

ОЦЕНКА УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ С УЧЕТОМ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ

© 2018

И.В. Аксарин, главный специалист аналитического отдела информационно-аналитического управления
Природнадзор Югры, Ханты-Мансийск (Россия)

Ключевые слова: уровень технической подготовленности в баскетболе; технические приемы в баскетболе; функциональная асимметрия; модель технической подготовки баскетболистов; юные баскетболисты.

Аннотация: Теория и практика баскетбола в малой степени рассматривает вопросы, связанные с технической подготовкой юных баскетболистов, с учетом профилей функциональной асимметрии. Зачастую на практике тренеры нажимают на результат, используя только ведущую руку, при этом неведущая рука оказывает лишь вспомогательные действия. Однако стоит отметить, что в игровых видах спорта, таких как гандбол, волейбол и баскетбол, умение выполнять технические действия одинаково хорошо в обе стороны позволяет достигать высоких результатов. Но, для того чтобы равномерно пользоваться правой и левой рукой, быть разносторонним спортсменом, необходима регулярная работа.

Цель исследования – оценка уровня технической подготовленности юных баскетболистов 10–12 лет с учетом функциональной асимметрии.

Экспериментально проверена модель технической подготовки юных баскетболистов с учетом функциональной асимметрии. Проведены контрольные испытания по определению уровня технической подготовленности юных баскетболистов. По окончании педагогического эксперимента показатели контрольных испытаний, выполняемых ведущей рукой, одинаково улучшились как в контрольной, так и в экспериментальной группах, и уровень сформированности технической подготовленности достиг высокой оценки. Показатели контрольных испытаний, выполняемых неведущей рукой, в группах отличаются. В контрольной группе во всех контрольных испытаниях показатели юных баскетболистов при выполнении ими упражнений неведущей рукой незначительно улучшились, а именно уровень повысился с низкого до среднего. В экспериментальной группе при выполнении контрольных испытаний неведущей рукой показатели повысились с низкого до высокого уровня.

Достоверное улучшение показателей технической подготовленности юных баскетболистов свидетельствует об эффективности внедрения модели технической подготовки с учетом функциональной асимметрии, которая включает специализированные комплексы упражнений, направленные на сглаживание имеющейся функциональной асимметрии.

ВВЕДЕНИЕ

Вопрос учета функциональной асимметрии в процессе спортивной подготовки юных спортсменов вызывает много противоречий, но, несмотря на это, большое количество специалистов и тренеров из разных видов спорта признают значимость равновесия асимметрии у спортсмена и пытаются применить эти знания на практике [1]. Учет профиля функциональной асимметрии в спорте позволит научно обосновать адекватность воздействия на спортсмена в учебно-тренировочном процессе и внести коррекцию в принципы спортивного отбора [2]. А адаптация спортсмена к предельным физическим нагрузкам в спорте высших достижений возможна лишь при учете индивидуальных особенностей спортсменов, таких как индивидуальный профиль асимметрии [3]. Также существуют различные мнения о целесообразности сглаживания функциональной асимметрии у юных спортсменов и ее влиянии на эффективность учебно-тренировочного процесса. Это согласуется с результатами научных исследований, проведенных в различных видах спорта [4].

За сглаживание и равномерное развитие обеих сторон тела выступает основоположник системы физического воспитания П.Ф. Лесгафт. Он рекомендовал при выполнении физических упражнений распределять деятельность по всем частям организма, выполнять движения как в правую, так и в левую стороны [5; 6]. При работе с детьми желательно применять симметричные тренировки. К.Д. Чермит считает, что для гармоничного

физического развития человеку необходимо развитие его доминантной и субдоминантной сторон тела [7; 8]. База такого гармоничного развития должна закладываться именно в детском возрасте, ввиду пластичности центральной нервной системы, которая с легкостью образует условно-рефлекторные связи как в ведущую, так и в неведущую сторону при выполнении двигательных действий.

