

Солодовник Е. М., *старший преподаватель КФК,*

Петрозаводский Государственный Университет, Россия, г. Петрозаводск

e - mail: solodovnikem@gmail.com

ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ЭЛЕКТИВНОГО НАПРАВЛЕНИЯ «БАСКЕТБОЛ»

Аннотация: В 2016-2017 в Петрозаводском Государственном Университете (ПетрГУ) была внедрена система организации учебного процесса по физическому воспитанию по элективным направлениям с учетом требований ФГОС ВО 3+. В 2019 году по этой программе заканчивают свое обучение первый набор студентов. Преподавателями кафедры были приняты и проанализированы контрольные нормативы занимающихся, с целью оценки физической и специальной физической подготовки выпускников элективного направления «Баскетбол». Результатам этого исследования и посвящена данная статья.

Ключевые слова: элективные дисциплины, баскетбол, контрольные нормативы, штрафной бросок, комплексный тест.

Annotation: In 2016-2017, a system for organizing the educational process in physical education in elective areas was introduced in Petrozavodsk State University (PetrSU) taking into account the requirements of the GEF VO 3+. In 2019, the first student enrollment program is completed under this program. The teachers of the department adopted and analyzed control standards involved in order to assess the physical and special physical training of graduates of the elective direction "Basketball." This article is devoted to the results of this study.

Keywords: elective disciplines, basketball, control standards, free throw, complex test.

Предварительное анкетирование студентов 1 курса [1] позволило определиться с предпочтениями обучающихся. Одним из популярных в среде студентов, среди направлений была названа спортивная специализация «Баскетбол» ее выбрало около 11% студентов. Как и по всем учебным дисциплинам для нового направления была разработана рабочая программа в соответствии с требованиями ФГОС (328 часов – практических занятий.) реализация дисциплины согласно учебному плану в 2-6 семестрах. В процессе практической работы преподаватели кафедры физической культуры (КФК) столкнулись с некоторыми трудностями. Предложенные критерии оценивания уровня общей физической подготовки, специальной физической и технической подготовок в ряде случаев были завышены, а где то имелись, как оказалось, слишком низкие показатели оценивания достижений студентов. В связи с этим, КФК было проведено исследование, были подобраны, разработаны новые оценочные средства с последующей апробацией и корректировкой (содержания в том числе), которые легли в основу новой инновационной рабочей программы по элективному направлению «Баскетбол». В 2019 году по этой программе заканчивают свое обучение первый набор студентов. Преподавателями кафедры были приняты и проанализированы контрольные нормативы занимающихся, с целью оценки их физической и специальной физической подготовки.

Нормативы	Девушки			Юноши		
	Отлично	Хорошо	Удовл.	Отлично	Хорошо	Удовл.
Прыжок в длину с места (см)	220 и более	200 и более	180 и более	245 и более	235 и более	220 и более
Высота подскока (см)	45 и выше	40 и выше	35 и выше	60 и выше	55 и выше	50 и выше
Челночный бег (3x10м)	7.2	7.4	7.8	6.4	6.6	6.8
Штрафные броски	8	7	5	9	7	5
Комплексный тест(сек)	39.4	40.5-39.5	41.2-40.6	36.1	36.6-36.2	37.1-36.7

Таблица.1. Тесты общефизической подготовленности (3 курс).

Порядковый номер	Высота подскока (см)		Прыжок в длину с места (см)		Челночный бег (3x10м)	
	Результат	Оценка	Результат	Оценка	Результат	Оценка
1	45	Отлично	200	Хорошо	7,41	Хорошо
2	43	Хорошо	180	Удов.	7,53	Хорошо
3	40	Хорошо	180	Удов.	7,88	Удов.
4	48	Отлично	221	Отлично	7,9	Неудов.
...						
22	39	Удов.	219	Хорошо	7,7	Хорошо

Таблица. 2. Результаты контрольных нормативов по общефизической подготовке. Девушки.

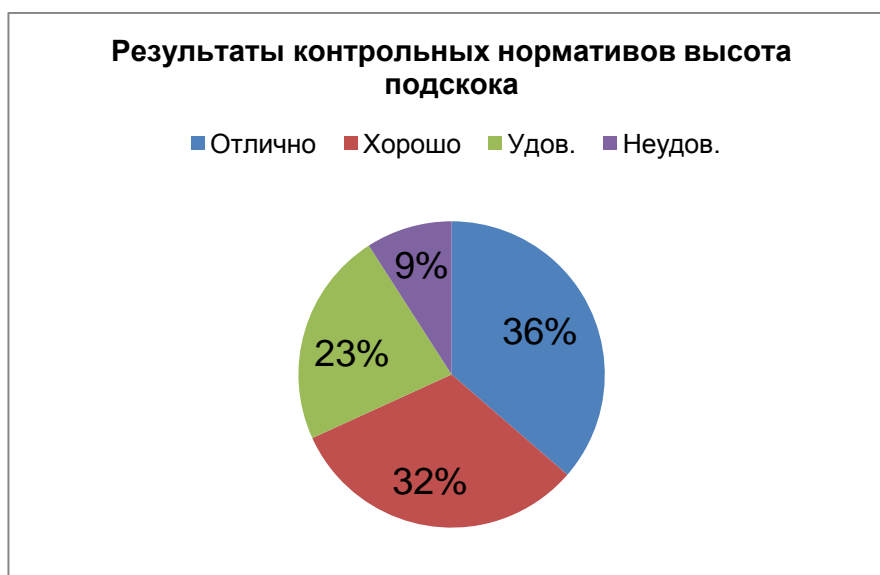


Диаграмма 1. Результаты контрольного норматива высота подскока. Девушки.



