорті навряд чи дозволить у найближчій перспективі наздогнати ті країни, які вже пройшли цей етап та отримують сталі результати від її функціонування. За попередніми підрахунками фахівців, період технологічного відставання від багатьох європейських країн у питаннях підготовки віддаленого та найближчого резерву становить 10–15 років. Тобто, за умови негайного впровадження нових підходів та методик підготовки в дитячо-юнацькому віці, результат слід очікувати лише через значний період часу.

У подібних умовах одним із найбільш перспективних шляхів підвищення рівня виступів національних збірних команд є впровадження централізованих проєктів підготовки, які в переважній більшості випадків розраховані на 4–5

років. Важливим є вивчення передового міжнародного досвіду з питань організації та забезпечення цілеспрямованої підготовки збірних, можливості їх реальної імплементації з урахуванням соціально-економічних та нормативно-правових умов розвитку вітчизняного спорту.

Ефективність реалізації довгострокових програм багато в чому буде залежати від реалізації ключових компонентів організації та забезпечення централізованої підготовки, покрокового вирішення стратегічних завдань, що стоять на кожному конкретному етапі. Дане положення підтверджує думку М. С. Бриля [69], Ю. Д. Железняка [101], Л. А. Латишкевича [136], В. В. Ніколаєнка [172], С. С. Стонкуса [205], Ю. В. Шулятьєва [247], J. Bonal [296], J. Buceta [302], D. Burgess [304], A. Lamontagne [427], S. Trinić [550] щодо значущості та багатофакторності процесу цілеспрямованої підготовки резервів в ігрових видах спорту. Системоутворюючим фактором при цьому виступає завдання підготовки резерву саме для спорту вищих досягнень. Реалізація всіх інших важливих завдань не може здійснюватись за рахунок нехтування стратегічних інтересів збірних.

Підтверджена думка М. С. Бриля [69], В. Г. Нікітушкіна [170], Л. Ю. Поплавського [187], О. А. Шинкарук [241], Esteva [345], A. Lamontagne [427], M. Mladenovic [464], N. Trunic [553] щодо важливості ранньої діагностики обдарованих спортсменів, які за своїм потенціалом здатні досягти успіхів у спорті вищих досягнень. Основна проблема полягає в тому, що в ігрових видах спорту справжні ігрові здібності починають проявлятися в більш пізньому юнацькому віці і існує величезний ризик на початкових етапах відібрати не найбільш обдарованих, а більш фізично розвинених дітей, які часто мають прискорені темпи біологічного розвитку.

Тимчасові переваги біологічного розвитку дітей використовуються сьогодні тренерами в багатьох країнах світу для реалізації поточних завдань виступів у відповідальних змаганнях. Проведені нами дослідження показали, що практично всі провідні баскетбольні країни світу використовують «ефект віку» («RAE») під час комплектування складів своїх кадетських та юніорських

збірних команд. Кадетські збірні команди на 70–80 % укомплектовані спортсменами, які народились у першій половині календарного року та мають перевагу фізичного розвитку над своїми однолітками, що народились наприкінці року. Ці дані підтверджують дослідження R. Barnsly [281], L. Chittle [315], J. Côté [322], T. Daniel [326], N. Delorme [329], S. Esteva [345], I. Jimenez [397], K. Rubajczyk [507], A. Thompson [542], J. Torres-Unda [548], I. Vučković [566], в яких вказувалось на існування подібної проблеми в ігрових видах спорту в підлітковому віці.

Тренери, задля досягнення проміжного завдання успішних виступів у юнацьких змаганнях, свідомо віддають перевагу більш біологічно зрілим спортсменам, які не мають стратегічної перспективи потрапити у спорт вищих досягнень. Вже після першого етапу цілеспрямованої підготовки майже 50 % спортсменів припиняють свою участь у лавах національних збірних. Цей крок частково можна вважати вимушеним, адже по-справжньому обдаровані гравці ще просто фізично та ментально не готові до напруженої змагальної діяльності перших офіційних міжнародних змагань. Знаходячись в одній команді із більш підготовленими однолітками та беручи участь у змаганнях вони здобувають необхідний міжнародний досвід та готуються продемонструвати результати у старших вікових категоріях.

Водночас нам не вдалося підтвердити дані K. Rubajczyk, E. Guimarães [507] та ін. щодо переваги більш біологічно зрілих дітей під час виконання різноманітних тестових завдань. Баскетболісти кадетських національних збірних команд України (U 15 – U 16), що народились у першій половині календарного року, не мали достовірної переваги під час виконання тестів над своїми більш «пізніми» однолітками. Цю перевагу було зафіксовано під час змагальної діяльності в міжнародних іграх. Більш високий рейтинг ефективності у матчі (EFF) мали баскетболісти, які народились у першому півріччі ($p < 0,05$).

У ході досліджень підтверджена та доповнена думка F. Etčulj [341], S. Esteva [345], C. Goncalves [367], A. Lamontagne [427] щодо значущості

врахування специфічних ігрових здібностей гравців під час відбору до складу команди та визначення стратегічної перспективи юних спортсменів. Ці специфічні ігрові здібності не піддаються об'єктивно-метричному вимірюванню та характеризують інтелектуально-творчий потенціал молодого гравця.

Вкрай важливим є врахування цих здібностей вже у юнацькому віці, адже ті фактори, які визначали перспективність спортсменів на ранніх етапах багаторічної підготовки, практично повністю втрачають свою значущість. Проведені нами дослідження (множинний регресійний аналіз) показали, що найбільшу прогностичну значущість для визначення перспективності гравців кадетських збірних мають саме їх ігрові здібності та антропометричні дані. Ті спортсмени, які отримували від експертів найбільш високі бали за розробленою системою критеріїв оцінювання ігрового потенціалу, у підсумку найчастіше і потрапляли у спорт вищих досягнень. Результати складання тестових завдань, спрямованих на визначення фізичної, функціональної та технічної підготовленості, практично жодним чином не були пов'язані із подальшими успішними виступами гравців. Більш того, спортсмени, які в кадетському віці мали кращі результати фізичної підготовленості, дуже часто демонстрували негативну кореляцію із перспективами потрапляння у спорт вищих досягнень. Скоріш за все, це було обумовлено тим, що найкраще виконували тестові завдання саме ті діти, які мали прискорений темп біологічного розвитку.

Схожої думки дотримуються і І. Г. Максименко [153], В. Г. Нікітушкін [170], Е. В. Федотова [218] та ін., які вказують на те, що вже починаючи з етапу спеціалізованої базової підготовки фактори, що характеризують загальний рівень підготовленості спортсмена, практично повністю втрачають свою значущість для подальших успішних виступів в ігрових видах спорту.

Підтвердженою є думка В. З. Бабушкіна [11], М. С. Бриля [70], Л. А. Латишкевича [136], Г. А. Лісенчука [144], Л. Ю. Поплавського [187], D. Dizdar [335], O. Ostojic [483], P. Sallet [509], G. Tsitskaris [554] щодо

важливості ігрової спеціалізації в спортивних іграх, доцільного розподілу ігрових функцій під час розв'язання складних групових та командних тактичних взаємодій у нападі та захисті. Дискусійним залишається питання оптимального періоду, в якому необхідно розпочинати процес вибору ігрових амплуа, міри специфікації та універсалізації ігрових функцій на майданчику. Передчасне звуження спектра ігрових дій у напрямку виконання певних ігрових зобов'язань на ранніх етапах багаторічного вдосконалення може негативно вплинути на різносторонність та універсальність молодого спортсмена.

Ефективне становлення спортивної майстерності в ігрових видах спорту важко уявити без якісної і достатньої за своїми обсягами змагальної практики. Особливо гостро ця проблема стоїть під час підготовки юнацьких національних збірних команд, у складах яких зібрані найкращі спортсмени в рамках певної вікової категорії. Постійні протистояння із більш сильними та підготовленими командами є найкращим стимулом для подальшого вдосконалення та підвищення рівня спортивних результатів збірних. Принципово важливого значення це положення набуває на етапі безпосередньої підготовки збірної до міжнародних змагань.

Вже в підлітковому віці повинен відбуватися суттєвий перерозподіл навчально-тренувальних годин протягом року у бік збільшення змагальної практики. Сьогодні можна спостерігати значну невідповідність між формальними директивними нормативами навчальних планів і програм та реальними обсягами навантажень, які плануються під час підготовки спортсменів в ігрових видах спорту. Важко погодитись із думкою І. Г. Максименка [153], який вважає, що однією із головних проблем розвитку ігрових видів спорту в нашій державі є недостатнє запозичення фундаментальних положень багаторічної підготовки спортсменів, які були розроблені на базі індивідуальних циклічних видів спорту. Проблема, на нашу думку, полягає не в недостатньому, а навпаки, у надмірному перенесені, універсалізації та стандартизації підходів під час підготовки спортсменів у видах спорту, які мають різну сутнісну природу.

Притримуються такої точки зору і I. Balyi [276] та A. Lamontagne [427], які рекомендують обирати для спортивних ігор більш складну модель багаторічної підготовки (порівняно із циклічними видами спорту), спрямовану на ранній всебічний розвиток дитини та подальшу побудову професійної кар'єри гравця в складній ієрархічній системі клубних команд та збірних.

У дослідженнях було також підтверджено та доповнено дані Є. Ю. Дорошенка [97], Ж. Л. Козіної [120], В. М. Костюкевича [129], О. Д. Леонова [141], Г. А. Лісенчука [144], С. С. Стонкуса [206], Р. О. Сушко [210], N. Cohen [319], R. Hofler [383], S. Trninic [551], щодо складності структури змагальної діяльності в ігрових видах спорту та необхідності врахування великої кількості факторів під час оцінювання змагальний дій спортсменів.

Статистичні протоколи офіційних ігор, які найчастіше використовують з метою оцінювання змагальної діяльності, не можуть відобразити всю сукупність складних організаційно-тактичних дій, які виконують гравці під час матчу. У процесі визначення ефективності змагальний дій потрібно враховувати силу протидіючої сторони в матчі. Під час протистояння із слабким суперником основні параметри змагальної діяльності команди будуть значно підвищуватись, а під час протидіючої із більш сильною командою – істотно знижуватись. В процесі подібного оцінювання досить важко чітко визначити, що вплинуло на підсумковий результат зустрічі та виступи окремих гравців команди, власна ефективна гра, чи відверта слабкість протидіючої сторони в матчі.

Досить часто найбільш високі рейтинги ефективності в матчах у цьому віці демонструють гравці, які, на думку кваліфікованих експертів, не мають реальних шансів потрапити у спорт вищих досягнень. Під час оцінювання змагальний дій у цьому віці важливо орієнтуватися не стільки на конкретні кількісні показники (набрані очки, підбирання, перехоплення тощо), скільки на якість і своєчасність прийняття правильних ігрових рішень, постійний прогрес молодого спортсмена і розширення арсеналу його техніко-тактичних дій.

Важливою проблемою сучасних спортивних ігор залишається періодизація процесу підготовки як в рамках ігрового сезону, так і протягом різних структурних утворень тренувального процесу. Проведений аналіз дозволив підтвердити думку С. М. Єлевича [99], В. Б. Іссуріна [109], В. М. Платонова [185], І. Валуї [276], Т. Вомпра [295], Р. Gamble [355] та ін. щодо недостатнього рівня фундаментальних досліджень в ігрових видах спорту за цим важливим напрямом.

Використання з цієї метою фундаментальних положень класичної теорії періодизації В. Б. Іссурін взагалі вважає контрпродуктивним і надзвичайно шкідливим явищем для підготовки команд в ігрових видах спорту. У спортивних іграх концепція управління станом спортивної форми із виведенням на пік готовності до головних змагань року втрачає свою актуальність і потребує, на думку автора, пошуку інших, адекватних специфіці змагальної діяльності, принципів побудови тренувального процесу протягом року.

Узагальнення сучасного практичного досвіду та науково-теоретичних праць вітчизняних та зарубіжних фахівців зі спортивних ігор дозволяє визначити перспективні напрями вдосконалення процесу періодизації підготовки спортсменів у командних іграх: 1) періодизація передсезонної (pre-season) підготовки клубних команд до тривалого ігрового сезону (7–8 міс.); 2) періодизація підготовки національних збірних команд для участі в короткострокових міжнародних турнірах; 3) періодизація підготовки в міжігрових мікроциклах в рамках клубного ігрового сезону (моделювання структури підготовки в різних за своєю тривалістю паузах між черговими іграми чемпіонату).

Підготовка національних збірних команд до участі в міжнародних змаганнях повинна кардинально відрізнитися від підготовки клубної команди до ігрового сезону. Принциповим завданням підготовки збірних є виведення команди на рівень оптимальної готовності на початок міжнародного турніру, утримання та поступове зростання рівня гри від першого до останнього матчу.

Неготовність команди демонструвати якісну гру вже з перших матчів турніру призводить до фактичної втрати шансів виходу з групи та продовження боротьби у вирішальних стадіях із більш сильними суперниками.

Нами розглянуто ключові фактори, що впливають на побудову етапу безпосередньої підготовки національних збірних команд до офіційних міжнародних змагань та представлено різні види моделей заключної підготовки, що враховують період проведення міжнародних змагань та стан спортивної форми гравців в рамках ігрового сезону.

Підтверджено та доповнено дані В. М. Зеленцова та В. В. Лобановського [106] щодо необхідності моделювання спеціальних рухових режимів під час підготовки команди до участі у відповідальних змаганнях. Виконання техніко-тактичних дій в навчально-тренувальному процесі повинно здійснюватись у високоспецифічних режимах рухової діяльності максимально наближених до реальних умов змагань. Головний акцент повинен бути спрямований саме на моделювання дискретної структури змагальної діяльності в ігрових видах спорту, відтворення інтенсивності та тривалості окремих ігрових відрізків у матчі і пауз між ними, а також постійну зміну ігрових варіацій та умов реалізації ігрових завдань.

Не можна не погодитися із думкою Л. Р. Айрапетьянца [2], В. О. Запорожанова [103], В. М. Костюкевича [128], Г. А. Лісенчука [144], О. О. Мітової [164], В. В. Петровського [182], В. М. Шамардіна [233], О. А. Шинкарук [237], D. Dežman [332] та ін. щодо важливості використання засобів та методів комплексного контролю для поетапної підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного вдосконалення.

Під час підготовки національних збірних команд контроль слід здійснювати не тільки за станом підготовленості спортсменів, а й за умовами навчально-тренувальної діяльності у власних клубних командах, поетапною реалізацією ключових завдань уніфікованих програм техніко-тактичної, фізичної та інших сторін підготовки. Адже більшу кількість часу протягом року кандидати в збірну перебувають у власних клубних командах, а контроль з боку

фахівців національних збірних здійснюється переважно в дистанційному форматі.

Принципово важливо проводити широкомасштабний перманентний контроль за станом різних сторін підготовленості юних спортсменів, вивчати динаміку змін інформативних показників на різних етапах перебування у лавах збірних. Подібний підхід дозволить своєчасно отримувати необхідну інформацію для прийняття відповідних управлінських рішень, пов'язаних із селекцією гравців та корегуванням навчально-тренувального процесу. Використання стандартизованих протоколів тестувань дозволить, у свою чергу, створити єдину базу даних із можливістю подальшого об'єктивного порівняння рівня підготовленості баскетболістів різних поколінь збірних, а також розробити на цій основі еталонні модельні характеристики для гравців різного амплуа та віку тощо. Перспективним напрямом цього процесу можна вважати й впровадження сучасних технологій моніторингу рухової діяльності та діагностики функціонального стану спортсменів під час навчально-тренувальної та змагальної діяльності.

Окремі елементи процесу підготовки (контроль, періодизація, відбір та ін.) потрібно розглядати як складові компоненти (підсистем) більш складної системи, спрямованої на централізовану підготовку найближчого резерву національних збірних команд. Стратегічні завдання підготовки національних збірних виступають у даному випадку ключовим системоутворюючим фактором.

Новим в роботі є формування цілісної системи знань, яка відображає ключові засади, принципи, цільові завдання та систему забезпечення підготовки найближчого резерву національних збірних команд в нових умовах тотальної глобалізації та комерціалізації ігрових видів спорту.

Ключовими засадами централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних на сьогодні нами визначено: 1) концентрацію найкращих спортсменів по кожній віковій категорій в рамках єдиних центрів підготовки; 2) прогресивне збільшення кількості сумісних тренувальних занять для гравців

збірних; 3) прогресивне збільшення кількості міжнародних змагань; 4) залучення до роботи з найближчим резервом найкращих вітчизняних та зарубіжних фахівців.

Концентрацію найсильніших гравців можна здійснювати на постійній основі (централізований варіант) та мати фрагментарний (епізодичний) характер, в рамках якого кандидатів в збірну поетапно залучають до сумісних занять протягом року. В обох випадках принципово важливо досягти етапності та спадковості роботи фахівців на шляху вирішення стратегічних завдань та реалізації довгострокових планів підготовки.

Нами систематизовано ключові фактори забезпечення процесу підготовки національних збірних команд, які за переважним вектором своєї дії умовно розподілені на зовнішні та внутрішні. Зовнішні фактори є більш лабільними та залежними від кон'юнктурних обставин та соціально-економічних умов розвитку спорту в державі.

Керівну управлінську роль в процесі цілеспрямованої підготовки збірних у багатьох країнах світу відводять профільній громадській спортивній організації (федерації), яка за активної підтримки державних установ та приватних структур опікується вирішенням стратегічних та поточних завдань забезпечення підготовки збірних.

Новим в роботі є розробка та впровадження в навчально-тренувальний процес уніфікованої багаторічної програми техніко-тактичної підготовки гравців збірних, що розрахована на чотириохрічний період підготовки і спрямована на оволодіння гравцями юнацьких збірних команд необхідним базисом технічних та тактичних дій, які є передумовою для подальших успішних виступів у спорті вищих досягнень. На період завершення централізованої підготовки гравці повинні оволодіти всім необхідним техніко-тактичним арсеналом, який є характерним для баскетболістів провідних молодіжних збірних команд світу та бути повністю готовими увійти до складу команд високої кваліфікації. Використання вузького кола найбільш дієвих для певної збірної тактичних схем та напрацювань під час підготовки до

конкретних міжнародних змагань (чемпіонати Європи, світу) не повинно здійснюватись за рахунок нехтування етапними завданнями багаторічної техніко-тактичної підготовки.

Нами систематизовано і представлено інформативні критерії для визначення перспективних баскетболістів уже на ранніх етапах підготовки в кадетських збірних. Розроблено модельні характеристики за показниками, які характеризують різні сторони підготовленості гравців (морфологічні дані, техніко-тактична підготовленість, фізична і психологічна підготовленість тощо). Обґрунтовано необхідність врахування максимальної кількості факторів та окремих показників для прогнозування стратегічної перспективності юних спортсменів.

Доведено важливість досягнення оптимального балансу між успішними виступами на юнацьких змаганнях та необхідністю підготовки спортсменів для спорту вищих досягнень. Показано важливу роль спортсменів, що мають прискорені темпи біологічного розвитку, для процесу цілеспрямованої підготовки збірних.

Обґрунтовано необхідність використання суб'єктивних критеріїв оцінювання ігрових здібностей під час відбору баскетболістів. Існуючий сьогодні підхід, який фактично повністю заснований на використанні об'єктивно-метричних даних оцінювання (тести, інструментальні вимірювання) не може розкрити справжній ігровий потенціал гравців, особливо на більш пізніх етапах багаторічного вдосконалення (починаючи з етапу спеціалізованої базової підготовки). Суб'єктивне оцінювання ігрових здібностей повинно здійснюватись групою кваліфікованих експертів за чітко визначеними та систематизованими критеріями. Діагностику специфічних ігрових здібностей баскетболістів рекомендовано визначати за трьома напрямками: 1) інтелектуально-креативний компонент; 2) мотиваційно-особистісний компонент; 3) техніко-тактичний компонент (якісні параметри). Проведені в роботі статистичні дослідження показали, що спортсмени, які отримували від

фахівців найбільшу оцінку за рівнем прояву специфічних ігрових здібностей найчастіше, у підсумку, і потрапляли у спорт вищих досягнень.

Представлено поетапний алгоритм та механізм ротації кандидатів в ієрархічній системі національних збірних команд (U 14–U 18). Найбільш підготовлені гравці, які потрапили до лав кадетської збірної на першому етапі, можуть у подальшому поступитися місцем у команді більш перспективним спортсменам, які проявили себе в старших вікових категоріях.

Вперше представлено багатоетапну модель ігрової спеціалізації в баскетболі. На першому етапі фундаментальної підготовки рекомендовано відмовитись від визначення ігрових функцій спортсменів у команді та спрямувати основні зусилля на підготовку різностороннього гравця, який вміє діяти обличчям до кошика та якісно вести індивідуальні єдиноборства із суперником у захисті та нападі. На другому етапі доцільно здійснювати початкову спеціалізацію, яка спрямована на визначення переважного вектора майбутніх ігрових дій в лінії захисту (польові гравці) чи нападу. І лише на третьому (заключному) етапі пропонується остаточно визначити базову ігрову спеціалізацію спортсмена, виходячи із тих задатків та здібностей, які стають помітними по закінченню юнацького віку.

У даному дослідженні виявлено та узагальнено існуючі проблеми, пов'язані із підготовкою найближчого та віддаленого резерву у вітчизняних ігрових видах спорту, визначено чинники, що вплинули на погіршення результатів виступів національних збірних команд на різноманітних міжнародних змаганнях та встановити реальні шляхи розв'язання існуючих кризових явищ. Можливо саме тому предметне коло розглянутих у роботі питань дещо виходить за рамки декларованої теми, пов'язаної із централізованою підготовкою спортсменів в юнацькому віці, адже, на наш погляд, ефективне вирішення проблеми підготовки найближчого резерву неможливе без підвищення якості процесу підготовки на ранніх етапах багаторічного вдосконалення. Розраховувати на позитивні зміни та покращення результатів виступів національних команд на міжнародній арені можна лише за

умови комплексного і взаємопов'язаного вирішення існуючих проблем в системі підготовки віддаленого та найближчого резерву збірних.

ВИСНОВКИ

1. Удосконалення системи підготовки спортсменів на сучасному етапі розвитку спортивних ігор пов'язують з формуванням багаторічної підготовки, що передбачає реалізацію закономірностей і принципів становлення вищої спортивної майстерності та досягнення найвищих результатів на основі максимального використання природних задатків спортсменів, з органічним взаємозв'язком із системою відбору віддаленого і найближчого резерву збірних команд України та з орієнтацією підготовки гравців. Аналіз літературних джерел та даних мережі Інтернет підкреслює значущість даної проблематики. Успішність підготовки віддаленого та найближчого резерву залежить від ефективного вирішення стратегічних завдань етапів багаторічного вдосконалення, сталості, та наступності професійної діяльності фахівців, що працюють в системі резервного спорту. Проблема підсилює суттєве погіршення якості підготовки віддаленого та найближчого резерву в спортивних іграх, використання консервативних, застарілих організаційно-методичних підходів та технологій тренувань в умовах глобалізації та комерціалізації ігрових видів спорту.

2. Перспективним напрямом формування найближчого резерву національних збірних визначено впровадження проєктів централізованої підготовки перспективних гравців на базі юнацьких та молодіжних збірних команд. Подібний підхід дозволяє об'єднати зусилля державних та громадських інституцій для створення ефективної діючої системи багаторічної підготовки перспективної молоді та підпорядкування розрізненої діяльності окремих клубів та команд загальнодержавним інтересам.

Шляхом встановлення організаційно-методичних та педагогічних особливостей та підходів до підготовки віддаленого та найближчого резерву в різних країнах світу обґрунтовано теоретико-методичні засади централізованої етапної підготовки найближчого резерву національних збірних команд в

ігрових видах спорту та доведено ефективність даного підходу в країнах, які не можуть здійснювати екстенсивний варіант підготовки спортивного резерву та поступаються кількістю населення, матеріально-технічним та кадровим потенціалом. Ключовими компонентами централізованої підготовки найближчого резерву в провідних країнах світу визначено: 1) концентрацію перспективних гравців у кожній віковій категорії в єдиних центрах підготовки; 2) прогресивну динаміку кількості спільних тренувань для гравців-кандидатів у збірну команду; 3) збільшення участі в міжнародних змаганнях гравців збірних команд, що пройшли централізовану підготовку; 4) залучення до роботи із гравцями збірних команд провідних вітчизняних та зарубіжних фахівців.

3. Визначено і обґрунтовано значущість принципів централізованої підготовки (патріотичне виховання; інтегративність та об'єктивізація; орієнтація на стратегічну перспективу; уніфікація та наступність підготовки; прогресивно-лабільне функціонування; протекціонізм гравців збірних команд), форми організації централізованої підготовки найближчого резерву національних збірних команд: концентрація перспективних гравців у кожній віковій групі в єдиних спеціалізованих центрах для підготовки протягом тривалого періоду часу – від 2 до 4 років; доведено важливість проведення етапних зборів протягом року.

Встановлено зовнішні (нормативно-правове, матеріально-технічне та фінансове забезпечення підготовки збірних команд), внутрішні (кадрове забезпечення, функції управління і контролю, відбору та орієнтації, в процесі централізованої підготовки збірних команд, організація, програмування та періодизація спортивної підготовки) та проміжні (система спортивних змагань збірних команд і науково-методичне, медичне й інформаційне забезпечення підготовки) чинники та компоненти забезпечення централізованої підготовки національних збірних команд.

4. Обґрунтовано перспективні напрями багаторічної підготовки найближчого резерву збірних команд: підготовка перспективних юних гравців в національну збірну команду баскетболу; пошук та розвиток баскетбольних

талантів в країні; створення умов для набуття міжнародного ігрового досвіду гравцями юнацьких збірних команд; відбір та успішний виступ гравців юнацьких збірних команд різних вікових категорій в елітному дивізіоні континентальних міжнародних змагань; формування традицій та системи підготовки найближчого резерву національних збірних команд.

5. Систематизовано та апробовано інформативні критерії відбору баскетболістів найближчого резерву збірних команд та визначено їх довгострокову значущість: морфофункціональні, спортивно-педагогічні, соціально-психологічні, медичні, нормативно-правові. Розроблено модельні параметри критеріїв відбору для гравців різних вікових категорій збірних команд. Обґрунтовано необхідність використання комплексу показників для визначення перспективних можливостей гравців, де урахування специфічних ігрових здібностей є пріоритетним критерієм обдарованості спортсменів уже в юнацькому віці.

Для гравців нападу (форвардів та центрових) значущими є морфологічні показники, для баскетболістів захисту (польові гравці) – показники, що характеризують фізичну, функціональну та психологічну підготовленість. Ефективність змагальної діяльності баскетболістів юнацьких збірних команд не є фактором прогнозування довгострокових перспектив юних спортсменів.

6. Обґрунтовано принципи спортивного відбору найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту: орієнтації на довгостроковий результат; урахування біологічних закономірностей розвитку спортсменів; прогресивного зниження кількості кандидатів в команду та створення конкурентного середовища; суб'єктивно-об'єктивної рівноваги в оцінюванні потенційних можливостей; динамічності та циклічності; систематичності та етапності.

Запропоновано поетапний механізм селекції та алгоритм зворотної ротації спортсменів в ієрархічній системі інституту національних збірних команд, представлено технологію перманентного моніторингу потенційних кандидатів в умовах навчально-тренувальної і змагальної діяльності.

Визначено, що забезпечення необхідних умов для подальшого прогресу талановитих спортсменів здійснюється за рахунок використання феномена вікового «ігрового донорства», що пов'язаний із використанням тимчасових біологічних переваг дітей (акселератів) для поступової стратегічної підготовки талановитих спортсменів для спорту вищих досягнень. Це призводить до втрати 50 % гравців попереднього складу після першого етапу централізованої підготовки національних збірних команд (молодіжні змагання U 16).

7. Розроблено та обґрунтовано поетапну модель ігрової спеціалізації в спортивних іграх: перший етап (fundamental) – неможливість визначити переважні ігрові функції на майданчику, концентрацію уваги зосереджено на всебічному та універсальному розвитку юного гравця; другий етап (первинна спеціалізація) – визначення майбутніх ігрових дій на майданчику у зоні захисту або нападу; третій (заклучний) етап (здійснюється після закінчення юнацького віку) – урахування ігрових здібностей та схильності гравця до вирішення техніко-тактичних завдань в змагальній діяльності.

Провідними чинниками, що впливають на вибір ігрової спеціалізації в баскетболі, є: морфологічні дані спортсмена (8,3 ум.од.); техніко-тактична підготовленість (7,4 ум.од.); ігрова схильність до вирішення певних ігрових завдань (7,1 ум.од.).

8. Розроблено і впроваджено уніфіковану програму техніко-тактичної підготовки гравців юнацьких національних збірних та представлено покроковий механізм її реалізації по роках у системі централізованої підготовки, та під час проведення короткострокових тренувальних циклів і спеціалізованих зборів. В основі програми – поетапне оволодіння баскетболістами сучасними техніко-тактичними діями у нападі та захисті, характерними для провідних молодіжних збірних команд світу. Програма розрахована на чотирирічний період підготовки (з 14 до 18 років), після завершення якої гравці готові до поступового переходу у клубну команду високої кваліфікації.

9. Визначено та обґрунтовано ключові параметри обсягу роботи, структуру і зміст навчально-тренувальних навантажень та змагальної діяльності для баскетболістів різних вікових категорій національних збірних команд за роками багаторічної підготовки; основні форми організації підготовки національних збірних команд протягом ігрового сезону. Запропоновано типову структуру організації підготовки гравців у короткострокових тренувальних циклах у три етапи: втягуючо-контрольний блок; навантажувальний блок; відновлювально-підвідний блок.

10. Розроблено моделі побудови етапу безпосередньої підготовки національних збірних команд до участі в офіційних міжнародних змаганнях з урахуванням термінів їх проведення, стану спортивної форми гравців в ігровому сезоні та тривалості підготовки до участі в них. Доведено пріоритетність планування змагальної практики як основного засобу мобілізації ігрового потенціалу спортсменів і команди напередодні участі у відповідальних змаганнях року.