Развитию более гармоничного тела человека способствуют виды спорта с симметричной физической нагрузкой. Изучая опыт многих исследователей, ученых, можно также отметить, что в игровых видах спорта умение выполнять технические действия одинаково хорошо в обе стороны позволяет достигать высоких результатов, например, в футболе, гандболе и баскетболе [9–11]. Например, сильная асимметрия ног наблюдается у барьеристов и у бегунов-спринтеров, а у марафонцев ее практически нет. А.А. Саидов предполагает, что в спортивных играх, таких как волейбол и гандбол, способность провести то или иное действие в обе стороны позволяет эффективней действовать в непростых игровых ситуациях, добиваясь высоких результатов в игре [12]. В баскетболе, например, в большей степени преобладают спортсмены-правши, но у левшей в данном случае есть преимущество за счет того, что соперники не знают, чего от них ожидать. Это позволяет им быть более результативными, что в итоге сказывается на исходе матча. Для того чтобы равномерно пользоваться правой и левой рукой, быть разносторонним

спортсменом, необходима регулярная работа. Именно поэтому организацию тренировочного процесса с повышенными координационными нагрузками следует планировать на период с 10 до 12 лет, так как он является наиболее актуальным для развития кинезиологического потенциала и специфической ориентировки. Тренировочный процесс должен быть направлен на освоение технических приемов в сочетании с овладением двигательными навыками и возможностью самостоятельного принятия решений на основе анализа конкретной ситуации.

Процесс обучения технике баскетбола детей 10–12 лет отличается трудностью и сложностью, что связано, во-первых, с особенностями занимающихся и, во-вторых, с разнообразием педагогических задач, которые необходимо решать. Обучение баскетболу детей младшего школьного возраста является педагогическим процессом, в котором сочетаются обучение и тренировка. С помощью метода показа, объяснения и упражнений возможно разучивание чего-то нового. Метод показа и объяснения помогает получить представление об изучаемом движении, которое потом закрепляется в процессе выполнения упражнений. Постепенно изученные технические приемы автоматизируются, и спортсмены применяют изученные элементы на практике, в реальных условиях игры.

Теория и практика баскетбола в малой степени рассматривает вопросы, связанные с технической подготовкой юных баскетболистов, с учетом профилей функциональной асимметрии.

Своевременное применение всевозможных средств тренировочного воздействия с адекватной дозировкой напрямую влияет на успешность тренировочного процесса с юными баскетболистами. Но важно правильно дифференцировать нормы двигательной активности в соответствии с возрастом и с особенностями проявления функциональной асимметрии спортсменов. В основном учет возрастных особенностей развития двигательных качеств нужен для выбора эффективной методики совершенствования и установки возможных тренировочных нагрузок [13–15].

Цель исследования – оценка уровня технической подготовленности юных баскетболистов 10–12 лет с учетом функциональной асимметрии.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ

Педагогический эксперимент проводился в течение 2014–2017 гг. на базе БУ ДО города Омска «СДЮСШОР имени ЗТР В.Н. Промина». В эксперименте принимали участие 40 юных баскетболистов, занимающихся в СДЮСШОР. По итогам педагогического наблюдения они были разделены на две равные группы по 20 человек. Первая группа являлась контрольной (далее – КГ) и тренировалась по примерной программе спортивной подготовки, рекомендованной для ДЮСШ и СДЮСШОР [16]. Поскольку данная программа не предусматривает обучение техническим и тактическим действиям с акцентированным вниманием к характеру асимметрии, спортсмены этой группы стихийно использовали при разучивании и выполнении приемов ведущую руку. Вторая группа являлась экспериментальной (далее – ЭГ), а процесс обучения техническим приемам во второй группе также проходил по стандартной программе,

рекомендованной для СДЮСШОР, но на основе учета характера асимметрии спортсменов и с внедрением в учебно-тренировочный процесс модели технической подготовки юных баскетболистов 10–12 лет с учетом функциональной асимметрии. В этом случае обучение новым приемам проходило через ведущую конечность, а теоретические занятия способствовали развитию оперативного мышления баскетболистов.

Для выявления уровня технической подготовленности юных спортсменов использовались следующие контрольные испытания: броски с ближней дистанции (% попаданий из-под кольца); челночный бег с ведением мяча (сек.); передача мяча в стену (кол-во/30 сек.); жонглирование двумя мячами одной рукой (кол-во); ведение мяча на месте (кол-во/30 сек.).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Для того чтобы разобраться с вопросом о необходимости и целесообразности развития неведущей руки, был проведен анализ видеозаписей спортивных игр команд различной квалификации в современном баскетболе. Во время игры баскетболист оказывается в ситуации, когда необходимо выполнить технический прием неведущей рукой. Поэтому очень важно иметь достаточный уровень владения техникой как ведущей, так и неведущей рукой. Проведенный анализ видеозаписей показал, что на сегодняшний день в командах высшего уровня квалификации использование неведущей руки в игре составляет около 25 %, на школьном уровне использование неведущей руки имеет низкий процент и составляет ниже 15 % [17].

