

**Висновок.** Застосування бальзаму на лікарських рослинах і мумію діє, головним чином, як стимулятор, в той час як зовнішнє застосування мазі з тим же складом, що і бальзам, діє релаксуюче і найбільш впливає на процеси відновлювання. Дія психотренінгу займає середнє місце між дією бальзаму та мазі. Досліджуванні психологічні та медико-біологічні методи відновлення доповнюють та посилюють дію педагогічного методу суб'єктивного контролю навантаження. Отримані дані свідчать про доцільність використання всіх досліджуваних компонентів в якості єдиної комплексної системи відновлювання, оскільки вони доповнюють дію один одного і являються ефективними, доцільними та доступними у використанні, що узгоджується з багатовіковим досвідом народної медицини [1, 2, 3]. Ми рекомендуємо використання в навчально-тренувальному процесі юних баскетболісток 11–12 років всіх досліджуваних в даній роботі методів в якості як окремих елементів, так і єдиної системи відновлення та підвищення працездатності.

### Література.

1. Абу Али Ибн Сина (Авиценна) Канон врачебной науки. — Ташкент, 1956.
2. Алтымышев А.А. Лекарственные богатства Киргизии (природного происхождения). — Фрунзе, 1976.
3. Алтымашев А.А., Корчубеков Б.К. Что мы знаем о мумію. — М., 1989.
4. Бабушкин В.З. Подготовка юных баскетболистов. — Киев, 1985. — 146 с.
5. Бескровный А.М. Биомосы: их свойства и аспекты применения в медицине и сельском хозяйстве. — Киев, 1991.
6. Бирюков А.А., Кафаров К.А. Средства восстановления работоспособности спортсмена. — М.: Физкультура и спорт, 1979.— 152 с.
7. Боссэ Г. Витаминные растения и их пищевое использование. — М., 1943.
8. Буровых А.Н., Зотов В.П. Восстановительный массаж в спорте. — К. Здоров'я, 1981. — 104 с.
9. Войнар А.О. Биологическая роль микроэлементов в организме животных и человека. — М., 1953.
10. Волков В.М. Восстановительные процессы в спорте. — М.: Физкультура и спорт, 1977.— 144 с.
11. Волков А.В. Физические способности детей и подростков.— К.: Здоров'я, 1981.—116 с.
12. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни. — М.:РЕТОРИКА-А: Флинта, 1999. — 560 с.
13. Ермольева В. Биологические активные вещества. — М.,1966.
14. Зотов В.П. Восстановление работоспособности в спорте. — К.: Здоров'я, 1990. — 200 с.
15. Кампаниец Ю.А. Построение и контроль тренировочного процесса юных баскетболисток на этапе углубленной подготовки: Автореф. дис...канд. пед. наук. — Харьков, 1992. — 22с.
16. Козина Ж.Л., Слюсарев В.Ф., Кривич І.П. Эффективность использования мумію та квіткового пилка для підвищення працездатності і лікування опорно-рухового апарату баскетболістів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Збірник наукових праць під ред. Єрмакова С.С., Харьков, ХХПІ, 2001. — №15. — С. 3—7.
17. Козина Ж.Л., Слюсарев В.Ф., Волков Є.П. Эффективность застоскування нетрадиційної форми аутогенного тренування для відновлення працездатності баскетболістів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Збірник наукових праць під ред. Єрмакова С.С., Харьков, ХХПІ, 2001. — №14. — С. 8—15.
18. Козина Ж.Л., Горчанюк Ю.А. Эффективность использования природных бальзамов для развития силы гандболистов // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. научных трудов под ред. Єрмакова С.С. — Харьков: ХХПІ, 2002. — № 1. — С. 25—33.
19. Borg G. Subjective aspects of physical and mental load. // Ergonomics, 1978. — № 21. — P. 215—220.
20. Borg G. Psychophysical bases of perceived exertion.// Med.and Sciens in Sport and Exert, 1982. — № 5, V. 1. — P. 377—332.

## РОЗВИТОК ТАКТИЧНОГО МИСЛЕННЯ У БАСКЕТБОЛІСТОК НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ НАВЧАННЯ

**Ж.А. Цимбалюк, А.В. Козлов**

*Харківський державний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди*

Високий рівень сучасного спорту пред'являє найвищі вимоги до особистості спортсмена. Досягнення високого результату багато в чому залежить від надійності інтелектуальної сфери спортсмена і, насамперед, від його тактичного мислення.

Тактичне мислення має місце у всіх видах спорту, але найбільше значення воно має там, де відбувається безпосередня боротьба двох спортсме-

нів або команд, і де перемога визначається не тільки досконалістю тактики учасників, але й умінням використовувати свої сильні сторони, умінням, впливаючи на супротивника, опанувати ініціативою, поставити супротивника в невідгідні для нього умови боротьби.