Розроблено багатоетапний алгоритм безпосередньої підготовки команди до змагань із конкретним суперником, що вирішує завдання ігрових налаштувань і переважний вибір організаційно-тактичних дій команди в захисті та нападі з урахуванням переваг та недоліків опонента.

11. Вдосконалення механізму зворотних зв'язків між усіма учасниками централізованого проєкту підготовки найближчого резерву є ефективним важелем в управлінні підготовкою баскетболістів. Обґрунтовано напрями комплексного контролю в процесі підготовки найближчого резерву національних збірних команд: технологічний контроль (забезпечення централізованої підготовки) та контроль підготовленості гравців.

Створено та перевірено на практиці універсальний алгоритм (протокол) тестування гравців національних збірних команд різних вікових категорій та встановлено чіткі критерії оцінювання ефективності їх виконання. До уніфікованого протоколу увійшли тести, в яких було визначено рівень швидкісних якостей гнучкості та координації (sprint $\frac{3}{4}$ (75 feet), reactive shuttle

test; line agility; standing balance test; reactive shuttle test; line agility test; sit and reach test; octagon), швидко-силові (стрибок у довжину з місця; стрибок у висоту з місця та розбігу; bench press; згинання–розгинання рук в упорі лежачі 30 с; прес (curl-ups), 30 с), витривалості (човниковий тест 3x40 с; Intermittent shuttle test Yo-Yo RL1).

Розроблений єдиний комплекс тестових завдань дозволив об'єктивно порівняти дані різних вікових груп гравців збірних команд, визначити стан готовності команди до участі у відповідальних міжнародних змаганнях, проаналізувати багаторічну індивідуальну динаміку досліджуваних параметрів. Доведено необхідність диференційованого контролю і оцінювання технічної і тактичної підготовленості баскетболістів.

12. Обґрунтовано напрями використання засобів та методів комплексного контролю під час підготовки збірних команд з баскетболу різних вікових груп:

- 1) аналіз рівня підготовленості кандидата у разі потрапляння в збірну команду;
- 2) індивідуалізація підготовки спортсменів;
- 3) оцінка динаміки змін показників протягом багаторічної підготовки у збірних;
- 4) створення модельних параметрів підготовленості гравця збірної команди з урахуванням ігрової спеціалізації;
- 5) спортивний відбір та орієнтація на основі попереднього врахування спеціальних ігрових здібностей кандидатів;
- 6) корекція тренувальних і змагальних навантажень в різних структурних утвореннях процесу підготовки.

Контроль змагальної діяльності баскетболістів юнацьких збірних команд здійснюють за двома напрямками: контроль індивідуальних даних змагальної діяльності гравців збірної команди; контроль змагальної діяльності команди з використанням якісних та кількісних критеріїв.

13. Аналіз провідного практичного досвіду підготовки юнацьких збірних команд в різних країнах світу, фундаментальні науково-теоретичні напрацювання вітчизняних та зарубіжних вчених, а також результати власних багаторічних експериментальних досліджень дозволили створити передумови для формування теоретико-методичних засад процесу централізованої

підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових командних видах спорту. Запропоновані ключові положення, принципи, фактори та окремі компоненти забезпечення процесу централізованої підготовки можуть стати у майбутньому основою на шляху формування цілісної системи знань з питань підготовки віддаленого на найближчого резерву. Подальше вдосконалення, поглиблення та реалізація на практиці цих знань дозволяє у довгостроковій перспективі розраховувати на суттєве підвищення якості процесу підготовки конкурентоздатних молодих гравців та подальші успішні виступи національних збірних в ігрових видах спорту в престижних міжнародних змаганнях континентального та світового масштабу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аверясова ЮО, Филимонова СИ, Шутова ТН, Андриющенко ОН. Сравнительный анализ физической подготовленности баскетболисток резервных сборных команд (U 16, U 18, U 20). Теория и практика физической культуры. 2019; 9: 77–80.
2. Айрапетьянц ЛР. Педагогические основы планирования и контроля учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в спортивных играх [автореферат]. Москва: 1992. 41 с.
3. Ал Фартуси МА, Сушко РО. Функциональные резервы повышения технико-тактического мастерства баскетболистов. Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. 2015; 8 (63); 4–6.
4. Алешин ИН. Модель годового цикла подготовки гандболистов высокой квалификации. [автореферат]. Челябинск: 2004. 28 с.
5. Амренова ГР. Критерии отбора в баскетболе. Современный олимпийский спорт и спорт для всех: VIII Междунар. науч. конгресс. Алматы; 2004. Т.1. с. 277–278.
6. Андрианова РИ, Леньшина МВ, Германов ГН. Централизованная подготовка сборных команд резерва по баскетболу: реалии и перспективы. Культура физическая и здоровье. 2016; 3 (58): 87–91.
7. Андрианова РИ. Непосредственная предсоревновательная подготовка женских баскетбольных команд Сербии и Белоруссии к Олимпийским играм – 2016. Ученые записки университета имени П.В. Лесгафта. 2017; 3(145): 14–19.
8. Аришнова НГ, Викулов АД, Бочаров МВ. Использование показателей центральной гемодинамики и сердечного ритма для оценки функционального состояния спортсменов высокой квалификации. Ярославский педагогический вестник. 2010; 3 (4): 53–60.

9. Артеменко ТГ. Отбор баскетболистов на этапе начальной подготовки с учетом их личностных особенностей [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 2010. 236 с.
10. Ахметов И, Ильин В, Дроздовская С. Молекулярно-генетические маркеры в спортивном отборе. Наука в олимпийском спорте. 2013; 4: 26–31.
11. Бабушкин ВЗ. Специализация в спортивных играх. Киев: Здоровья; 1991. 161 с.
12. Балан Б. Особливості відбору футболістів на етапі підготовки до вищих досягнень на основі комплексного тестування кандидатів у професійні команди. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2012; 1: 8–11.
13. Баранов ВН, Шустин БН. Анализ тематики диссертационных работ по спорту высших достижений и подготовке спортивного резерва. Вестник спортивной науки. 2008; 1: 1–12.
14. Баскетбол: [примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР]/ сост. Ю.М. Портнов, В.Г. Башкирова, В.Г. Луничкин, М.И. Духовный, А.Б.Мацак, С.В. Чернов, А.Б. Саблин; Федеральное агентство по физической культуре и спорту. Москва: «Советский спорт». 2009. 100 с.
15. Баскетбол: Навч. програма для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ. / Держкомспорт України. Підготували: Л.Ю. Поплавський, О.В. Маслова, М.М. Безмилов. Київ, 2019. 165 с.
16. Безмылов Н. Использование особенностей физического развития при отборе баскетболистов. Матеріали VIII відкритої науково-методичної конференції студентів факультету СМ та ФР. Киев; 2005. с. 20–8.
17. Безмилов М. Дослідження ролі психофізіологічних показників особистості в спортивних іграх. Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. з галузі фіз. культ. та спорту. 2006; 10 (2): 22–7.
18. Безмылов НН, Шинкарук ОА. Ориентация баскетболистов по игровым амплуа с учетом психофизиологических особенностей. Совр. олимп. спорт и спорт для всех. Материалы XI Межд. научн. конгресса: в 4 ч. Минск; 2007. Ч. 3. с.10–2.

19. Безмилов М. Обґрунтування значущості морфологічних та психофізіологічних показників для орієнтації баскетболістів високої кваліфікації різного ігрового амплуа. Молода спортивна наука України. 2007; 11(4). 20–3.
20. Безмылов НН. “Чувство времени”, как информативный критерий отбора баскетболистов в команду. Современный Олимпийский и Паралимпийский спорт и спорт для всех. Материалы XII Междунар. научн. Конгресса. Москва; 2008. Т. 1. с. 152–3.
21. Безмилов ММ, Шинкарук ОА. Обґрунтування значущості показників, що характеризують морфологічні та психофізіологічні особливості баскетболістів під час відбору у команду. Теорія та методика фізичного виховання і спорту. 2008; 1: 3–6.
22. Безмылов НН. Показатели соревновательной деятельности баскетболистов национальных сборных команд на чемпионатах Европы 1995-2007 гг. Межд. научн.-практ. конф. государств – участников СНГ по проблемам физ.культ. и спорта. Материалы Межд. научн.практ. конференции, Минск. БГУФК; 2010. Ч. 1. с. 37–9.
23. Безмылов НН. Критерии отбора квалифицированных баскетболистов в команду [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 2010. 294 с.
24. Безмилов М, Безмилов І. Способи оцінювання ефективності змагальної діяльності в баскетболі. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2010; 2: 3–6.
25. Безмылов НН. Показатели соревновательной деятельности баскетболистов национальных сборных команд на чемпионатах Европы 1995-2007 гг. Межд. научн.-практ. конф. государств – участников СНГ по проблемам физ.культ. и спорта. Материалы Межд. научн.практ. конференции, Минск: БГУФК, 2010. Ч.1. с. 37–39.
26. Безмылов НН. Взаимосвязь морфологических показателей квалифицированных баскетболистов с эффективностью их соревновательной деятельности в матче. Межд. научн.-практ. конф.

- государств – участников СНГ по проблемам физ.культ. и спорта. Материалы Межд. научн.практ. конференции. Минск: БГУФК; 2010. Ч. 2. с. 281–284.
27. Безмылов Н. Комплектование состава команды как важнейшее направление отбора в игровых видах спорта. Современный Олимпийский и спорт для всех. Материалы XIV Междунар. научн. Конгресса. Киев; 2010. с. 43.
28. Безмылов НН, Шинкарук ОА. Морфологические особенности квалифицированных баскетболистов различного игрового амплуа и их учет в процессе спортивного отбора и ориентации. Современный Олимпийский и спорт для всех. Материалы XIV Междунар. научн. конгресса. Киев; 2010. с. 43.
29. Безмылов НН. Обоснование комплекса информативных показателей и определение их приоритетной значимости для отбора квалифицированных баскетболистов в команду. Физическое воспитание студентов. 2010; 2: 18–23.
30. Безмылов ММ. Особливості спеціалізації баскетболістів та вибору ігрових функцій у команді. Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. з галузі фіз. культ. та спорту. 2010; 14 (1): 25–31.
31. Безмылов НН, Шинкарук ОА. Факторная структура технико-тактических действий баскетболистов высокой квалификации различного амплуа. Спортивний вісник Придніпров'я. 2010; 1: 45–9.
32. Безмылов Н. Привлечение зарубежных игроков в украинские клубы как современная тенденция развития украинского баскетбола. Наука в олимпийском спорте. 2010; 1-2: 14–19.
33. Безмылов НН, Шинкарук ОА. Особенности соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации различного возраста. Актуальные проблемы физического воспитания и спорта, Киев ДНДІФВС. 2010: 14–7.
34. Безмылов НН, Шинкарук ОА. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации в игровом сезоне. Наука в олимпийском спорте. 2011; 1-2: 45–52.

35. Безмилов М, Шинкарук О. Педагогічне тестування баскетболістів різної кваліфікації та ігрових амплуа для ефективності змагальної діяльності. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2011; 3: 8–12.
36. Безмилов М, Шинкарук О. Вплив інтегральних індексів на оцінювання ефективності змагальної діяльності баскетболістів різних амплуа. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2012; 3: 3–8.
37. Безмылов НН, Шинкарук ОА. “Плотность” игр чемпионата как количественный критерий оценки соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне. XIII Международная научная сессия по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту». Материалы Междунар. научн. – практ. конф.: в 3 ч./БГУФК; Минск, 20 марта – 30 мая 2013 г. Ч. 1. с. 10–3.
38. Безмылов НН. Индекс “плотности” игрового сезона ведущих баскетболистов Европы и НБА. XIII Международная научная сессия по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»: в 3 ч./БГУФК; Минск 2013. Ч. 3. Молодежь – науке. Актуальные проблемы теории и методики физической культуры и спорта. Материалы VI Международной научно-практической конференции молодых ученых; Минск, 16 мая 2013 г. с. 7–10.
39. Безмылов НН, Шинкарук ОА. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне [монография]. Киев: ТОВ «НВП Поліграфсервіс»; 2013. 144 с.
40. Безмылов НН. Влияние реализации отдельных технико-тактических действий на итоговое выступление баскетбольной команды в соревнованиях. Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. Серія № 15. 2014; 11 (52): 9–14.
41. Безмилов ІМ, Безмилов ММ. Методичні рекомендації для проведення занять з баскетболу в Київському національному університеті імені Тараса

- Шевченка: навч.-метод. комплекс. Київ: Видавничо-поліграфічний центр “Київський університет”; 2014. 78 с.
42. Безмылов НН. Современная классификация баскетболистов по игровым амплуа. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. пр. Східноєвроп. національного університету імені Лесі Українки. 2014;4 (28): 104 – 108.
43. Безмылов НН. Сравнительный анализ эффективности соревновательной деятельности мужских и женских баскетбольных команд высокой квалификации. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2015; 1 (45): 23–28.
44. Безмылов НН. Морис Подолов. Жизненный путь и роль в создании Национальной баскетбольной ассоциации. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2015; 1: 81–97.
45. Безмилов ММ. Аналіз ефективності техніко-тактичної діяльності національної збірної команди України на Чемпіонаті світу 2014 року. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. 2015; 19 (2): 28–33.
46. Безмылов Н, Мурзин Е. Система отбора игроков и подготовка резерва для национальной сборной команды по баскетболу. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016; 1: 5–14.
47. Безмылов НН, Шинкарук ОА, Митова ЕА. Комплексная оценка уровня подготовленности баскетболистов при проведении ежегодной процедуры драфта в профессиональные клубы НБА. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. 2016; 2: 112–9.
48. Безмылов НН. Многолетняя подготовка и отбор баскетболистов в Испании. Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. Серія № 15. 2016; 11 (81): 24–8.
49. Безмилов М. Комплектування команд високої кваліфікації в умовах інтернаціоналізації світового баскетболу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2016; 3: 3–11.

50. Безмылов НН. Современные технологии контроля соревновательной деятельности баскетболистов в НБА / Н.Н. Безмылов // Баскетбол: історія, сучасність, перспективи: матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції (м. Дніпро, 20-21 грудня) [Електронний ресурс]. Дніпро. ДДІФКіС; 2016. с.118–124.
51. Безмылов НН. Психофизиологическая составляющая системы многолетнего отбора в игровых командных видах спорта. Індивідуальні психофізіологічні особливості людини та професійна діяльність: VI Всеукраїнська науково-практична конференція. 20-22 вересня 2017 р.: Тези доповідей. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького. Черкаси; 2017. с. 15–16.
52. Безмилов ММ, Лю Менань. Моделювання техніко-тактичної діяльності та чинники, що визначають ефективність застосування моделей під час оцінювання змагальної діяльності спортсменів високого класу в командних спортивних іграх. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей X Міжнародної наукової конференції, 24-25 травня 2017 року [Електронний ресурс]. Київ; 2017. с. 59–61.
53. Безмылов НН. Влияние «эффекта возраста» на отбор спортсменов и комплектование составов молодежных команд в игровых видах спорта. Наука в олимпийском спорте. 2017; 2: 17–22.
54. Безмилов М. Традиції і сучасний стан підготовки баскетбольного резерву в країнах колишньої Республіки Югославії. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017; 1: 3–10.
55. Безмилов М. Система підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Литві. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017; 2: 7–13.
56. Безмилов М. Програма підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Франції. Спортивний вісник Придніпров'я. 2017; 2: 10–15.
57. Безмилов М. Відбір та багаторічна підготовка баскетболістів в різних країнах світу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017; 3: 3–9.

58. Безмилов М. Організація та критерії відбору спортсменів в ігрових видах спорту на етапі підготовки до досягнення вищої спортивної майстерності. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2019; 2: 3–12.
59. Безмилов М, Шинкарук О, Чжигонг Ш. Особливості відбору баскетболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2020; 2 (50): 93–102.
60. Безмилов М, Шинкарук О, Murphy Т. Підготовка спортивного резерву та відбір баскетболістів в США. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020. № 3. С. 10–20.
61. Безмилов ММ, Шинкарук ОА. Тенденції та актуальні проблеми підготовки баскетболістів високого класу в сучасних умовах глобалізації та популяризації баскетболу. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2020; 28: 112–131.
62. Безмилов М, Подковиров А. Актуальні проблеми підготовки в баскетболі. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених, 16 травня 2020 року [Електронний ресурс]. Київ; 2020. с. 50–2.
63. Безмилов М. Періодизація підготовки спортсменів в ігрових видах спорту: фактори впливу та перспективні напрями подальшого розвитку специфічної системи знань. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2022; 3: 3 – 19. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.3.3-19>.
64. Болгов АН. Управление соревновательной деятельностью баскетболистов. Монография. Волгоград; 2013. 147 с.
65. Бомпа ТО. Подготовка юных чемпионов. Москва: Астрель; 2013. 167 с.
66. Бондарчук АП. Периодизация спортивной тренировки. Київ: Олимп. лит; 2005. 304 с.
67. Борисова ОВ. Современный профессиональный спорт и пути его развития в Украине (на материале тенниса) [монография]. Киев: Центр учебной литературы; 2011. 312 с.

68. Ботагариев ТА. Особенности скоростно-силовой подготовки квалифицированных баскетболистов разных игровых амплуа [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1990. 23с.
69. Бриль МС. Отбор в спортивных играх. Москва. “ФиС”; 1980. 127 с.
70. Бриль МС. Индивидуализация в спортивных играх: трудности, опыт, перспективы. Теория и практика физической культуры. 2001; 5: 32–33.
71. Брянкин СВ. Отбор и ориентация спортсменов [автореферат]. Малаховка: 1982. 22 с.
72. Булгакова НЖ. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки (на материале плавания) [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1977. 34с.
73. Вайт Д. Глобализация и спорт. Наука в олимпийском спорте. 2013; 1: 125–128.
74. Вальтин АИ, Леонов АД. Методика определения уровня технической подготовленности баскетболистов. “М-100”. К; 1988. 21 с.
75. Васильев ВВ, Видайко ВА, Каверкин ВФ. Некоторые вопросы отбора спортсменов в команды. Научно-методические основы подготовки спортсменов высокого класса. 1980: 22–24.
76. Верхошанский ЮВ. Горизонты теории и методики спортивной тренировки. Теория и практика физ. культуры. 2001; 2: 47–54.
77. Верхошанский ЮВ. Теория и методология спортивной подготовки: блоковая система тренировки спортсменов высокого класса. Теория и практика физической культуры. 2005; 4: 2–13 с.
78. Вихров КЛ, Догададо ВГ. Педагогический контроль в процессе тренировки. Киев: 2000; 126 с.
79. Власов АМ. Комплексный контроль физической подготовленности и морфофункционального состояния юных баскетболистов 12-15 лет [диссертация]. Москва: 2004. 142 с.
80. Вовк СИ. Диалектика спортивной тренировки [монография]. Москва: Физкультура и спорт; 2007. 212 с.

81. Волков ЛВ. Теория и методика детского и юношеского спорта. Киев: Олимп. лит; 2002. 293 с.
82. Воробьев АН. Принципы управления подготовкой спортсменов: учебное пособие. Малаховка; 1987. 63 с.
83. Высочина НЛ, Безмылов НН. Особенности психологического обеспечения подготовки спортсменов в игровых видах спорта. Наука в олимпийском спорте. 2015; 3: 40–44.
84. Годик МА, Скородумова АП. Комплексный контроль в спортивных играх. Москва: Советский спорт; 2012. 336 с.
85. Гойхман МБ. Критерии завершающего отбора юных квалифицированных баскетболистов 16-18 лет учащихся специализированного отделения УОР [диссертация]. СПб: 1999. 183с.
86. Гомельский АЯ. Научно-методические основы системы спортивной подготовки баскетбольных команд высших разрядов [автореферат]. Москва: 1972. 22 с.
87. Гомельский АЯ. Управление командой в баскетболе. – 2-е изд., доп. Москва. Физкультура и спорт; 1985. 160 с.
88. Гришина ЕИ, Генинг ТП. Определение специальной подготовленности у баскетболистов в различные периоды тренировочного процесса. Теория и практика физической культуры. 2010; 6: 39–43.
89. Губа ВП, Шестаков МП, Бубнов НБ, Борисенко МП. Измерения в спортивно-педагогической практике: учеб. пособие. Москва: Физкультура и спорт; 2006. 212 с.
90. Губа ВП. Теория и методика спортивных игр: учебник. Москва: Спорт; 2020. 720 с.
91. Гужаловский АА. Проблемы теории спортивного отбора. Теория и практика физ. культуры. 1986; 8: 24–5.
92. Гуськов СИ. Организационные и социально-экономические основы развития профессионального спорта в США [автореферат]. Москва: 1992. 46с.

93. Давыдов ВЮ. Теоретические основы спортивного обора и специализации в олимпийских водных видах спорта дистанционного характера [автореферат]. Москва: МГУ им. М.В. Ломоносова; 2002. 40с.
94. Девяткина ЕЮ. Комплектование игрового состава команды высококвалифицированных баскетболисток с учетом психологической совместимости и вработываемости игроков [автореферат]. Омск: Сибирский гос. университет физ. культ. и спорта; 2005. 24 с.
95. Денисова ЛВ, Хмельницкая ИВ, Харченко ЛА. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: Учебное пособие для вузов. Киев: Олимп. л-ра; 2008. 127 с.
96. Дорошенко ЕЮ, Кириченко РО, Хабарова МО. Аналіз змагальної діяльності як провідний компонент професійної підготовки тренерів з баскетболу. Педагогіка, психологія та медико-біолог. проблеми фіз. виховання і спорту: Зб. наук. пр. 2005; 22: 29–33.
97. Дорошенко ЭЮ. Теоретико-методические основы управления технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх [диссертация]. Киев: НУФВСУ; 2014. 458 с.
98. Елевич СН. Особенности макроциклов в подготовке команд высокой квалификации по баскетболу. Научно-теоретический журнал «Ученые заметки». 2007; 2(24): 13–21.
99. Елевич СН. Динамика взглядов на процесс управления спортивной формой: теоретико-методологический аспект. Научно-теоретический журнал «Ученые заметки». 2007; 8(30): 34–37.
100. Железняк ЮД. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта [автореферат]. Москва: 1981. 48 с.
101. Железняк ЮД, Нестеровский ДИ, Иванов ВА. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. высш. учеб. заведений. – 8-е изд., перераб. Москва: Издательский центр «Академия»; 2013. 464 с.

102. Жданов СВ. Модельные характеристики как фактор в управлении подготовкой юных баскетболистов [автореферат]. Малаховка: Моск. обл. гос. ин-т физ. культуры; 1989. 24 с.
103. Запорожанов ВА. Контроль в спортивной тренировке. Киев: Здоров'я; 1988. 205 с.
104. Запорожанов ВА, Кузьмин АИ, Дьяченко ВФ. Система отбора (селекции) важнейший фактор формирования резерва для олимпийской подготовки. Современный олимпийский спорт: Тезисы докладов международного научного конгресса. Киев, 10-15 мая 1993 г. Киев; 1993. с. 136–8.
105. Зациорский ВМ, Булгакова НЖ. Теоретические и метрологические основы отбора в спорте. Учебное пособие для слушателей высшей школы тренеров. Москва: ГЦОЛИФК; 1980. 41с.
106. Зеленцов АМ, Лобановский ВВ. Моделирование тренировки в футболе. Киев: Здоров'я; 1985. 134 с.
107. Золотарев АП. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе [диссертация]. Краснодар: 1997. 444 с.
108. Ильин ЕП. Дифференциальная психофизиология. С-Пб: Питер; 2001. 464 с.
109. Иссурин ВБ. Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография. М: Советский спорт; 2010. 288 с.
110. Иссурин ВБ. Подготовка спортсмена XXI века. Научные основы и построение тренировки. Москва: Спорт; 2016. 464 с.
111. Калинина ИН. Вегетативная регуляция сердечного ритма спортсменов в игровых видах спорта. Современные проблемы и перспективы развития системы подготовки спортивного резерва в преддверии XXXI Олимпийских Игр в Рио-де-Жанейро. Сб. научных статей. 2015: 50–2.
112. Калита МВ. Факторы, влияющие на эффективность игровой деятельности баскетболистов различных амплуа. Мир науки, культуры, образования. 2009; 4: 127–9.

113. Камаев О. Особенности системного похода в процессе подготовки спортсмена. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2009; 3: 115–8.
114. Квашук ПВ, Семаева ГН. Актуальные направления системы научного и медицинского обеспечения подготовки спортсменов высокой квалификации и резерва. Вестник спортивной науки. 2017; 6: 14–7.
115. Келлер ВС. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки. Современная система спортивной подготовки. 1995: 41–50.
116. Кириченко Р. Анализ соревновательной деятельности в баскетболе: теоретико-методические аспекты. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2004; 21: 25–34.
117. Кириченко РО. Ієрархічна модель структури змагальної діяльності кваліфікованих баскетболісток. Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. 2006; 9: 59–61.
118. Кириченко РО, Дорошенко ЕЮ. Вивчення структури техніко-тактичної діяльності кваліфікованих баскетболісток методом головних компонент. Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. 2006; 5: 36–41.
119. Коваленко ОП. Проблеми підготовки резерву в баскетболі. Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму: V Міжнародна науково-практична конференція: тези доповідей (Запоріжжя, 10-11 жовтня 2013 р); Класичний приватний університет. Запоріжжя; 2013. с. 116–8.
120. Козіна ЖЛ, Церковна ЕВ, Воробйова ВА. Визначення ефективності змагальної діяльності в баскетболі за допомогою застосування інформаційних технологій. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2008; 1-2: 151–155.
121. Козина ЖЛ. Теоретико-методические основы индивидуализации учебно-тренировочного процесса спортсменов в игровых видах спорта

- [диссертация]. Харьков: Харьковский НПУ им. Г.С. Сковороды: 2010. 648 с.
122. Колумбет АН, Ельцов ДС, Максимович НЮ. Квалиметрическая оценка технико-тактических действий баскетболистов. Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях/Сб. ст. под ред. проф. Ермакова С.С. /II международная электронная научная конференция, 7 февраля 2006 года. Харьков-Белгород-Красноярск; 2006. с. 111–4.
123. Короткова ТП. Научно-обоснованный отбор одаренных спортсменов для этапа реализации высших результатов. Здоров'я і освіта: проблеми та перспективи: Матеріали конф. Донецьк; 2004. с. 215–6.
124. Корягин ВМ. Подготовка высококвалифицированных баскетболистов: Учебн. для вузов физ. воспит. Львов, «Крам»; 1998. 192 с.
125. Корягін ВМ. Підготовка баскетболістів на сучасному етапі розвитку баскетболу. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2002; 3: 10–5.
126. Корягин ВМ. Система контроля в подготовке баскетболистов. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2002; 27: 92–7.
127. Корягін ВМ. Періодизація багаторічної підготовки юних спортсменів-ігровиків. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт. 2014; 15(6): 124–6 с.
128. Костюкевич ВМ. Теоретичні та методичні основи моделювання тренувального процесу спортсменів ігрових видах спорту [автореферат]. Київ; НУФВСУ; 2012. 44 с.
129. Костюкевич ВМ. Побудова тренувального процесу спортсменів високої кваліфікації у футболі і хокеї на траві в річному циклі підготовки. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2013; 8: 51–5.

130. Коханович КК. К проблеме прогноза мастерства юных спортсменов. Тез. докл. V Междунар. науч. конгр. Киев: Олимп. лит; 2005. с. 471.
131. Кочарян ТН. Прогнозирование игрового амплуа баскетболисток с учетом индивидуальных морфологических и психологических особенностей [автореферат]. Малаховка; МГАФК; 2012. 26 с.
132. Кудимов ВН. Система оценки эффективности игровых действий баскетболистов. Физическое воспитание студентов творческих специальностей. 2002; 1: 16–21.
133. Кудря ОН. Показатели вариабельности сердечного ритма в динамике годового цикла и эффективность соревновательной деятельности гандболистов. Теория и практика физической культуры. 2012; 3: 55–9.
134. Кузьменко ОМ. Щодо особливостей відбору спортивної команди. Актуальні проблеми фізичної культури та спорту в сучасних соціально-економічних і екологічних умовах: Матеріали міжнар. наук. конф. – Запоріжжя, 2000. – С. 209-212.
135. Лавриченко ВВ, Григорьев СК, Золотарев АП, Рубин МА. Новый взгляд на периодизацию физической подготовки молодых квалифицированных футболистов. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2017; 6 (148): 123–8.
136. Латышкевич ЛА сост. Методические рекомендации по подготовке резерва в спортивных играх. Киев:1987.
137. Латышкевич ЛА. Подготовка спортсменов высокой квалификации в спортивных играх. Киев: 1992.
138. Латышкевич Л Воробьев М, Бухтий Л. Проблема повышения эффективности соревновательной деятельности в спортивных играх. Наука в олимпийском спорте. 1997; 2: 13–6.
139. Лебедь ФЛ. Теория спортивных игр как основа управления подготовки квалифицированных спортсменов в этих видах спорта. Управление подготовкой спортсменов высокой квалификации в спортивных играх: Сб научн. тр. 1989: 4–39.

140. Лебедь ФЛ. «Формула игры». Общая теория спортивных игр, обучение и тренировка. Волгоград ГУ. Волгоград: 2005. 392 с.
141. Леонов АД. Структура игры и организации соревновательного процесса в игре в баскетбол. Киев: 1991. 21 с.
142. Лідо ОС. Застосування теорії спортивних здібностей щодо орієнтації і відбору в спорті. Фізичне виховання студентів творчих фахів: збірка наукових праць кафедр фізичного виховання навчальних закладів художнього профілю. 1996; 1: 8–10.
143. Лизогуб ВС, Пустовалов ВО. Типологічні властивості вищих відділів центральної нервової системи баскетболістів високого рівня кваліфікації. Баскетбол: історія, сучасність, перспективи: матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної Інтернет - конференції (м.Дніпро, 20-21 грудня) [Електронний ресурс]. Дніпро: ДДІФКіС; 2016. с. 164–7.
144. Лисенчук ГА. Теоретико-методические основы управления подготовкой футболистов [диссертация]. Киев: НУФВСУ; 2004. 377 с.
145. Ломов БФ, Сурков ЕП. Антиципация в структуре деятельности. Москва. «Наука»; 1980. 279с.
146. Лосева ИВ. Основные моменты отбора в баскетболе: методические рекомендации. Волгоград; 2000. 24 с.
147. Лосева И, Питын М. Методические приемы в адаптации молодых баскетболистов в условиях соревновательной деятельности команд высшего класса. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2010; 1: 24–30.
148. Луничкин ВГ. Особенности подготовки высококвалифицированных баскетболистов. Научно-спортивных вестник.1985; 2: 32.
149. Луничкин ВГ. Методология подготовки олимпийского резерва в баскетболе. Теория и практика физ. культуры. 1991; 7: 52–3.
150. Луничкин ВГ. Технология функционирования национальных и профессиональных команд в баскетболе. Современный баскетбол - настоящее и будущее : сб. материалов Всероссийской науч.-практ. конф. Москва; 2009. с. 147–153.