Эффективное выполнение технических действий спортсменом – один из факторов, определяющих исход игры [18]. Так как процент использования неведущей руки в игровой деятельности является достаточно высоким, это говорит о целесообразности сглаживания имеющейся функциональной асимметрии у юных спортсменов. Соответственно, формированию правильной техники игры и достижению высоких спортивных результатов юными баскетболистами препятствует односторонность функциональной асимметрии. Это послужило основанием для разработки модели технической подготовки юных баскетболистов 10–12 лет с учетом функциональной асимметрии для совершенствования процесса технической подготовки [19].

За время педагогического эксперимента был проведен анализ результативности выполнения технических приемов юными баскетболистами с учетом функциональной асимметрии в соревновательной деятельности в динамике [20]. В ходе данного анализа было выявлено, что выраженная функциональная асимметрия негативно влияет на результативность выполнения юными баскетболистами технических приемов неведущей рукой.

Для объективной оценки юным баскетболистам КГ и ЭГ необходимо было выполнить отдельные контрольные испытания для определения уровня технической подготовленности. В таблице 1 представлена динамика показателей технической подготовленности юных баскетболистов в ходе эксперимента.

Анализ результатов свидетельствует, что у юных баскетболистов ЭГ достоверно улучшились результаты как ведущей, так и неведущей руки по всем контрольным упражнениям. У юных баскетболистов КГ наблюдается

Таблица 1. Динамика показателей технической подготовленности юных баскетболистов

Показатели		№ теста	КГ	ЭГ	Достоверность различий	
					t	p
Броски мяча с ближней дистанции (%)	Ведущая рука	1	48,35±0,36	48,05±0,38	0,571	>0,05
		2	54,75±0,56	55,3±0,4	-0,802	>0,05
		3	62,6±0,4	63,2±0,44	-1,016	>0,05
	Неведущая рука	1	24,85±0,63	24,4±0,54	0,541	>0,05
		2	26,6±0,44	29,1±0,91	-2,481	<0,05
		3	28,8±0,42	35,2±0,48	-10,050	<0,01
Передачи мяча в стену (кол-во раз/30 сек.)	Ведущая рука	1	18±0,27	17,8±0,25	0,542	>0,05
		2	23±0,25	23,2±0,23	-0,592	>0,05
		3	27,3±0,25	27,4±0,2	-0,312	>0,05
	Неведущая рука	1	15,8±0,23	15,7±0,25	0,295	>0,05
		2	17±0,15	18,2±0,19	-4,952	<0,01
		3	20,1±0,22	24,05±0,23	-12,380	<0,01
Ведение мяча на месте (кол-во раз/30 сек.)	Ведущая рука	1	41,2±0,22	41±0,15	0,757	>0,05
		2	47,15±0,29	47,85±0,3	-1,674	>0,05
		3	55,85±0,32	56,1±0,27	-0,602	>0,05
	Неведущая рука	1	24,9±0,25	25,05±0,17	-0,498	>0,05
		2	28,05±0,17	32,8±0,29	-13,901	<0,01
		3	33,85±0,29	42,75±0,36	-19,110	<0,05
Челночный бег с ведением мяча (сек.)	Ведущая рука	1	52,6±0,5	52,95±0,44	-0,529	>0,05
		2	50,35±0,27	50,1±0,35	0,566	>0,05
		3	48,25±0,32	47,2±0,27	2,475	<0,05
	Неведущая рука	1	55,75±0,65	56,2±0,64	-0,491	>0,05
		2	54,1±0,45	51,7±0,69	2,919	<0,05
		3	51,85±0,4	48,95±0,29	5,824	<0,01
Жонглирование мячами (кол-во раз)	Ведущая рука	1	4,35±0,15	4,25±0,15	0,471	>0,05
		2	4,95±0,16	5,5±0,2	-2,135	<0,05
		3	5,7±0,15	6,5±0,25	-2,721	<0,05
	Неведущая рука	1	2,7±0,17	2,8±0,14	-0,455	>0,05
		2	3,35±0,13	4,1±0,15	-3,762	<0,05
		3	3,9±0,15	5,3±0,17	-6,270	<0,01

значительное улучшение результатов только ведущей руки, а результаты неведущей руки менее выражены.

