

Кирякина Татьяна Владимировна

преподаватель

ФГБОУ ВО «Государственный аграрный

университет Северного Зауралья»

г. Тюмень, Тюменская область

ПЕРИФЕРИЧЕСКОЕ ЗРЕНИЕ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ

Аннотация: в данной статье рассмотрена проблема влияния игры в баскетбол на развитие периферического зрения у баскетболистов. Автором выявлена важность ведения мяча без зрительного контроля и передачи мяча в движении, так как это дальнейшая основа тактического мышления.

Ключевые слова: баскетбол, периферическое зрение, технико-тактическая подготовленность, физическое воспитание.

Среди всех командных видов спорта баскетбол занимает одно из ведущих направлений и пользуется большой популярностью. Для того чтобы добиться высоких результатов, нужно много тренироваться. В основу игры, входят восприятие мозга на комбинации, управление движениями, двигательные навыки, развитие умственной и физической подготовленности. Занятия баскетболом улучшают, показатели поля зрения. Был проведен эксперимент, доказывающий влияние игры в баскетбол на развитие периферического зрения у баскетболистов. Однако объективных данных о взаимосвязи освоения технических приемов и тактического мышления с величиной периферического поля зрения, в литературе не встретили, кроме упоминаний о возможности его развития посредством баскетбола. Поэтому актуальность данной проблемы обуславливает необходимость проведения научных исследований в этом направлении.

Объектом исследования является значение развития периферического зрения у студентов баскетболистов в процессе занятий баскетболом.

Предметом исследования является развитие периферического зрения у студентов баскетболистов в процессе тренировок.

Данное исследование позволяет повысить технику и тактику взаимодействия, между игроками и оценивать правильную обстановку на площадке.

В настоящее время в Тюмени занимаются баскетболом большое количество молодежи, при поддержке департамента и спорта Тюмени и Тюменской области. Ведутся секции начиная с дошкольных учреждений, не говоря о школах и университетах. Каждый год проходят соревнования по стритболу, это игра на одно кольцо, три игрока двух команд находятся на площадке, четвертый на замене. Игра длится восемь минут, либо чья первая команда забьет шестнадцать очков, так выявляется победитель. Вообще баскетбол пришел из Америки, очень стал распространенным в России, а также в нашей области. Баскетбол относится к командному, контактному виду спорта, вызывает большие эмоции, страсть, взаимодействие с игроками, которые возникают в игре и часто приводят к конфликтам. Они происходят не только между игроками, но даже и среди тренеров и судей. Данная игра приучает к взаимодействиям в коллективе, и индивидуальным качеством игрока, поэтому является самым эффективным средством для всестороннего физического развития. Занятия баскетболом способствуют развитию основных физических качеств и формированию двигательных навыков.

В процессе многолетних тренировок на ведение мяча и передачи его, развивается периферическое зрение. Глаз игрока видит большую часть пространства, чем глаз нетренированного человека. Это облегчает ориентировку игроков на поле, улучшает их взаимодействие, повышается эффективность технических и тактических действий.

Точность броска зависит от сочетания движений глаз и рук. Если движения глаз опережают движения рук, то достигается высокая точность. При контроле мяча, оба глаза наводятся на него. От этой точности зависит четкость изображения, что обеспечивает высокий результат движения с мячом. У баскетболистов развито периферическое зрение, чем у не занимающихся этим видом спорта.

Таким образом величина периферического зрения изменяется с возрастом, но незначительно. Индивидуальные показатели контрольного норматива, на раз-

витие периферического зрения, выше у юношей, посещающих секции баскетбола, чем не занимающиеся. Так же существует прямая связь, между качеством выполнения и технике мышления баскетболистов от величины периферического поля зрения. Наибольший успех отмечен у юношей, имеющих самые низкие показатели при первичном тестировании. По данным исследования выявлено, что нужно больше уделять внимание ведению мяча без зрительного контроля и передачи мяча в движении, так как это дальнейшая основа тактического мышления.

Список литературы

1. Аникеева, Н.Г. Актуальность и необходимость применения оздоровительных технологий в учебном процессе физического воспитания // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях Минсельхоза России: Сборник научных статей Всероссийской научно-практической конференции. – 2016.
2. Волжакова, В.В. К вопросу о здоровье студенческой молодежи в аграрном университете // Интеллектуальный и научный потенциал XXI века: Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 21–24.
3. Кувалдин, В.А. Влияние различных видов спорта на показатели физического и психического компонентов здоровья // Академическая наука – проблемы и достижения: Материалы XIII Международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 28–30.
4. Масунова, О.В. Повышение эффективности преподавания физической культуры в вузе // Интеллектуальный и научный потенциал XXI века: Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 65–67.