Диаграмма 2. Результаты контрольного норматива прыжок в длину с места. Девушки.



Диаграмма 3. Результаты контрольного норматива челночный бег (3x10м) Девушки.

Оценка специальной технической подготовленности проводится с помощью следующих тестов [2]:

1. Штрафные броски – каждый игрок выполняет 10 бросков подряд.
2. Комплексный тест (комбинированное упражнение). В ближней правой половине площадки (если стоять на середине лицевой линии лицом к площадке) расположены 4 набивных мяча. Первый в середине площадки в 3 м от средней линии, второй на боковой линии в 6 м от средней линии, третий в середине площадки в 6 м от первого мяча и четвертый в правом ближнем углу площадки. С левой стороны площадки, вдоль боковой линии на расстоянии 2 м от нее, стоят три стойки. Одна стойка – на средней линии площадки, а две другие – впереди и сзади от нее на расстоянии 1,5 м. Игрок начинает движение с места пересечения средней и боковой линий в правой стороне площадки. Он передвигается левым боком в защитной стойке к первому мячу, касается его левой рукой, затем передвигается правым боком по направлению ко второму мячу, касается его правой рукой, продолжает передвижение левым боком к третьему мячу, касается его рукой и правым боком направляется к четвертому мячу. Коснувшись его правой рукой, игрок делает рывок к средней линии, на которой лежит баскетбольный мяч (расстояние от мяча до правой боковой линии – 2 м), берет его и ведет к щиту на противоположную половину площадки. Затем игрок входит между вторым и третьим «усиками» в 3-секундную зону и выполняет бросок в движении правой рукой, ловит мяч и с ведением левой рукой выводит его из области штрафного броска между

лицевой линией и первым «усиком». Далее игрок обходит зону штрафного броска слева-направо, входит в область штрафного броска между третьим и вторым «усиками» и бросает мяч в корзину левой рукой. Подобрал мяч после броска, игрок ведет его правой рукой к стойкам, попеременно обводит их правой, левой, правой рукой ведет мяч к противоположному щиту и завершает упражнение броском мяча в прыжке после остановки возле второго «усика». Попытка заканчивается при выпуске мяча с кисти игрока. Оценивается время выполнения упражнения, количество попаданий мяча в корзину (1, 2, 3). Бросок в прыжке выполняется со средней дистанции, секундомер включается после попадания мяча в корзину. Обязательным является попадание в результате всех трех бросков, отскочивший мяч добивается.



Диаграмма 4. Результаты контрольного норматива штрафные броски. Девушки.



Диаграмма 5. Результаты контрольного норматива комплексный тест (сек). Девушки.

Порядковый номер	Высота подскока (см)		Прыжок в длину с места (см)		Челночный бег (3x10м)	
	Результат	Оценка	Результат	Оценка	Результат	Оценка
1	54	Удов.	238	Хорошо	6,4	Отлично
2	54	Удов.	219	Неудов.	6,42	Отлично
3	56	Хорошо	218	Неудов.	6,61	Хорошо
....						
32	62	Отлично	245	Отлично	6,77	Хорошо

Таблица. 4. Результаты контрольных нормативов по общефизической подготовке. Юноши.



Диаграмма 6. Результаты контрольного норматива высота подскока.



Диаграмма 7. Результаты контрольного норматива прыжок в длину с места.



Диаграмма 8. Результаты контрольного норматива челночный бег (3x10м).

Порядковый номер	Штрафные броски		Комплексный тест(сек)	
	<i>Результат</i>	<i>Оценка</i>	<i>Результат</i>	<i>Оценка</i>
1	4	Удов.	37,1	Удов.
2	6	Хорошо	37,2	Неудов.
.....				
32	5	Удов.	36,5	Хорошо

Таблица. 5. Результаты контрольных нормативов по специальной физической подготовке.
Юноши



Диаграмма 9. Результаты контрольного норматива штрафные броски. Юноши.



Диаграмма 10. Результаты контрольного норматива комплексный тест (сек). Юноши.

Анализ результатов контрольных нормативов показал, что уровень физической и специальной технической подготовленности у большинства студентов-выпускников элективного направления «Баскетбол» достаточно высокие. Процент «неудовлетворительных» результатов не превышает 13 процентов, что позволяет сделать вывод, что разработанные, скорректированные в течение 2017-2018 рабочие программы построены верно, с учетом уровня развития основных физических и технических качеств студентов.

Библиографический список:

1. Солодовник Е. М. Готовность студентов 1 курса к элективной дисциплине «баскетбол»/Материалы всероссийской научно-практической конференции «Туризм и образование: исследования и проекты»: научное электронное издание; М-во образования и науки Рос. Федерации, Петрозавод. гос. ун-т. - Петрозаводск, 2017.
2. Солодовник Е. М. Оценочные средства для входящего и итогового контроля элективного направления «Баскетбол» «Туризм и образование: исследования и проекты»: научное электронное издание; М-во образования и науки Рос. Федерации, Петрозавод. гос. ун-т. - Петрозаводск, 2018. – С.225-230.