УДК 796.323.2: 796.015.134-057.8

Р.В. БОРОВСКИЙ, НТУ «ХПИ», Харьков, Украина
А.А. ТИНЯКОВ, канд. пед. наук, доц., НТУ «ХПИ», Харьков, Украина

Обучение техники броска по кольцу в баскетболе студентов общих групп НТУ «ХПИ»

В настоящее время баскетболист должен обладать комплексом способностей: психическими, техническими и физическими. Одной из самых значимых является способность к овладению техническими элементами. Бросок является одним из главных технических элементов игры в баскетбол. Вопрос броска у тренеров, занимающихся с юношами, недостаточно рассмотрен в научной литературе. Его роль существенно влияет на результат матча. Бросок является одним из основных факторов достижения победы, поэтому подлежит изучению и совершенствованию в технике.

Целью исследования было изучение критериев и показателей техники броска по кольцу с места и в движении студентов общих групп НТУ «ХПИ». При анализе допущенных ошибок был разработан комплекс упражнений для обучения техники броска по кольцу с места и в движении. Комплекс состоял из пятнадцати упражнений.

Исследование проводилось среди студентов 1–2 курса НТУ «ХПИ». На первом этапе необходимо было определить начальный уровень владения техникой броска по кольцу с места и в движении у испытуемых. Следующим этапом было определение критериев и показателей техники броска по кольцу с места и в движении, а также разработка специальных упражнений. В процессе всего исследования мы использовали разработанный нами комплекс упражнений, направленный на обучение техники броска по кольцу с места и в движении. Для проверки его эффективности были проведены тесты. Заключительным этапом был анализ проделанного исследования.

В результате исследования были выявлены критерии и показатели качества овладения техникой броска по кольцу с места и в движении. На примере техники броска по кольцу с места мы рассмотрели результаты исследования (стойка; положения мяча на руке перед броском; вынос мяча для броска; бросковое движение; заключительное движение рукой при броске). Сравнение результатов тестов на констатирующем и контрольном этапах исследования позволило выявить улучшение техники броска по кольцу с места каждого спортсмена по разработанным показателям.

Результаты исследовательской работы позволяют констатировать улучшение техники броска по кольцу в баскетболе студентов общих групп НТУ «ХПИ».