

На основании сдачи контрольного норматива в беге на 500 м также прослеживается отрицательная динамика роста специальной выносливости девушек. Так, у студенток 1 курса средний результат составил  $131 \pm 1,5$  с, а на 2 курсе  $137 \pm 1,9$  с, заметно ухудшение на 6 с. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 — Результаты показателей контрольных нормативов

Показатели	1 курс		2 курс	
	Бег 100 м (с)	Бег 500 м (с)	Бег 100 м (с)	Бег 500 м (с)
Среднее	$16,9 \pm 0,1$	$131 \pm 1,5$	$17,3 \pm 0,2$	$137 \pm 1,9$
Минимум	15	111	15,7	115
Максимум	19,3	170	20,02	201

Исходя из имеющихся данных, мы установили, что количество студенток 2 курса, которые улучшили свои результаты по контрольному тесту «бег 100 м», составляет 16 (27,12 %) человек. Результат снизился у 40 (67,8 %) девушек, а у 3 (5,08 %) человек остался прежним.

По контрольному тесту «бег 500 м» среди студенток 2 курса результат улучшился у 22 (37,29 %) девушек, ухудшился у 35 (59,32 %) студенток и не изменился у 2 (3,39 %) человек.

#### **Выводы**

Таким образом, по результатам проведенного исследования мы наблюдаем отрицательную динамику роста по показателям контрольных тестов «бег 100 м» и «бег 500 м».

Анализируя полученные данные, мы можем сделать вывод, что в связи с переводом студентов на самостоятельную управляемую работу по физической культуре из-за эпидемиологической ситуации и, как следствие, уменьшением физической нагрузки на организм скоростная подготовка и специальная выносливость девушек на 2 курсе снизилась, что говорит об ухудшении физической подготовленности студенток. Необходимо следить за динамикой результатов тестирования и организовывать процесс занятий по физической культуре, ориентируясь на установленные нормативные показатели уровней физической подготовленности.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Новик, Г. В. Основы теоретического раздела по физической культуре: учеб.-метод. пособие: в 4 ч. / Г. В. Новик, О. П. Азимок, К. С. Семененко. — Гомель: ГомГМУ, 2018. — Ч. 1. — С. 6–7 с.
2. Виленский, М. Я. Студент как субъект физической культуры / М. Я. Виленский // Теория и практика физической культуры. — 1999. — № 10. — С. 2–5 с.

**УДК 796.323**

### **ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ АТАКУЮЩИХ КОМБИНАЦИЙ В БАСКЕТБОЛЕ**

**Маляво А. А., Игнатушкин Р. Г.**

**Научный руководитель: к.п.н., доцент Г. В. Новик**

**Учреждение образования  
«Гомельский государственный медицинский университет»  
г. Гомель, Республика Беларусь**

#### **Введение**

Для достижения высоких результатов в соревнованиях необходимо постоянно совершенствовать систему спортивной подготовки команды в целом, отдельных ее звеньев и игроков различного амплуа в отдельности, изыскивая все более эффективные средства и методы обучения и тренировки.

Овладение тактической системой игры самый главный этап тактической подготовки, который начинается после того, как игроки овладеют элементами индивидуальных и групповых тактических действий.

Контроль эффективности тактических действий баскетболистов целесообразно осуществлять на специально-подготовительном, предсоревновательном и соревновательном этапах спортивной подготовки [1].

**Цель**

Изучить эффективность применения атакующих комбинаций в баскетболе.

**Материал и методы исследования**

Анализ научно-методической литературы, изучение и анализ видеоматериала и документальных данных, педагогические наблюдения за соревновательной деятельностью баскетболистов, видеосъемка, методы математической статистики.

**Результаты исследования и их обсуждение**

Изучение соревновательной деятельности спортсменов необходимо для создания модельных характеристик, на которые можно ориентироваться в процессе планирования тренировочного процесса. Сравнивая показатели соревновательной деятельности конкретного спортсмена с моделью соревновательной деятельности можно выявить недостатки и провести коррекцию дальнейшей тренировки.

Специалистами баскетбола уже получены достаточно разнообразные количественные данные о соревновательной деятельности игроков, а вот эффективность атакующих комбинаций изучены явно недостаточно [2].

Построение эффективной и рациональной спортивной тренировки во многом обусловлено выявлением закономерностей атакующих действий в процессе соревнований баскетболистов.