Баскетбол — командна спортивна гра, відмітними рисами якої є безпосередній контакт із су-

противником, ліміт часу, складність сприйняття просторово-часових чинників. Спортсмени повинні мати оперативне мислення, стійкістю до емоційного перевантаження. Повинно бути постійне цілеспрямовання команди на кінцеве рішення тактичної задачі — влучення в кошик. Баскетбол характеризується комплексним впливом на особистість, специфікою ігрових ситуацій, зв'язаних із швидким переходом від атаки до захисту.

Невипадково спортивні ігри, і баскетбол зокрема, називають тактичними видами спорту. Цим підкреслюється, що вихід змагань у них у вирішальній мірі залежить від тактичної майстерності спортсменів. Продумана, доцільна і несподівана для супротивника тактика може принести перемогу навіть над більш сильним противником.

Швидкість змагальних контактів зобов'язує баскетболіста миттєво приймати рішення. Правильне рішення, але прийняте з запізненням — стає помилковим. Тому на передній план виступають вимоги до високого тактичного мислення спортсмена. У першу чергу це відноситься до скорочення часу прийняття рішення. Спорт вимагає не тільки добре тренованого локомоторного апарата і спроможності до швидкого і безпомилкового чуттєво-наочного сприйняття об'єктів, але і спроможності до швидкої розумової діяльності у формі оцінки ситуації, що створилася.

Спортсмену необхідно мати вміння моделювати по ходу двобою наміри супротивника ще до того, як вони будуть реалізовані в діях. Тому що баскетбол гра командна, то тактика ускладнена груповими взаємодіями і протидіями. Техніка і тактика в спортивних іграх органічно з'єднані і є основними елементами тренувального процесу.

У будь-якому виді спорту, навіть у командному, тактичне підготування повинне бути індивідуальним. Необхідно враховувати фізичні можливості баскетболістів, їх особисті особливості, схильність до тих або інших тактичних рішень, рівень розвитку психічних якостей.

Спортивна діяльність носить яскраво виражений проблемний характер, тому що перед учасниками змагань постійно виникають усе нові і нові задачі, що треба швидко вирішувати.

На кожен ситуацію в баскетболіста є визначені «заготовки», стандартні шляхи рішення. У цьому випадку йому не треба щораз перебирати варіанти рішень і знаходити правильний шлях.

У простих ігрових ситуаціях основну роль грає сприйняття спортсменом інформації і своєчасне реагування на неї.

Рішення складних ігрових задач ґрунтується на оцінці великого числа можливих варіантів, що іноді приводить до оригінальних нестандартних рішень. Тут швидкість сприйняття грає підсобну роль, а ефективність оперативної діяльності в основному визначається інтелектуальними спроможностями до структурування і динамічного пізнання.

На думку А. В. Родіонова (1976) для нескладних ситуацій спортсмен використовує «заготовку». При декількох варіантах рішення — оперативне мислення, а для складних задач — оперативне й евристичне мислення.

Рівень розвитку тактичного мислення баскетболіста є показником тактичної підготовленості спортсмена. Для успішного розвитку тактичного мислення необхідний цілий ряд чинників. Однак воно розвивається тільки в процесі тренування і спортивних змагань, у результаті систематичних планомірних вправ, у розробці й аналізі тактовних планів і задумів.

Тому вивчення цієї проблеми складає практичну цінність, тому що може допомогти в раціональній організації підготовки баскетболістів на початковому етапі навчання. Для відповіді на питання: «Як впливає вік на розвиток тактичного мислення баскетболістів на початковому етапі навчання?» — було проведено експеримент. У ньому брали участь три групи дівчат — баскетболістки п'ятого, шостого та сьомого класів. Всього приймали участь п'ятдесят вісім спортсменок.

У цих групах основна увага на тренувальних заняттях приділялась тактичній підготовці. Тактичне мислення вивчалось за допомогою тесту В.Н. Пушкіна «Гра—5» у модифікації А.В. Родіонова «Гра—3».

До експерименту рівень тактичного мислення баскетболісток (кількість ходів і часу) різних груп мали незначні розходження. У ході експерименту ці показники перетерплювали зміни. Якщо вихідні дані прийняти за умовний «нуль», то найбільш помітні зміни відбулися в групах шостих і сьомих класів, як за кількістю ходів, так і за часом.

За кількістю ходів баскетболістки шостих і сьомих класів значно поліпшили свої показники відповідно: на 38,63% і 35,68%. Позитивна тенденція простежується й у баскетболісток п'ятих класів, однак поліпшилися показники набагато менше — на 20,52%.

Аналогічні результати і за показниками часу, витраченого на виконання тестів. У групах шостих і сьомих класів показники поліпшилися на 43,3% і 45,62% відповідно. Поліпшення в п'ятикласниць цих показників тільки на 25,28%.

