

Кредит №9
Самостійна робота №8 (12 год.)

Тема: Планування та звітність учбової роботи по баскетболу.

1	Планування та звітність учбової роботи по баскетболу.	Загальні основи методики навчання і вдосконалення гри в баскетбол. 1.1. Опрацювати теоретичний матеріал за підручником Н.В. Семашко. Баскетбол. Навч. посібник. – М.: ФиС, 1976.-С.131–133 та додатком №4.	4
2	Планування та звітність учбової роботи по баскетболу.	Методи, засоби і форми організації навчального процесу. 2.1. Опрацювати теоретичний матеріал за підручником Н.В. Семашко. Баскетбол. Навч. посібник. – М.: ФиС, 1976, та додаток №4.	4
3	Планування та звітність учбової роботи по баскетболу.	Педагогічний контроль при проведенні занять з баскетболу. 3.1. Опрацювати теоретичний матеріал за підручником Н.В. Семашко. Баскетбол. Навч. посібник. – М.: ФиС, 1976, та додатком №5.	4

Додаток №4

ЗАГАЛЬНА СТРУКТУРА ВИВЧЕННЯ ПРИЙОМУ.

При вивченні будь-якого прийому гри і тактичної взаємодії можна виділити основні взаємозв'язані між собою фази. Вони відповідають фазам формування рухового Динамічного стереотипу і свідчать про логічний зв'язок, який повинен дотримуватися при вивченні прийому:

1. Ознайомлення з прийомом.
2. Вивчення прийому в спрощених, спеціально створених умовах.
3. Вдосконалення прийому в ускладненій обстановці, наближеній до умов гри.
4. Застосування прийому в грі.

Ознайомлення з прийомом. При ознайомленні з прийомом спочатку треба створити уявлення про нього. Під цим розуміється не тільки повідомлення основних відомостей про його значення, доречне застосування, але і отримання рухових відчуттів, що виникають при виконанні рухів. У завдання на даному етапі навчання входить: а) виявлення знань баскетболіста і відчуттів, наявних в руховому досвіді; б) повідомлення попередніх відомостей про прийом, що вивчається, його місце в грі, основне призначення і найбільш ефективне здійснення; у) створення рухового і зорового уявлення про правильні рухи і дії.

Ці завдання здійснюються за допомогою комплексу методів. Ведучий тут метод показу і розповіді. За допомогою показу створюється зрительное, уявлення про прийом, яке повинне бути таким, щоб залишалось враження про найбільш

довершене його виконання як зразок, до якого слід прагнути. При повторних показах акцентується увага спортсмена на найбільш важливих деталях прийому.

За допомогою словесних методів спортсмен отримує відомості про прийом, його місце і значення в грі, найбільш ефективному застосуванні в тій або іншій обстановці.

Створення уявлення про прийом закінчується самостійним виконанням прийому. Той, що займається в результаті отримує рухове уявлення про характер, одночасність і послідовність рухів.

Вивчення прийому в спрощених, спеціально створених умовах. Головне завдання полягає в тому, щоб пізнати основну структуру прийому і опанувати правильним його виконанням.

Складний процес гри не дозволяє вести успішне навчання прийомам і тактичним взаємодіям безпосередньо в грі. В зв'язку з цим спочатку прийом вивчається ізольовано від гри, за допомогою спеціальних організованих вправ, коли на виконання необхідних рухів впливає найменша кількість можливих перешкод. Це сприяє концентрації уваги учня на виконанні рухів.

Основні завдання вивчення прийому на даному етапі такі: а) опанувати правильною структурою виконання прийому, б) усунути напругу і «зайві» рухи, в) усунути можливі помилки при виконанні поставленого завдання.

При навчанні на даному етапі основна увага звертається на правильне початкове положення, а потім на фази руху і їх узгодженість. Не можна ще вимагати правильного здійснення всіх тонкощів рухів або взаємодій, а також максимальної швидкості і точності. Технічний прийом або тактична взаємодія повинні проводитися з швидкістю, властивою конкретним гравцям.

При виконанні прийомів техніки спростити умови можна початковим положенням, відстанню, напрямом рухів, швидкістю і ін.