151. Лысенко ЕН. Особенности структуры функциональной подготовленности высококвалифицированных баскетболистов различной специализации. Наука в олимпийском спорте. 2010; 1-2: 80–6.
152. Максименко ГН. Научно-методические основы системы подготовки юных спортсменов, специализирующихся в легкой атлетике и спортивных играх на этапе углубленной специализации [автореферат]. М. РГАФКС; 1994. 64 с.
153. Максименко ІГ. Теоретико-методичні основи багаторічної підготовки юних спортсменів у спортивних іграх: [дисертація]. Луганськ: Луганський НУ ім. Т.Шевченка; 2010. 453 с.
154. Максименко ИГ, Бугаев ГВ, Сысоев АВ, Кадурич ВВ. Спортивные игры: факторы, обуславливающие стратегию многолетней подготовки спортсменов. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2015; 11(129): 154–6.
155. Малинаускас РК, Брусокас АР. Особенности психологической надежности баскетболистов различной квалификации. Физическое воспитание студентов: научный журнал. 2010; 1: 80–2.
156. Мартыненко ИИ. Теория и методика спортивных игр (специализация): учебное пособие. [Интернет]. Алматы: Казахский национальный университет им. Аль-Фараби; 2012. 168 с.
157. Матвеев ЛП. Проблема периодизации спортивной тренировки. М: Физкультура и спорт; 1965. 244 с.
158. Матвеев ЛП. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. М: Советский спорт; 1999. 340 с.
159. Мацак АБ. Анализ игровой деятельности баскетболистов различных игровых функций и квалификации. Научно-методические основы подготовки резервов в спортивных играх. 1981; 59–65.
160. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту: навчально-методичний посібник. Заг. ред – О.А. Шинкарук. Київ: Олімпійська література; 2009. 144 с.

161. Мехдиева КР, Захарова АВ. Функциональная готовность спортсменов высокой квалификации в игровых видах спорта. Человек. Спорт. Медицина. 2017; 17(4): 5–13.
162. Миланович Д, Юркич И, Диздар Д. Диагностика функциональных и двигательных способностей как критерий отбора членов сборной команды по баскетболу. Спортивный отбор и ориентация в системе многолетней подготовки спортсменов: Материалы международн. научн. конф. посвященной 100-летию Олимпийских игр. Июнь 6-8, 1996. УГУФВС. Киев; 1996. с. 19–20.
163. Мітова ОО. Інтегральна підготовка баскетболістів 17-19 років при переході в команди Суперліги [автореферат]. Харьков: ХДАФК; 2004. 20 с
164. Мітова О.О. Концепція формування системи контролю в процесі багаторічної підготовки у командних спортивних іграх. Спортивний вісник Придніпров'я. 2022; 2: 140–147.
165. Мітова О. Динаміка розвитку командних спортивних ігор як підґрунтя формування сучасної системи контролю у командних спортивних іграх. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2022; 13(32): 198–211.
166. Монжи Х. Структура и содержание годичного цикла подготовки квалифицированных команд по волейболу. [автореферат]. Москва; РГАФКС; 1998. 22 с
167. Мотылянская РЕ. Системно-структурный подход к изучению проблемы спортивного отбора. Научно-спортивный вестник. 1984; 5: 3.
168. Начинская СВ. Основы спортивной статистики. Киев: Вища шк.; 1987. 188 с.
169. Никитушкин ВГ, Губа ВП. Методы отбора в игровые виды спорта. Москва: ИКА; 1998. 284 с.
170. Никитушкин ВГ, Квашук ПВ, Бауэр ВГ. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва. М.: «Советский спорт»; 2005. 232 с.
171. Никитушкин ВГ. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография. Москва: Физическая культура; 2010. 240 с.

172. Николаенко ВВ. Рациональная система многолетней подготовки футболистов к достижению высшего спортивного мастерства [монография]. Киев: Саммит-книга; 2014. 336 с.
173. Николич А, Параносич В. Отбор в баскетболе. Москва: Физкультура и спорт; 1984. 144 с.
174. Новицкий ДЭ. Метод комплексной оценки подготовленности баскетболиста и команды в процессе игры. Мир спорта. 2006; 2: 37–42.
175. Носко НА, Маслов ВН, Жула ЛВ. Соревновательная деятельность и техническая подготовленность баскетболистов различных роста-весовых групп. Физ. воспитание студ. творч. спец. 2002; 6: 3–8.
176. Озолин НГ. Современная система спортивной тренировки. Москва: Физкультура и спорт; 1970. 478 с.
177. Олейников ВФ, Овчарек ОМ, Гордієнко СІ. Спочатку – спеціаліст, потім – універсал. Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор. Тези ІІ Всеукраїнської науково-практичної конференції. Львів; 1997. с. 33–4.
178. Олешко ВГ. Моделювання, відбір і орієнтація в системі підготовки спортсменів (на матеріалі силових видів спорту) [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2013. 464 с.
179. Основи науково-дослідної роботи здобувачів вищої освіти зі спеціальності «Фізична культура і спорт»: навч. посіб. Заг. ред. В.М. Костюкевич. Київ: Олімпійська література; 2018. 528 с.
180. Павленко ЮО, Павленко ЄЮ, Шутова СЄ. Характерні риси комплектування чоловічих команд з баскетболу на іграх XXVIII Олімпіади. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. 2004; 5: 68–73.
181. Павлова ТВ. Комплексная оценка способностей детей при отборе в игровые виды спорта на этапе начальной подготовки [диссертація]. Київ: НУФВСУ; 2011. 212 с.
182. Петровский ВВ. Управление спортивной тренировкой. Киев. Издательство института физической культуры; 1974. 144 с.

183. Петушинский ББ. Структура змагальної діяльності баскетболістів різної кваліфікації. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2007; 2: 102–5.
184. Платонов ВН. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Киев. Олимпийская литература; 2013. 624 с.
185. Платонов ВН. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник в 2 кн. Киев: Олимпийская литература; 2015. кн. 1. 680с.
186. Поли Р. Глобализация спорта (на примере футбола). Наука в олимпийском спорте. 2013; 4: 52–9.
187. Поплавский ЛЮ. Баскетбол. Киев. Олимпийская литература; 2004. 447 с.
188. Попрашаев ОВ. Вибір амплуа у ватерполістів 12-15 років на підставі аналізу структури спеціальної підготовленості [автореферат]. Харків: Харківська ДАФК; 2006. 24 с.
189. Портнов ЮМ. Теоретические и научно-методические основы подготовки квалифицированных спортсменов в игровых видах спорта: [автореферат]. Москва: Гос. центр. ин-т физ. культуры; 1989. 51 с.
190. Практическая психодиагностика: Методики и тесты. Учебное пособие/ Ред – сост. Д.Я. Райгородский. Самара: БАХРАХ-М; 2001. 668 с.
191. Пшибильські В. Комплексний контроль у системі багаторічної підготовки футболістів дитячого та юнацького віку [автореферат]. Київ: УДУФВС; 1998. 30 с.
192. Ровный АС. Психофізіологічні основи спеціальної працездатності спортсменів у спортивних іграх. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичної культури і спорту. 2002; 2: 45–52.
193. Родин АВ, Губа ДВ. Медико-биологические и психологические аспекты отбора спортсменов в игровых видах спорта. Известия тульского государственного университета, физическая культура, спорт. 2013; 1: 245–252.

194. Родионов АВ, Воронова ВИ. Психологические основы подготовки баскетболистов. Киев. «Здоровье»; 1989. 132 с.
195. Рыбаков ВВ, Болотов ВМ, Полозкова НФ, Иванов ЕВ. Система подготовки спортивного резерва и направления ее реализации. Шебеко К, редактор. Здоровье для всех: материалы третьей междунар. практ. конф., г. Пинск, 19-20 мая 2011 г. Ч II; Пинск: ПолесГУ; 2011. с. 130–5.
196. Сабирзянов НК. Подготовка спортивного резерва для спорта высших достижений в системе специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (СДЮСШОР) с позиции системного анализа. Вестник ТНУ. 2011; 12(104): 159–162.
197. Сахарова МВ. Концептуальные положения и технология проектирования спортивных макроциклов в игровых видах спорта (многолетний аспект) [автореферат]. М. Российский гос. унив. физ. культ. и туризма; 2005. 54 с.
198. Сергієнко ЛП. Спортивний відбір: [теорія і практика у 2 кн. Книга 2 . . : Відбір у різні види спорту [Підручник]. Тернопіль: «Навчальна книга – Богдан»; 2010. 784 с.
199. Сергиенко ЛП. Тестирование специальной подготовленности баскетболистов. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2013; 4(37): 80-90.
200. Серова ЛК. Профессиональный отбор в спорте. Учебное пособие. Москва. Издательство «Человек»; 2011. 160 с.
201. Слим Риад Али. Модельные характеристики специальной подготовленности, как критерий отбора и комплектования гандбольных команд высокой квалификации [автореферат]. Киев: Киев. гос. ин-т физ. культуры; 1991. 22 с.
202. Сони́на НВ. Дифференцированный подход к физической и технической подготовке баскетболистов 15-16 лет с учетом игрового амплуа. Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма. Материалы III междунар. научн. практ. конф. молодых ученых. Минск; 2008. с. 149–153.

203. Сопов ВФ. Психологические критерии отбора и особенности психологической подготовки резерва в баскетболе. Актуальные проблемы, перспективы развития и совершенствования детско-юношеского баскетбола. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Москва; 2015. с. 93–7.
204. Стасюк ІЛ. Особливості спортивного відбору в багаторічній підготовці футболістів. Наукові праці Кам'янець-Подільського державного університету: Проблеми теорії і методики фізичного виховання, Олімпійського та професійного спорту, лікувальної фізичної культури та спортивної медицини. 2006; 4: 186–191.
205. Стонкус СС. Теоретические и методические основы спортивной подготовки баскетболистов [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1987. 46 с.
206. Стонкус С. Некоторые вопросы спортивной подготовки в баскетболе: [Моделирование системы подготовки, изучение структуры и содержания игры]. Наука в олимпийском спорте. 1997; 1: 49–56.
207. Столов ИИ. Спортивный резерв: состояние, проблемы, пути решения (организационный компонент) [монография]. Москва: «Советский спорт»; 2008. 132 с.
208. Строкач СГ, Черемисин ВП. Отбор и обучение юных баскетболистов с учетом их темперамента. Современный Олимпийский и Паралимпийский спорт и спорт для всех. Материалы XII Междунар. научн. Конгресса. Москва, 2008. Т.1. с. 168–9.
209. Сучилин АА. Теоретико-методологические основы подготовки резерва для профессионального футбола [автореферат]. Волгоград: 1997. 85с.
210. Сушко РО. Особливості підготовки баскетболістів в умовах дії чинників глобалізації спорту вищих досягнень. Науковий часопис «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт» 2017; 2 (83): 103–6.
211. Сушко РА. Формирование теоретической модели развития баскетбола в Украине с учетом влияния факторов глобализации спорта высших

- достижений. Наука в Олимпийском спорте. 2017; 1: 48–55.
212. Сушко РА. Миграция в системе подготовки баскетболистов высшей квалификации (на материалах турниров олимпийских игр 1988-2016). Наука в олимпийском спорте. 2017; 2: 11–6.
213. Таран ИИ, Поповская МН, Силантьев С. Психофизиологические особенности баскетболистов различного амплуа. Теория и практика физической культуры. 2015; 6: 23–5.
214. Темченко ВА. Регистрация, обработка и анализ показателей соревновательной деятельности в спортивных играх. Физическое воспитание студентов творческих специальностей. 2006; 2: 37–48.
215. Тимакова Т. Диалектика отбора и стратегии многолетней спортивной подготовки. Физическая культура и спорт в условиях социально-экономических преобразований в России: Юбилейная научн-практ. конф. посвящ. 70-летию ВНИИФК. Москва; 2003. с. 113–4.
216. Тихомиров АК. Проблема интегративного контроля в спорте: Монография. Малаховка. МГАФК; 2005. 373 с.
217. Топышев ОА. Педагогические аспекты совершенствования деятельности спортсменов в игровых видах спорта [диссертация]. Москва; 1989. 451 с.
218. Федотова ЕВ, Тюленков СЮ. Основы управления многолетней подготовкой юных спортсменов в командных игровых видах спорта: монография. Москва. Физическая культура; 2007. 352 с.
219. Филатова НП. Отбор квалифицированных хоккеистов с учетом их психологических особенностей [автореферат]. Омск: Сибирская ГАФК; 1995. 23 с.
220. Филин ВП. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки. Современная система спортивной подготовки. Москва. 1995: 360–372.
221. Фомин СГ, Лихачев ОЕ, Ганиев РГ. Особенности подготовки резерва в зарубежном профессиональном баскетболе. Теория и практика физической культуры. 2015; 9: 94–6.

222. Фураева НВ. Структура подготовки баскетбольных команд в годичном соревновательно-тренировочном цикле [автореферат]. М: РГАФК; 2001. 28 с.
223. Хоршид ФХ. Теоретико-методические основы спортивного отбора в современном спорте [автореферат]. Киев: УГУФВС; 1996. 49 с.
224. Хромаев ЗМ. Основы планирования и программирования подготовки баскетболистов высокой квалификации. Методические рекомендации. Киев: Киевский ГИФК; 1991. 27 с.
225. Хуцинский Т. Социально-психологические характеристики разыгрывающего игрока в баскетболе. Теория и практика физ. культуры. 2002; 7: 21.
226. Хуцинский Т. Спортивная подготовка женщин-баскетболисток в аспекте полового диморфизм [автореферат]. СПб: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта; 2004. 53 с.
227. Чернов ВС, Андрищенко ЛБ, Аверясова ЮО, Андрищенко ОН. Адаптация баскетболисток 17-20 лет к соревновательной деятельности при переходе в команды высокого класса. Теория и практика физической культуры. 2017; 4: 78–80.
228. Чернов СВ. Инновационные технологии подготовки профессиональных спортивных команд. Москва. АНО «Школа “Премьер”»; 2005: 182 с.
229. Чмиль ОП, Юрчишин ЮВ, Шиманский ВМ. Пошук нових форм спортивного відбору юних спортсменів в баскетболі. Чернігівський державний педагогічний університет ім. Т.Г. Шевченка. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. 2007; 44: 314–8.
230. Чурганов ОА, Вихрук ТИ, Курьянович ЕН. Медико-биологические подходы к спортивной ориентации и отбору/ О.А. Чурганов, Т.И. Вихрук, Е.Н. Курьянович [ті ін.]. Юношеский спорт XXI века. Материалы конф. – Москва: Сов. спорт; 2002. с. 238–241.
231. Чуча ЮИ. Отбор и подготовка баскетболистов: Учебно-метод. Пособие. ХХІІ. X; 1996. 204 с.

232. Шамардин ВН. Технология подготовки футбольной команды высшей квалификации. Днепропетровск. «Інновація»; 2012. 352 с.
233. Шамардін ВМ. Технологія управління системою багаторічної підготовки футбольних команд високої кваліфікації [автореферат]. Львів: Львівський ДУФК; 2013. 36 с.
234. Шапошникова ВИ, Рубин МА, Михно ЛВ. Научное обоснование современной системы отбора и подготовки спортсменов в олимпийском спорте (на примере футбола и хоккея): монография. Москва. Изд-во «Советский спорт»; 2013. 66 с.
235. Шварц ВБ, Хрущев СВ. Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора. Москва. Физкультура и спорт; 1984. 151 с.
236. Шестаков ММ. Футбол: комплектование команды на игру. Учебное пособие. Краснодар; 1993. 30 с.
237. Шинкарук ОА. Критерии отбора перспективных спортсменов в гребле на этапе специализированной базовой подготовки: [автореферат]. Киев; 1993. 167 с.
238. Шинкарук ОА. Обоснование отбора как комплексной проблемы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту. 2004: 151–2.
239. Шинкарук О. Ієрархічна структура відбору та орієнтації з позиції системного підходу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2006; 1: 62–6.
240. Шинкарук ОА, Безмылов НН. Обоснование комплекса показателей для разработки модельных характеристик баскетболистов высокой квалификации. Современный олимпийский спорт и спорт для всех. Материалы XI международного научн. конгресса: в 4 ч. Минск; 2007. Ч.1. с. 235–7.

241. Шинкарук ОА. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта): монография. Киев. Олимпийская литература; 2011. 360 с.
242. Шинкарук О, Безмилов М. Експертне оцінювання ефективності змагальної діяльності баскетболістів високої кваліфікації в ігровому сезоні. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. пр. Волинського національного університету імені Лесі Українки. 2012; 4(20): 509–513.
243. Шинкарук ОА, Безмилов ММ. Інтегральні індекси ефективності змагальної діяльності баскетболістів різного амплуа. Вісник запорізького національного університету. 2012; 4: 14–22.
244. Шинкарук ОА, Безмылов НН. Интегральные индексы при оценке соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации. Наука в олимпийском спорте. 2013; 1: 49–55.
245. Шинкарук ОА, Безмилов ММ. Теоретико-методичні засади розробки та використання модельних характеристик техніко-тактичних дій баскетболістів високої кваліфікації. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2013; 2: 35–44.
246. Шопин АВ. Состояние современной системы спортивного отбора. Вопросы физического воспитания и спортивной подготовки студентов. 2003: 115–7.
247. Шулятьев ВМ. Теоретико-методические и организационные основы подготовки резервов квалифицированных волейболистов [автореферат]. Омск: Сибирский ГАФК; 1997. 43 с.
248. Шутова С. Взаємозв'язок психологічних якостей і властивостей баскетболістів з ефективністю їх змагальної діяльності. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 1999; 1: 109–113.
249. Яхонтов ЕР, Кириленко АГ. Внесезонная подготовка баскетболистов в клубах НБА. Научно-методический вестник. Тренерский совет Российской федерации баскетбола. 2006; 1: 92 с.

250. Abbott A, Collins D. Eliminating the dichotomy between theory and practice in talent identification and development: Considering the role of psychology. *Journal of Sports Science*. 2004; 22(5): 395 – 408.
251. Abdelkrim BN, Fazaa SE, Ati JA. Time–motion analysis and physiological data of elite under-19-year-old basketball players during competition. *British Journal of Sports Medicine*. 2007; 41: 69–75.
252. Abdelkrim BN, Chaouachi A, Chamari K, Chtara M, Castagna C. Positional role and competitive-level differences in elite-level men’s basketball players. *Journal of Sports Strength & Conditioning Research*. 2010; 24 (5): 1346–1355.
253. Abdelkrim BN, Jabri C, Battikh I, El Fazaa T, El Ati J. Activity profile and physiological requirements of junior elite basketball players in relation to aerobic-anaerobic fitness. *J Strength Cond Res*. 2010; 24: 2330–2342.
254. Acarbay S, Kayatekin M, Ozgonul H, Selamoglu S, Sermin I. A Comparison of Physiological - Physical Profile in the First Division Basketball Team Player with Sedentaries. *Hacettepe University 4th International Sport Sciences Congress, Abstract Book; 1996. p. 356–360.*
255. Achten J, Jeukendrup A. Heart rate monitoring: Applications and limitations. *Sports Med*. 2003; 33(7): 517–538.
256. Ackland TR, Schreiner AB, Kerr DA. Absolute size and proportionality characteristics of World Championship female basketball players. *Journal of Sports Sciences*. 1997; 15: 485–490.
257. Akers M, Wolff S, Buttross T. An empirical examination of the factors affecting the success of NCAA division I college basketball teams. *Journal of Business and Economic Studies*, 1991; 1: 57–71.
258. Aksen P, Günay M. The effects of combined training on some conditional parameters of basketball aged 12–14. *Sport science, movement and health*. 2010; 2(10): 179–188.
259. Alejandro A, Santos S, Villa Jose G, Morante JC, Garcia-Tormo V. Anthropometric characteristics of Spanish professional basketball players. *Journal of Human Kinetics*. 2015; 46: 99–106.

260. Alemdaroğlu U. The relationship between muscle strength, anaerobic performance, agility, sprint ability and vertical jump performance in professional basketball players. *Journal of Human Kinetics* volume. 2012; 31: 9–106.
261. Apostolidis N, Nassis GP, Bolatoglou T, Geladas ND. Physiological and technical characteristics of elite young basketball players. *J Sports Med. Phys. Fitness*. 2004; 4: 157–163.
262. Apostolidis N, Chatzicharistos D, Bolatoglou T. Passing efficacy of young basketball players: test or observation? *International Journal of Performance Analysis in Sport*. 2013; 13 (2): 403–412.
263. Araujo GDG, Manchado FB, Papoti M, Camargo BH, Claudio AG. Anaerobic and aerobic performances in elite basketball players. *Journal of Human Kinetics*. 2013; 42: 137–147.
264. Arede J, Ferreira AP, Gonzalo-Skok O, Leite N. Maturational development as a key aspect in physiological performance and national-team selection in elite male basketball players. *Int. J. Sports Physiol. Perform*. 2019. doi: 10.1123/ijsp.2018-0681.
265. Arede J, Ferreira AP, Esteves P, Gonzalo-Skok O, Leite N. Train smarter, play more: Insights about preparation and game participation in youth national team. *Res. Q. Exerc. Sport*. 2020;91:583–593.doi:10.1080/02701367.2019.1693012.
266. Arede J, Fernandes J, Moran J, Norris J, Leite N. Maturity timing and performance in a youth national basketball team: do early-maturing players dominate? *Int. J. Sports Sci. Coach*. 2020. doi: 10.1177/1747954120980712
267. Arede J, Freitas TT, Johnson D, Fernandes JFT, Williams S, Moran J, Leite N. Training load, maturity timing and future national team selection in National youth basketball players. *J Funct Morphol Kinesiol*. 2022; 7(1): 21.
268. Armstrong N, McManus AM. Physiology of elite young male athletes. *Medicine Sport Science*. 2011; 56: 1–22.
269. Arrieta H, Torres-Unda J, Gil SM, Irazusta J. Relative age effect and performance in the U16, U18 and U20 European basketball championships. *Journal of Sports Sciences*. 2016; 34: 1530–1534.

270. Astrand PO. Influence of biological age and selection. *Endurance in Sport*. Oxford. Blackwell Sci. Publ.1992: 285–9.
271. Atkins SJ. Performance of the Yo-Yo intermittent recovery test by elite professional and semiprofessional rugby league players. *J. Strength Cond. Res.* 2006; (1): 137–149.
272. Balčiūnas M, Stonkus S, Abrantes C, Sampaio J. Long term effects of different training modalities on power, speed, skill and anaerobic capacity in young male basketball players. *J Sports Sci. and Med.* 2006; 5: 163–170.
273. Balčiūnas M, Garastas V, Stonkus S. Krepšininkų parengtumas: nustatymas ir įvertinimas. 2009; LKKA. 159 p.
274. Bale P. Anthropometrical body composition and performance variables of young elite female basketball players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness.* 1991; 31(2): 173–7.
275. Balonchuck W, Lukaski H, Siders W. The structural, functional and nutritional adaptation of college basketball players over a season. *J Sports Med Phys Fitness.* 1991; 31: 165–172.
276. Balyi I, Way R, Higgs C. Long-term athlete development. *Human Kinetics;* 2013. 286 p.
277. Bangsbo J, Mohr M, Poulsen A, Perez-Gomez J, Krstrup P. Training and testing the elite athlete. *J. Exerc. Sci. Fit.* 2006; 4(1):5–18.
278. Bangsbo J, Lukaski H, Siders W. The Yo-Yo intermittent recovery test: A useful tool for evaluation of physical performance in intermittent sports. *Sports Med.* 2008; 38 (1): 37–51.
279. Banister E. Modeling elite athletic performance. *Physiological testing of high-performance athletes*, Human Kinetics Books. Champaign: Illinois. 1991: 403–424.
280. Barfield J, Johnson R, Russo P, Cobler D. Reliability and validity of the performance index evaluation among men's and women's college basketball players. *J Strength Cond Res.* 2007; 21(2): 643–5.

281. Barnsley RH, Thompson AH, Barnsley RE. Hockey success and birthdate: The relative age effect. *Canadian Association for Health, Physical Education, and Recreation*. 1985; 51(1): 23–8.
282. Barnsley RH, Thompson A. “Birthday and success in minor hockey: The key to the NHL”. *Canadian Journal of Behavioral Science*. 1988; 20: 167–176.
283. Barreiros A, Côté J, Fonseca AM. From early to adult sport success: analysing athletes’ progression in national squads. *Eur. J. Sport Sci*. 2012; 14: 178–182. doi:10.1080/17461391.2012.671368
284. Bartolomei S, Hofmann JR, Merni F, Stout JR. A comparison of traditional and block periodized strength training programs in trained athletes. *J Strength Cond Res*. 2014; 28(4): 990 – 7.
285. Basinac I, Mikic B, Pojskic H. Morphological characteristics of Bosnian first league female basketball players. *Sport Scientific and Practical Aspects*. 2009; 6(1&2): 20–5.
286. Bavlı Ö. Comparison the structural and biomotorical features of adolescent basketball players according to playing position. *Nigde University Journal of Physical Education and Sport Sciences*. 2008; 2(3): 146–151.
287. Baxter-Jones A, Helms P. Born too late to win? [Letter to the editor]. *Nature*. 1994. 186 p.
288. Billie JM, White OJ. *Basketball. Theory and Practice*. 1980. 306 p.
289. Berdejo-del-Fresno AD, Lara-Sánchez AJ, González-Ravé JM. Fitness level and body composition of elite female players in England basketball League Division I. *International Journal of Sport and Exercise Science*. 2012; 4(2): 15 – 24.
290. Berg K, Latin RW. Comparison of physical and performance characteristics of NCAA division I basketball and football players. *J Strength Cond. Res*. 1995; 9: 22–26.
291. Bezmylov M, Shynkaryk O, Byshevets N, Gan Qi, Shao Zhigong. Morphofunctional characteristics of basketball players with different roles as

- selection criteria at the stage of preparation for higher achievements. *Physical Education Theory and Methodology*. 2022; 22(1): 92 – 100.
292. Bezmylov M., Shynkaruk O, Grihan G, Semeniv B, Yudenko O, Lytvynenko A, Otroshko O, Kholchenkova N, Kurtova H, Kostenko M, Osmanova A. Peculiarities of physical fitness of 17-20 years old basketball players taking into account their playing role. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2022; 10(6): 1163–1172.
293. Bishop DC, Wright C. A time-motion analysis of professional basketball to determine the relationship between three activity profiles: high, medium and low intensity and the length of the time spent on court. *Int J Perform Anal Sport*. 2006; 6 (1):130–9.
294. Bompa T. *Total Training for Young Champions*. Champaign, IL: Kinetics H, editor; 2000.
295. Bompa TO, Buzzichelli CA. *Periodization: Theory and methodology of training*. 6th edition. Champaign, USA: Human Kinetics; 2018. 394 p.
296. Bonal J, Jiménez SL, Lorenzo A. The talent development pathway for elite basketball players in China. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2020; 17: 5110://doi.org/10.3390/ijerph17145110
297. Boone J, Bourgois J. Morphological and physiological profile of elite basketball players in Belgium. *International journal of sports physiology and performance*. 2013; 8 (6): 630–8.
298. Borin JP, Goncalves A, Padovani CR, Aragon FF. Profile of the intensity effort of moves and timing in professional basketball games. 2005; 24(3): 491–8.
299. De Bosscher V, De Rycke J. Talent development programmes: a retrospective analysis of the age and support services for talented athletes in 15 nations. *Eur. Sport Manag. Q*. 2017; 17: 590–609. doi: 10.1080/ 16184742. 2017.1324503
300. Boucher J, Mutimer B. The relative age phenomenon in sport: Areplication and extension with ice-hockey players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 1994; 65: 377–384.

301. Brittenham G. Complete conditioning for basketball. Champaign: Human Kinetics, 1996. 247 p.
302. Buceta JM, Mondoni M, Avakumovic A, Killik L. Basketball for young players. Guidelines for coaches. Madrid: FIBA; 2000. 358 p.
303. Buchheit M, Dupont G. Elite clubs and national teams: Sharing the same party? *Sci. Med. Footb.* 2018; 2: 83–85. doi:10.1080/24733938.2018.1470156.
304. Burgess DJ, Naughton GA. Talent development in adolescent team sport: A review. *International Journal of Sports Psychology & Performance.* 2010; 5(1): 103–116.
305. Busko K. Muscle Torques Topography in Female Basketball Players. *Biology of Sport.* 1998; 15: 45–9.
306. Capranica L, Millard-Stafford ML. Youth sport specialization: How to manage competition and training? *International Journal of Sport Physiology&Performance.* 2011; 6(4): 572–9.
307. Carter JE, Heath BH. Somatotyping: development and applications. New York: Cambridge University Press; 1990. 503p.
308. Carter JEL, Ackland TR, Kerr DA, Stapff AB. Somatotype and size of elite females basketball players. *Journal of Sport Sciences.* 2005; 23(10): 1057–1063.
309. Carvalho H, Coelho e Silva M, Figueiredo A, Gonçalves C, Castagna C, Philippaerts R, Malina R. Cross-validation and reliability of the Line-drill test of anaerobic performance in basketball players 14-16 years. *J Strength Cond Res.* 2011; 25(4): 1113–9.
310. Carvalho HM, Coelho-e-Silva MJ, Gonçalves CE, Philippaerts RM, Castagna C, Malina RM. Age-related variation of anaerobic power after controlling for size and maturation in adolescent basketball players. *Annals of Human Biology.* 2011; 38 (6): 721–7.
311. Castagna C, Manzi V, D'Ottavio S, Annino G, Padua E, Bishop D. Relation between maximal aerobic power and the ability to repeat sprints in young basketball players. *Journal of Strength and Conditioning Research.* 2007; 21 (4):1172–6.

