

выполнение задания каждого члена группы, вовремя определить ошибки и исправить их. Вывод: использование современных технологий позволяет преподавателю и учащимся более качественно обучать, измерять, анализировать и оценивать друг друга.

Изучая рефлексию учащихся после каждого занятия, я отметил, что занимающиеся получали необходимую физическую нагрузку даже на уроке по типу «Обучение». Повышению моторной плотности урока и физической нагрузки способствовала работа в парах и малых группах, чего преподаватель не может достичь на обычном уроке при поточном методе проведения.

Дидактический материал, используемый на занятиях, представлен в виде электронного пособия «Обучение гимнастическим упражнениям», содержание которого включает в себя гимнастическую терминологию, фото и видео с примерами выполнения гимнастических элементов. Для каждого раздела гимнастики разработан методический материал, в содержании которого описывается техника выполнения упражнения и последовательность обучения данному гимнастическому элементу.

В пособии представлены рекомендации для учителей физической культуры по обучению учащихся гимнастическим упражнениям с использованием информационных технологий.

Учитывая вышесказанное, я считаю, что процесс физкультурного образования с использованием ИКТ поможет подготовить будущего специалиста физической культуры на высоком предметном, педагогическом и методическом уровне для успешной работы в общеобразовательной школе.

## **К ВОПРОСУ ВЛИЯНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА СОРЕВНОВАТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ БАСКЕТБОЛИСТОВ**

*Волков С.В.*

*Костанайский государственный педагогический институт*

*Костанай, Казахстан*

*Емельяненко С.В.*

*БК «Тобол» Костанай, Казахстан*

Существенные трудности, связанные с тем, что успешная соревновательная деятельность баскетболистов зависит от многих факторов, не только постоянно действующих, но и случайных, учёт которых не всегда возможен и недостаточная изученность их влияния на соревновательную деятельность определили актуальность проведенных исследований [1: 10-12].

Применение достаточно простых, но надёжных методик определения функциональной подготовленности баскетболистов по психофизиологическим тестам и определение эффективности соревновательной деятельности баскетболистов и команды в целом с помощью компьютерной статистики,

позволили установить степень влияния функциональной готовности на соревновательную деятельность в баскетболе [2 – 32]

Исследования были проведены с игроками команды «Тобол-2», принимающей участие в Чемпионате Республики Казахстан среди мужских команд высшей лиги сезона 2012-2013 годов. Всего обследовано 9 спортсменов в возрасте от 18 до 21 года, среди них: мастеров спорта – 2, кандидатов в мастера спорта – 5 и 2 спортсмена – имеющие первый разряд.

Определение функциональной готовности баскетболистов проводилось на исследовательской базе «Центр олимпийской подготовки» г. Костанай. Испытуемые в течение игрового сезона 2012-2013 годов четырежды, как правило, перед турами Чемпионата, проходили тестирование по существующим методикам психофизиологической диагностики: "Простая зрительно моторная реакция", "Реакция на движущийся объект", "Реакция различения", "Реакция выбора", "Теппинг-тест", "Оценка внимания", "Помехоустойчивость", "Контактная треморометрия", "Оценка мышечной выносливости"[3:25]. После обработки полученных данных психофизиологической диагностики испытуемые были разделены на 2 группы: с низкой функциональной подготовленностью – 4 человека и высокой функциональной подготовленностью – 5 человек. Необходимо заметить, что определяемую готовность спортсмены демонстрировали на протяжении всего игрового сезона, что подтверждают результаты тестирования.

Эффективность соревновательной деятельности спортсменов определялось по статистическим отчётам за проведённые игры в четырёх турах XX Чемпионата Республики Казахстан среди мужских команд высшей лиги. Всего обработано 24 статистических отчётов. Индивидуальный КПД (коэффициент полезных действий) определялся по формуле:

$$\text{КПД} = \frac{\text{Бр} + 0,4 \times \text{Шт} + \text{Пзащ} + \text{Пнап} + \text{Пх} + \text{Блок} + \text{Фз}}{\text{ИТ}}, \text{ где:}$$

Бр – количество бросков с игры;

Шт – количество штрафных бросков;

Пх – количество перехватов;

Пнап – количество подборов под чужим кольцом;

Пзащ – количество подборов под своим кольцом;

Блок – количество «накрываний» бросков и выбиваний;

Фз – количество фолов, полученных соперником на игроке;

ИТ – время участия игрока в матче [4].

До настоящего времени нет универсальной методики оценки соревновательной деятельности баскетболистов, которая бы полностью удовлетворяла всех специалистов и абсолютно точно позволяла всесторонне оценивать в численном выражении эффективность игры баскетболиста и его вклад в командный результат. Тем не менее, представленная методика оценки соревновательной деятельности баскетболистов, позволяет выбрать приемлемый способ оценки различных аспектов соревновательной

деятельности и применяется на всей территории Казахстана на соревнованиях различного уровня (регламент о проведении соревнований на территории РК).

Анализ эффективности соревновательной деятельности баскетболистов команды «Тобол-2» показал у трёх игроков высокий КПД, три игрока -хороший КПД и трое показали низкий КПД.

Вывод: сопоставив полученные результаты функциональной готовности и статистические показатели соревновательной деятельности по каждому игроку, позволяют делать следующие выводы:

1. Низкая функциональная подготовка может не влиять на соревновательную деятельность баскетболиста. Так статистические данные игроков Зеленкова К.В., Грязнова Д.С., Нанаева И.В. показывают их хорошую игру, полезность для команды, эффективность в соревновательной деятельности, несмотря на низкие показатели функциональной подготовки.

2. Низкая функциональная подготовка влияет на соревновательную деятельность баскетболиста. Статистика игрока Савченко А.С., показывает плохие результаты, его низкая функциональная подготовленность повлияла на его соревновательную деятельность.

3. Высокая функциональная подготовка может не влиять на соревновательную деятельность баскетболиста. Так, высокая функциональная подготовленность Кузнецова Д.А. и Ремхена А.С. не помогла успешно выступить на соревнованиях, о чём говорят данные статистики.

4. Высокая функциональная подготовка влияет на соревновательную деятельность баскетболиста. Высокие показатели функциональной подготовки Антропова А.Н., Куанова Ш.Б., Шваб М.И. и высокие показатели статистических данных, позволяют говорить о влиянии функциональной подготовки на их соревновательную деятельность.

#### *Литература*

1. Лосин Б.Е. Баскетбол: Научно-методический вестник. Выпуск 4; Олимп, 2008. -130 с.

2. Астанин М.В. Индивидуальные факторы физической подготовленности баскетболистов / М.В. Астанин // Учёные записи университета имени П.Ф. Лесгафта - 2009 №11.- 230 с.

3. Мантрова И.Н. Методическое руководство по психофизиологической и психологической диагностике. НСФТ, 2001. -202 с.

4. Регламент о проведении Чемпионатов РК по баскетболу. [http://nbf.kz/images/uploads/documents/Chempionat\\_RK\\_2013\\_14/Dokumenty\\_2013\\_14/Reglament\\_2012\\_2016.pdf](http://nbf.kz/images/uploads/documents/Chempionat_RK_2013_14/Dokumenty_2013_14/Reglament_2012_2016.pdf)