При вивченні тактики ігрової обстановки може бути спрощена зменшенням або збільшенням числа партнерів, вказівкою мети, яка повинна бути досягнута, створенням найбільш сприятливих умов, певною розстановкою, кількістю тактичних завдань, які повинні бути вирішені одночасно або послідовно і т.п.

Вдосконалення прийому в ускладненій обстановці. Після оволодіння основними формами прийому переходять до наступного етапу його вивчення. У завдання на цьому етапі входить зміна обстановки, в якій виконується прийом, наближення її до ігрових умов.

Удосконалюючи прийоми, необхідно: а) добитися чіткого виконання основної структури прийому і його деталей, б) вивчити варіанти його виконання, в) використовувати прийом у поєднанні з іншими прийомами, г) навчити виконанню прийому в умовах протидії.

Ускладнення обстановки для виконання прийому, що вивчається, або взаємодії може бути досягнуте різними шляхами: а) включенням чинників, відволікаючих увагу від виконання прийому; б) зміною характеру переміщень (біг, стрибки, приставні кроки і т. п.); в) зміною амплітуди рухів, швидкості в різних фазах, району дій і т. п.; г) підвищенням точності; д)

включенням протидії (умовного, активного, такого, що перевищує); е) комплексним поєднанням різних чинників і раптовою їх появою.

Закріплення прийому в г р і. Виконання прийому ізолювано від ігрового процесу ще не означає, що гравець володіє їм в грі. Закріплюючи прийом в ігрових умовах, необхідно опанувати навиками раптового застосування його в обстановці, що змінюється, за наявності емоційних забарвлень різного характеру.

Конкретно на етапі ігрової підготовки повинні вирішуватися наступні завдання: а) закріплення навичку в умовах, що раптово змінюються, б) вдосконалення рухливості і варіативності прийому, в) виконання прийому в умовах раптової виникаючої активної протидії, г) вдосконалення майстерності і індивідуального стилю виконання, д) вільне застосування прийому в грі.

На даному етапі вправи виконуються методом змагання. Головна увага тих, що займаються спрямована на творче використання прийому і його варіантів в різних умовах.

ПРИНЦИПИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ

Результати тренування обумовлені не тільки її змістом, але і раціональною побудовою. В даний час визначилися основні наукові положення, творче розкриття яких зумовлює умови для досягнення високих спортивних результатів. Ці положення дозволили сформулювати наступні принципи спортивного тренування: а) поглиблена спеціалізація тренувального процесу, б) єдність загальної і спеціальної підготовки, в) специфічна безперервність і варіативність тренувального процесу, г) оптимальне підвищення навантажень, хвилеподібність, е) циклічність навантажень і тренувального процесу.

Принцип поглибленої спеціалізації тренувального процесу. передбачає таку побудову занять, яка підпорядковувала б все єдиній меті — досягненню високих результатів. Для цього використовуються різні засоби і види підготовки, враховуються індивідуальні особливості спортсменів, рівень їх підготовки.

У різних видах підготовки використовуються вправи і методи, найбільш характерні для ігрової діяльності. Чим скрупульозніше вивчатиметься специфіка діяльності баскетболіста, тим раціональніше використовуватимуться час і різні засоби для вирішення завдань підготовки.

Принцип єдності загальної і спеціальної підготовки. Включає оптимальне поєднання в тренуванні атлетичної підготовки, спеціальних фізичних якостей, техніко-тактичної підготовки і функціональних можливостей.

З досвіду провідних спортсменів відомо, що висока спортивна майстерність у них базувалася на багатообразній підготовці, кожен новий етап спеціалізованої підготовки починається із створення нового, ширшого рівня загальної підготовки в такій послідовності: фізична, технічна, тактична, ігрова.

У кожному виді підготовки всякий раз вирішуються два завдання: спочатку підвищується загальний рівень виконання вправ, однакових для всіх спортсменів, а потім на цій основі ведеться спеціалізований, індивідуальний

розвиток якості і закріплення навиків. В процесі тренування в певні періоди різні види підготовки виступають в єдності при педагогічному акценті на один з них.

Принцип специфічної безперервності, повторності і варіативності. В результаті тренувань повинні бути постійне наростання тренуваності, розвиток спортивної форми.