Изучение атакующих действий баскетболистов позволяет разрабатывать новые подходы и методы для совершенствования технико-тактических действий и спортивного мастерства [3].

Для решения поставленных задач исследования нами была использована аудиовизуальная обучающая программа «Обучение позиционному командному нападению в баскетболе». Нами использовалась видеосъемка тактического взаимодействия, на которой баскетболисты наглядно демонстрировали изучаемую комбинацию и варианты ее завершения.

Видеоролик сопровождался пояснениями, в которых говорилось о перемещениях игрока и возможных вариантах взаимодействия с партнером. Видеокадры чередовались со схематическим изображением перемещения игроков в данной комбинации, что привычнее для баскетболистов, т. к. многие тренеры на тренировках и играх для большей наглядности используют различные планшеты и макеты площадок, на которых изображают перемещения игроков. Здесь же аналогично были показаны упражнения, которые предлагалось использовать для овладения комбинацией.

Перед началом тренировки тренером в экспериментальной группе демонстрировалась информационная обучающая программа с пояснениями действий игроков. В конце тренировки проходил разбор ошибок, которые выполняли баскетболисты в упражнениях при изучении тактической комбинации, при этом демонстрировалась информационная обучающая программа с показом правильного выполнения упражнений и комбинации.

Баскетболистам экспериментальной группы диски с обучающими записями давались на дом для детального просмотра и тщательного разбора в домашних условиях.

По прошествии двух месяцев с начала изучения экспериментальной группой комбинации, нами было проведено тестирование игроков экспериментальной и контрольной группы, которая изучала данную комбинацию традиционным методом, по разработанной нами «Шкале оценки овладения игроками схемой нападения» (таблица 1).

По данной шкале баскетболист может получить максимально 200 баллов, чем результат выше, тем игрок лучше освоил изучаемую комбинацию. В исследовании участвовало 2 группы по 12 человек.

Таблица 1 — Шкала оценки овладения игроком схемой нападения

№	Требования	Баллы
1	Знать схему нападения в целом	10
2	Знать свои перемещения в схеме	10
3	Знать перемещения в схеме ещё нескольких игроков	10
4	Знать перемещения в схеме всех игроков	10
5	Знать только один вариант завершения атаки по данной схеме	10
6	Знать несколько возможных вариантов завершения атаки по данной схеме	10
7	Уметь показать свои перемещения по схеме в упражнении без сопротивления	10
8	Уметь показать перемещения ещё нескольких игроков по схеме в упражнении без сопротивления	10
9	Уметь показать перемещения всех игроков по схеме в упражнении без сопротивления	10
10	Выполнять в упражнении без сопротивления действия одного игрока в нападающей схеме с незначительными ошибками	10
11	Выполнять в упражнении без сопротивления действия одного игрока в нападающей схеме без ошибок	10
12	Уметь выполнить в упражнении без сопротивления действия нескольких игроков с незначительными ошибками	10
13	Уметь выполнить в упражнении без сопротивления действия нескольких игроков без ошибок	10
14	Уметь быстро и четко по команде в учебной игре занять свое место в расстановке схемы нападения	10
15	Уметь в учебной игре выбрать наиболее оптимальное решение завершения атаки, из ранее изучаемых, относительно действия соперника	10
16	Уметь в учебной игре найти новое, нестандартное решение завершения атаки	10
17	Понимать в учебной игре действия партнеров в решении выбранного варианта завершения атаки	10
18	С незначительными ошибками выполнять действия нападения в намеченной схеме в соревновательных играх	10
19	Уверенно, без ошибок выполнять действия нападения в намеченной схеме в соревновательных играх	10
20	Понимать действия партнеров, уметь вносить коррективы в свои действия и находить оптимальное решение схемы нападения в зависимости от действий соперника в соревновательных играх	10

При проведении повторного тестирования игроков экспериментальной и контрольной групп были получены результаты представленные в таблице 2.

Таблица 2 — Результаты тестирования игроков экспериментальной и контрольной групп по «Шкале оценки овладения игроками схемой нападения» (баллы)

Показатели	ЭГ	КГ	t	p
	Показатели $X_{cp} \pm m$			
Первичное тестирование (декабрь 2019 г.)	95,75 ± 3,6	79,9 ± 5,3	2,5	<0,05
Повторное тестирование (март 2020 г.)	148 ± 7,7	116,1 ± 9,6	2,6	<0,05
Прирост результатов	52,3 ± 4,4	36,2 ± 4,3	2,6	<0,05

Из таблицы 2 видно, что уже после 2-х месяцев изучения комбинации баскетболисты экспериментальной группы лучше освоили изучаемую комбинацию.