Так, в контрольном упражнении «бросок мяча с ближней дистанции» ведущей рукой в КГ процент попадания вырос с 48,35 до 62,6 (на 14,25 %), а неведущей рукой – с 24,85 до 28,8 (на 3,95 %). В ЭГ при выполнении данного контрольного упражнения ведущей рукой процент попаданий вырос с 48,05 до 63,2 (на 15,15 %), а неведущей рукой – с 24,4 до 35,2 (на 10,8 %).

В контрольном упражнении «передача мяча в стену» фиксировалось количество выполненных передач в стену за 30 сек. ведущей и неведущей рукой. В обеих группах наблюдается значительный прирост при выполнении передач ведущей рукой: в КГ с 18 до 27,3 (на 9,3), а в ЭГ с 17,8 до 27,4 (на 9,6) передач за 30 сек. А вот при выполнении передач неведущей рукой большего успеха добились юные баскетболисты ЭГ, где количество передач, выполненных за 30 сек., выросло с 15,7 до 24,05, что в среднем на 8,35 больше. В КГ также наблюдается незначительное повышение количества передач, выполненных неведущей рукой, с 15,8 до 20,1 (всего на 4,3).

В контрольном упражнении «ведение мяча на месте» при его выполнении ведущей рукой также наблюда-

ется улучшение показателя в обеих группах. Например, в КГ количество раз, выполненных за 30 сек., увеличилось с 41,5 до 55,85 (на 14,35), а в ЭГ – с 41 до 56,1 (на 15,1). При выполнении ведения мяча на месте неведущей рукой в КГ показатель улучшился незначительно – с 24,9 до 33,85 (на 8,95 ударов больше), а в ЭГ, наоборот, заметно вырос – с 25,05 до 42,75, что в среднем на 17,7 ударов больше, чем изначально.

Для более точного определения уровня ведения мяча дополнительно использовалось контрольное упражнение «челночный бег с ведением мяча». При первоначальном тестировании обе группы выполняли данное упражнение примерно с одинаковой скоростью. Но после двухлетнего педагогического эксперимента показатели улучшились в обеих группах. Юные баскетболисты КГ, выполняя челнок с ведением мяча ведущей рукой, стали пробегать его быстрее в среднем на 4,3 сек., с 52,6 до 48,25 сек., а при ведении мяча неведущей рукой время снизилось с 55,75 до 51,85 сек. (на 3,9 сек.). А вот показатели юных баскетболистов ЭГ превышают показатели КГ. Так, юноши ЭГ в последнем контрольном тестировании пробежали челнок с ведением мяча ведущей рукой за 47,2 сек., когда первоначально пробежали за 52,95 сек., соответственно, на 5,75 сек. быстрее.

А при ведении мяча неведущей рукой показатели улучшились еще больше, снизившись с 56,2 до 48,95 сек. (на 7,25 сек. быстрее).

Также техническая подготовленность юных баскетболистов оценивалась по результатам жонглирования. Мы расширили данное контрольное упражнение, усложнив его жонглированием ведущей и неведущей рукой. На начало эксперимента юные баскетболисты КГ выполняли жонглирование ведущей рукой в среднем 4,35 раза, а юные баскетболисты ЭГ – в среднем 4,25. Причем обе группы показали плохое умение жонглировать неведущей рукой, в среднем в КГ – 2,7, в ЭГ – 2,8 раза. Спустя два года педагогического эксперимента результаты тестирования в ЭГ показывают достоверно высокие показатели в жонглировании ведущей и неведущей рукой и составляют 6,5 и 5,3 раза соответственно. В КГ улучшились результаты в жонглировании ведущей рукой в среднем до 5,7 раза, а неведущей остались на среднем уровне и составили 3,9 раза.

ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ВЫВОДЫ

Исходя из таблицы уровней сформированности технической подготовленности юных баскетболистов 10–12 лет, разработанной нами ранее, и полученных результатов контрольных испытаний, это позволит объективно оценить уровень технической подготовленности юных баскетболистов при переходе из начальных групп подготовки в учебно-тренировочные.