312. Castagna C, Impellizzeri FM, Rampinini E, D'Ottavio S, Manzi V. The Yo—Yo intermittent recovery test in basketball players. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 2008; 11: 202–8.
313. Castagna C, Manzi V, Impellizzeri F, Chaouachi A, Ben Abdelkrim N, Ditroilo M. Validity of an on-court lactate threshold test in young basketball players. *J Strength Cond Res*. 2010; 24: 2434–2439.
314. Cejuela R, Pérez JA, Cortell JM, Chinchilla JJ, Rivas J, Villa JG, Rodriguez-Marroyo JA. Correlation between anthropometrical parameters, jump power and position occupied in the field of professional basketball players. IV Iberian Basketball Congress. Cáceres. 2007. p. 176–8.
315. Chittle L, Horton S, Dixon JC. Time out or fast break? The relative age effect in NCAA Division I basketball. *Journal of Sport Behavior*. 2016; 39: 107–125.
316. Choi H, Johnson B, Kim Y. Children's development through sports competition: Derivative, adjustive, generative and maladaptive approaches. *Quest*. 2014; 66 (2): 191–202.
317. Christmass MA, Dawson B, Arthur PG. Effect of work and recovery duration on skeletal muscle oxygenation fuel use during sustained intermittent exercise. *European Journal of Applied Physiology*. 1999; 80(5): 436–447.
318. Coelho ESM, Carvalho MH, Goncalves CE, Figueiredo AJ, Elferink-Gemser MT, Philippaerts RM, Malina RM. Growth, maturation, functional capacities and sport-specific skills in 12-13 year-old- basketball players. *The Journal Of Sports Medicine And Physical Fitness*. 2010; 50(20): 174–181.
319. Cohen N. Youth competition: Problem and solution. *Vision in leisure and business*. 1988; 7(3): 98–102.
320. Cormack S, Newton RU, McGuigan MR. Neuromuscular and endocrine responses of elite players to an Australian rules football match. *International journal of sports physiology and performance*. 2008; 3(3): 359–374.
321. Cormery B, Marcil M, Bouvard M. Rule change incidence on physiological characteristics of elite basketball players: A 10-year-period investigation. *British Journal of Sports Medicine*. 2008; 42: 25–30.

322. Côté J, Macdonald DJ, Baker J, Abernethy B. When “where” is more important than “when”: Birthplace and birthdate effect on achievement of sporting expertise. *Journal of Sport Sciences*. 2006; 24(10): 1065–1073.
323. Croos R, Siegler J, Marchall P, Lovell R. Scheduling of training and recovery during the in-season weekly micro-cycle: Insights from team sport practitioners. *Eur J Sport Sci*. 2019;19(10): 1287–1296.
324. Csataljay G, James N, Hughes M, Dancs H. Performance indicators that distinguish winning and losing teams in basketball. *Int. J Perform Anal Sport*. 2009; 9: 60–6.
325. Cui Y, Liu F, Bao D, Liu H, Zhang S, Miguel-Angel G. Key anthropometric and physical determinants for different playing positions during National Basketball Association draft combine test. *Frontiers in Psychology*. 2019; 10: 2359.
326. Daniel TE, Janssen CTL. More on the relative age effect. *Canadian Association for Health, Physical Education, and Recreation Journal*. 1987; 53: 21–4.
327. Dalextrat A, Cohen D. Physiological testing of basketball players: toward a standard evaluation of anaerobic fitness. *J Strength Cond Res*. 2008; 22: 1066–1072.
328. Dalextrat A, Cohen D. Strength, power, speed, and agility of women basketball players according to playing position. *Journal of Sports Strength & Conditioning Research*. 2009; 23 (7): 1974–1981.
329. Delorme N, Raspaud M. The relative age effect in young French basketball players: a study on the whole population. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2009; 19(2): 235–242.
330. Derri K, Tzetzis G, Theodorakis Y. Cognitive, perceptual, and motor abilities in skilled basketball performance. *Perceptual and Motor Skills*. 1998; 86: 771–786.

331. Dežman B, Trninić S, Dizdar D. Expert model of decision-making system for efficient orientation of basketball players to positions and roles in the game. Empirical verification. *Collegium antropologicum*. 2001; 25 (1): 141–152.
332. Dežman B, Erčult F, Vučković G. Classifying young basketball players into playing positions with chosen anthropometric and motor variables. 3rd International scientific conference Kinesiology new perspectives. Opatija, Croatia, September 25-29, 2002, proceedings book. *Kinesiology: new perspectives: proceedings book Zagreb: Faculty of kinesiology, University of Zagreb; 2002. p. 943–6.*
333. DiFiori J, Güllich A, Brenner J, Côté J, Hainline B, Ryan E, Malina R. The NBA and youth basketball: Recommendations for promoting a healthy and positive experience. *Sports Med*. 2018; 48: 1242–7.
334. Di Salvo W, Baron R, Tschan H, Calferon FG, N. Bachi N, Pigozzi F. Performance characteristics according to playing position in elite soccer. *International Journal of Sport Medicine*. 2007; 28: 222–7.
335. Dizdar D, Trninić S, Matkovic B. Structural analysis of the position players in the basketball game on some anthropological characteristics. *Croatian sports medicine Journal*. 1996; 10 (3): 108–116.
336. Doroshenko E, Sushko R, Koryahin V, Pityn M, Tkalich I, Blavt O. The competitive activity structure of highly skilled basketball players on the basis of factor analysis methods. *Human Movement*. 2019; 20(4): 33–40. DOI:10.5114/hm.2019.85091
337. Drinkwater EJ, Hopkins WG, McKenna MJ, Hunt PH, Pyne DP . Modeling age and secular differences in fitness between basketball players. *Journal of Sport Sciences*. 2007; 25 (8): 869–878.
338. Drinkwater EJ, Pyne DB, McKenna M. Design and interpretation of anthropometric and fitness testing of basketball players. *Sports Medicine*. 2008; 38 (7): 565–578.

339. Erčulj F, Vičič A. Differences in motivational dimensions of young basketball players in different playing positions. *Acta Kinesiologiae Univerzitatatis Tartuensis*. 2001; 6: 108–112.
340. Erčulj F, Dežman B, Vučković G, Perš J, Perše M, Kristan M. An analysis of basketball players' movements in the Slovenian basketball league play-offs using the SAGIT tracking system. *Facta Universitatis series Physical Education and Sport*. 2008; 6 (1): 75–84.
341. Erčulj F, Blas M, Bracic M. Physical demands on young elite European female basketball players with special reference to speed, agility, explosive strength, and take-off power. *J Strength Cond Res*. 2010; 24 (11): 2970–8.
342. Erčulj F, Bračić M. Differences between various types of elite young female basketball players in terms of their morphological characteristics. *Kinesiologia Slovenica*. 2010; 16: 44–51.
343. Ericsson KA, Krampe RT, Tesch-Roemer C. The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*. 1993; 100(3): 363–406.
344. Erol E, Özen G, Koç H. Selected motor skills of elite young male basketball players according to position on the court of players. *Journal of Athletic Performance and Nutrition*. 2014; 1(1): 1–9.
345. Esteva S, Drobnic F, Puigdemívol J, Serratos L, Chamorro M. Birthday and basketball success. *Apunts Med Esport*. 2006; 41: 25–30.
346. Fatouros I, Laparidis K, Kambas A, Chatzinikolaou A, Techlikidou E, Katrabasas I, Taxildaris K. Validity and reliability of the single-trial line drill test of anaerobic power in basketball players. *J Sports Med Phys Fit*. 2011; 51(1): 33–41.
347. Ferioli D, Rampinini E, Marti M, Rucco D, La Torre A, Petway A, Scanlan A. Influence of ball possession and playing position on the physical demands encountered during professional basketball games. *Biology of Sport*. 2020; 37 (3): 269–276.

348. FIBA U14 Get Together 2018 - Arik Shivek. Selection for youth National teams in Israel. [Internet]. [updated 2018 Okt 19-20]. Available from: <https://www.youtube.com/watch?v=16DqwhUwf6M>
349. FIBA U14 Get Together 2018 – Nenad Trunic. Selection for youth basketball national teams in Serbia. [Internet]. [updated 2018 Okt 19-20]. Available from: <https://www.youtube.com/watch?v=2mdLkSk0geM>.
350. Football Canada long term athlete development. [Internet]. [updated 2018 Okt 19-20]. Available from: <http://archive.footballcanada.com/wp-content/uploads/2017/11/Football-09-ENG-LTAD-Normal-Res1-min-2.pdf>
351. Fort-Vanmeerhaeghe A, Montalvo A, Latinjak A, Unnithan V. Physical characteristics of elite adolescent female basketball players and their relationship to match performance. Nicole Wertheim College of Nursing and Health Sciences. *Journal of Human Kinetics*. 2016; 53: 167–178 [Internet]. Available from: http://digitalcommons.fiu.edu/cnhs_fac.
352. Foster C. Monitoring training in athletes with reference to overtraining syndrome. *Medicine Science Sports Exercise*. 1998; 30: 1164–8.
353. Franco L. Physiology of basketball. *Archivos de Medicina del Deporte*. 1998, 15(68): 479–483.
354. Friedman H. *Playing to win: Raising children in a competitive culture*. Berkeley, CA: University of California press. 2013.
355. Gamble P. Periodization of training for team sport athletes. *Strength & Conditioning Journal*. 2006; 28(5): 56–66.
356. Gamble P. *Strength and conditioning for team sports: sport-specific physical preparation for high performance*. [2nded.]. Kindle, 2013. 304 p.
357. Garcia-Gil M, Torres-Unda J, Esain I, Duñabeitia I, Gil S. M, Gil J, et al. Anthropometric parameters, age, and agility as performance predictors in elite female basketball players. *J. Strength Cond. Res*. 2018; 32: 1723–1730. doi: 10.1519/JSC.0000000000002043
358. García F, Vázquez-Guerrero J, Castellano J, Casals M, Schelling X. Differences in physical demands between game quarters and playing positions on

- professional basketball players during official competition. *J Sports Sci Med.* 2020; 19:256–263.
359. García F, Xavi S, Castellano J, Martín-García A, Pla F, Vázquez-Guerrero J. Comparison of the most demanding scenarios during different in-season training sessions and official matches in professional basketball players. *Biol. Sport.* 2022; 39(2): 237–244. doi: 10.5114/biolsport.2022.104064. Epub 2021 Apr 9. PMID: 35309543.
360. George M, Evangelos T, Alexandros K, Athanasios L. The inside game in World Basketball. Comparison between European and NBA teams. *International Journal of Performance Analysis in Sport.* 2009; 9(2): 157–164.
361. Gerodimos V, Manou V, Kellis E, Kellis S. Body composition characteristics of elite basketball players. *Journal of Human Movement Studies.* 2005; 49: 115–126.
362. Gil S, Ruiz F, Irazusta A, Gil J, Irazusta J. Selection of young soccer players in terms of anthropometric and physiological factors. *Journal of Sport Medicine and Physical Fitness.* 2007; 47(1): 25–32.
363. Gocentas A, Landör A, Krisciunas A. Heart rate recovery changes during competition period in high-level basketball players. *Education and Physical Training in Sport.* 2011; 80: 11–6.
364. Gocentas A, Jascaniniene N, Poprzącki S, Jaszczanin J, Juozulynas A. Position-Related Differences in Cardiorespiratory Functional Capacity of Elite Basketball Players. *Journal of Human Kinetics.* 2011; 30: 145–152.
365. Gomes G, Manchado-Gobatto FB, Papoti M, Camargo BHF, Gobatto CA. Anaerobic and aerobic performances in elite basketball players. *Journal of Human Kinetics.* 2013; 42: 137–147.
366. Gomez MA, Lorenzo A, Ortega E, Sampaio J, Ibanez SJ. Game-related statistics discriminating between starters and nonstarters players in Women's National Basketball Association League (WNBA). *J Sport Sci Med.* 2009; 8:278–283.

367. Goncalves CEB, Rama LML, Figueiredo AB. Talent identification and specialization in sport: An overview of some unanswered questions. *International journal of Sports Physiology & Performance*. 2012; 7(4): 390–3.
368. Gore, Ch. J. *Physiological tests for elite athletes*. Human Kinetics. 2000.
369. Greene JJ, McGuine TA, Levenson G, Best TM. Anthropometric and performance measures for high school basketball players. *Journal of Athletic Training*. 1998; 33(3): 229–232.
370. Grosgeorge B. *Observation and training in team sport (in France)*. Paris: INSEP Publication. 1990: 80–96.
371. Gruko K, Stastny P, Kopiczko A, Mikolajec K, Pecha O, Perkowski K. Can anthropometric variables and maturation predict the playing position in young basketball players? *Journal of Human Kinetics*. 2019; 69: 109–123.
372. Gryko K, Kopiczko A, Mikolajec K, Stasny P, Musalek M. Anthropometric variables and somatotype of young and professional male basketball players. *Sport*. 2018; 6 (1): 9.
373. Guimarães E, Baxter-Jones A, Maia J, Fonseca P, Santos A, Santos E, Tavares F, Janeira MA. The roles of growth, maturation, physical fitness and technical skills on selection for Portuguese Under-14 years basketball team. *Sports*. 2019; 7 (61): 1–13.
374. Halson S, Balague G, Burke L. An integrated, multifactorial approach to periodization for optimal performance in individual and team sports. *International journal of sports physiology and performance*. 2018; 13: 538–561.
375. Helsen W, Starker J, Hodges N. Team sports and theory of deliberate practice. *Journal of Sports & Exercise Psychology*. 1998; 20(1): 12–34.
376. Helsen W, Van Winckel J, Williams A. The relative age effect in youth soccer across Europe. *Journal of Sport Sciences*. 2005; 23 (6): 629–636.
377. Higgs SL. The importance of V_{O2} max in performance of a basketball game-simulated work task. *Canadian Journal of Applied Sports Science*. 1982; 7: 237.

378. Hoare DG. Predicting success in junior elite basketball players – the contribution of anthropométrie and physiological attributes. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 2000; 3 (4): 391–405.
379. Hoffman JR, Tenenbaum G, Maresh CM, Kraemer WJ. Relationship between athletic performance tests and playing time in elite college basketball players. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 1996; 10: 67–71.
380. Hoffman JR, Epstein S, Einbinder M, Weinstein Y. The influence of aerobic capacity on anaerobic performance and recovery indices in basketball players. *J Strength Cond. Res*. 1999; 13: 407–411.
381. Hoffman J, Kaminsky M. Use of performance testing for monitoring overtraining in elite youth basketball players. *Journal Strength and Conditioning Research*. 2000; 22(6): 54–62.
382. Hoffman JR, Maresh CM. Physiology of basketball. *Exercise and Sport Science*. 2000: 733–744.
383. Hofler RA, Payne JE. Measuring efficiency in the National Basketball Association. *Economics Letters*, 1997; 55: 293-99
384. Hong F, Wu P, Xiong H. Beijing ambition: An analysis of the Chinese elite sports system and its Olympic strategy for the 2008 Olympic Games. *Int. J. Hist. Sport*. 2005; 22: 510–529.
385. Horn T, Weiss M. A developmental analysis of children's self-ability judgments in the physical domain. *Pediatric exercise science*. 1991; 3(4): 310–326.
386. Hulka K, Cuberek R, Belka J. Heart rate and time-motion analyses in top junior players during basketball matches. *Acta Univ. Palacki. Olomuc., Gymn*. 2013; 43 (3): 27–35.
387. Hunter GR, Hilyer J, Foster MA. Changes in fitness during 4 years of intercollegiate basketball. *J Strength Cond Res*. 1993; 7: 26–9.
388. Huyghe T, Alcaraz PE, Calleja-González, Bird SP. The underpinning factors of NBA game-play performance: a systematic review (2001 – 2020). *Phys.*

- Sportsmed. 2022; 50(2): 94–122. doi: 10.1080/00913847.2021.1896957. Epub 2021 Apr 15. PMID: 33724159.
389. Ibanez SJ, Saenz-Lopez P, Gimenez J, Janeira M.A. Game statistics discriminating the final outcome of junior world basketball championship matches (Portugal 1999). *J Hum. Mov. Stud.* 2003; 45:1–19.
390. Ibanez SJ, Sampaio J, Feu S, Lorenzo A, Gomez MA, Ortega E. Basketball game-related statistics that discriminate between teams' season-long success. *Eur J Sport Sci*, 2008; 8(6): 1–4.
391. Ibanez SJ, Mazo A, Nascimento J, Garcia-Rubio J. The relative age effect in under-18 basketball: Effect on performance according to playing position. *PLoS ONE*. 2018; 13(7) [Internet]. Available from: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0200408>.
392. Ivanović J, Kukić F, Greco G, Koropanovski N, Jakovljević S, Milivoj Dopsaj M. Specific physical ability prediction in youth basketball players according to playing position. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Jan 16;19(2):977. doi: 10.3390/ijerph19020977. PMID: 35055798.
393. Jakovljevic ST, Karalejic MS, Pajic ZB, Macura MM, Erculj FF. Speed and agility of 12- and 14-year old elite male basketball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 2012; 26 (9): 2453–9.
394. Janeira MA, Maia J. Game intensity in basketball. An interactionist view linking time-motion analysis, lactate concentration and heart rate. *Coaching and Sport Science Journal*. 1998; 3: 26–30.
395. Jayanthi N, Schley S, Cumming SP, Myer GD, Saffel H, Hartwig T, Gabbett TJ. Developmental training model for the sport specialized youth athlete: A dynamic strategy for individualizing load-response during maturation. *Sports Health*. 2021;14: 142–153. doi:10.1177/19417381211056088.
396. Jeličić M, Sekulić D, Marinković M. Anthropometric characteristics of high level European junior basketball players. *Collegium Antropologicum*. 2002; 26: 69–76.

397. Jimenez I, Pain M. “Relative age effect in Spanish association football: Its extent and implications for wasted potential”. *Journal of Sport Science*. 2008; 26: 995–1003.
398. Johnson A, Farooq A, Whiteley R. Skeletal maturation status is more strongly associated with academy selection than birth quarter. *Sci. Med. Footb.* 2017;1: 157–163. doi: 10.1080/24733938.2017.1283434.
399. Johnston K, Wattie N, Schorer J, Baker J. Talent identification in sport: a systematic review. *Sports Med.* 2018; 48: 97–109. doi: 10.1007/s40279-017-0803-2.
400. Johnston K, Baker J. Waste reduction strategies: factors affecting talent wastage and the efficacy of talent selection in sport. *Front. Psychol.* 2020. doi:10.2925.10.3389/fpsyg.2019.02925.
401. Jovanovic M. Physical preparation for team sports: Weekly plans. 2017. available from: <https://complementarytraining.net/physical-preparation-for-team-sports-weekly-plans-part-1/>
402. Jukic I, Milanovic D, Vuleta D. The latent structure of variables of sports preparation and athletic preparedness based on physical conditioning contents in basketball. *Kinesiology*. 2005; 37(2): 182–194.
403. Kalén A, Pérez-Ferreirós A, Rey E, Padrón-Cabo A. Senior and youth national team competitive experience: influence on player and team performance in European basketball championships. *Int. J. Perform. Anal. Sport.* 2017; 17: 832–847. doi: 10.1080/24748668.2017.1405610.
404. Kalén A, Padrón-Cabo A, Lundkvist E, Rey E, Pérez-Ferreirós A. Talent selection strategies and relationship with success in European basketball national team programs. *Front. Psychol.* 2021;12:2237. doi: 10.3389 /fpysg.2021.666839.
405. Kalén A, Lundkvist E, Ivarsson A, Rey E, Kalén A, Rey E, Perez-Ferreiros A. The influence of initial selection age, relative age effect and country long-term performance on the re-selection process in European basketball youth national teams. *J. Sports Sci.* 2021; 39: 388–394. doi: 10.1080/ 02640414. 2020.1823109.

406. Kalinski M, Norkowski H, Kerner M, Tkaczuk W. Anaerobic power characteristics of elite athletes in national level team-sport games. *European Journal of Sport Science*. 2002; 2(3): 1–21.
407. Karakoç B, Akalan C, Alemdaroğlu U, Arslan E. The relationship between the Yo-Yo test, anaerobic performance and aerobic performance in young soccer players. *Journal of Human Kinetics*. 2012; 35: 81–8.
408. Karipidis A, Fotinakis P, Taxildaris K, Fatouros J. Factors characterising a successful performance in basketball. *Journal of Human Movement Studies*. 2001; 41: 385–397.
409. Karpowicz K. Interrelation of selected factors determining the effectiveness of training in young basketball players. *Hum Mov*. 2006; 7(2): 130–146.
410. Kellis S, Tsiskaris G, Nikopoulou M, Mousikou K. The evaluation of jumping ability of male and female basketball players according to their chronological age and major leagues. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 1999; 13: 40–6.
411. Kioumourtzoglou E, Dezzi V, Tretzis G, Theodorakis Y. Cognitive, perceptual and motor abilities in skilled basketball performance. *Perceptual & Motor Skills*. 1998. 86 (3) 7: 771–786.
412. Kipp L, Amorose A. Perceived motivational climate and self-determined motivation in female high school athletes. *Journal of sport behavior*. 2008; 31 (2): 108–129.
413. Klusemann M, Pyne D, Hopkins W, Drinkwater EJ. Activity profiles and demands of seasonal and tournament basketball competition. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 2013, 8(6): 623–9.
414. Kochanek J, Matthews A, Wright E, DiSanti J, Neff M, Erickson K. Competitive readiness: Developmental considerations to promote positive youth development in competitive activities. *Journal of youth development*. 2019; 14 (1): 48–67.

415. Kocić M, Berić D, Bojić I. Influence of training process on development of situational-motor abilities of throw precision with young basketball players. *Acta Kinesiologica*. 2009; 3 (2): 67–72.
416. Kohn A. *No contest: the case against competition*. Boston, MA: Houghton Mifflin. 1992.
417. Kokanauskas O, Bietkis T, Arede J, Leite N. Modelling youth basketball performance profile in European Championships. *Rev. Psicol. Deporte*. 2021; 30: 258–262.
418. Köklü Y, Alemdaroğlu U, Koçak FÜ, Erol AE, Findıkoğlu G. Comparison of chosen physical fitness characteristics of Turkish professional basketball players by division and playing position. *Journal of Human Kinetics*. 2011; 30: 99–106.
419. Komadel Z. The identification of performance potential. *Encyclopedia of Sport Medicine*. 1998; 1: 14–24.
420. Koryahin V, Blavt O, Doroshenko E, Prystynskyi V, Stadnyk V. (2020). Training Effect of Special Basketball Exercises. *Physical Education Theory and Methodology*. 2020; 20(3): 137–141. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2020.3.02>
421. Kostiukevych V, Lazarenko N., Vozniuk T, Shchepotina N, Shynkaruk O, Voronova V, Borysova O, Didyk T, Perepelytsia O, Hudyma S, Bezmylov N. Choice and experimental substantiation of tests for controlling physical and technical preparedness of hockey players. *Journal of Physical Education and Sport* ® (JPES), Vol.20 (5), Art 372, pp. 2735 - 2744, 2020.
422. Krasilshchikov O. Application of periodization in various sports. *British Journal of Sports Medicine*. 2010, available from: <https://www.researchgate.net/publication/254744575>
423. Kreivyte R. Shooting analysis of Lithuanian national basketball men's team in different age categories. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*. 2019; 1(112): 13–19. [Internet] DOI: 10.33607/bjshs.v112i1.774.
424. Krstrup P, Mohr M, Nybo ML, Majgaard J, Nielsen JJ, Bangsbo J. The Yo-Yo IR2 test: physiological response, reliability, and application to elite Soccer. *Medicine & science in sport & exercise*. 2006; 38 (9): 1666–1673.

425. Kubatko J, Oliver D, Pelton K, Rosenbaum DT. A starting point for analyzing basketball statistics. *Journal of Quant Analysis in Sport*. 2007; 3: 23–7.
426. Lambert MI, Mujika I. *Physiology of exercise training. Recovery for performance in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics; 2013: 3–8.
427. Lamontagne AM. *The Long-term development of basketball athletes*. [Dissertation]. Porto. Faculdade de desporto. Univeridade do Porto; 2013. 114.
428. LaMonte MJ, McKinney JT, Quinn SM, Bainbridge CN, Eisenman PA. Comparison of physical and physiological variables for female college basketball players. *J Strength Cond. Res*. 1999; 13: 264–270.
429. Laplaud D, Hug F, Menier R. Training-induced changes in aerobic aptitudes of professional basketball players. *Int J Sports Med*. 2004; 25:103–8.
430. Latin RW, Berg K, Baechle T. Physical and performance characteristics of NCAA division I male basketball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 1994; 8: 214–8.
431. Leger LA, Mercier D, Gadoury C, Lambert J. The multistage 20 meter shuttle run test for aerobic fitness. *Journal of Sports Sciences*. 1988; 6: 93–101.
432. Léger L, Gadoury C. Validity of the 20m shuttle run test with 1min stages to predict VO₂max in adults. *Can. J. Appl. Sport Sci*. 1989; 14: 21–6.
433. Lima AB, Nascimento JV, Leonardi TJ, Soares AL, Paes RR, Gonçalves CE, Carvalho HM. Deliberate practice, functional performance and psychological characteristics in young basketball players: A Bayesian multilevel analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2020; 17: 4078.
434. Lockhart C. *The roots of American exceptionanism: history, institutions and culture*. New York: Palgrave Macmillan. 2003.
435. Lockie RG, Beljic A, Ducheny SC, Kammerer JD, Dawes JJ. Relationships between playing time and selected NBA Combine test performance in Division I Mid-Major basketball players. *International journal of Exercise Science*. 2020; 13(4): 583–596.

436. Lorenzo J, Lorenzo A, Conte D, Giménez M . Long-term analysis of elite basketball players' game-related statistics throughout their careers. *Frontiers in Psychology*. 2019; 10: 421.
437. Lupo C, Tessitore A, Gasperi L, Gomez M. Session-RPE for quantifying the load of different youth basketball training sessions. *Biol. Sport*. 2017; 34:11–17. doi: 10.5114/biolSport.2017.63381.
438. Lyakh V, Mikolajec K, Bujas P, Witkowski Z, Zajac T, Litkowycz R, Banyś D. Periodization in team sport games – a review of current knowledge and modern trends in competitive sports. *Journal of Human Kinetics*. 2016; 54: 173–180.
439. Malina RM, Bouchard C, Bar-Or O. Growth, maturation, and physical activity (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics; 2004.728 p.
440. Mallo J. Effect of block periodization on performance in competition in a soccer team during four consecutive seasons: A case study. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. 2011; 11(3): 476-485.
441. Malone J, Di Machele R, Morgans R. Seasonal training-load quantification in elite English Premier league soccer players. *International journal of sports physiology and performance*. 2014; 10(4): 489–497.
442. Mancha-Triguero D, García-Rubio J, Antúnes A, Ibáñez SJ. Physical and physiological profiles of aerobic and anaerobic capacities in young basketball players. *Inertational journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17: 1409.
443. Mandić R, Jakovljević S, Erčulj F, Štrumbelj E. Trends in NBA and Euroleague basketball: Analysis and comparison of statistical data from 2000 to 2017. *PLOS (ONE)*. 2019; 14 (10): 1–17.
444. Manzi V, D'Ottavio S, Impellizzeri FM, Chaouachi A, Chamari K, Castagna C. Profile of weekly training load in elite male professional basketball players. *J Strength Cond Res*. 2010; 24(5): 1399–1406.
445. Mara JK, Thompson KG, Pumpa K, Ball NB. Periodization and physical performance in elite female soccer players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 2015; 10(5): 664–9.

446. Marić K, Katić R, Jeličić M. Relations between Basic and Specific Motor Abilities and Player Quality of Young Basketball Players. *Collegium Antropologicum*. 2013; 37 (2): 55–60.
447. Marinkovic D, Pavlovic S. The differences in aerobic capacity of basketball players in different playing positions. *Physical Education and Sport*. 2013; 11 (1): 73–80.
448. Marković D. Physical preparation youths national teams of Serbia. available from: https://www.youtube.com/watch?time_continue=18&v=4O9JVOseQhQ&feature=emb_logo.
449. Markovic G, Dizdar D, Jukic I, Cardinale M. Reliability and factorial validity of squat and counter movement jump tests. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 2004; 18 (3): 551–5.
450. Markovic G, Mikulic P. Discriminative ability of the yo-yo intermittent recovery test (level 1) in prospective young soccer players. *J Strength Cond Res*. 2011; 25: 2931–4.
451. Marlow L. Basketball conditioning: strength. *Courtside*. Official Magazine of Basketball Coaches Association. 2001; 13: 5–9.
452. Matković RB, Matković B, Knjaz D. Fiziologija košarkaške igre (Physiology of the basketball game). *Hrvatski športskome dicinski vjesnik*. 2005; 2:113–124.
453. Matthew D, Delextrat A. Heart rate, blood lactate concentration, and time – motion analysis of female basketball players during competition. *J Sports Sci*. 2009; 27 (8): 813-821.
454. Matulaitis K, Skarbalius A, Abrantes C, Gonçalves B, Sampaio J. Fitness, technical, and kinanthropometrical profile of young Lithuanian basketball players aged 7-17 years old. *Frontiers in Psychology*. 2019; 10:1677.
455. Mavridis G, Tsamourtzis E, Karipidis A, Laios A. The inside game in World Basketball. Comparison between European and NBA teams. *Int J Perform Anal Sport*. 2009; 9: 157–164.