Отриманні дані свідчать про те, що вікові особливості юних гравців накладають свій відбиток на темпи розвитку тактичного мислення спортсменів під впливом оперативної діяльності при грі в баскетбол.

Це дає нам можливість сформулювати тактичні рекомендації для тренерів і учителів фізичної культури з розвитку тактичного мислення в юних баскетболістів:

1. З огляду на розвиток тактичного мислення безпосередньо в спортивній діяльності необхідно застосовувати завдання з тактичною спрямованістю з першого року навчання баскетболу.

2. Особливу увагу підвищенню тактичної підготовки необхідно приділити на другому — третьому році навчання (максимум тренувального часу). Саме в ці роки досягаються найвищі результати в розвитку тактичних навиків.

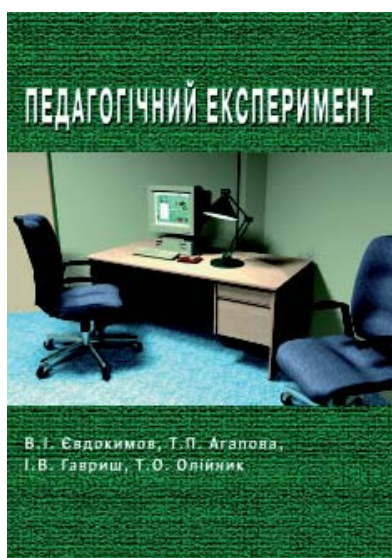
3. У ході навчання враховувати початковий рівень тактичного мислення, що допоможе в підборі індивідуальних завдань.

4. При спортивному відборі в баскетбол звернути увагу на дітей з відносно високим рівнем тактичного мислення.

### Література

1. Гагаєва Г.М. Тактичне мислення в спорті // Теорія і практика фізичної культури. — 1951. — № 6.

2. Келлер В.С. Діяльність спортсменів у варіативних конфліктних ситуаціях. — К.: Здоров'я, 1977.  
 3. Келлер В.С. Деякі психологічні і тактичні особливості змагальної діяльності спортсмена // Теорія і практика фізичної культури. — 1982. — № 6.  
 4. Психологія. Підручник за редакцією А.Ц. Пуни. — М.: Фізкультура і спорт, 1984.  
 5. Пуни А.Ц. Психологічне підготування до змагання в спорті. — М.: Фізкультура і спорт, 1969  
 6. Родіонов А.В. Психологічна діагностика спортивних спроможностей. — М.: Фізкультура і спорт, 1973.  
 7. Родіонов А.В., Бриль М.С. Психологічні чинники спортивного добору в баскетболі // Психологічні питання тренування і готовності спортсменів до змагання / Під ред. Рудика П.А., Пуни А.Ц., Хударова Н.А. — М.: Фізкультура і спорт, 1969.



**Євдокимов В.І., Агапова Т.П., Гавриш І.В., Олійник Т.О.**  
 €13 Педагогічний експеримент: Навчальний посібник для студентів педагогічних вузів / Харк. держ. пед. ун-т ім. Г.С. Сковороди. — Харків: «ОВС», 2001. — 148 с.  
 ISBN 966-7858-03-0.

У посібнику розглядаються теоретичні питання планування педагогічного експерименту, обґрунтовуються умови успішності їх реалізації. Для спеціалістів у галузі педагогіки, вчителів, вихователів, студентів педагогічних вузів.

### Зміст

<b>Вступ</b> .....	5
<b>Розділ 1. Експеримент, його специфіка і види</b> .....	6
1.1. Однофакторний експеримент .....	6
1.2. Специфіка статистичного експерименту ...	10
1.3. Структура педагогічного експерименту .....	17
<b>Розділ 2. Вибір і оцінка загальних умов проведення статистичного однофакторного експерименту</b> .....	19
2.1. Використання вибіркового методу в педагогічних дослідженнях .....	19
2.2. Основні прийоми вирівнювання умов проведення експерименту в експериментальних і контрольних класах ....	31
<b>Розділ 3. Констатуючий експеримент</b> .....	36
3.1. Основні поняття теорії вимірювань .....	36

3.2. Проведення непрямих вимірювань в констатуючому експерименті .....	46
--	----

### **Розділ 4. Характеристика окремих методів вимірювання** .....

4.1. Контрольна робота .....	73
4.2. Тестування .....	83
4.3. Спостереження .....	93
4.4. Методи опитування (бесіда, інтерв'ю, анкетування) .....	108

### **Розділ 5. Оформлення результатів констатуючого експерименту** .....

5.1. Виявлення показників первинного рівня розвитку професійних здібностей у вихованців ліцеїв юридичного профілю й учнів профільних класів .....	121
Висновки .....	137
Література .....	147