Специфіка безперервності тренувального процесу обумовлюється тим, що змагання в баскетболі чергуються з тренувальними заняттями протягом всього основного періоду. Рівень навантаження, що отримується на тренуваннях, знаходиться в прямій залежності від кількості занять, їх частоти і тривалості. Інтервали відпочинку залежать від конкретних навантажень, контингенту спортсменів і завдань на кожне тренування. Специфічність виявляється і в тому, що залежно від етапу підготовки співвідношення між різними видами видозмінюється, але жоден з них не виключається з тренувального процесу. Залежно від ступеня підготовленості баскетболістів виникають певні приватні завдання, для вирішення яких використовуються особливі засоби і методи, Всі етапи підготовки баскетболіста взаємозв'язані один з одним, послідовно забезпечують підйом на новий ступінь. Уміле варіювання кількості тренувальних занять, їх тривалості і повторності, підбору засобів і методів, визначення об'єму і інтенсивності отримуваних навантажень, інтервалів відпочинку — все це зумовлює успіх тренувального процесу.

Принцип оптимального підвищення навантажень. Тренувальний ефект залежить від правильного використання навантажень в тренуваннях. Під навантаженням розуміється певна величина дії фізичних вправ на організм спортсмена. Навантаження розрізняються за об'ємом і інтенсивністю. Під об'ємом розуміється сумарна кількість вправ і час, витрачений на них за тиждень, місяць і т. п., під інтенсивністю — ступінь напруженості тренування. Ступінь напруженості визначається відношенням вправ підвищеної інтенсивності до загальної кількості вправ в уроці. При цьому враховується виконувана робота за певний проміжок часу.

Під оптимальним підвищенням навантажень розуміється максимальна (для даного спортсмена, стану його організму) кількість тренувальної роботи, що виконується на високому рівні, але без погіршення здоров'я і пониження результатів. Поняття «оптимальність» слід конкретно розглядати у кожному окремому випадку як розумне поєднання тренувань з навантаженнями різної інтенсивності, що дозволяють постійно покращувати результат.

Принцип хвилеподібної зміни тренувальних навантажень. Під впливом фізичних вправ функціональні і морфологічні зрушення в організмі відбуваються не відразу. Для цього необхідний певний період часу. В процесі тренувань навантаження повинні чергуватися, то знижуючись, то підвищуючись (із загальною тенденцією до підвищення), і зростати не прямолінійно, а хвилеподібно. Це забезпечує якнайкращі можливості для закономірних змін, що відбуваються в організмі, і створює умови для оптимального відпочинку між навантаженнями, не припиняючи їх. Хвилеподібність характерна як для мікроциклів, так і для великих циклів.

Вона досягається за рахунок зміни в співвідношенні вправ за об'ємом і інтенсивності, варіювання перерв в тренуваннях, зміни в співвідношенні різних сторін підготовки. Найбільша інтенсивність може бути досягнута на тлі зниження об'єму.

Інтенсивність навантажень використовується як чинник дії на зростання спортивних результатів на базі, створеною об'ємом.

У різні періоди тренувального процесу динаміка навантажень змінюється.

Принцип циклічності. Для тренувального процесу характерна циклічність, що визначає чергування засобів підготовки. Річний цикл складається з періодів. У баскетболі великі цикли складають чотири роки — період підготовки між олімпійськими іграми, що дозволяє спланувати всю тренувальну роботу. При цьому конкретизується підготовка в річних циклах, що закономірно повторюються. Річний цикл складається з етапів і індивідуальних циклів. Великі цикли обумовлюються закономірностями розвитку спортивної форми і сприяють кращій підготовці до основних змагань. Розрізняють три фази розвитку спортивної форми: придбання, стабілізацію і тимчасову втрату. Перша фаза характеризується тим, що в ній створюються передумови для вищого рівня розвитку фізичних якостей, технічної, тактичної і ігрової підготовки. Друга фаза заповнена систематичними виступами спортсменів в змаганнях. В цей час росте рівень підготовки, отримується досвід, вносяться корективи в тренувальну роботу. На третю фазу падає зниження навантажень, тимчасове перемикання на інші види діяльності через стомлення, що накопичилося, до кінця фази стабілізації. Тривалість циклів залежить від кваліфікації спортсменів, а також від тривалості календарних змагань, у спортсменів високої кваліфікації спостерігаються здвоєні цикли.