456. McCullough BD, Wilson B. On the accuracy of statistical procedures in Microsoft Excel 2003. *Computational Statistics and Data Analysis*. 2005; 49: 1244–1252.
457. McInnes SE, Carlson JC, Jones CJ, McKenna MJ. The physiological load imposed on basketball players during competition. *J Sports Sci*. 1995; 13: 387–397.
458. Meckel Y, Gottlieb R, Eliakim A. Repeated sprint tests in young basketball players at different game stages. *Eur. J. Appl. Physiol*. 2009; 107(3): 273–9.
459. Mikolajec K, Maszczyk A, Zajac T. Game indicators determining sports performance in the NBA. *Journal of Human Kinetics*. 2013; 37: 145–151.
460. Miller S, Bartlett R. The relationship between basketball shooting kinematics, distance and playing position. *Journal of Sports Sciences*. 1996; 14: 243–253.
461. Miller T. NSCA's Guide to tests and assessments. National Strength and Conditioning Association. Champaign, IL. Human Kinetics; 2012. 359 p.
462. Mitchell JA, Pumpa KL, Williams KJ, Pyne DB. Variable changes in body composition, strength and lower-body power during an international rugby sevens season. *J Strength Cond Res*. 2016; 30(4): 1127-36. doi: 10.1519/JSC.0000000000001188.
463. Mitova O, Griban G, Oleniev D, Yakovenko A, Onyshchenko V, Mozolev O, Semeniv B, Lytvynenko A, Khurtenko O, Zamrozevuch-Shadrina S, Kozibroda L, Hres M. The impact of mini-basketball training sessions on the 6-7-year-old boys' physical fitness and physical development. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2022; 10 (4): 754-767. doi: 10.13189/saj.2022.100416.
464. Mladenovic M, Trunic N. Goal orientation and mental toughness of young Serbian basketball players. XXII Scientific Conference "FIS COMMUNICATIONS 2019" in physical education, sport and recreation. Book of proceedings. University of Nis, Serbia, Faculty of physical education and sport Oct 17-19; 2019. p. 81–5.

465. Montgomery PG, Pyne DB, Cox AJ. Muscle damage, inflammation, and recovery interventions during a 3-day basketball tournament. *Eur. J Sport Sci.* 2008; 8(5): 241–250.
466. Montgomery P, Pyne D, Hopkins W, Dorman J, Cook K, Minahan C. The effect of recovery strategies on physical performance and cumulative fatigue in competitive basketball. *J Sports Sci.* 2008; 26(11): 1135–1145.
467. Montgomery PG, Pyne DB, Minahan CL. The physical and physiological demands of basketball training and competition. *Int J Sports Physiol Perform.* 2010; 5(1): 75–86.
468. Moreira A, McGuigan MR, Arruda AFS, Freitas CG, Aoki MS. Monitoring internal load parameters during simulated and official basketball matches. *Journal of Strength and Conditioning Research.* 2012; 26 (3): 861–6.
469. Moreira A, Bilsborough JC, Sullivan CJ, Ciancosi M, Aoki MS, Coutts AJ. Training periodization of professional Australian football players during an entire Australian Football League season. *Int J Sports Physiol Perform.* 2015; 10(5): 566-71. doi: 10.1123/ijsp.2014-0326.
470. Morrison M, Martin DT, Talpey S, Scanlan AT, Delaney J, Halson SL, Weakley J. A systematic review on fitness testing in adult male basketball players: tests adopted, characteristics reported and recommendations for practice. *Sports Med.* 2022; doi: 10.1007/s40279-021-01626-3. PMID: 35119683.
471. Mujika I, Padilla S. Scientific bases for precompetition tapering strategies. *Medicine and Science in Sports and Exercise.* 2003; 35(7):1182–7.
472. Mujika I, McFadden G, Hubbard M, Royal K, Hahn A. The Water-Polo intermittent shuttle test: a match-fitness test for water-polo players. *Int J Sports Physiol Perform.* 2006; 1: 27–39.
473. Mujika I, Halson S, Balague G, Burke L. An Integrated, multifactorial approach to periodization for optimal performance in individual and team sports. *Internal journal of sports physiology and performance.* 2018; 13(5): 538 – 561.

474. Murray N, Chamari K, Gabbet T. Effect of different between-match recovery times on the activity profiles and injury rates of national rugby league players. *The journal of strength and conditioning research*. 2014; 28(12): 3476 – 3483.
475. Murray A. Managing the training load in adolescent athletes. *Int. J. Sports Physiol. Perform.* 2017;12: 242–249. doi:10.1123/ijsp.2016-0334.
476. Musch J, Grondin S. Unequal competition as an impediment to personal development: a review of the relative age effect in sport. *Developmental Review*. 2001; 21(2): 147–167.
477. Narazaki K, Berg K, Stergiou N, Chen B. Physiological demands of competitive basketball. *Scand. J. Med. Sci. Sports*. 2008.
478. Norris SR, Smith DJ. Planning, periodization, and sequencing of training and competition: the rationale for a competently planned, optimally executed training and competition program, supported by a multidisciplinary team. In: Kellman M, ed. *Enhancing recovery: Preventing underperformance in athletes*. Champaign, IL. Human Kinetics; 2002: 121 – 141.
479. Norton K, Olds T. Morphological evolution of athletes over the 20th century: causes and consequences. *Sports Medicine*. 2001; 31 (11): 763–783.
480. Nunes JA, Costa EC, Viveiros L, Moreira A, Aoki MS. Monitoring internal load in basketball. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*. 2011; 13 (1): 67–72.
481. Oliveira R, Martins A, Moreno-Villanueva, Brito JP, Nalha M, Rico-Gonzalez M, Clemetne FM. Reference values for external and internal training intensity monitoring in professional male soccer players: A systematic review. *International journal of sports science & coaching*. 2022. <https://doi.org/10.1177/174795412111072966>
482. Ollis S, Macpherson A, Collins D. Expertise and talent development in rugby refereeing: An ethnographic enquiry. *Journal of Sport Sciences*. 2006; 24(3): 309–322.

483. Ostojic SM, Mazic S, Dikic N. Profiling in basketball: Physical and physiological characteristics of elite players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 2006; 20 (4): 740–4.
484. Pamuk O, Kaplan T, Taskin H, Erkmén N. Examination of the some physical and physiological parameters on basketball players according to different leagues spormetre. *Journal of Physical Education and Sport Science*. 2008; 5(3): 141–4.
485. Parr RB, Wilmore JH, Hoover R, Bachman D, Kerlan A. Professional basketball players: Athletic profile. *Phys. Sportsmed*. 1979; 6: 74–84.
486. Paul R, Boutmans J, Albrecht L. A multidimensional approach to discriminate levels of performance and playing positions in basketball. *Science in sports team games*. Biala Podlaska. 1995: 568–577.
487. Paulauskas H, Kreivyte R, Scanlan AT, Moreira A, Siupsinskas L, Conte D. Monitoring workload in elite female basketball players during the in-season phase: Weekly fluctuations and effect of playing time. *Int. J. Sports Physiol. Perform*. 2019;14:941–948. doi: 10.1123/ijsp.2018-0741.
488. Paulauskas R. Anaerobic power and muscle work capacity of Lithuanian basketball players. *Lase journal of sport science is a Scientific Journal published two times per year in Sport Science LASE Journal for sport scientists and sport experts/specialists*. 2013: 215.
489. Pearson DT, Naughton GA, Torode M. Predictability of physiological testing and the role of maturation in talent identification for adolescent team sports. *J Sci Med Sport*. 2006; 9(4): 277–87.
490. Pérez-Ifrán P, Rial M, Brini S, Calleja-González J, Del Rosso S, Boullosa D, Benítez-Flores S. Change of direction performance and its physical determinants among young basketball male players. *J Hum Kinet*. 2023; 85: 23-34. doi: 10.2478/hukin-2022-0107. eCollection 2022 Dec.
491. Pérez-Tolendano M, Rodríguez FJ, García-Rubio J, José Ibanez S. Players' selection for basketball teams, through performance index rating, using multiobjective evolutionary algorithms. *PLOS (ONE)*. 2019; 14(9): 1–20.

492. Perrin OD, Jensen RL. A comparison of the national basketball association's annual national basketball association draft combine 2001 to 2018. 37th International Society of Biomechanics in Sport Conference. Oxford, OH, United States, July 21-25; 2019. p. 216–9.
493. Pliauga V, Lukonaitiene I, Kamabdulis S, Skurvydas A, Sakalauskas R, Scanlan AT, Stanislovaitiene J, Conte D. The effect of block and traditional periodization training models on jump and sprint performance in collegiate basketball players. *Biology Sport*. 2018; 35(4): 373–382.
494. Pojskic H, Separovic V, Muraovic M, Uzicanin E. Morphological differences of elite Bosnian basketball players according to team position. *Int. J. Morphol.* 2014; 32(2): 690–4.
495. Pojskić H, Šeparović V, Užičanin E, Muratović M, Mačković S. Positional role differences in the aerobic and anaerobic power of elite basketball players *Journal of Human Kinetics*. 2015; 49: 219–227.
496. Pollard R, Pollard G. Long-term trends in home advantage in professional team sports on North America and England (1876-2003). *Journal of Sport Science*. 2005; 23(4): 337–350.
497. Popovic S, Akpinar S, Jaksic D, Matic R, Bjelica D. Comparative study of anthropometric measurement and body composition between elite soccer and basketball players. *Int. J. Morphol.* 2013; 31(2): 461–7.
498. Ramos R, Rubio J, Martínez F, Esteban P, Jiménez J. Physiological, podological and somatometric characteristics of professional basketball player. *Archivos de Medicinadel Deporte*. 2010; 27 (136): 84–94.
499. Ramos S, Massuça L, Volossovitch A, Ferreira AP, Fragoso I. Morphological and fitness attributes of young male Portuguese basketball players: Normative values according to chronological age and years from peak height velocity. *Front. Sports Act. Living*. 2021; 3: 130. doi: 10.3389/ fspor. 2021.629453.
500. Ramos-Campo DJ, Rubio-Arias JA, Ávila-Gandía V, Marín-Pagán C, Luque A, Alcaraz PE. Heart rate variability to assess ventilatory thresholds in

- professional basketball players. *Journal of sport and health science*. 2017; 6: 468–473.
501. Ramsbottom R, Brewer J, Williams C. A progressive shuttle run test to estimate maximal oxygen uptake. *Brit J Sport Med*. 1988; 27: 141–4.
502. Riezebos ML, Paterson DH, Hall CR, Yuhasz MS. Relationship of selected variables to performance in women's basketball. *Canadian Journal of Applied Sport Science*. 1983; 8: 34–40.
503. Robert A, Charles G. *Seleccione su deporte*. Barcelona, 1991. 453 p.
504. Roberts AH, Greenwood DA, Stanley M, Humberstone C, Iredale F, Raynor A. Coach knowledge in talent identification: a systematic review and meta-synthesis. *J. Sci. Med. Sport*. 2019; 22: 1163–1172. doi: 10.1016/j.jsams. 2019. 05.008.
505. Robertson SHE, Way R. Long-term athlete development. *Coaches report*. 2005; 11 (3): 6–12.
506. Rodriguez-Alonso M, Fernandez-Garcia B, Perez- Landaluce J, Terrados N. Blood lactate and heart rate during national and international women's basketball. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. 2003; 43: 432–6.
507. Rubajczyk K, Świerzko K, Rokita A. Doubly disadvantaged? The relative age effect in Poland's basketball players. *Journal of Sports Science and Medicine*. 2017; 16: 280–5.
508. Russell WD, Limle AN. The relationship between youth sport specialization and involvement in sport and physical activity in young adulthood. *Journal of sport behavior*. 2013; 3(1): 82–98.
509. Sallet P, Perrier D, Ferret JM, Vitelli V, Baverel G. Physiological differences in professional basketball players as a function of playing position and level of play. *The journal of sports medicine and physical fitness*. 2005; 45 (3): 291–4.
510. Sampaio J, Janeira M, Ibáñez S, Lorenzo A. Discriminant analysis of game-related statistics between basketball guards, forwards and centres in three professional leagues. *European Journal of Sport Science*. 2006; 6(3): 173–8.

511. Sampaio J, Abrantes C, Leite N. Power, heart rate and perceived exertion responses to 3x3 and 4x4 basketball small-side games. *Journal of Sport Science*. 2009; 18: 463–7.
512. Sampaio J, Drinkwater EJ, Leite NM. Effects of season period, team quality, and playing time on basketball players' game-related statistics. *Eur J Sport Sci*. 2010; 10(2): 141–9.
513. Sampaio J, Drinkwater EJ, Leite NM. Effects of season period, team quality, and playing time on basketball players' game-related statistics. *European Journal of Sport Science*. 2010; 10(2): 141–9.
514. Santo E, Janeira AM, Maia JA. Effects of specific training and detraining in explosive strength: A study on young male basketball players. *Revista Paulista de Educacao Fisica*. 1997; 11(2): 116–127.
515. Scanlan A, Dascombe B, Reaburn P. A comparison of the activity demands of elite and sub-elite Australian men's basketball competition. *J Sports Sci*. 2011; 29(11): 1153–1160.
516. Scanlan A, Dascombe B, Reaburn P. The construct and longitudinal validity of the basketball exercise simulation test. *J Strength Cond Res*. 2012; 26(2): 523–530.
517. Scanlan AT, Dascombe BJ, Reaburn P, Dalbo VJ. The physiological and activity demands experienced by Australian female basketball players during competition. *J Sci. Med. Sport*. 2012; 15(4): 341–7.
518. Scheller A. Jr, Rask B. A protocol for the health and fitness assessment of NBA players. *Clinical Journal of Sport Medicine*. 1993; 12 (2): 193–205.
519. Schiltz M, Lehance C, Maquet D, Bury T, Crielaard JM, Croisier JL. Explosive strength imbalances in professional basketball players. *Journal of Athletic Training*. 2009; 44(1): 39–47.
520. Seeley R, Stephens T, Tate P. *Anatomy & Physiology*. Boston: IRVA; 2002. 105 p.

521. Silva DAS, Petroski EL, Araujo Gaya AC. Anthropometric and physical fitness differences among Brazilian adolescents who practice different team court sports. *Journal of human kinetics*. 2013; 36 (1): 77–86.
522. Silvestri F, Campanella M, Bertollo M, Rodrigues Albuquerque M, Bonavolonta V, Perroni F, Baldari C, Guidetti L, Curzi D. Acute effects of fitligth training on cognitive-motor processes in young basketball players. *Int J Environ Res Public Health*. 2023; 20(1): 817. doi: 10.3390/ijerph20010817.
523. Sindik J, Jukić I. Differences in situation efficacy indicators at the elite basketball players that play on different positions in the team. *Collegium Antropologicum*. 2001; 35 (4): 1095–1104.
524. Sisodiya A, Yadaf M. Relationship of anthropometric variables to basketball playing ability. *Journal of Advances in Developmental Research*. 2010; 1(2): 191–4.
525. Smith HK, Thomas SG. Physiological characteristics of elite female basketball players. *Canadian Journal Sports Science*. 1991; 16 (4): 289–295.
526. Sparvero E, Chalip L, Green CB. United States. Comparative elite sport development: systems, structures and public policy. 2008: 242–271.
527. Sporiš G, Naglič V, Milanović L, Talović M, Jelešković E. Fitness Profile of young elite basketball players (cadets). *Acta Kinesiologica*. 2010; 2: 62–8.
528. Stapff A. Protocols for the physiological assessment of basketball players. In: C. Gore (Eds.). *Physiological tests for elite athletes / A. Stapff // Human Kinetics*, 2000.
529. Starkes J, Allard F, Lindley S, O'Reilly K. Abilities and skill in basketball. *International Journal of Sport Psychology*. 1994; 25: 249–265.
530. Steingröver C, Wattie N, Baker J, Helsen WF, Schorer J. The interaction between constituent year and within-1- year effects in elite German youth basketball. *Scandinavian Journal of Medicine & Science In Sports*. 2017; 27(6): 627–633.

531. Stickland MK, Petersen SR, Bouffard M. Prediction of maximal aerobic power from the 20-m multi-stage shuttle run test. *Can. J. Appl. Physiol.* 2003; 28(2): 272–282.
532. Stone WJ, Steingard PM. Year-round conditioning for basketball. *Clin. Sports Med.* 1993; 12: 173–191.
533. Štrumbelj E, Vračar P, Robnik-Šikonja M, Dežman B, Erčulj F. A Decade of Euroleague basketball: an analysis of trends and recent rule change effects. *Journal of Human Kinetics.* 2013; 38: 183–9.
534. Sushko R, Vysochina N, Vorobiova A, Doroshenko E, Pastuhova V, Vysochin F. Psychological selection in game sports on the basketball example. *Journal of Physical Education and Sport.* 2019; 19 (3): 1708–1714. DOI:10.7752/jpes.2019.03250
535. Svilar L, Castellano J, Jukic I, Casamichana D. Positional differences in elite basketball: Selecting appropriate training-load measures. *Int. J. Sports Physiol. Perform.* 2018; 13: 947–952. doi:10.1123/ijsp.2017-0534.
536. Tănase C, Rotaru V, Marinescu S. Study on the efficient training of basketball player junior (U 16) positions. *Procedia – Social and Behavioral Sciences.* 2014; 117: 167–172.
537. Tavino LP, Bowers CP, Archer CB. Effects of basketball on aerobic capacity, anaerobic capacity, and body composition of male college players. *J. Strength Cond. Res.* 1995; 9: 75–7.
538. Taylor J. Basketball: Applying time motion data to conditioning. *Strength and Conditioning Journal.* 2003; 25(2): 57–64.
539. Tessitore A, Tiberi M, Cortis C, Rapisarda E, Meeusen E, Capranica L. Aerobic-anaerobic profiles, heart rate and match analysis in old basketball players. *Gerontology.* 2006; 52(4): 214–222.
540. Tests for the NBA Combine. [Internet]. [updated 2022 Apr. 23-24]. Available from: <https://www.topendsports.com/sport/basketball/testing-nba-draft.htm>

541. Theeboom M, De Knop P, Weiss M. Motivational climate, psychological responses, motor skill development in children's sport: A field-based intervention study. *Journal of sport&exercise psychology*. 1995; 17(3): 294–311.
542. Thompson A, Barnsley R, Stebelsky G. Born to play ball: The relative age effect and major league baseball. *Sociology of Sport Journal*. 1991; 8:146–151.
543. Thomas A, Dawson B, Goodman C. The yo-yo test: reliability and association with a 20-m shuttle run and VO₂max. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 2006; 2: 137–149.
544. Till K, Baker J. Challenges and [possible] solutions to optimizing talent identification and development in sport. *Front. Psychol*. 2020; 11: 664. doi: 10.3389/fpsyg.2020.00664.
545. Tittel K, Wutscherk H. Anthropometric factors. *Strength and Power in Sport*. Blackwell Sci. Publ; 1991: 180–196.
546. Tomlin DL, Wenger HA. The relationship between aerobic fitness and recovery from high intensity intermittent exercise. *Sports Medicine*. 2001; 31: 1–11.
547. Torres-Ronda L, Beanland E, Whitehead S, Sweeting A, Clubb J. Tracking systems in team sports: A narrative review of applications of the data and sport specific analysis. *Sports Med Open*; <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?sort=pubdate&size=100&term=%22Sports+Med+Open%22%5Bjour%5D2022>. Jan 25; 8(1):15. doi: 10.1186/s40798-022-00408-z.
548. Torres-Unda J, Zarrazquin I, Gil J, Ruiz F, Kortajarena A, Seco M, Irazusta J. Anthropometric, physiological and maturational characteristics in selected elite and non-elite male adolescent basketball players. *Journal of Sports Science*. 2013; 31 (2): 196–203.
549. Trninić S, Dizdar D, Fressl ZJ. Analysis of differences between guards, forwards and centers based on some anthropometric characteristics and indicators of playing performance in basketball. *Kinesiology*. 1999; 31(1): 29–36.

550. Trninić S, Dizdar D. System of the performance evaluation criteria weighted per positions in the basketball game. *Coll. Antropol.* 24. 2000; 1: 217–234.
551. Trninić S, Markovic G, Heimer S. Effects of developmental training of basketball cadets realized in the competitive period. *Collegium Anthropologicum.* 2001; 25 (2): 591–604.
552. Trninić M, Trninić S, Papić V. Development management model of elite athletes in team sports games. *Collegium Anthropological.* 2009; 33(2): 363–372.
553. Trunic N, Mladenovic M. The importance of selection in basketball. *SPORT – Science & Practice.* 2014; 4(2): 65–81.
554. Tsitskaris G, Theoharopoulos A, Garefis A. Speed, speed dribble and agility of male basketball players playing in different positions. *J. Hum. Mov. Stud.* 2003; 45(1): 21–30.
555. Vaeyens R, Lenoir M, Williams AM, Philippaerts RM. Talent identification and development programmes in sport: current models and future directions. *Sport Med.* 2008; 38(9): 703–14.
556. Vamvakoudis E, Vrabas IS, Galazoulas C, Stefanidis P, Metaxas TI, Mandroukas K. Effects of basketball training on maximal oxygen uptake, muscle strength, and joint mobility in young basketball players. *J Strength Cond Res* 2007; 21(3): 930–6.
557. Vanrenterghem J, Nedergaard NJ, Robinson MA, Drust B. Training load monitoring in team sports: a novel framework separating physiological and biomechanical load-adaptation pathways. *Sport Med.* 2017;47 :2135–2142.
558. Vaquera A, Refoyo I, Villa JG. Heart rate response to game - play in professional basketball players. *J Hum Sport Exerc.* 2008; 3(1): 1–9.
559. Vaquera Jimenez A, Refoyo Román I, Villa Vicente JG, Calleja González J, Rodríguez Marroyo JA, García López J, Sampedro Molinuevo J. Heart rate response to gameplay in professional basketball players. *J Hum Sport Exerc.* 2008; 3(1): 1–9.

560. Vázquez-Guerrero J, Fernández-Valdés B, Jones B, Moras G, Reche X, Sampaio J. Changes in physical demands between game quarters of U 18 elite official basketball games. *PLOSE (ONE)*. 2019; 14(9): 1–14.
561. Vencúrik T. Differences in intensity of game load between senior and U19 female basketball players. 8th INSHS International Christmas Sport Scientific Conference, 5-7 December 2013. p. 422–8.
562. Vencúrik T, Nykodým J. The intensity of load experienced by female basketball players during competitive games. *International Science Index, Sport and Exercise Sciences*. 2015; 9 (7): 565–8.
563. Vernillo G, Silvestri A, La Torre A. The Yo-Yo intermittent recovery test in junior basketball players according to performance level and age group. *The Journal of Strength and Conditioning Research*. 2011; 26(9): 2490–4.
564. Viru A, Loko J, Volver A, Laaneots L, Karlesom K, Viru M. Age periods of accelerated improvements of muscle strength, power, speed and endurance in age interval 6–18 years. *Biology of Sport*. 1998; 15 (4): 211–227.
565. Viviani F, Casagrande G. Somatotype characterizing of Italian male basketball, soccer and volleyball players. *Journal of Sport Science*. 1990; 8: 184.
566. Vučković I, Kukrić A, Petrović B, Dobraš R. Relative age effect and selection of young basketball players. *Physical culture*. 2013; 67(2): 113–9.
567. Vučković I, Mekić M. Morphological characteristics of basketball players from playing position aspect. In 1st International Scientific Conference. Exercise and Quality of Life. Proceedings book. Editor Mikalacki M. University of Novi Sad. 2009: 309–316.
568. Werneck FZ, Coelho EF, de Oliveira HZ, Ribeiro Júnior DB, Almas SP, de Lima JRP, Matta MO, Figueiredo AJ. Relative age effect in Olympic basketball athletes. *Science & Sports*. 2016; 31: 158–161.
569. te Wierike SC, Elferink-Gemser MT, Tromp EJ, Vaeyens R, Visscher C. Role of maturity timing in selection procedures and in the specialisation of playing positions in youth basketball. *J. Sports Sci*. 2015; 33: 337–345. doi: 10.1080/02640414.2014.942684.

570. Wissel H. Baloncesto. Barcelona, 1996. 232 p.
571. Yapici A, İmer M. The comparison of physiological and motoric characteristics of U16-U18 basketball players according to their playing positions. The online Journal of Recreation and Sport [Internet]; October 2017 6(4). Available from: <http://doi.org/10.22282/ojrs.2017.24>
572. Yixiong C, Fuzheng L, Dapeng B, Haoyang L, Shaoliang Z, Gomez MA. Key anthropometric and physical determinants for different playing positions during national basketball association draft combine test. *Frontiers in Psychology*. 2019;10: 2359
573. Zając T, Mikołajec K, Chmura P, Konefał M, Krzysztofik M, Makar M. Long-term trends in shooting performance in the NBA: An Analysis of Two- and Three-Point Shooting across 40 Consecutive Seasons. *Int J Environ Res Public Health*. 2023; 20(3): 1924. doi: 10.3390/ijerph20031924.
574. Zhigong S, Bezmylov M, Shynkaryk O. Individual characteristics of physical and mental development and their connection with regular physical exercises when playing basketball. *Current Psychology*. Published online: 09 September 2022. <http://doi.org/10.1007/s12144-022-03692-w>.
575. Ziv G, Lidor R. Physical attributes physiological characteristics, on-court performances and nutritional strategies of female and male basketball players. *Sports Medicine*. 2009; 39 (7): 547–568.
576. Ziv G, Lidor R, Arnon M. Predicting team rankings in basketball: The questionable use of on-court performance statistics. *Int J Perform Anal Sport*. 2010; 10: 103–104.
577. www.basketball-reference.com

ДОДАТКИ

Додаток А

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Безмылов Н.Н. Привлечение зарубежных игроков в украинские клубы как современная тенденция развития украинского баскетбола. Наука в олимпийском спорте. 2010. №1-2. С. 14–19. *Фахове видання України.*
2. Безмилов М.М., Шинкарук О.А. Педагогічне тестування баскетболістів різної кваліфікації та ігрових амплуа для ефективності змагальної діяльності. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2010. № 3. С. 8–12. URL : https://reposit.unisport.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/787878787/1170/%D0%A2%D0%9C%D0%A4%D0%92_%E2%84%963_2010.pdf?sequence=1&isAllowed=y *Фахове видання України. Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
3. Безмылов Н.Н. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации в игровом сезоне. Наука в олимпийском спорте. 2011. №1-2. С. 45–52. URL : <http://reposit.unisport.edu.ua/handle/787878787/303>. *Фахове видання України.*
4. Шинкарук О.А., Безмилов М.М. Теоретико-методичні засади розробки та використання модельних характеристик техніко-тактичних дій баскетболістів високої кваліфікації. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2013. № 2. С. 35–44. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2013.2.35-44>. *Фахове видання України. Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
5. Безмылов Н.Н., Шинкарук О.А. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне: монография. Київ: «НВП Поліграфсервіс», 2013. 144 с. *Особистий внесок здобувача полягає в*

організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.

6. Безмылов Н.Н. Современная классификация баскетболистов по игровым амплуа. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. пр. Східноєвроп. національного університету імені Лесі Українки, Луцьк. 2014. Ч4 (28). С. 104–108. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Fvs_2014_4_25. Фахове видання України.
7. Высочина Н.Л., Безмылов Н.Н. Особенности психологического обеспечения подготовки спортсменов в игровых видах спорта. Наука в олимпийском спорте. 2015. № 3. С. 40–44. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/NOS_2015_3_7 Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні аналізу, систематизації матеріалу.*
8. Безмылов Н.Н., Мурзин Е.В. Подготовка резерва и отбор игроков в национальную сборную команду по баскетболу. Наука в олимпийском спорте. 2016. № 2. С. 32–38. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NOS_2016_2_4 Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
9. Безмылов Н.Н., Мурзин Е.В. Эффективность соревновательной деятельности как надежный критерий системы отбора баскетболистов в состав национальной сборной команды. Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. Серія № 15. 2016. Вип. 1 (68) 16. С. 10–18. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2016_1_5. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні аналізу, систематизації матеріалу.*
10. Безмылов Н.Н., Шинкарук О.А., Митова Е.А. Комплексная оценка уровня подготовленности баскетболистов при проведении ежегодной процедуры драфта в профессиональные клубы НБА. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. 2016. Вип. 2. С.112–119. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*

11. Безмылов Н.Н. Многолетняя подготовка и отбор баскетболистов в Испании. Научный часопис НПУ ім. Драгоманова. Серія № 15. 2016. Вип. 11 (81) С. 24–28. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2016_11_8. Фахове видання України.
12. Безмилов М. Комплектування команд високої кваліфікації в умовах інтернаціоналізації світового баскетболу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2016. № 3. С. 3–11. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2016.3.3-11>. Фахове видання України.
13. Безмилов М. Система підготовки баскетбольного резерву та відбір баскетболістів у Литві. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017. № 2. С. 7–13. DOI : <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2017.2.7-13>. Фахове видання України.
14. Безмилов М. Традиції і сучасний стан підготовки баскетбольного резерву в країнах колишньої Республіки Югославії. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017. № 1. С. 3–10. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2017.1.3-10>. Фахове видання України.
15. Безмылов Н.Н. Влияние «эффекта возраста» на отбор спортсменов и комплектование составов молодежных команд в игровых видах спорта. Наука в олимпийском спорте. 2017. № 2. С. 17–22. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/NOS_2017_2_4. Фахове видання України.
16. Безмилов М. Програма підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Франції. Спортивний вісник Придніпров'я. 2017. № 2. С. 5–12. URL : <http://www.infiz.dp.ua/misc-documents/2017-02/2017-02-02.pdf>. Фахове видання України.
17. Безмилов М. Відбір та багаторічна підготовка баскетболістів в різних країнах світу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017. № 3. С. 3–9. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2017.3.3-9>. Фахове видання України.
18. Безмилов М. Організація та критерії відбору спортсменів в ігрових видах спорту на етапі підготовки до досягнення вищої спортивної майстерності.

- Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2019. № 2. С. 3–12. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2019.2.3-12>. Фахове видання України.
19. Безмилов М, Шинкарук О, Чжигон Ш. Особливості відбору баскетболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2020. № 2(50). С. 93–102. DOI:10.29038/2220-7481-2020-02-93-102. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
20. Безмилов М.М., Шинкарук О.А. Тенденції та актуальні проблеми підготовки баскетболістів високого класу в сучасних умовах глобалізації та популяризації баскетболу. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2020. № 28. С. 112–131. URL : https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/36453/3/FKSZN_2020-9_p184_188.pdf. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в створенні ідеї, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
21. Безмилов М, Шинкарук О, Murphy T. Підготовка спортивного резерву та відбір баскетболістів в США. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020. № 3. С. 10–20. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2020.3.10-20>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу.*
22. Kostiukevych V, Lazarenko N, Vozniuk T, Shchepotina N, Shynkaruk O, Voronova V, Borysova O, Didyk T, Perepelytsia O, Hudyma S, Bezmylov N. Choice and experimental substantiation of tests for controlling physical and technical preparedness of hockey players. Journal of Physical Education and Sport (JPES). 2020. Vol. 20(5), Art 372. P. 2735–2744. DOI:10.7752/jpes.2020.05372. Наукове періодичне видання Румунії, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q4). *Особистий внесок здобувача полягає в обговоренні результатів досліджень.*
23. Bezmylov M, Shynkaryk O, Byshevets N, Gan Qi, Shao Zhigong. Morphofunctional characteristics of basketball players with different roles as

- selection criteria at the stage of preparation for higher achievements. *Physical Education Theory and Methodology*. 2022. Vol. 22(1). P. 92–100. DOI:10.17309/tmfv.2022.1.13 Фахове видання України, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q2). *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
24. Zhigong S, Bezmylov M, Shynkaryk O. Individual characteristics of physical and mental development and their connection with regular physical exercises when playing basketball. *Current Psychology*. Published online: 09 September 2022. DOI:10.1007/s12144-022-03692-w. Наукове періодичне видання (США), яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q2). *Особистий внесок здобувача полягає в систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
25. Безмилов М. Періодизація підготовки спортсменів в ігрових видах спорту: фактори впливу та перспективні напрями подальшого розвитку специфічної системи знань. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. №3. С. 3 – 19. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.3.3-19>. Фахове видання України.
26. Bezmylov M., Shynkaruk O., Griban G., Semeniv B., Yudenko O., Lytvynenko A., Otroshko O., Kholchenkova N., Kurtova H., Kostenko M., Osmanova A. Peculiarities of physical fitness of 17-20 years old basketball players taking into account their playing role. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2022. Vol. 10(6). P. 1163–1172. doi: 10.13189/saj.2022.100606. <https://www.hrpub.org/download/20221130/SAJ6-19928920.pdf>. Наукове періодичне видання (США), яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q3). *Особистий внесок здобувача полягає в систематизації матеріалу, проведенні експерименту та формулюванні висновків.*

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

1. Безмылов Н.Н. Интегральная оценка эффективности соревновательной деятельности баскетболистов НБА (способ Джона Холлингера). Межд. научн.-практ. конф. государств – участников СНГ по проблемам физ.культ. и

- спорта: Материалы Межд. научн.практ. конференции, г. Минск: БГУФК, 2011. Ч.2. С. 22 – 23.
2. Безмылов Н.Н., Шинкарук О.А. Титул “MVP” как высшая индивидуальная оценка эффективности игровых действий баскетболистов. материалы 1-ой Межд. научн.-практ. конф. посвященная 41-летию основания Таджикского института физической Культуры имени Саидмумина Рахимова, Душанбе, 2012. Ч.2 С. 71–74. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
 3. Шинкарук О., Безмилов М. Експертне оцінювання ефективності змагальної діяльності баскетболістів високої кваліфікації в ігровому сезоні. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. пр. Волинського національного університету імені Лесі Українки. 2012. Ч4 (20). С. 509–513. URL: <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/705>. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
 4. Безмылов Н.Н., Шинкарук О.А. “Плотность” игр чемпионата как количественный критерий оценки соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне: матер. XIII Международной научной сессии по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»: материалы Междунар. научн. – практ. конф.: в 3 ч./БГУФК; Минск, 20 марта – 30 мая 2013 г. Ч. 1. С. 10–13. *Здобувачеві належать безпосередня участь у проведенні дослідження, аналізі отриманих результатів та їх обговоренні.*
 5. Безмылов Н.Н. Индекс “плотности” игрового сезона ведущих баскетболистов Европы и НБА. XIII Международная научная сессия по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»: в 3 ч./БГУФК; Минск 2013. Ч. 3. Молодежь – науке. Актуальные проблемы теории и методики физической культуры и спорта: материалы VI

- Международной научно-практической конференции молодых ученых; Минск, 16 мая 2013 г. С. 7–10.
6. Безмылов Н.Н. Современные технологии контроля соревновательной деятельности баскетболистов в НБА. Баскетбол: історія, сучасність, перспективи: матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції (м. Дніпро, 20-21 грудня 2016 року) / відповід. ред. О.О. Мітова; тех. ред. Т.В. Михайлова. [Електронний ресурс] Дніпро, ДДІФКіС, 2016. С.118–124. URL: <http://infiz.dp.ua/misc-documents/conf-2016-01-basketball.pdf>
 7. Безмылов Н.Н. Психофизиологическая составляющая системы многолетнего отбора в игровых командных видах спорта. Індивідуальні психофізіологічні особливості людини та професійна діяльність: VI Всеукраїнська науково-практична конференція: Черкаси, 20-22 вересня 2017 р.: тези доповідей. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2017. С. 15–16. URL: http://eprints.cdu.edu.ua/786/1/maket_.pdf
 8. Безмылов М.М. Лю Менань. Моделювання техніко-тактичної діяльності та чинники, що визначають ефективність застосування моделей під час оцінювання змагальної діяльності спортсменів високого класу в командних спортивних іграх. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей X Міжнародної наукової конференції, 24-25 травня 2017 року. [Електронний ресурс]. Київ, 2017. С. 59-61. URL: https://unisport.edu.ua/sites/default/files/konferencya/nufzsu%20konferentsii/zbirnik_tez_2017_na_sajt.pdf. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
 9. Высочина Н.Л., Безмылов Н.Н., Петрачков А.В. Чувство времени и его роль в игровых видах спорта. Congresul Științific Internațional ”Sport. Olimpism. Sănătate”, ediția a IV-a. 2019. С. 150 – 152. URL : https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/150-152_23.pdf. *Здобувачеві належать безпосередня участь у проведенні дослідження, аналізі отриманих результатів та їх обговоренні.*

10. Безмилов М, Подковиров А. Актуальні проблеми підготовки в баскетболі. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених, 16 травня 2020 року [Електронний ресурс]. – Київ, 2020. С. 50–52. URL: https://unisport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/molod_xiii_zbirnyk__2.pdf.
Здобувачеві належать безпосередня участь у проведенні дослідження, аналізі отриманих результатів та їх обговоренні.
11. Безмилов М.М. Централізована підготовка найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей XIV Міжнародної конференції молодих вчених, 19 травня 2021 року [Електронний ресурс]. – Київ, 2021. С. 91–93. URL:https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/1618/molod_xiv_zbirnyk_traven_2021.pdf?sequence=1#page=92.

Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

1. Шинкарук О.А., Безмилов М.М. Анализ эффективности применения интегральных индексов для оценки соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне. Наука в олимпийском спорте. 2012. №2. С. 41 – 48. URL : <http://reposit.unisport.edu.ua/handle/787878787/1138>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
2. Шинкарук О.А., Безмилов М.М. Интегральні індекси ефективності змагальної діяльності баскетболістів різного амплуа. Вісник Запорізького національного університету. 2012. №4. С. 14–22. DOI: https://doi.org/10.32652/olympic2013.1_%25x. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
3. Безмилов І.М., Безмилов М.М. Методичні рекомендації для проведення занять з баскетболу в Київському національному університеті імені Тараса

- Шевченка: навч.-метод. Комплекс. Видавничо-поліграфічний центр “Київський університет”, 2014. 78 с. *Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
4. Безмылов Н.Н. Влияние реализации отдельных технико-тактических действий на итоговое выступление баскетбольной команды в соревнованиях. Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. 2014. Серія № 15. Вип. 11 (52) 14. С. 9–14. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2014_11_4. Фахове видання України.
 5. Безмылов Н.Н. Сравнительный анализ эффективности соревновательной деятельности мужских и женских баскетбольных команд высокой квалификации. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2015. №1 (45). С. 23–28. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/snsv_2015_1_6. Фахове видання України.
 6. Безмылов Н.Н. Реализация технико-тактических действий баскетболистами национальной сборной команды Украины на чемпионате мира 2014 года с учетом игрового амплуа. Ştiinţa Culturii Fizice. 2015. 3(23). С. 47 – 54. URL: https://ibn.idsi.md/vizualizare_articol/42887.
 7. Лю Пон, Безмилов М.М. Комплексний контроль рухових здібностей бадмінтоністів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей X Міжнародної наукової конференції, 24–25 травня 2017 року [Електронний ресурс]. Київ, 2017. С. 131–133. URL: https://unisport.edu.ua/sites/default/files/konferencya/nufzsu%20konferentsii/zbirnik_tez_2017_na_sajt.pdf. *Особистий внесок здобувача полягає у формуванні ідеї, розробці та систематизації матеріалу.*
 8. Поплавський Л., Маслова О., Безмилов М., Мітова О., Мурзін Є., Четвертак О. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ: Республіканський науково-методичний кабінет

- Міністерства молоді та спорту України, 2019. 165 с. *Особистий внесок здобувача полягає у розробці критеріїв відбору баскетболістів на різних етапах багаторічного вдосконалення та формування загальних принципів багаторічної підготовки віддаленого та найближчого резерву.*
9. Холопов В, Безмилов М. Особливості змагальної діяльності в баскетболі 3х3. Молодь та олімпійський рух: тези доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених, 16 травня 2020 року [Електронний ресурс]. – Київ, 2020. С. 104-106. *Здобувачеві належать безпосередня участь у проведенні дослідження, аналізі отриманих результатів та їх обговоренні.*
 10. Холопов В, Безмилов М. Особливості реалізації стандартних положень під час розіграшу м'яча з позиції «check-ball» командами високої кваліфікації в баскетболі 3 × 3. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020. № 4. С. 43–52. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2020.4.43-52>
Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у формуванні ідей, розробці та систематизації матеріалу.*

Відомості про апробацію результатів дисертації

№ з/п	Назва конференції, конгресу, симпозіуму, семінару	Дата та місце проведення	Форма участі
1.	Баскетбол: історія, сучасність, перспективи: матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції (м. Дніпро, 20-21 грудня 2016 року)	Дніпро, грудень 2016 р.	Доповідь та публікація
2.	X Міжнародна наукова конференція молодих учених «Молодь та Олімпійський рух»	Київ, жовтень 2017 р.	Доповідь
3.	Індивідуальні психофізіологічні особливості людини та професійна діяльність: VI Всеукраїнська науково-практична конференція: Черкаси, 20-22 вересня 2017 р»	Черкаси, вересень 2017 р.	Публікація
4.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «PRO»	Київ, січень 2018 р.	Лекція
5.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Київ, січень 2018 р.	Лекція
6.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Одеса, 2018	Лекція
7.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Рівне, 2018	Лекція
8.	XI Міжнародна конференція молодих вчених «Молодь та	Київ, квітень 2018 р.	Публікація

	олімпійський рух»		
9.	Міжнародна конференція «Сталий розвиток і спадщина у спорті: проблеми та перспективи»	Київ, листопад 2018 р.	Доповідь
10.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Київ, 2019	Лекція
11.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Одеса, 2019	Лекція
12.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Рівне, 2019	Лекція
13.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Суми, 2019	Лекція
14.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Харків, 2019	Лекція
15.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Львів, 2019	Лекція
16.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Запоріжжя, 2019	Лекція
17.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А» та «В»	Кам'янське, 2019	Лекція
18.	XII Міжнародна конференція молодих вчених «Молодь та олімпійський рух»	Київ, травень 2019 р.	Публікація
19.	III Міжнародна науково-практична конференція «Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України,	Київ, листопад 2019 р.	Доповідь

	правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України»		
20.	XX Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура, спорт та здоров'я: стан, проблеми та перспективи»	Харків, 2020	Доповідь
21.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А», «В», «PRO»	Дистанційний формат (травень-вересень), 2020	Лекції
22.	XIII Міжнародна конференція молодих вчених «Молодь та олімпійський рух»	Київ, травень 2020 р.	Публікація
23.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А», «В», «PRO»	Дистанційний формат (травень-вересень), 2021	Лекції
24.	XIV Міжнародна конференція молодих вчених «Молодь та олімпійський рух»	Київ, травень 2021 р.	Публікація
25.	Ліцензійні тренерські курси з баскетболу категорії «А», «В», «PRO»	Дистанційний формат (червень-вересень), 2022	Лекції

Метод контент-аналіз

Метод контент-аналізу здійснювався у наступних напрямках:

1) кількісний аналіз (встановлення частоти окремих тем, слів, цитат, які містилися в тексті роботи); якісний аналіз – був пов'язаним із фіксацією нетривіальних висловлювань із розумінням ціннісного змісту повідомлення. Вивчалось кількість публікацій та посилань в різних документах, а також у Всесвітній мережі Internet (сайти національної та міжнародної федерації баскетболу, Національної баскетбольної асоціації, Національної асоціації студентського спорту в США, та інших спортивних організацій). Контент-аналіз було проведено у вісім етапів.

1. Підготовка програми аналізу документа (постановка завдань, гіпотези, понять, об'єкту аналізу та ін.). На цьому етапі досліджень формувалась емпірична теорія досліджень.

2. Відбір джерел інформації. На даному етапі було визначено коло джерел (документи, відеоматеріали матчів та виступів спеціалістів, відео результатів проведення комплексного тестування на Draft Combine та ін.), які містили в собі матеріали за темою дисертаційної роботи (теорія та методика підготовки найближчого резерву та відбір баскетболістів до складу національних збірних команд різних вікових категорій). Алгоритм дій на даному етапі включав наступні кроки:

- визначення кола та об'єму документів, які є носіями необхідної інформації;
- побудова вибірки, встановлення документів та критеріїв, за якими вони будуть аналізуватися;
- перевірка побудови вибіркової сукупності.

3. Визначення емпіричних моделей аналізу, приведення «вибірки» (тобто підведення комунікаційних ланок, вибір матеріалів за той, або інший період часу, визначення виду повідомлення тощо).

4. Розробка методики аналізу проблематики дисертаційної роботи. На даному етапі були виокремлено наступні проміжні елементи послідовного аналізу:

- класифікація напрямів досліджуваної проблеми (багаторічна підготовка найближчого резерву, відбір та спортивна орієнтація баскетболістів на різних етапах багаторічного вдосконалення, техніко-тактична, фізична і інтегральна підготовка баскетболістів в юнацькому віці, особливості змагальної діяльності в дитячо-юнацькому віці, управління і контроль за тренувальними і змагальними навантаженнями під час підготовки найближчого резерву тощо);
- визначення одиниць вимірювання (в нашій роботі використовувались: прізвища авторів, теми, повідомлення, висловлювання вчених, відносно фундаментальних питань підготовки та відбору баскетболістів в юнацькому віці, різноманітні цитати та ін.);
- перевірка надійності методики.

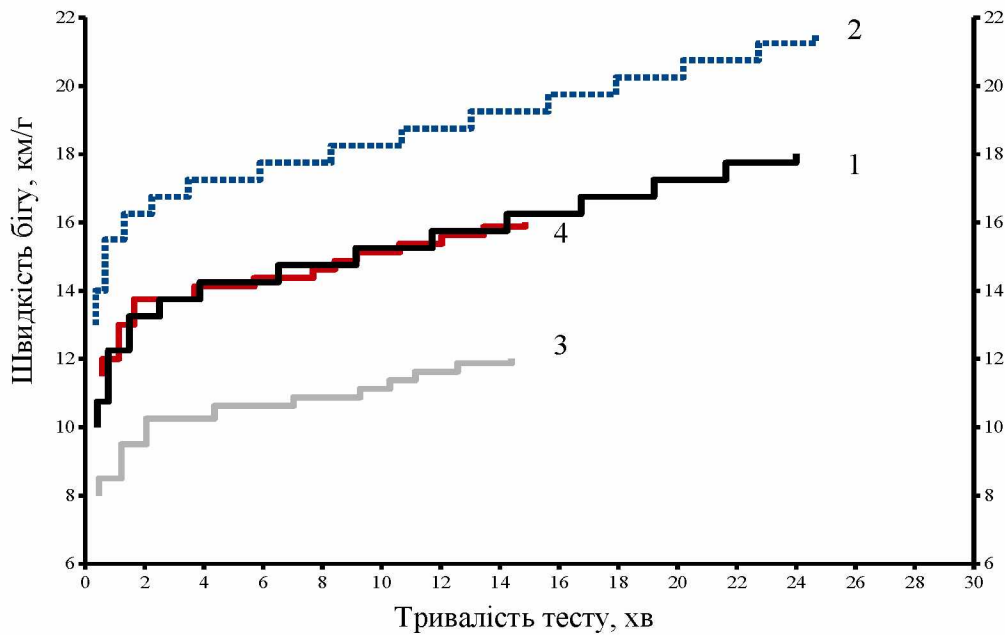
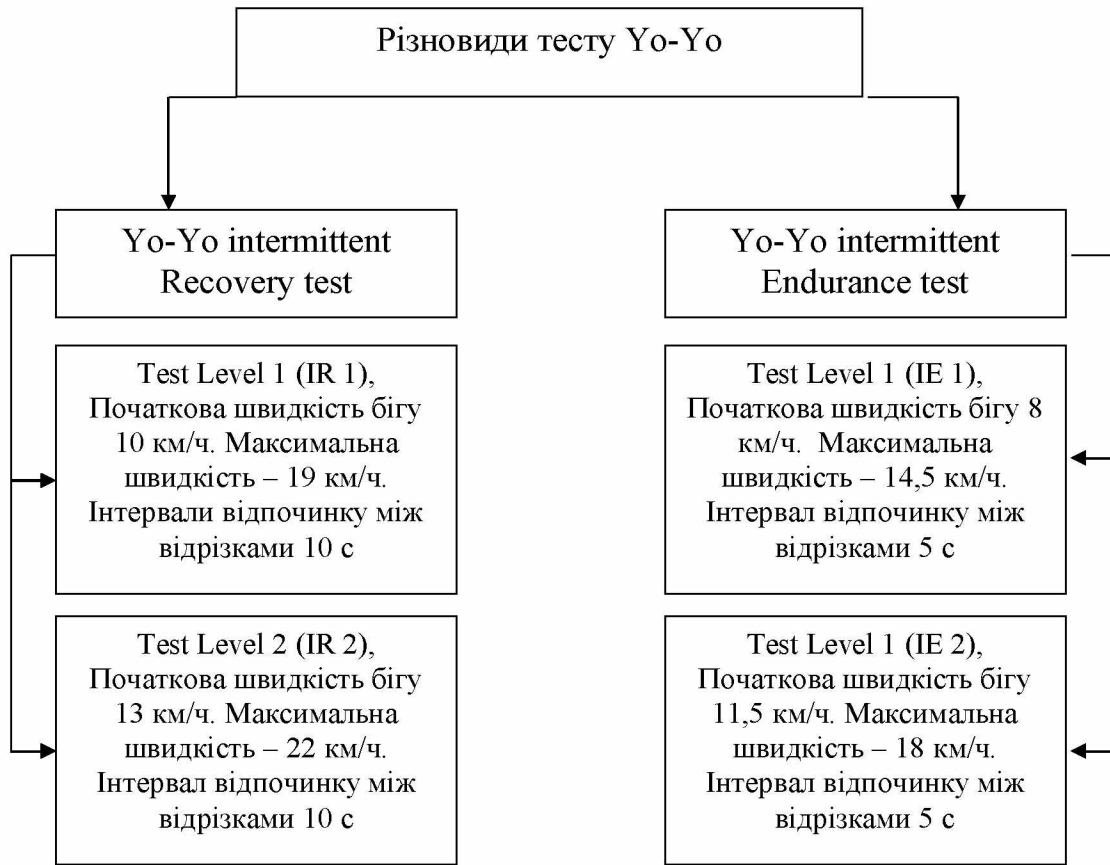
5. Пілотажне дослідження, перевірка надійності методики.

6. Збір первинної емпіричної інформації.

7. Кількісна обробка зібраних даних.

8. Інтерпретація отриманих результатів та формування висновків проведеного дослідження.

Тести для оцінки фізичної підготовленості баскетболістів



Тривалість и швидкість бігу при різних варіантах виконання тесту Yo-Yo

— - (1) Yo-Yo IRL1; - (2) Yo-Yo IRL2; — - (3) Yo-Yo IEL1; — - (4) Yo-Yo IEL2

**ПРОТОКОЛ
ТЕСТУВАННЯ ТЕХНІКИ КИДКІВ (М-100)**

Гравця _____

Команди _____

Дата _____ 20....р.

Серії	Дист.	Позиції					Рез. серій
		1	2	3	4	5	
1	6						
	4,5						
2	6						
	4,5						
3	6						
	4,5						
4	6						
	4,5						
5	6						
	4,5						

ЧСС покою _____

_____ уд/хв

ЧСС перед поч. _____

_____ уд/хв

Середн. рез. 6м - /25-
%5^{1x} серій 4,5 м - /25-
%

ЧСС після 5 серій _____ уд/хв

Час 5 серій _____ хв

6	6						
	4,5						
7	6						
	4,5						
8	6						
	4,5						
9	6						
	4,5						
10	6						
	4,5						

Середн. рез. 6м - /25-
%5^{2x} серій 4,5 м - /25-
%ЧСС після 10 серій _____
уд/хв

Середн. рез. 6м - /50- %

10 серій 4,5 м - /50- %

Час 10 серій _____ хв

ЧСС через				
1 хв	2 хв	3 хв	4 хв	5 хв

Середні показники по позиціям	6	%	%	%	%	%
		4,5	%	%	%	%

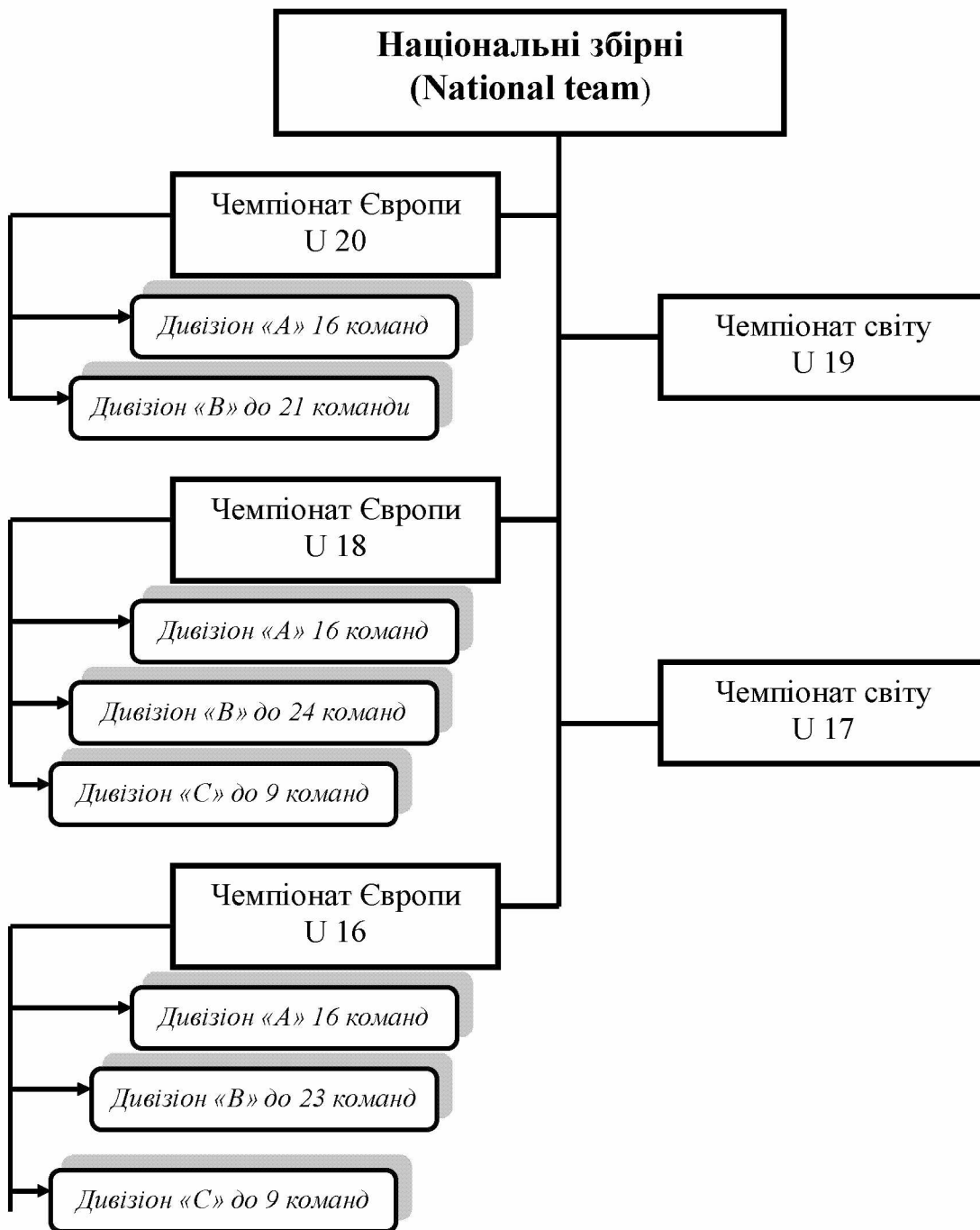
**Програма тестування функціональних можливостей
баскетболістів**

Зміст	Характер навантаження
Розминка — тривалістю 3 хв., швидкість полотна тредмілу 4 км/г	Навантаження низької та середньої аеробної потужності.
Стандартна робота навантаження середньої аеробної потужності тривалістю 12 хв. 3 постійною потужністю роботи 1,5 Вати на кілограм маси тіла і постійною швидкістю руху полотна тредмілу 8 км/г	Визначення економічності та стійкості функціональних реакцій кардіореспіраторної системи в умовах аеробних навантажень, а також швидкість розгортання функціональних реакцій
Відновлення — 5 хв., швидкість 4 км/г	
Стандартний тест із ступенево зростаючою потужністю навантаження, приріст навантаження кожні 2 хвилини (довжина ступені) без інтервалів відпочинку між ступенями: потужність стандартного навантаження, збільшення швидкості руху полотна тредмілу на 0,5 км/г та кута нахилу на 0,4 %, тривалість – до моменту відмови спортсмена від продовження роботи або до моменту неможливості підтримувати задану потужність навантаження.	Навантаження максимальної аеробної потужності. Визначення рівня максимальної аеробної потужності (VO_{2max}), аеробної ефективності («анаеробний поріг») та рівень загальної фізичної працездатності ($W_{кр}$, Вт, Вт/кг)
Відновлення — 5 хв., швидкість 4 км/г	

Критерії для відбору баскетболістів різного ігрового амплуа в національну збірну Австралії

Ігрове амплуа	Мінімальні вимоги для відбору в команду	Очікувані додаткові якості і властивості
Розігруючий (point guards)	Висока ефективність трьох очкових кидків. Здатність до організації захисних та атакуювальних дій команди. Володіння комунікативними здібностями, уміння доносити інформацію гравцям в процесі гри. Велика кількість результативних передач у матчі. Реалізація штрафних кидків на рівні 80 %.	Уміння ефективно організовувати атаку під вплив постійного пресингу. Уміння бути лідером у команді. Уміння щільно опікати розігруючого гравця команди суперника. Здатність створювати умови для вільного кидка партнерам по команді.
«Атакуювальний» захисник (shooting guards)	Висока ефективність ближніх та дальніх кидків у матчі. Уміння боротися за підбирання м'яча та блокувати кидки суперника. Здатність швидко пересуватися на майданчику, брати активну участь в організації швидкого прориву. Мати відсоток реалізації штрафних кидків не нижче за 80 %.	Уміння при необхідності виконувати функції розігруючого гравця на майданчику. Високий рівень персонального захисту. Володіння досконалою технікою постановки заслону.
«Легкий» форвард (small forwards)	Висока ефективність ближніх і дальніх кидків у матчі. Уміння діяти спиною та обличчям до кошика. Ефективна боротьба за підбирання м'яча в нападі та захисті. Уміння захищатися на периметрі. Висока швидкість переміщень на майданчику. Відсоток реалізації штрафних кидків на рівні 75-80 %	Здатність до ефективних дій під своїм щитом. Здатність обігрувати суперника і проходити до кошика в умовах пресингу. Уміння повністю «бачити» майданчик та оперативно оцінювати ситуацію.
«Важкий» форвард (power forwards)	Виконувати в рамках матчу від 10 до 18 кидків при високому відсотку їх влучань. Уміння грати обличчям та спиною до кошика. Ефективна гра за підбирання м'яча. Виконання блокшотів м'яча. Реалізація штрафних кидків на рівні 75-80 %	Уміння переключатися та підстраховувати партнерів під час ігрових розмінів. Уміння повністю «бачити» майданчик та оперативно оцінювати ситуацію. Високий рівень захисту.
Центровий (center)	Виконувати в рамках матчу від 10 до 18 кидків при високому відсотку їх реалізації. Уміння грати обличчям та спиною до кошика. Ефективна гра за підбирання м'яча. Виконання блокшотів м'яча. Реалізація штрафних кидків на рівні 75-80 %.	Володіння дальнім кидком. Уміння обігрувати суперника після виходу на периметр. Висока швидкість переміщень на майданчику. Висока ефективність дій під час обігрування один в один центрального гравця суперника (особливо спиною до кошика).