### Выводы

В среднем игрок экспериментальной группы набирал 95,75 баллов, а баскетболист контрольной группы — 79,9 баллов (из 200 возможных), данные показатели носят достоверные различия ( $p < 0,05$ ). К концу эксперимента при повторном тестировании нами был выявлен прирост показателей в изучении комбинации в обеих группах, однако, более значительный у баскетболистов экспериментальной группы. Так, в экспериментальной группе прирост составил 52,3 балла, а в контрольной группе — 36,2 балла. Различия между показателями групп, в приросте носили достоверный характер ( $p < 0,05$ ).

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Ломако, С. А. Анализ физической подготовленности занимающихся волейболом и баскетболом в медицинском ВУЗе / С. А. Ломако, А. А. Малявко, Г. В. Новик // I-я Междунар. науч.-практ. конф. «Игровые виды спорта: актуальные вопросы теории и практики, посвященной памяти ректора ВГИФК В. И. Сысоева», Воронеж, 23–24 окт. 2018 г.: ФГБОУ ВО «Воронежский государственный институт физической культуры», 2018. — С. 137–141.
2. Козин, В. В. Исследование результативности и особенности выполнения броска в соревновательной деятельности юных баскетболистов / В. В. Козин, А. А. Гераскин, С. А. Кутаевский // Физическое образование Сибири. — 2009. — № 2 (23). — С. 44–47.
3. Гомельский, Е. Я. Техничко-тактическая подготовка баскетболистов / Е. Я. Гомельский // Спорт в школе. — 2008. — № 24. — С. 39–47.

**УДК 617.7-057.875**

**ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ ЗРЕНИЯ У СТУДЕНТОВ  
ГОМЕЛЬСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

**Михлай Е. А., Ячник И. В., Новик В. С.**

**Научные руководители: к.п.н., доцент Г. В. Новик; С. А. Хорошко**

**Учреждение образования  
«Гомельский государственный медицинский университет»  
г. Гомель, Республика Беларусь**

***Введение***

Заболевания органов зрения, а именно, миопия различной степени выраженности, которая будет рассмотрена в данной статье, является одной из наиболее актуальных проблем среди студентов средних и высших учебных заведений.

Миопия чаще всего развивается в школьные годы, а также во время учебы в средних и высших учебных заведениях и связана главным образом с длительной зрительной работой на близком расстоянии (чтение, письмо, работа за компьютером), особенно при неправильном освещении и плохих гигиенических условиях. Довольно большое значение в развитии миопии имеет наследственный фактор, хронические заболевания [1].

***Цель***

Выявить количество студентов 1–4 курсов ГомГМУ с заболеваниями органов зрения, по заключению врача (справок ВКК).

***Материал и методы исследования***

Анализ научно-методической литературы, анализ справок ВКК студентов 1–4 курсов, метод математической обработки полученных результатов.

***Результаты исследования и их обсуждение***

По результатам анализа справок ВКК, медицинского заключения врача в 2020–2021 учебном году в Гомельском государственном медицинском университете на 1 курсе из 492 студентов миопия различной степени выявлена у 181 чел. (36,7 %) из них в подготовительной группе находится 121 чел. (24,59 %), в специально-медицинской группе — 51 чел. (10,36 %), в группе ЛФК — 1 чел. (0,2 %) и полностью освобожденных от занятий физической культуры — 8 чел. (1,62 %).

На 2 курсе заболевание миопия наблюдается у 126 (26,3 %) студентов. В подготовительной группе 82 чел. (17,11 %), в специально-медицинской группе — 40 чел. (8,35 %), в группе ЛФК — 0 чел. и полностью освобожденных от занятий физической культуры — 4 чел. (0,83 %).

На 3 курсе заболевание миопия имеют 117 чел. (23,97 %), из них 72 студента (14,75 %) подготовительной группы, 37 чел. (7,58 %) специально-медицинской группы, 5 (1,02 %) студентов группы ЛФК и 3 чел. (0,61 %) полностью освобожденных от занятий физической культуры.

На 4 курсе заболевание миопия имеют 129 чел. (26,21 %), из них 88 (17,8 %) студента подготовительной группы, 29 чел. (5,89 %) специально-медицинской группы,