Мікро цикли передбачають чергування навантажень протягом тижня як по видах підготовки, так і за їх обсягом і інтенсивністю. У мікроциклі тренування можуть чергуватися з відпочинком в співвідношенні 2: 1 (два дні роботи і один день відпочинку) або 3: 1 і т.д. Не дивлячись на комплексне рішення задач в кожному тренуванні, спрямованість тренувань в мікроциклі може носити переважний характер. Наприклад, перше тренування з переважною спрямованістю на техніку, друга — на тактику, третя — на гру. Можуть бути і комплексні тренування.

МЕТОДИ ОРГАНІЗАЦІЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ НА УРОЦІ.

Ефективність уроку багато в чому залежатиме від того, які методи організації застосовуватимуться. На заняттях по спортивних іграх застосовуються фронтальний, груповий, потоковий методи, метод індивідуальних завдань і кругового тренування.

Фронтальний метод найбільш ефективний, оскільки вправи виконуються всіма учнями одночасно, з мінімальними паузами. Він може застосовуватися у всіх частинах уроку при вдосконаленні і повторенні пройденого матеріалу, при навчанні новим рухам і при вихованні рухових

якостей. Наприклад, в навчанні техніці переміщень учні приймають положення пригинного бігу, апробують його, переміщаючись до протилежного краю майданчика всім класом одночасно. При побудові в дві-три шеренги вправи проводяться позмінно. При навчанні техніці володіння м'ячем весь клас виконує імітаційні вправи одночасно, потім вправи з м'ячами виконуються позмінно. Перерви, необхідні для відпочинку, відводяться для пояснення і показу, уточнення початкових і кінцевих положень руху.

Груповий метод застосовується при вдосконаленні техніки або при виконанні різних завдань на виховання рухових якостей. Розбиття на групи і виконання різних завдань вимагають підготовки інструкторів і активу учнів. Груповий метод дозволяє контролювати учнів і вносити необхідні корективи, направляти увагу на групу, що виконує складніші завдання, або на менш підготовлену групу.

Застосування групового методу доцільне при обмеженому місці занять, коли одна або декілька груп виконують ігрові вправи або двосторонні ігри, а інші групи учнів займаються вихованням фізичних якостей за межами ігрового майданчика.

Потоковий метод передбачає почергове виконання учнями вправ. У спортивних іграх це почергові кидки в баскетболі або в ручному м'ячі, удари у футболі або нападаючі удари у волейболі. Застосування цього методу у поєднанні з розділенням на групи, використанням додаткових баскетбольних корзин, воріт, волейбольних сіток дозволить підвищити щільність занять і їх інтенсивність.

Метод індивідуальних завдань полягає в тому, що учні отримують завдання і самостійно виконують їх. Він може поєднуватися з іншими методами, доповнювати їх.

Кругове тренування може застосовуватися при вдосконаленні техніки гри і комплексному вихованні рухових якостей. Цей метод вимагає диференційованого визначення завдань. Групи, приблизно рівні по підготовленості, виконують певні завдання послідовно в певних місцях, названих станціями. Станції мають порядковий номер, назву і таблицю з описом вправ. Після випробування вправ і вивчення порядку зміни станцій клас приступає до виконання вправ. Тривалість виконання вправ на одній станції, чисельний склад групи і паузи при зміні станцій визначаються досвідченим шляхом, виходячи із завдань уроку і підготовленості учнів. При круговому тренуванні навантаження диференціюється для дівчаток і хлопчиків. Темп і кількість повторень визначаються і змінюються залежно від початкових і досягнутих результатів. Велика роль відводиться підготовленому учнівському активу, який спільно з вчителем керує виконанням завдань. Можна чергувати завдання по вдосконаленню технічних прийомів і вихованню рухових якостей. Це додає уроку додатковий інтерес і емоційне забарвлення.

Вибір методу залежить від завдання уроку і вживаних засобів. Одна з найбільш істотних сторін сучасного уроку — його висока моторна щільність.

Ефективність уроку багато в чому залежить від творчого застосування найбільш раціональних методів організації учбового процесу.