Ієрархічна вертикаль системи спортивних змагань ФІВА для національних збірних команд різних вікових категорій



Змістовні компоненти уніфікованої програми техніко-тактичної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд з баскетболу (базові захисні дії)

Техніко-тактичні дії	U 14 – U 15	U 15 – U 16	U 16 і старші
Індивідуальні	<p>Принципи захисту 1x1 по всьому майданчику та на своїй половині</p> <p>Проходження заслонів (off ball screen)</p> <p>Протидія вриванням (cuts).</p> <p>Виходи на гравця з м'ячем (close out) та без м'яча, постановка спини та підбирання м'яча (boxout).</p> <p>Переміщення та принципи захисту в одній (strong side) та двох передачах (weak side). Вдосконалення захисної стійки, балансу та роботи ніг.</p>	<p>Протидія вкиданню м'яча (cuts) та заслонам (screens)</p> <p>Вдосконалення індивідуального захисту (man to man)</p> <p>Вдосконалення організованого захисту (deny, pack line)</p> <p>Використання тактичних фолів та ін.</p> <p>Захист на позиції Low post.</p>	<p>Вдосконалення навичок протидії вриванням (cuts).</p> <p>Протидія заслонам (off ball screens). Протидія передачам, тиск на м'яч, проходям в середину</p> <p>Дії гравця в меншості 1x2</p>
Групові і командні	<p>Базова взаємодія (shall drill)</p> <p>Пресинг по всьому майданчику (допомога, ротація, завдання)</p> <p>Використання захисту Denay та Pack line defence</p> <p>Оволодіння принципами захисту в меншості (1x2, 2x3, 3x4, 4x5).</p> <p>Організація командних дій під час проходу (penetration) під кошик (в середину, лицьову, підстраховка, ротація)</p> <p>Захист на Low Post проти домінуючого центрового та під час нерівноцінної зміни (mismatch)</p> <p>Організація захисту проти швидкого прориву (fast break) та раннього нападу (transition offence).</p> <p>Командне підбирання м'яча (boxout)</p>	<p>Пресинг по всьому майданчику після забитого м'яча (full court press)</p> <p>Зонний пресинг 2-1-1 або 1-2-1-1</p> <p>Зонний захист 2-2-1 або 1-3-1 (3-2)</p> <p>Протидія швидкому прориву та ранньому нападу.</p> <p>Організація командного захисту під проходів під кошик</p> <p>Вдосконалення командних дій від час підбирання м'яча.</p> <p>Вивчення захисту проти PNR (дії захисника, центрового, ротація та ін.)</p> <p>Вдосконалення навичок гри у меншості (1x2, 2x3, 3x4, 4x5). Вдосконалення базової вправи (shall drill)</p>	<p>Пресинг по всьому майданчику</p> <p>Захист проти PNR (flat, switch, step out, trap)..</p> <p>Командний захист під час проходів</p> <p>Зонний пресинг 2-2-1 (із пастками та стримуючий)</p> <p>Зонний захист 2-3 (принципи зонного захисту)</p> <p>Захист під кошиком (1-1, здвоювання, double зі слабкої сторони).</p> <p>Гра на своїй половині (концентрована, кучно)</p>

Змістовні компоненти уніфікованої програми техніко-тактичної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд з баскетболу (базові атакувальні дії)

Техніко-тактичні дії	U 14 – U 15	U 15 – U 16	U 16 і старші
Індивідуальні	<p>Вдосконалення навичок ведення м'яча (з акцентом на розвиток слабшої руки, в русі із змінної швидкості, з переводом, спротивом, тощо)</p> <p>Передачі м'яча (акцент на передачі однією рукою. Вдосконалення різних видів передач (skip, baseball, push та ін.) з місця, в русі, з веденням.</p> <p>Кидки м'яча в кошик (shooting). Дальні, середні, ближні. Кидки з двох ніг, з місця, в русі, після ведення, з однієї ноги, lay up, flouters, evrosteps).</p> <p>Використання вривань (L-cut, V-cut, backdoor cut, i-cut, aiverson cut, USLA cut та ін.).</p> <p>Використання заслонів (off ball screens)</p> <p>Вдосконалення техніки переміщень (біг, зупинки, повороти, стрибки, ривки та ін.)</p>	<p>Вдосконалення навичок ведення (на місці, із спротивом та ін.). Акцент на розвиток слабшої руки. Вдосконалення техніки передач м'яча (bounds pass, skip pass, baseball pass та ін.) із акцентом на виконання однією рукою. Вдосконалення кидкової підготовленості. Вдосконалення гри 1x1 (із використанням різноманітних спеціальних ситуацій).</p> <p>Вдосконалення різних варіантів вривань для отримання м'яча. Без заслонів (V-cut, I-cut, L-cut, Front-cut, shallow cut) та з використанням заслонів (USLA-cut, Curl-cut, Iverson-cut, zipper-cut)</p>	<p>Подолання агресивного пресингу (тиск)</p> <p>Використання заслонів (off ball screen) для отримання м'яча у вигідних позиціях.</p> <p>Вдосконалення кидкової підготовленості (в спеціальних режимах рухової діяльності)</p>
Групові і командні	<p>Швидкий перехід від захисту до нападу (transition offence). Розуміння коридорів та алгоритму організації швидкого прориву.</p> <p>Оволодіння принципами гри в чисельній перевазі (2x1, 3x2, 4x3, 5x4).</p> <p>Оволодіння сетами безперервного нападу (flex, dribble drive, princeton та ін.)</p> <p>Організація командних дій в стандартних та спеціальних ситуаціях (SLOB, BLOB, ліміт часу на атаку та ін.).</p> <p>Переважне використання мало ходових комбінацій із переважною участю двох-трьох гравців команди</p>	<p>Подолання зонного пресингу 2-2-1 та 1-2-1-1.</p> <p>Напад проти зонного захисту (2-2-1, 3-2, 1-3-1).</p> <p>Протидія пресингу по всьому майданчику.</p> <p>Вдосконалення взаємодій під час чисельної переваги (2x1, 3x2, 4x3, 5x4).</p> <p>Вдосконалення заслонів (cross, flex, pin down, elevator, screen to screener та ін.)</p> <p>Використання в атаці взаємодії PNR. Дії великого та маленького гравців (spacing, timing, safety pass).</p>	<p>Безперервний напад (flex, Princeton offence, dribble drive, shuffle, flow offence, pistol offence та ін.).</p> <p>Протидія зонному пресингу та зонному захисту.</p> <p>Використання PNR в нападі (top, side, middle, high та ін.).</p> <p>Вдосконалення взаємодій в спеціальних умовах (SLOB, BLOB).</p> <p>Протидія командному захисту при проходах. Швидкий прорив (fastbreak). Групові взаємодії (2x2, 3x3)</p>

Засоби фізичної підготовки баскетболістів юнацьких збірних команд та їх пріоритетне використання на різних етапах тренувального процесу

Рухові якості	Етапи		
	Загально-підготовчий	Спеціально-підготовчий	Предзмагальний
Швидкісно – силові якості	Прискорення 60м із додатковим обтяженням (5 кг). Прискорення 60 м без обтяжень. 4x20 м прискорень із 80 % max, плюс 60 м із додатковим обтяженням (5 кг). Прискорення 4x60. Прискорення спиною назад (fast beackpedaling). Вистрибування на тумбу 40 см – 4-6 разів ;50 см – 4-6 разів; 60 см – 4-6 разів. Вправи із медицинболом (5 кг) – передачі із викроковуванням двома руками, підкидання вгору та двома руками вниз (3x10 повторень)	Вистрибування через бар'єри (40 см через 1,20 м) 10 стрибків – 10 повторень. Вистрибування на тумбу однією та двома ногами 50 см – 4-6 разів; 60 см – 4-6 разів; 70 см (двома ногами). Метання медицинболу (5 кг) вперед двома руками, назад вдвома руками (10 повторень). Прискорення на половині майданчику (14 м) із подальшим помірним бігом (jogging).	Спеціальні швидкісні рухи на місці (steap) із подальшим прискоренням на 10 – 15 м. та подальшим рухом у баскетбольній стійці (10 різних варіантів виконання). Швидкісний вихід на close out із подальшим переміщенням (slide). Вистрибування через бар'єри (60-80 см через 1,50 м) 10 стрибків – 10 повторень. Метання медицинболу (3-4 кг) вперед двома руками, назад вдвома руками (10 повторень)
Силові якості	Жим штанги лежачі, присідання, leg curl, biceps, triceps, pectoralis, станова тяга, розгинання ніг 2 сеті по 10 повторень (50 % від	Жим штанги лежачі, присідання (5 сетів по 4 повторення 80 % max). Biceps, triceps, leg curl, leg	Жим штанги лежачі, напівприсідання (5 сетів по 2 повторення 90-95 % max). Biceps, triceps, leg curl, leg

	<p>максимуму). Паузи відпочинку – 3 хвилини. Три раунди (пауза між раундами – 6 хвилин). Підтягування, викроковування на степ платформу. Вправи з використанням TRX петель. Гіперекстензія.</p>	<p>extension, adductors, abductors, pectoralis (3 сеті по 10 повторень 50 % max). Вправи з використанням TRX петель. Гіперекстензія.</p>	<p>extension, abductors, abductors, pectoralis (3 сеті по 10 повторень 50 % max)</p>
<p>Координаційні здібності та гнучкість. Спеціальні переміщення</p>	<p>Вправи на стабілізацію і баланс (core-stability workout). Різні варіанти планки, піднімання ніг, скручування. Вправи на координаційній драбині (10 різноманітних сетів). Повільні переміщення в баскетбольній стійці із додатковим спротивом (5, - 7,5 кг). Повільні переміщення назад із додатковим обтяженням (slow backpedaling) – (5 – 7,5 кг). Статичні розтягування із валиком (roller). Переміщення через легкоатлетичні бар'єри (бокові викроковування, із поворотами на 180 та 360 °). Вправи з еластичною резиною. Вправи на балансувальній подушці (полусфера). Комбіновані вправи із використанням еластичної</p>	<p>Вправи на стабілізацію і баланс (core-stability workout). Різні варіанти планки, піднімання ніг, скручування. Спеціальні переміщення із використанням спротиву (еластична резина). Run stop, run stop-slide stop, slide stop, run slide, run slide – backward run, slide. Баскетбольні переміщення 6-8 повторень по 25 с (пауза 3-4 хвилини). Вправи з еластичною резиною. Вправи на балансувальній подушці (полусфера). Викроковування із гантелями (3-5,5 кг). Нахили вперед на одній нозі із гантелями (3-5,5 кг). Переміщення по лініям</p>	<p>Вправи на стабілізацію і баланс (core-stability workout). Різні варіанти планки, піднімання ніг, скручування. Переміщення на координаційній драбині (10 – 15 варіантів). Швидкісне оббігання фішок (low knees forwar-high knees forfard, lateral sliding, zig-zag sliding). Специфічні баскетбольні переміщення 4-6 повторень по 20 с (пауза 3-4 хв). Баскетбольні переміщення 6-8 повторень по 30-35 с (пауза 3-4 хвилини).</p>

	резини та балансувальних подушок. Стрибки на скакалці (3х1 хв)	3-х с зони (run, slide, backpedaling) в парах (змагальний характер)	
Загальна та спеціальна витривалість	Кросова підготовка: 3000, 4000, 5000 м (60-70 % від ЧСС max) Біг (фартлек) 1000м jogging плюс 1000 м (4 хв) 1000м jogging плюс 1000м (3,50 хв) 1000м jogging плюс 1000м (3,40 хв) Біг 6 х 200 м і з 60 – 70% від max (3 хв пауза)	Човниковий біг уздовж баскетбольного майданчику (28 м) 3х 40 с (пауза відпочинку 1 хв) Спеціальні баскетбольні переміщення на майданчику протягом 1 хв (6-8 повторень). 3-4 хв пауза. ЧСС на початку нижче 120 уд/хв-1 наприкінці – 180 уд/хв-1 Біг поперек баскетбольного майданчику (15 м) протягом 1хв (17 майданчиків і більше). Комбінована вправа із використанням руховий дій тесту Вегреє (3-5 повторень) із подальшим прискоренням поперек майданчику (4-6 повторень). Пауза 2-3 хвилини.	Діагональні переміщення на половині баскетбольного майданчику («конверт»). Від центру біг, до центру slide. 2-3 повних кола (1 хв). Пауза відпочинку (4-5 хв). Човниковий біг 30 – 35 с на баскетбольному майданчику (лінія штрафної, центр, лицьова). Пауза (2-3 хв). Виконання кидкових вправ у спеціальних режимах інтенсивності.

АКТ

впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-дослідної роботи професор, д.фіз.вих. В.О.Кашуба, директор НДІ професор, д.фіз.вих. О.А. Шинкарук та представники федерації баскетболу України, начальник відділу збірних команд України, Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34 "Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту" Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 роки (номер державної реєстрації 0113U003916), автори М.М. Безмилов та Є.В.Мурзін внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Модель відбору баскетболістів до складу збірної команди та система критеріїв оцінювання кандидатів». Форма впровадження в процес підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу. Запропонований багатоступеневий алгоритм відбору щодо пошуку найбільш підготовлених гравців, інформативні критерії відбору та шкали оцінювання різних сторін підготовленості баскетболістів з урахуванням їх ігрового амплуа. Аналогів в світовій практиці немає	Виявлені особливості відбору гравців високого класу до збірної команди. Науково обґрунтовані і представлені основні етапи спортивного відбору до складу команди та процедура формування найближчого резерву. Вказується на необхідність використання системного підходу під час оцінювання підготовленості спортсменів та важливість постійного контролю за гравцями під час виступу на клубному рівні. Наведений механізм поєднання етапів відбору до складу збірної з етапами спортивної підготовки команди для участі в головних змаганнях. Може бути рекомендованим для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження в практику результатів дослідження сприяло підвищенню ефективності відбору гравців до складу головної команди та їх подальшої змагальної діяльності. Запропонований підхід дозволив оптимізувати умови для проведення відбору під час підготовки команди та визначитись із найближчим резервом.

Автори, розробники
к.фіз.вих., доцент кафедри ТМСП і РМС
головний тренер чоловічої збірної
команди України з баскетболу

Безмилов М.М.

Мурзін Є.В.

Представники НУФВСУ:
Проректор з науково-дослідної
роботи, професор, д.фіз.вих.

Кашуба В.О.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих.

Шинкарук О.А.

Представник Федерації баскетболу України:
начальник відділу збірних команд України

Жержерунова Н.О.

02 грудня 2015 року

АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-дослідної роботи професор, д.фіз.вих. В.О.Кашуба, директор НДІ професор, д.фіз.вих. О.А. Шинкарук та представники федерації баскетболу України, начальник відділу збірних команд України, Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34 "Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту" Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 роки (номер державної реєстрації 0113U003916), автори М.М. Безмилов та С.В.Мурзін внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Система тестів для визначення спеціальної працездатності баскетболістів високої кваліфікації». Форма впровадження в процес підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу. Запропонована тестова програма дозволяє оцінити рівень техніко-тактичної та функціональної підготовленості спортсменів в умовах, які є максимально наближеними до реальної гри. Окрім перемінного характеру виконання вправ, під час виконання тестів моделюється активний супротив з боку суперника. Зміст та характер тестових завдань є адаптованим до ігрових амплуа гравців. Аналогів в світовій практиці немає	Необхідність створення нової програми обумовлена невідповідністю існуючих сьогодні тестів, специфічним умовам прояву спеціальної працездатності баскетболістів. Більшість тестів виконуються безперервно протягом тривалого часу, що рідко можна зустріти в грі. Під час визначення рухових режимів роботи в запропонованих тестах, використовувались результати аналізу тривалості ігрових відрізків та інтервалів відпочинку між ними в різних чвертях матчу на міжнародних баскетбольних змаганнях. Може бути рекомендованим для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження в практику результатів дослідження дозволило оцінити стан спортсменів, що прибули до складу збірної, визначити динаміку змін спеціальної працездатності і зробити висновок про ступінь готовності гравців на заключних етапах процесу підготовки. Отримана інформація була використана з метою відбору, під час розподілу ігрового навантаження та управління командою на змаганнях

Автори, розробники
к.фіз.вих., доцент кафедри ТМСР і РМС
головний тренер чоловічої збірної
команди України з баскетболу

Безмилов М.М.

Мурзін С.В.

Представники НУФВСУ:
Проректор з науково-дослідної
роботи, професор, д.фіз.вих.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих.

Представник Федерації баскетболу України:
начальник відділу збірних команд України
02 грудня 2015 року



Handwritten signatures of Kashuba V.O., Shynkaruk O.A., and Zhurzherunova N.O.



АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-дослідної роботи професор, д.фіз.вих. В.О.Кашуба, директор НДІ професор, д.фіз.вих. О.А. Шинкарук та представники федерації баскетболу України, начальник відділу збірних команд України, Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34 "Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту" Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 роки (номер державної реєстрації 0113U003916), автори М.М. Безмилов та С.В.Мурзін внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Система оцінювання змагальної діяльності баскетболістів в ігровому сезоні». Форма впровадження в процес підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу. Запропонований комплекс інформативних показників, що відображають кількісні та якісні характеристики змагальної діяльності. Обґрунтовано необхідність інтегрального оцінювання та використання під час аналізу змагальної діяльності баскетболістів високого класу показників, що характеризують ігрове навантаження протягом сезону. Аналогів в світовій практиці немає	Визначені та систематизовані інформативні показники змагальної діяльності, які необхідно враховувати під час оцінювання кандидатів до збірної команди. Виявлені основні фактори, що безпосередньо впливають на змагальну діяльність баскетболістів та її подальше оцінювання. Розроблені модельні характеристики та критерії, дозволили визначити ефективність змагальних дій баскетболістів, як на протязі всього сезону, так і за результатами окремого матчу з урахуванням ігрового амплау, віку. Може бути рекомендованим для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження в практику результатів дослідження сприяло підвищенню якості процесу підготовки спортсменів. Розгорнутий аналіз ведення змагальної діяльності кандидатів у команду дозволив визначити пріоритетні напрями для оптимізації індивідуальної підготовки гравців, а також визначити шляхи найбільш вірогідного використання можливостей спортсменів у загальній схемі три команди.

Автори, розробники
 к.фіз.вих., доцент кафедри ТМСР і РМС
 головний тренер чоловічої збірної
 команди України з баскетболу

Безмилов М.М.

Мурзін С.В.

Представники НУФВСУ:
 Проректор з науково-дослідної
 роботи, професор, д.фіз.вих.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих.

Кашуба В.О.

Шинкарук О.А.

Представник Федерації баскетболу України
 начальник відділу збірних команд України

Жержерунова Н.О.

02 грудня 2015 року



АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки молодіжної чоловічої збірної команди України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-дослідної роботи професор, д.фіз.вих. В.О.Кашуба, директор НДІ професор, д.фіз.вих. О.А. Шинкарук та представники федерації баскетболу України, начальник відділу збірних команд України, Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34 "Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту" Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 роки (номер державної реєстрації 0113U003916), автори М.М. Безмилов та Є.В.Мурзін внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Система тестів для визначення спеціальної працездатності баскетболістів високої кваліфікації». Форма впровадження в процес підготовки молодіжної чоловічої збірної команди України з баскетболу. Запропонована тестова програма дозволяє оцінити рівень техніко-тактичної та функціональної підготовленості спортсменів в умовах, які є максимально наближеними до реальної гри. Окрім перемінного характеру виконання вправ, під час виконання тестів моделюється активний супротив з боку суперника. Зміст та характер тестових завдань є адаптованим до ігрових амплуа гравців. Аналогів в світовій практиці немає	Необхідність створення нової програми обумовлена невідповідністю існуючих сьогодні тестів, специфічним умовам прояву спеціальної працездатності баскетболістів. Більшість тестів виконуються безперервно протягом тривалого часу, що рідко можна зустріти в грі. Під час визначення рухових режимів роботи в запропонованих тестах, використовувались результати аналізу тривалості ігрових відрізків та інтервалів відпочинку між ними в різних чвертях матчу на міжнародних баскетбольних змаганнях. Може бути рекомендованим для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження в практику результатів дослідження дозволило оцінити стан спортсменів, що прибули до складу збірної, визначити динаміку змін спеціальної працездатності і зробити висновок про ступінь готовності гравців на заключних етапах процесу підготовки. Отримана інформація була використана з метою відбору, під час розподілу ігрового навантаження та управління командою на змаганнях

Автори, розробники
к.фіз.вих., доцент кафедри ТМСП і РМС
головний тренер чоловічої збірної
команди України з баскетболу

Безмилов М.М.

Мурзін Є.В.

Представники НУФВСУ:
Проректор з науково-дослідної
роботи, професор, д.фіз.вих.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих.

Кашуба В.О.

Шинкарук О.А.

Представник Федерації баскетболу України:
начальник відділу збірних команд України
02 грудня 2015 року

Жержерунова Н.О.



АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки молодіжної чоловічої збірної команди України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-дослідної роботи професор, д.фіз.вих. В.О.Кашуба, директор НДІ професор, д.фіз.вих. О.А. Шинкарук та представники федерації баскетболу України, начальник відділу збірних команд України, Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34 “Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту ” Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 роки (номер державної реєстрації 0113U003916), автори М.М. Безмилов та Є.В.Мурзін внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Система оцінювання змагальної діяльності баскетболістів в ігровому сезоні». Форма впровадження в процес підготовки молодіжної чоловічої збірної команди України з баскетболу. Запропонований комплекс інформативних показників, що відображають кількісні та якісні характеристики змагальної діяльності. Обґрунтовано необхідність інтегрального оцінювання та використання під час аналізу змагальної діяльності баскетболістів високого класу показників, що характеризують ігрове навантаження протягом сезону. Аналогів в світовій практиці немає	Визначені та систематизовані інформативні показники змагальної діяльності, які необхідно враховувати під час оцінювання кандидатів до збірної команди. Виявлені основні фактори, що безпосередньо впливають на змагальну діяльність баскетболістів та її подальше оцінювання. Розроблені модельні характеристики та критерії, дозволили визначити ефективність змагальних дій баскетболістів, як на протязі всього сезону, так і за результатами окремого матчу з урахуванням ігрового амплуа, віку. Може бути рекомендованим для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження в практику результатів дослідження сприяло підвищенню якості процесу підготовки спортсменів. Розгорнутий аналіз ведення змагальної діяльності кандидатів у команду дозволив визначити пріоритетні напрями для оптимізації індивідуальної підготовки гравців, а також визначити шляхи найбільш вірогідного використання можливостей спортсменів у загальній схемі гри команди.

Автори, розробники
к.фіз.вих., доцент кафедри ТМСР і РМС
головний тренер чоловічої збірної
команди України з баскетболу

Безмилов М.М.

Мурзін Є.В.

Представники НУФВСУ:
Проректор з науково-дослідної
роботи, професор, д.фіз.вих.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих.

Кашуба В.О.

Представник Федерації баскетболу України:
начальник відділу збірних команд України

Шинкарук О.А.
Жержерунова Н.О.

02 грудня 2015 року



АКТ

впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки молодіжної чоловічої збірної команди України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-дослідної роботи професор, д.фіз.вих. В.О.Кашуба, директор НДІ професор, д.фіз.вих. О.А. Шинкарук та представники федерації баскетболу України, начальник відділу збірних команд України, Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34 "Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту" Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 роки (номер державної реєстрації 0113U003916), автори М.М. Безмилов та Є.В.Мурзін внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Модель відбору баскетболістів до складу збірної команди та система критеріїв оцінювання кандидатів». Форма впровадження в процес підготовки молодіжної чоловічої збірної команди України з баскетболу. Запропонований багатоступеневий алгоритм відбору щодо пошуку найбільш підготовлених гравців, інформативні критерії відбору та шкали оцінювання різних сторін підготовленості баскетболістів з урахуванням їх ігрового амплуа. Аналогів в світовій практиці немає	Виявлені особливості відбору гравців високого класу до збірної команди. Науково обґрунтовані і представлені основні етапи спортивного відбору до складу команди та процедура формування найближчого резерву. Вказується на необхідність використання системного підходу під час оцінювання підготовленості спортсменів та важливість постійного контролю за гравцями під час виступу на клубному рівні. Наведений механізм поєднання етапів відбору до складу збірної з етапами спортивної підготовки команди для участі в головних змаганнях. Може бути рекомендованим для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження в практику результатів дослідження сприяло підвищенню ефективності відбору гравців до складу головної команди та їх подальшої змагальної діяльності. Запропонований підхід дозволив оптимізувати умови для проведення відбору під час підготовки та визначитись із найближчим резервом молодіжної команди.

Автори, розробники
к.фіз.вих., доцент кафедри ТМСР і РМС
головний тренер чоловічої збірної
команди України з баскетболу

Безмилов М.М.

Мурзін Є.В.

Представники НУФВСУ:
Проректор з науково-дослідної
роботи, професор, д.фіз.вих.

Кашуба В.О.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих.

Шинкарук О.А.

Представник Федерації баскетболу України:
начальник відділу збірних команд України

Жержерунова Н.О.

02 грудня 2015 року



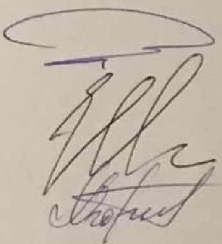
АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова, директор НДІ професор, д.фіз.вих. В.О. Кашуба та представники федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34. «Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту» (№ держреєстрації 0114U001483), за період 2016 року, Безмилов Микола Миколайович та Мурзін Євген Вікторович внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Модельні характеристики техніко-тактичної діяльності баскетболістів високого класу різного ігрового амплуа». Форма впровадження в процес підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу. Запропоновані модельні характеристики та створена на їх базі технологія оцінювання ефективності змагальної діяльності гравців різного амплуа під час відбору у команду. Аналогів в світовій практиці немає	Виявлені особливості реалізації техніко-тактичних дій баскетболістами високого класу в матчі та розроблені модельні характеристики, які враховують ігрове амплуа спортсменів, пріоритетність реалізації техніко-тактичних дій у матчі та кількість проведеного на майданчику часу. Побудовані, на основі моделей, багаторівневі шкали, дозволяють оцінити ефективність реалізації кожної техніко-тактичної дії та здійснити інтегральне оцінювання змагальної діяльності спортсменів. Може бути рекомендованим для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження в практику результатів дослідження сприяло підвищенню ефективності відбору гравців до складу національної збірної та їх подальшої змагальної діяльності у міжнародних матчах. Запропонований підхід дозволив розробити чіткі критерії для здійснення об'єктивного оцінювання змагальної діяльності кандидатів у збірну команду

Автори, розробники:

к.фіз.вих., доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ
головний тренер чоловічої збірної команди України з баскетболу



Безмилов М.М.

Мурзін Є.В.

Представники НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

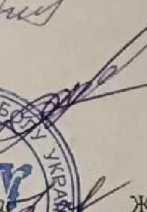
Борисова О.В.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих.

Кашуба В.О.

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд. Державний тренер з баскетболу



Жержерунова Н.О.

14 грудня 2016 року



АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки національної
чоловічої збірної команди України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, перший проректор професор, д.фіз.вих. Дутчак М.В., проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представники федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34. «Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту» (№ держреєстрації 0114U001483), за період 2016 року, Безмилов Микола Миколайович, Височіна Надія Леонідівна та Мурзін Євген Вікторович внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Психологічні критерії відбору баскетболістів до складу команд високої кваліфікації». Форма впровадження в процес підготовки національної чоловічої збірної команди України з баскетболу. Запропоновано комплекс інформативних психологічних показників для відбору баскетболістів до складу національної збірної команди з метою підготовки до головних змагань року. Аналогів в світовій практиці немає	Виявлені значущі для відбору баскетболістів високого класу психологічні показники та виявлений їх зв'язок з ефективністю змагальної діяльності спортсменів в матчах. Розроблені психологічні профілі баскетболістів з урахуванням їх ігрової спеціалізації. Встановлено комплекс інформативних показників для визначення психологічного мікроклімату та єдності між гравцями всередині команди під час безпосередньої підготовки до змагань та участі в них. Може бути рекомендовано для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження наукових досліджень в процес підготовки сприяло підвищенню якості відбору гравців до головної баскетбольної команди країни та подальшого виступу на міжнародних змаганнях. Отримані психологічні данні додатково були використані для проведення індивідуальної психокорекційної роботи з гравцями збірної команди

Автори, розробники:

к.фіз.вих., доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ
 к.фіз.вих, ст. науковий співробітник НДІ НУФВСУ
 головний тренер чоловічої збірної команди України з баскетболу

Представники НУФВСУ:

Перший проректор НУФВСУ, професор, д.фіз.вих.
 Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд. Державний тренер з баскетболу

Безмилов М.М.
 Височіна Н.Л.

Мурзін С.В.

Дутчак М.В.

Борисова О.В.

Жержерунова Н.О.

14 грудня 2016 року



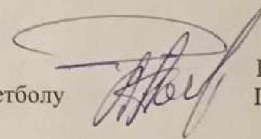
АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки молодіжних збірних команд України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова, директор НДІ професор, д.фіз.вих. В.О. Кашуба та представники федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34. «Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту» (№ держреєстрації 0114U001483), за період 2016 року, Безмилов Микола Миколайович та Подковиров Андрій Анатолійович внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Програма підготовки віддаленого та найближчого баскетбольного резерву в Україні». Форма впровадження в процес підготовки молодіжних збірних команди України з баскетболу (U 20). Запропонований багатоступеневий алгоритм організації підготовки, відбору та системи спортивних змагань для дітей різних вікових груп, спрямований на підвищення якості підготовки юних спортсменів та успішного виступу молодіжних і національних команд на міжнародній арені.	Розроблена концептуальна модель багаторічної системи підготовки баскетбольного резерву в Україні, яка враховує передовий світовий досвід та традиції національної «спортивної школи». Ключовими положеннями запропонованої моделі є створення конкурентних умов для спортсменів кожної вікової групи в рамках національного чемпіонату та поетапний відбір і підготовка найкращих юних спортсменів у складі молодіжних команд протягом річного циклу для подальшого виступу у міжнародних змаганнях. Може бути рекомендованою для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження результатів дослідження в практику сприяло підвищенню якості виступів молодіжних збірних команд міжнародній арені. Безперервність в реалізації запропонованого підходу дозволить, у довгостроковій перспективі, забезпечити постійну і своєчасну підготовку спортивного резерву для головних збірних команд країни

Автори, розробники:

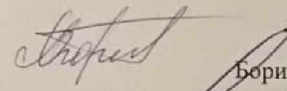
к.фіз.вих., доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ
тренер кадетської збірної команди України з баскетболу



Безмилов М.М.
Подковиров А.А.

Представники НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.



