

Значение ранней специализации в баскетболе.

Костикова О., Бутабаев А., Азизов С. НамГУ

В связи с указом Президента республики Узбекистан «О создании фонда развития детского спорта Узбекистана» от 24 октября 2002 года необходимо дальнейшее расширение сети ДЮСШ, повышение квалификации тренерского состава, для того чтобы был принят правильный подход к отбору детей, с учетом их ранней специализации и улучшением материально – технической базы. Ранняя специализация в баскетболе: требует учета физических данных.

В связи с непрерывно возрастающим уровнем класса игры предъявляются все большие требования к разработке новых методов обучения и тренировки, способствующих повышению спортивного мастерства. Для этого нужно учитывать возрастные особенности занимающихся как важнейшей проблеме современного баскетбола. Особую значимость это приобретает в работе с начинающими баскетболистами при формировании и развитии у них специальных навыков и качеств.

Формирование двигательных возможностей в возрасте 11 – 12 лет является наиболее удачным для специализированных занятий, связанных с динамической работой. Узкоспециализированное формирование автоматизированных движений приводит к тому, что спортсмен быстро достигает высоких результатов, но в дальнейшем они не прогрессируют. Чтобы избежать стабильности в росте результативности, нужно постоянно соединять основной вид тренировок с упражнениями, обеспечивающими всесторонность физической подготовки.

Ранняя специализация – подразумевает передвижение нижней возрастной границе играющих в баскетбол в сторону детского возраста.

Административный критерий при определении возрастных границ в детских возрастных категориях имеет два значительных недостатка:

- 1) В детском возрасте наступает все более подчеркнутое превосходство акселератов. Практическое значение этого огромно, так как акселерат раньше завершил период «вырастания» и развития, в то время как среднеразвитые и низкорослые сверстники смогут его «перегнать», когда им будет 16-18 лет. Таким образом, может случиться, что талантливый мальчик, имеющий «низкий» рост не будет ориентирован на баскетбол и перестанет интересоваться этим видом спорта.
- 2) Переходная фаза акселерации является периодом в котором себя оправдывает только обучение элементарным техническим приемам. Обучение более сложным приемам неоправданно в связи с тем, что моторные качества в той фазе развития весьма лимитированы спецификой роста и развития. С другой стороны, выученные и освоенные элементы техники и их комплексы ученики могут повторять весьма успешно.

Идея использования многоборья как средства специализированной (баскетбольной) тренировки, которая помогла бы выполнить по меньшей мере две цели:

- сделать более привлекательными для самых юных баскетболистов элементы физической и технической подготовки, с выделением элементов игры и соревнования;
- одновременно с процессом тренировки измеряя основные физические качества.

Таким образом достигается более точное и объективное измерение, которое проводится в баскетбольных ситуациях. Баскетбольное многоборье должно содержать элемент специализированной тренировки и носить ситуационный характер. Основой профессиональных действий является распределение всех баскетболистов в соответствующие подготовительные группы.

Любовь детей к занятиям баскетболом необходимо прививать на начальной стадии спортивного совершенствования. При этом умелое и правильное распределение ребят в подготовительные группы для занятий баскетболом -будут достигаться высокие спортивные достижения.