ФІЗИЧНЕ НАВАНТАЖЕННЯ НА УРОКАХ ПО СПОРТИВНИХ ІГРАХ

Величина дії фізичних вправ на організм називається навантаженням. Навантаження визначається об'ємом і інтенсивністю виконуваних вправ. Об'єм залежить від кількості повторень вправи, величини дистанції при естафетах з елементами спортивних ігор або довжини відрізків у вправах з тактичною спрямованістю. Інтенсивність залежить від швидкості виконання вправ, числа повторень в одиницю часу, опору партнера (групи або команди). Фізичне навантаження на уроках спортивних ігор можна регулювати, змінюючи кількість м'ячів в учбовій вправі або в рухливій грі, чисельний склад групи в естафетах, розміри майданчика в двосторонніх іграх і кількість гравців в кожній команді. Відносна трудність дозування навантаження в спортивних іграх припускає ретельне планування і контроль за реакцією організму під час занять. Знання ступеня дії на організм окремих ігор і ігрових вправ дозволить правильно спланувати навантаження на уроці (поступове підвищення її в основній частині уроку і зниження в завершальній частині). Контроль за ступенем навантаження і реакцією організму можна вести візуально (за зовнішніми ознаками або по пульсу тих, що займаються). Фізичне навантаження на уроці залежить від щільності уроку, від відношення раціонально використаного часу до всього часу, відведеного на урок, і від моторної щільності уроку. Для підвищення щільності і моторної щільності уроку рекомендується скорочувати організаційну частину уроку і час підготовки до виконання окремих вправ, скорочувати пояснення, поєднувати їх з виконанням вправ. При навчанні новим рухам, коли знижуються щільність уроку і отримуване фізичне навантаження, рекомендується вивчати тільки основні елементи рухової структури прийому, використовуючи фронтальний метод навчання. Велика щільність уроку досягається при достатній кількості інвентарю і устаткування, попередній підготовці його.

Додаток №5

ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ, ОБЛІК І ІНФОРМАЦІЯ

Педагогічний контроль, облік і інформація є завершуючою функцією управління. Вони сприяють зборам окремих ланок всієї системи управління в єдине ціле і процес управління. Це пояснюється тим, що будь-який процес управління починається з отримання інформації про стан об'єкту управління. При припиненні надходження інформації об'єкт (гравець, команда, група) стає некерованим. Уявимо собі водія автомашини, який під час руху відвернувся і перестав спостерігати за маршрутом руху. З цієї миті машина

стала некерованою, оскільки водій перестав отримувати зорову інформацію, без якої не можна коректувати рух машини.

Отже, дієвість управління залежить від безперервного надходження інформації і від її якісного стану (достовірності, повноти і своєчасності).

Види інформації. Залежно від терміновості управлінських дій інформація підрозділяється на термінову, поточну, поетапну і підсумкову.

Під *термівовою інформацією* розуміється інформація, що отримується по ходу тренувального заняття або по ходу виступу команди в змаганні, для оперативного управління цими процесами.

Поточна інформація — це інформація про проведені тренувальні заняття або про виступ команди в змаганні. Використовується при підготовці і проведенні чергового заняття або виступі в черговому матчі.

Етапна інформація забезпечує відомостями про виконання етапних (робочих) планів підготовки. Використовується при розробці робочого плану на черговий етап (місяць).

Підсумкова інформація — це інформація про виконання зимового або літнього циклу, річного або перспективного плану підготовки. Вона необхідна при розробці чергових планів. Контроль і облік — основні засоби отримання інформації; отже, вони повинні охопити всі розділи підготовки. Додатковими джерелами інформації є дані лікарського контролю і самоконтролю спортсмена. Що систематично проводяться педагогічний контроль і облік — необхідні умови для успішної роботи тренера.

Дані педагогічного контролю і облік дозволяють тренерів стежити за виконанням намічених планів, визначати ефективність вживаних засобів і методів, знаходити нові шляхи для вдосконалення учбово-тренувального процесу і виховної роботи.

ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ

Під педагогічним контролем слід розуміти систему отримання інформації про стан спортсмена, про хід тренувального процесу і виконання планів підготовки команд і спортсменів.

Основне завдання контролю полягає не стільки в тому, щоб відзначити фактичне положення справ, ті або інші недоліки, скільки в умінні на основі отриманої інформації своєчасно внести відповідні корективи, щоб підвищити результативність процесу підготовки.