Борисова О.В.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих



Кашуба В.О.

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд. Державний тренер з баскетболу



Жержерунова Н.О.

14 грудня 2016 року

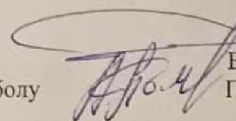
АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки юніорських збірних команд України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова, директор НДІ професор, д.фіз.вих. В.О. Кашуба та представники федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34. «Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту» (№ держреєстрації 0114U001483), за період 2016 року, Безмилов Микола Миколайович та Подковиров Андрій Анатолійович внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Програма підготовки віддаленого та найближчого баскетбольного резерву в Україні». Форма впровадження в процес підготовки юніорських збірних команди України з баскетболу (U 18). Запропонований багатоступеневий алгоритм організації підготовки, відбору та системи спортивних змагань для дітей різних вікових груп, спрямований на підвищення якості підготовки юних спортсменів та успішного виступу молодіжних і національних команд на міжнародній арені.	Розроблена концептуальна модель багаторічної системи підготовки баскетбольного резерву в Україні, яка враховує передовий світовий досвід та традиції національної «спортивної школи». Ключовими положеннями запропонованої моделі є створення конкурентних умов для спортсменів кожної вікової групи в рамках національного чемпіонату та поетапний відбір і підготовка найкращих юних спортсменів у складі юніорських команд протягом річного циклу для подальшого виступу у міжнародних змаганнях. Може бути рекомендованою для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження результатів дослідження в практику сприяло підвищенню якості виступів юніорських збірних команд на міжнародній арені. Безперервність в реалізації запропонованого підходу дозволить, у довгостроковій перспективі, забезпечити постійну і своєчасну підготовку спортивного резерву для головних збірних команд країни

Автори, розробники:

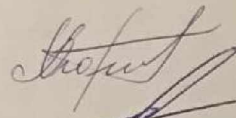
к.фіз.вих., доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ
тренер кадетської збірної команди України з баскетболу



Безмилов М.М.
Подковиров А.А.

Представники НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.



Борисова О.В.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих



Кашуба В.О.

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд. Державний тренер з баскетболу



Жержерунова Н.О.

14 грудня 2016 року

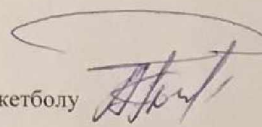
АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки кадетських збірних команд України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова, директор НДІ професор, д.фіз.вих. В.О. Кашуба та представники федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34. «Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту» (№ держреєстрації 0114U001483), за період 2016 року, Безмилов Микола Миколайович та Подковиров Андрій Анатолійович внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Програма підготовки віддаленого та найближчого баскетбольного резерву в Україні». Форма впровадження в процес підготовки кадетських збірних команди України з баскетболу (U 16). Запропонований багатоступеневий алгоритм організації підготовки, відбору та системи спортивних змагань для дітей різних вікових груп, спрямований на підвищення якості підготовки юних спортсменів та успішного виступу молодіжних і національних команд на міжнародній арені.	Розроблена концептуальна модель багаторічної системи підготовки баскетбольного резерву в Україні, яка враховує передовий світовий досвід та традиції національної «спортивної школи». Ключовими положеннями запропонованої моделі є створення конкурентних умов для спортсменів кожної вікової групи в рамках національного чемпіонату та поетапний відбір і підготовка найкращих юних спортсменів у складі кадетських команд протягом річного циклу для подальшого виступу у міжнародних змаганнях. Може бути рекомендованою для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження результатів дослідження в практику сприяло підвищенню якості виступів кадетських збірних команд міжнародній арені. Безперервність в реалізації запропонованого підходу дозволить, у довгостроковій перспективі, забезпечити постійну і своєчасну підготовку спортивного резерву для головних збірних команд країни

Автори, розробники:

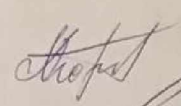
к.фіз.вих., доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ
тренер кадетської збірної команди України з баскетболу



Безмилов М.М.
Подковиров А.А.

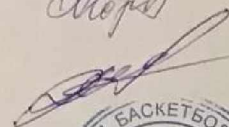
Представники НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.



Борисова О.В.

Директор НДІ, професор, д.фіз.вих.



Кашуба В.О.

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд. Державний тренер з баскетболу



Жержерунова Н.О.

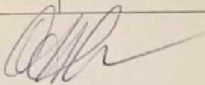
14 грудня 2016 року

Акт
впровадження результатів наукових
досліджень у навчальний процес
Центру підвищення кваліфікації та післядипломної освіти
Національного університету фізичного виховання і спорту України

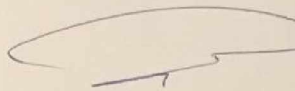
Ми, ті, що підписалися нижче, представник НУФВСУ, перший проректор **М.В. Дутчак** та директор центру підвищення кваліфікації та післядипломної освіти **В.В. Томашевський**, склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.34. «Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту» (№ держреєстрації 0114U001483), за період 2016 року, виконавці теми Шинкарук Оксана Анатоліївна, Безмилов Микола Миколайович внесли такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
Впровадження матеріалів «Комплексна оцінка рівня підготовленості та відбір баскетболістів до клубів» в лекційний матеріал «Відбір та орієнтація спортсменів в олімпійському спорті» (курси підвищення кваліфікації тренерів). Обгрунтовано систему комплексного оцінювання потенційних можливостей баскетболістів. Відповідає світовим аналогам.	Представлено систему комплексного оцінювання потенційних можливостей баскетболістів. Систематизовано критерії та тести для діагностики потенційних можливостей баскетболістів. Обгрунтовано доцільність створення технології відбору баскетболістів. Результати досліджень можуть використовуватися при викладанні дисциплін з теорії і методики підготовки спортсменів у спортивних іграх.	Матеріали досліджень було використано при викладанні лекцій протягом 2016р. для тренерів зі спортивних ігор в Центрі підвищення кваліфікації та післядипломної освіти. Впровадження результатів досліджень в лекційний матеріал сприяло розширенню кола знань тренерів, підвищенню якості роботи щодо заходів відбору та орієнтації спортсменів, що мало економічний та соціальний ефект. Тренери застосували накопичені знання, збережено час на пошук спортсменів в баскетбольні клуби.

Автори, розробники:



О.А. Шинкарук, д.фіз.вих., професор, г.н.с. НДІ НУФВСУ, завідувач кафедри ІТФКС, керівник теми



М.М. Безмилов, доцент, к.фіз.вих., п.с. НДІ НУФВСУ, доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту

Представник НУФВСУ

Перший проректор, професор, д.фіз.вих.



М.В. Дутчак

Представник установи, де виконувалось впровадження

Директор центру підвищення кваліфікації та післядипломної освіти
 доцент, к.фіз.вих.

В.В. Томашевський

26 жовтня 2016 р.

АКТ

впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки жіночої баскетбольної команди «Київ-Баскет» («Суперліга» України).

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представник Федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Н.О. Жержерунова, склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою «Технологія індивідуалізації тренувального процесу на основі фізіологічних критеріїв» (№ держреєстрації 0117U002388), виконавці теми Лисенко Олена Миколаївна, Безмилов Микола Миколайович та Холопов Володимир Михайлович за період 2017 р. внесли такі рекомендації та пропозиції: внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Методика оцінки рівня спеціальної витривалості і функціональної підготовленості кваліфікованих спортсменок в баскетболі». Форма впровадження - практика підготовки кваліфікованих спортсменок у баскетболі. Обґрунтовано комплекс спеціалізованих тестів для визначення рівня спеціальної витривалості спортсменок-баскетболісток на основі тесту «Intermittent shuttle test» (Yo-Yo). Аналогів в світовій практиці немає	Вперше отримано принципово новий спосіб оцінки спеціальної витривалості кваліфікованих спортсменок у баскетболі із використанням ступеневозростаючих човникових тестів із одночасним моніторингом реакції серцево-судинної системи методами математичного аналізу варіабельності серцевого ритму. Визначені критерії стану функціональної підготовленості спортсменок до напруженої змагальної діяльності в баскетболі. Розроблені індивідуальні модельні параметри функціональної підготовленості і спеціальної витривалості баскетболісток для індивідуалізації процесу спортивної підготовки. Можуть використовуватися в ігрових видах спорту	Застосування методики оцінки рівня спеціальної витривалості і функціональної підготовленості кваліфікованих спортсменок в баскетболі сприяло підвищенню ефективності процесу підготовки та змагальної діяльності жіночої команди «Київ-Баскет» («Суперліга»). Отримані результати, були використанні тренерським штабом для відбору гравців та комплектуванні ігрового складу команди на сезон та окремі ігри

Автори, розробники:

Доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ, к.фіз.вих.

М.М. Безмилов

Зав. лабораторії ТМСРМС НДІ НУФВСУ, д.б.н.
Головний тренер жіночої баскетбольної команди «Київ-Баскет»

О.М. Лисенко

В.М. Холопов

Представники НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

О.В. Борисова

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу

Н.О. Жержерунова

9 листопада 2017 року



АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки жіночої
баскетбольної команди «Київ-Баскет» («Суперліга» Україна)

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представники Федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою «Вдосконалення системи спортивної підготовки і змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів в сучасних умовах інтенсифікації змагальної діяльності» згідно Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту за період 2017 року, Безмилов Микола Миколайович та Холопов Володимир Михайлович внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Багатоступеневий алгоритм відбору баскетболісток під час комплектування команди високої кваліфікації на ігровий сезон». Форма впровадження в процес підготовки жіночої баскетбольної команди Київ-Баскет («Суперліга» України). Запропоновані організаційно-методичні заходи та рекомендовані інформативні критерії для спортивного відбору баскетболісток під час комплектування команди в рамках ігрового сезону. Аналогів в світовій практиці немає	Вперше запропонована та впроваджена в процес підготовки баскетбольної команди високої кваліфікації багатоступенева система відбору спортсменок. Представлені особливості та визначені пріоритетні критерії відбору гравців під час комплектування команди на сезон, окремі змагання та турніри. Рекомендовані механізми щодо управління підготовкою команди в серії матчів шляхом ротації ігрового складу та визначенні стану готовності гравців до демонстрації високих спортивних результатів. Може бути рекомендованим для застосування в ігрових видах спорту	Впровадження в практику результатів досліджень сприяло підвищенню ефективності змагальної діяльності жіночої команди «Київ-Баскет». Отриманні данні були використані під час комплектування команди на сезон, відбору та залучення до гри молодих виконавиць, розподілу ігрових навантажень протягом тривалого ігрового сезону.

Автори, розробники:

Доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ, к.фіз.вих.
 Головний тренер жіночої баскетбольної команди «Київ-Баскет» («Суперліга»)

М.М. Безмилов

В.М. Холопов

Представники НУФВСУ:
 Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

Борисова О.В.

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд. Державний тренер з баскетболу

Жержерунова Н.О.

17 жовтня 2017 року



АКТ
впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки чоловічої
баскетбольної команди «Київ-Баскет» (Вища ліга України)

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представник Федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Н.О. Жержерунова, склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою «Технологія індивідуалізації тренувального процесу на основі фізіологічних критеріїв» (№ держреєстрації 0117U002388), виконавці теми Лисенко Олена Миколаївна, Безмилов Микола Миколайович та Лохманчук Олександр Олександрович за період 2017 р. внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Методика оцінки рівня спеціальної витривалості і функціональної підготовленості кваліфікованих спортсменів в баскетболі». Форма впровадження - практика підготовки кваліфікованих спортсменів у баскетболі. Обґрунтовано комплекс спеціалізованих тестів для визначення рівня спеціальної витривалості спортсменів-баскетболістів на основі тесту «Intermittent shuttle test» (Yo-Yo). Аналогів в світовій практиці немає	Вперше отримано принципово новий спосіб оцінки спеціальної витривалості кваліфікованих спортсменів у баскетболі із використанням ступеневозростаючих човникових тестів із одночасним моніторингом реакції серцево-судинної системи методами математичного аналізу варіабельності серцевого ритму. Визначені критерії стану функціональної підготовленості спортсменів до напруженої змагальної діяльності в баскетболі. Розроблені індивідуальні модельні параметри функціональної підготовленості і спеціальної витривалості баскетболістів для індивідуалізації процесу спортивної підготовки. Можуть використовуватися в ігрових видах спорту	Застосування методики оцінки рівня спеціальної витривалості і функціональної підготовленості кваліфікованих спортсменів в баскетболі сприяло підвищенню ефективності процесу підготовки та змагальної діяльності команди «Київ-Баскет». Отримані результати, були використанні тренерським штабом для відбору гравців та комплектуванні ігрового складу команди на сезон та окремі ігри

Автори, розробники:

Доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ, к.фіз.вих.

М.М. Безмилов

Зав. лабораторії ТМСПРМС НДІ НУФВСУ, д.б.н.
 Головний тренер чоловічої баскетбольної команди «Київ-Баскет»

О.М. Лисенко

О.О. Лохманчук

Представники НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

О.В. Борисова

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу

Н.О. Жержерунова

17 листопада 2017 року



АКТ

впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки чоловічої баскетбольної команди «Київ-Баскет» (Вища ліга України)

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представники Федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Жержерунова Н.О., склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою «Технологія індивідуалізації тренувального процесу на основі фізіологічних критеріїв» (номер державної реєстрації теми №0117U002388), виконавці теми Лисенко Олена Миколаївна, Безмилов Микола Миколайович, Лохманчук Олександр Олександрович та за темою «Технологія прогнозування емоційного стресу в умовах напруженої діяльності» (№ держреєстрації 0117U002385), виконавець теми Шинкарук Оксана Анатоліївна за період 2017 р., внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Морфофункціональні модельні характеристики кваліфікованих баскетболістів різного ігрового амплуа». Форма впровадження - процес підготовки чоловічої баскетбольної команди «Київ-Баскет» (Вища ліга України). Запропоновано комплекс значущих, для баскетболу, морфофункціональних показників та розроблено критерії їх оцінювання для визначення потенціалу баскетболістів різного ігрового амплуа. Відповідає світовим аналогам	Розроблено модельні характеристики, які відображають морфофункціональні особливості кваліфікованих баскетболістів різного ігрового амплуа та встановлено їх структурні взаємозв'язки з ефективністю техніко-тактичної діяльності в умовах змагань та з особливостями виконання педагогічних тестів. Розроблені моделі можуть бути використані в процесі спортивної орієнтації гравців на більш ранніх етапах багаторічного вдосконалення та для визначення потенціалу баскетболістів різного ігрового амплуа в процесі відбору гравців до команд високого класу. Можуть використовуватися в ігрових видах спорту	Впровадження в практику результатів дослідження сприяло підвищенню ефективності процесу підготовки та змагальної діяльності баскетбольної команди «Київ-Баскет». Отримані рекомендації були використані тренерським штабом для відбору гравців під час комплектування складу команди на ігровий сезон 2017-2018 р. та для застосування визначених сильних сторін гравців в умовах змагальної діяльності.

Автори, розробники:

Доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ, к.фіз.вих.

М.М. Безмилов

Зав. лабораторії ТМСПРМС НДІ НУФВСУ, д.б.н.

О.М. Лисенко

Зав. кафедри ІТФКС НУФВСУ, д.фіз.вих.

О.А. Шинкарук

Головний тренер чоловічої баскетбольної команди «Київ-Баскет» (Вища ліга)

О.О. Лохманчук

Представники НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

О.В. Борисова

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу

Н.О. Жержерунова

12 жовтня 2017 року



АКТ

впровадження результатів наукових досліджень у процес підготовки жіночої національної збірної команди України з баскетболу

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представник Федерації баскетболу України, директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу Н.О. Жержерунова, склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою «Технологія індивідуалізації тренувального процесу на основі фізіологічних критеріїв» (№ держресстрації 0117U002388), виконавці теми Лисенко Олена Миколаївна, Безмилов Микола Миколайович та Холопов Володимир Михайлович за період 2017 р. внесли такі рекомендації та пропозиції; внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
«Методика оцінки рівня спеціальної витривалості і функціональної підготовленості кваліфікованих спортсменок в баскетболі». Форма впровадження - практика підготовки кваліфікованих спортсменок у баскетболі. Обґрунтовано комплекс спеціалізованих тестів для визначення рівня спеціальної витривалості спортсменок-баскетболісток на основі тесту «Intermittent shuttle test» (Yo-Yo). Аналогів в світовій практиці немає	Вперше отримано принципово новий спосіб оцінки спеціальної витривалості кваліфікованих спортсменок у баскетболі із використанням ступеневозростаючих човникових тестів із одночасним моніторингом реакції серцево-судинної системи методами математичного аналізу варіабельності серцевого ритму. Визначені критерії стану функціональної підготовленості спортсменок до напруженої змагальної діяльності в баскетболі. Розроблені індивідуальні модельні параметри функціональної підготовленості і спеціальної витривалості баскетболісток для індивідуалізації процесу спортивної підготовки. Можуть використовуватися в ігрових видах спорту	Застосування методики оцінки рівня спеціальної витривалості і функціональної підготовленості кваліфікованих спортсменок в баскетболі сприяло підвищенню ефективності процесу підготовки та змагальної діяльності жіночої національної збірної команди України з баскетболу. Отримані результати, були використанні тренерським штабом для відбору спортсменок до складу команди та індивідуалізації підготовки гравців збірної

Автори, розробники:

Доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту НУФВСУ, к.фіз.вих.

М.М. Безмилов

Зав. лабораторії ТМСПРМС НДІ НУФВСУ, д.б.н.
Головний тренер жіночої національної збірної команди України з баскетболу

О.М. Лисенко

В.М. Холопов

Представники НУФВСУ

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

О.В. Борисова

Представник Федерації баскетболу України:

Директор департаменту адміністративно-господарської діяльності та збірних команд, державний тренер з баскетболу

Н.О. Жержерунова

25 травня 2017 року



**Акт
впровадження результатів наукових досліджень
в практику підготовки тренерів Федерації баскетболу України**

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представник федерації баскетболу України, генеральний секретар ФБУ В.В. Драбіковський, склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.2. «Удосконалення підготовки до головних змагань макроциклу збірних команд України у спортивних іграх» (№ держреєстрації 0121U108185), за період 2021 року, виконавці теми Безмилов Микола Миколайович та Шинкарук Оксана Анатоліївна під час он-лайн лекції на ліцензійних тренерських курсах ФБУ для тренерів категорій «А» та «В» внесли такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
<p>Впровадження матеріалів «Централізована підготовка найближчого резерву національних збірних команд з баскетболу в різних країнах світу» в процес підвищення кваліфікації тренерів. Форма - лекції для тренерів з баскетболу (ліцензійні тренерські курси ФБУ для тренерів дитячо-юнацьких категорій). Обґрунтовано необхідність впровадження централізованої багаторічної моделі підготовки юнацьких збірних команд на основі використання провідного світового досвіду та традицій вітчизняної «баскетбольної школи» Відповідає сучасній практиці.</p>	<p>Розглядаються основні принципи організації підготовки в провідних баскетбольних країнах світу. Систематизовані та представлені ключові фактори, що забезпечують підвищення ефективності підготовки найближчого резерву збірних команд. Запропонована концептуальна модель довгострокової підготовки баскетболістів 14 – 18 років, яка ґрунтується на послідовному та безперервному вирішенні стратегічних завдань системи багаторічного вдосконалення та пріоритетну орієнтацію підготовки спортсменів для виступів у спорті вищих досягнень</p>	<p>Матеріали досліджень було використано при викладанні лекцій протягом 2021 року для тренерів з баскетболу під час проходження тренерських курсів ФБУ. Впровадження результатів досліджень в лекційний матеріал сприяло розширенню кола знань тренерів, підвищенню якості роботи з баскетболістами дитячо-юнацьких вікових категорій. Реалізація запропонованих принципів та заходів підготовки, у довгостроковій перспективі, дозволить забезпечити якісну підготовку найближчого резерву для національних збірних команд країни</p>

Автори, розробники:

М.М. Безмилов, к.фіз.вих., доцент, кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ
О.А. Шинкарук, д.фіз.вих., професор, завідувач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ

Представник НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.



О.В. Борисова

Представник установи, де виконувалось впровадження:

Генеральний секретар ФБУ



В.В. Драбіковський

30 серпня 2021 р.

**Акт
впровадження результатів наукових досліджень
в практику підготовки тренерів Федерації баскетболу України**

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представник федерації баскетболу України, генеральний секретар ФБУ В.В. Драбіковський, склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.2. «Удосконалення підготовки до головних змагань макроциклу збірних команд України у спортивних іграх» (№ держреєстрації 0121U108185), за період 2021 року, виконавці теми Безмилов Микола Миколайович та Шинкарук Оксана Анатоліївна під час он-лайн лекції на ліцензійних тренерських курсах ФБУ для тренерів категорії «PRO» внесли такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
<p>Впровадження матеріалів «Актуальні проблеми багаторічної підготовки баскетболістів» в процес підвищення кваліфікації тренерів.</p> <p>Форма - лекції для тренерів з баскетболу (ліцензійні тренерські курси ФБУ для тренерів команд високої кваліфікації).</p> <p>Розглянуті сучасні тенденції розвитку баскетболу в світі та представлені основні чинники, які сьогодні визначають успішність багаторічної підготовки баскетболістів та результати виступів національних збірних команд на міжнародній арені</p> <p>Відповідає сучасній практиці.</p>	<p>Розглянуто вплив процесів глобалізації на створення ієрархічної структури клубного баскетболу, міжнародного ринку спортивних послуг та їхній вплив на побудову багаторічної кар'єри баскетболістів. Розглянута проблема раннього початку занять баскетболом та збільшення періоду виступів на заключних етапах багаторічної кар'єри.</p> <p>Обґрунтовується доцільність планомірної підготовки віддаленого та найближчого резерву з поступовим вирішення фундаментальних завдань всебічної підготовки молодих баскетболістів в кожному віковому періоді.</p> <p>Отримані дані можуть бути використаним в ігрових командних видах спорту</p>	<p>Матеріали досліджень було використано при викладанні лекцій протягом 2021 року для тренерів з баскетболу під час проходження тренерських курсів ФБУ.</p> <p>Впровадження результатів досліджень в лекційний матеріал сприяло розширенню кола знань тренерів. Врахування та активна реалізація на практиці існуючих світових тенденцій, у довгостроковій перспективі, дозволить забезпечити якісну підготовку віддаленого та найближчого резерву для клубних та національних збірних команд країни</p>

Автори, розробники:

М.М. Безмилов, к.фіз.вих., доцент, кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ

О.А. Шинкарук, д.фіз.вих., професор, завідувач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ

Представник НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

Представник установи, де виконувалось впровадження:

Генеральний секретар ФБУ

02 вересня 2021 р.



**Акт
впровадження результатів наукових досліджень
у процес підготовки молодіжних збірних команд України з баскетболу U 20**

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представник федерації баскетболу України, генеральний секретар ФБУ В.В. Драбіковський, склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.2. «Удосконалення підготовки до головних змагань макроциклу збірних команд України у спортивних іграх» (№ держреєстрації 0121U108185), за період 2021 року, виконавці Безмилов Микола Миколайович та Шинкарук Оксана Анатоліївна внесли такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
«Побудова етапу безпосередньої підготовки молодіжних збірних команд України з баскетболу U 20 до головних міжнародних змагань». Форма - тренувальний процес молодіжних збірних команд України з баскетболу U 20. Розроблено програму етапу безпосередньої підготовки молодіжних збірних команд України з баскетболу U 20, спрямовану на виведення команди на «пік спортивної форми» до короткотривалого та інтенсивного міжнародного турніру. Відповідає сучасній практиці	Запропоновані ключові принципи періодизації підготовки молодіжних збірних команд України з баскетболу U 20 з урахуванням специфічних умов проведення короткотривалих міжнародних турнірів. Представлені структура та зміст етапів та мікроциклів підготовки молодіжних збірних команд України з баскетболу U 20, розподіл загальних та спеціальних навантажень в різних структурних утвореннях цілеспрямованої підготовки. Представлені варіанти планування підготовчих, контрольних та підвідних змагань в процесі підготовки молодіжних збірних команд України з баскетболу U 20. Може бути використано в ігрових командних видах спорту	Впровадження результатів дослідження в практику сприяло підвищенню ефективності процесу підготовки та змагальної діяльності молодіжних збірних команд України з баскетболу U 20. Запропоновані рекомендації були використані тренерським штабом збірних під час планування етапу безпосередньої підготовки молодіжних збірних команд України з баскетболу U 20 до головних міжнародних змагань року

Автори, розробники:

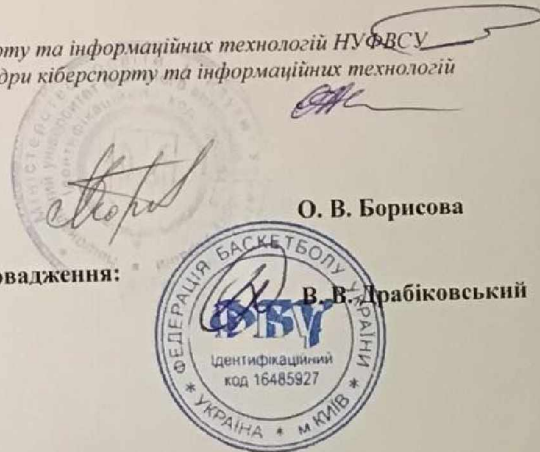
М. М. Безмилов, к.фіз.вих., доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ
О. А. Шинкарук, д.фіз.вих., професор, завідувач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ

Представник НУФВСУ:

Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

Представник установи, де виконувалось впровадження:
Генеральний секретар ФБУ

10 вересня 2021 р.



Акт
впровадження результатів наукових досліджень
у процес підготовки юнацьких збірних команд України з баскетболу U 18

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О.В. Борисова та представник федерації баскетболу України, генеральний секретар ФБУ В.В. Драбіковський, склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.2. «Удосконалення підготовки до головних змагань макроциклу збірних команд України у спортивних іграх» (№ держреєстрації 0121U108185), за період 2021 року, виконавці теми Безмилов Микола Миколайович та Шинкарук Оксана Анатоліївна внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
<p>«Побудова етапу безпосередньої підготовки юнацьких збірних команд України з баскетболу U 18 до головних міжнародних змагань».</p> <p>Форма - тренувальний процес юнацьких збірних команд України з баскетболу U 18. Розроблено програму етапу безпосередньої підготовки юнацьких збірних команд України з баскетболу U 18, спрямовану на виведення команди на «пик спортивної форми» до короткотривалого та інтенсивного міжнародного турніру.</p> <p>Відповідає сучасній практиці.</p>	<p>Запропоновані ключові принципи періодизації підготовки юнацьких збірних команд України з баскетболу U 18 з урахуванням специфічних умов проведення короткотривалих міжнародних турнірів.</p> <p>Представлені структура та зміст етапів та мікроциклів підготовки збірної, розподіл загальних та спеціальних навантажень в різних структурних утвореннях цілеспрямованої підготовки.</p> <p>Представлені варіанти планування підготовчих, контрольних та підвідних змагань в процесі підготовки юнацьких збірних команд України з баскетболу U 18. Може бути використано в ігрових командних видах спорту</p>	<p>Впровадження результатів дослідження в практику сприяло підвищенню ефективності процесу підготовки та змагальної діяльності юнацьких збірних команд України з баскетболу U 18. Запропоновані рекомендації були використані тренерським штабом юнацьких збірних команд України з баскетболу U 18 під час планування етапу безпосередньої підготовки команд до головних міжнародних змагань року.</p>

Автори, розробники:

М. М. Безмилов, к.фіз.вих., доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ
О. А. Шинкарук, д.фіз.вих., професор, завідувач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ

Представник НУФВСУ:
Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

Представник установи, де виконувалось впровадження:
Генеральний секретар ФБУ

09 вересня 2021 р.



О. В. Борисова

В. В. Драбіковський

**Акт
впровадження результатів наукових досліджень
у процес підготовки кадетських збірних команд України з баскетболу U 16**

Ми, ті що підписалися нижче, представники НУФВСУ, проректор з науково-педагогічної роботи професор, д.фіз.вих. О. В. Борисова та представник федерації баскетболу України, генеральний секретар ФБУ В. В. Драбіковський, склали цей акт про те, що за результатами роботи, виконаної за темою 2.2. «Удосконалення підготовки до головних змагань макроциклу збірних команд України у спортивних іграх» (№ держресстрації 0121U108185), за період 2021 року, виконавці Безмилов Микола Миколайович та Шинкарук Оксана Анатоліївна внесли такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
«Побудова етапу безпосередньої підготовки кадетських збірних команд України з баскетболу U 16 до головних міжнародних змагань». Форма - тренувальний процес кадетських збірних команд України з баскетболу U 16. Розроблено програму етапу безпосередньої підготовки збірних, спрямовану на виведення команди на «пік спортивної форми» до короткотривалого та інтенсивного міжнародного турніру. Відповідає сучасній практиці.	Запропоновані ключові принципи періодизації підготовки кадетських збірних команд України з баскетболу U 16 з урахуванням специфічних умов проведення короткотривалих міжнародних турнірів. Представлені структура та зміст етапів та мікроциклів підготовки збірної, розподіл загальних та спеціальних навантажень в різних структурних утвореннях цілеспрямованої підготовки. Представлені варіанти планування підготовчих, контрольних та підвідних змагань в процесі підготовки збірної. Може бути використано в ігрових командних видах спорту.	Впровадження результатів дослідження в практику сприяло підвищенню ефективності процесу підготовки та змагальної діяльності кадетських збірних команд України з баскетболу U 16. Запропоновані рекомендації були використані тренерським штабом кадетських збірних команд України з баскетболу U 16 під час планування етапу безпосередньої підготовки команд до головних міжнародних змагань року.

Автори, розробники:

М. М. Безмилов, к.фіз.вих., доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ
О. А. Шинкарук, д.фіз.вих., професор, завідувач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій НУФВСУ

Представник НУФВСУ:
Проректор з науково-педагогічної роботи, професор, д.фіз.вих.

Представник установи, де виконувалось впровадження:
Генеральний секретар ФБУ

08 вересня 2021 р.



О. В. Борисова



В. В. Драбіковський