Педагогічний контроль можна здійснювати як в процесі тренувальних занять, так і в процесі змагань. Ці два розділи педагогічного контролю взаємозв'язані між собою, доповнюють один одного, але в той же час мають власний зміст. В процесі тренувальних занять педагогічний контроль здійснюється по наступних основних розділах:

- відношення тих, що займаються до тренувального процесу;
- ефективність вживаних засобів тренування; стан тренуваності.

Контроль за відношенням спортсменів до занять здійснюється за даними обліку відвідуваності, за оцінкою поведінки і діяльності тих, що займаються на заняттях.

Критерієм оцінки служать дані про регулярність відвідин занять, ступінь прояву що займаються в процесі занять активності і самостійності, працьовитості і наполегливості, зосередженості уваги і дисциплінованості.

Дані про відвідуваність занять і оцінка поведінки тих, що займаються на кожному занятті вносяться до журналу або щоденника тренера. Вживані засоби тренування контролюються записами в журналі тренувальних занять. Критерієм оцінки є ступінь відповідності змісту тренувального заняття плановому завданню.

Тренувальні навантаження контролюються за трьома напрямками: об'єму, інтенсивності і переносимості навантажень що займаються. При контролі за об'ємом тренувальних навантажень реєструється тривалість кожного заняття і час, що витрачається на окремі вправи і розділи підготовки. Ця робота оцінюється ступенем відповідності кількості тренувальних занять і часу, що витрачається на тренування, плановим завданням.

Інтенсивність тренувальних навантажень перевіряється за допомогою умовного визначення інтенсивності кожної вправи і кожного тренувального заняття (максимальна, середня, мала). Критерієм оцінки служать відношення вправ підвищеної інтенсивності до загальної кількості вправ і ступінь відповідності інтенсивності цього заняття запланованої. Переносимість навантажень учнями що займаються контролюється: за зовнішніми ознаками (почервоніння або збліднення шкіри особи, утруднення дихання або задишка, рясне потовиділення), за скаргами на втому і по порушенню координації руху. Критерієм оцінки є ступінь переносимості навантажень («відмінно», «добре», «задовільно», «погано»).

Контроль за ефективністю вживаних засобів тренування ведеться по розділах підготовки. Робота з фізичної (загальною і спеціальною) і технічної підготовки перевіряється контрольними вправами і систематичними візуальними спостереженнями за якістю виконання рухів. Критерій оцінки — відповідність показаних результатів в контрольних вправах плановим індивідуальним завданням.

Контроль за тактичною підготовкою полягає у винесенні періодичних оцінок у вправах і іграх. Критерій оцінки — ступінь ефективності виконання ігрових дій в захисті і нападі з урахуванням виконуваних гравцями функцій.

Психологічна підготовка контролюється періодичними оцінками, що виставляються гравцям за прояв ними: цілеспрямованості, сміливості і рішучості в ігрових діях в захисті і нападі; ігрової витримки і самовладання, воля в боротьбі із стомленням при великих тренувальних навантаженнях, відчуття товариства. Критерій оцінки — ступінь прояву вказаних якостей.

Контроль за теоретичною підготовкою проводиться на заліках і співбесідах по заданих темах. Ступінь знань що займаються є в даному випадку критерієм оцінки.

Контроль за ступенем тренуваності проводиться виконанням контрольних вправ і фіксацією показників самоконтролю (вага, сон, апетит, самопочуття). Критерієм оцінки можна вважати зіставлення результатів, показаних гравцями в контрольних вправах, а також порівняння даних самоконтролю з основними показниками і даними лікарського контролю.

Педагогічний контроль в процесі змагань здійснюється по наступних розділах:

- відношення учасників до змагань;

- виконання окремими гравцями і командою тактичного плану гри і ефективність їх дій;

- технічні показники гравців і команди;

- переносимість гравцями навантажень змагань.

Відношення гравців до змагань перевіряється за допомогою оцінки поведінки гравців до початку змагань, в ході гри і після її закінчення. Критерієм оцінки служить ступінь прояву гравцями дисциплінованості і ініціативи у всіх ігрових діях, ігрової витримки і самовладання, волі до перемоги.

Контроль за виконанням окремими гравцями і командою в цілому тактичного плану гри і контроль за їх діями проводиться виставлянням оцінок гравцям і команді за творче перетворення в грі індивідуальних, групових і командних завдань і за успішність їх дій в нападі і захисті. Критерій оцінки — ступінь виконання гравцями і командою тактичного плану-гри і ступінь успішності їх дій в нападі і захисті.

Технічні показники команди в цілому і окремих гравців контролюються за допомогою наступних основних технічних показників: кидків (з гри і штрафних), узяття м'яча, що відскакує від свого щита і щита супротивника, втрат м'яча, результативних передач і т.п. Відповідність показаних результатів плановим індивідуальним і командним завданням є критерієм оцінки.

Переносимість навантажень змагань визначається за зовнішніми ознаками, за скаргами на втому, по зниженню результативності ігрових дій (особливо при виконанні кидків і при діях в захисті), по погіршенню поведінки гравця (втрата витримки і самовладання, дратівливість і т. п.).

Загальна оцінка за гру складається з оцінок, отриманих баскетболістом по всіх розділах контролю, і вноситься до журналу або щоденника тренера.

Педагогічний контроль здійснюється не тільки в процесі тренувальних занять і змагань. Він повинен по можливості охоплювати багатогранну діяльність спортсмена. Важливо знати, якою мірою виховуванні на заняттях і змаганнях якості і навички переносяться у виробничу діяльність, навчання, побут. Методи педагогічного контролю. Для здійснення педагогічного контролю застосовуються: педагогічне спостереження;

- об'єктивна і експертна (суб'єктивна) оцінка результатів тренувального процесу і змагань;

- аналіз і синтез даних педагогічного, лікарського контролю, обліку і самоконтролю;

бесіди, опит, перевірка, залік, вивчення поведінки що займаються в побуті, на роботі, в навчанні.

Метод педагогічного спостереження використовується в процесі занять і змагань. При цьому у полі зору тренера поведінка тих, що займаються, їх активність, емоційний стан, дисципліна, якість виконання ними вправ і завдань, а також те, як вони переносять тренувальні і змагання навантаження.

Метод об'єктивної оцінки застосовується для оцінки якісних зрушень у тих, що займаються. Він здійснюється за допомогою різних реєструючих приладів і пристосувань, кінозйомки і відеомагнітофонного запису, системи контрольних вправ по видах підготовки і системи контрольних завдань за техніко-тактичними показниками в змаганнях.

Метод експертних оцінок служить для оцінки тих показників, які не піддаються об'єктивній оцінці (наприклад, оцінка якості оволодіння заслонами, перемиканнями, прояв ініціативи, рішучості), а також для комплексної (сумарною) оцінки підготовленості гравців по видах підготовки (фізичною, технічною, тактичною, психологічною) і для оцінки їх участі в тренувальних заняттях і в змаганнях. При комплексній оцінці визначають компоненти, що входять в комплексну оцінку, потім дають оцінку по кожному компоненту, а потім залежно від приватних оцінок виводять загальну оцінку.

Для застосування експертних оцінок розробляється шкала оцінок. Зазвичай застосовується п'ятибальна система оцінок (5—«відмінно», 4 — «добре», 3 — «задовільно», 2 — «погано»). Наприклад, потрібно оцінити якість виступу баскетболіста в контрольній або календарній зустрічі. Припустимо, що для оцінки були узяті наступні моменти: 1) відношення до гри, 2) активність і ефективність дій в нападі, 3) активність і ефективність дій в захисті, 4) самовладання і воля до перемоги.

По кожному з перерахованих компонентів гравець отримав наступні оцінки: 5, 3, 4, 4. Складаємо ці оцінки, отримуємо суму — 16 балів. Отриману суму ділимо на кількість компонентів ($16:4 = 4$). Таким чином, в нашому прикладі гравець отримує за виступ в даній зустрічі 4 бали, тобто «добре».

Метод аналізу і синтезу — основний метод педагогічного контролю. Доцільність і ефективність діяльності, що направляється тренером, прямо пропорційна точності аналізу педагогічних спостережень і обліку. Недооцінка аналізу або синтезу негативно позначається на результатах тренування.

Застосування цього методу дає можливість безперервно удосконалювати план підготовки. Наприклад, річний план підготовки при застосуванні цього методу коректується стільки раз на рік, скільки є робочих планів, оскільки аналіз здійснення попереднього робочого плану дає можливість внести відповідні корективи при складанні чергового робочого плану.

ОБЛІК

Однією з найважливіших умов отримання своєчасної, повної і точної інформації про хід підготовки гравців і команди є добре організований облік.

Обліку підлягають весь процес підготовки, виконання планів тренувальних занять, виступи команд в змаганнях, дані педагогічного і медичного контролю.

Застосовується три види обліку: поточний, етапний, підсумковий.

Поточний облік — основний. Він відображає всю учбово-виховну роботу, проведenu за день. Сюди входять реєстрації відвідуваності, облік відношення що займаються до тренувань і змагань, облік тренувальних навантажень (об'єм, інтенсивність, переносимість), облік вивченого матеріалу і якості його засвоєння, результатів змагань, культурно-масових і політико-виховних заходів, основних даних лікарського контролю.

Дані поточного обліку щодня заносяться в журнал або щоденник тренера.

Етапний облік проводиться з метою підбиття підсумків тренувальної і виховної роботи за термін дії робочих планів, тобто за етап (місяць) або період тренування. Він ведеться по розділах, відповідних розділах робочих планів, і доповнюється сумарними даними по основних розділах педагогічного контролю.

Результатними для етапного обліку є дані поточного обліку. Вони порівнюються із запланованими даними робочих планів.

У *підсумковому обліку* підводяться підсумки тренувальної, змагання і виховної роботи за термін дії поточних і перспективних планів, тобто за зимовий або літній тренувальний цикл, за рік.

Командний підсумковий облік ведеться відповідно розділам поточних і перспективних планів, а індивідуальний — розділам індивідуальних планів.

Результатними для підсумкового обліку служать дані етапних звітів. Вони порівнюються із запланованими даними поточних і перспективних планів.

Документами для обліку є журнал, щоденник тренера і щоденник спортсмена.

Журнал необхідний в кожній групі або команді. Він призначений для ведення поточного обліку.

Основні розділи журналу:

1. Обліковий склад і особисті дані про тих, що займаються (рік народження, зростання, національність, партійність, освіта, місце роботи або навчання, спортивний розряд, домашня адреса).

2. Облік відвідуваності.

3. Облік пройденого матеріалу.

4. Облік успішності (результати виконання контрольних вправ, нормативів і норм Єдиної спортивної класифікації).

5. Облік результатів участі в змаганнях.

Щоденник тренера — комплексний документ, що відображає всі види планування і обліку тренувальної і виховної роботи. Бажано, щоб щоденник був розрахований на терміни перспективного плану команди.

Основні розділи щоденника тренера:

1. Обліковий склад і особисті дані про тих, що займаються.

2. Облік відвідуваності.
3. Перспективний план підготовки.

4. Річні плани підготовки.
5. Робочі плани підготовки.
6. Облік пройденого матеріалу.
7. Облік результатів контрольних завдань і контрольних випробувань.
8. Облік результатів участі в змаганнях.
9. Облік виконання робочих планів.

10. Облік виконання річних планів.
11. Облік виконання перспективного плану.

Ведення *щоденника спортсмена* сприяє свідомішому відношенню до процесу тренування і участі в змаганнях, а також до рад тренера і лікаря. Регулярні записи примушують спортсмена аналізувати свої успіхи і невдачі. Термін дії щоденника повинен відповідати терміну перспективного плану.

Щоденник спортсмена містить наступні розділи:

1. Особисті дані спортсмена.
2. Характеристики фізичної, технічної, тактичної і теоретичної підготовки.
3. Перспективний план підготовки.
4. Річні плани підготовки.
5. Етапні (робочі) плани підготовки.
6. Контрольні завдання і результати їх виконання.
7. Результати участі в змаганнях.
8. Щоденні записи по кожному заняттю і змаганням з критичним аналізом виконання індивідуальних завдань і записом даних самоконтролю (пульс, вага, самопочуття).
9. Облік виконання етапних планів підготовки.
10. Облік виконання річних планів підготовки.
11. Облік виконання перспективного плану підготовки.
12. Дані лікарських оглядів.