Анализ результатов уровня технической подготовленности свидетельствует, что у юных баскетболистов ЭГ достоверно улучшились результаты как ведущей, так и неведущей руки по всем контрольным упражнениям. Данные результаты связаны с тем, что тренировочный процесс ЭГ проходил по определенной модели технической подготовки, где были внедрены специализированные комплексы упражнений, направленные на сглаживание функциональной асимметрии. У юных баскетболистов КГ наблюдается значительное улучшение результатов только ведущей руки, а результаты неведущей руки менее выражены, что, скорее всего, связано с тем, что в стандартных программах по баскетболу, рекомендованных для СДЮШОР, не учитываются индивидуальные особенности спортсменов, в частности функциональная асимметрия, при обучении начальной технике баскетбола.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Шестаков М.М., Суворов В.В. Необходимость учета асимметрии при определении игрового амплуа юных футболистов на этапе начальной специализации // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2007. № 1. С. 46–47.
- Гронская А.С. Функциональные асимметрии в баскетболе // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. 2007. Т. 9. С. 94–98.
- Крайнова Т.В., Бердичевская Е.М. Функциональный профиль асимметрии юных спортсменов, специализирующихся в эстетической гимнастике // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 4: Естественно-математические и технические науки. 2013. № 2. С. 71–75.
- Скрынникова Н.Г. Особенности функционального профиля асимметрии у детей периода второго детства на начальном этапе обучения плаванию // Здоровье и образование в XXI веке. 2007. № 2. С. 212–213.
- Лесгафт П.Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. СПб.: тип. А. Бенке, 1912. 23 с.
- Горячева Н.Л., Анцыперов В.В. Влияние функциональной асимметрии на техническую подготовленность в парно-групповой акробатике // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2011. № 2. С. 65–68.
- Мониторинг физического состояния детей / под ред. К.Д. Чермит. Майкоп: АГУ, 2004. 56 с.
- Чермит К.Д. Симметрия – асимметрия в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1992. 256 с.
- Богданец В.В. Методика начального обучения технике владения мячом на основе асимметрии развития двигательной функции у юных футболистов 7–10 лет : дис. ... канд. пед. наук. Смоленск, 2005. 149 с.
- Карягина Н.В. Латеральное лимитирование нагрузки в процессе тренировки спортсменов : дис. ... канд. пед. наук. Майкоп, 1995. 172 с.
- Колесникова Л.А. Методика физической и тактической подготовки юных баскетболистов с учетом моторной асимметрии : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Воронеж, 2005. 21 с.
- Саидов А.А. Как стать двуруким // Спортивные игры. 1982. № 9. С. 87–92.
- Губа В.П., Квашук П.В., Никитушкин В.Г. Индивидуализация подготовки юных спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 2009. 276 с.
- Дорохов Р.Н., Губа В.П. Интегративная антропология в подготовке высококвалифицированных спортсменов // Актуальные проблемы совершенствования системы подготовки спортивного резерва: материалы XVI Всероссийской научно-практической конференции, посвященной памяти М.Я. Набатниковой. М.: ВНИИФК, 1999. С. 122–124.
- Суслов Ф.П. О возрастных периодах развития физических способностей юных спортсменов // Научный атлетический вестник. 2000. Т. 2. № 2. С. 55–60.
- Баскетбол: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. М.: Совет. спорт, 2006. 100 с.
- Аксарин И.В. Показатели применения неведущей руки при выполнении технических приемов в баскетболе на основе видео анализа команд различной квалификации // Научно-технический прогресс как фактор развития современной цивилизации: сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции. Стерлитамак: АМИ, 2016. Ч. 2. С. 9–12.
- Данилов В.А. Повышение эффективности игровых действий в баскетболе : дис. ... д-ра пед. наук. М., 1996. 379 с.
- Аксарин И.В., Аксарина И.Ю. Модель технической подготовки юных баскетболистов с учетом функциональной асимметрии // Вестник Чувашского государственного педагогического университета им. И.Я. Яковлева. 2017. № 4. С. 58–67.
- Аксарин И.В. Анализ рациональности и результативности выполнения технических приемов юными

баскетболистами с учетом функциональной асимметрии в соревновательной деятельности // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2017. № 4. С. 9–16.

REFERENCES

1. Shestakov M.M., Suvorov V.V. Necessity of the account of asymmetry at determination of a game role of young football players at a stage of initial specialization. *Fizicheskaya kultura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*, 2007, no. 1, pp. 46–47.
2. Gronskaya A.S. Functional asymmetries in basketball. *Aktualnye voprosy fizicheskoy kultury i sporta*, 2007, vol. 9, pp. 94–98.
3. Kraynova T.V., Berdichevskaya E.M. Functional profile of asymmetry in the young sportswomen, specializing in esthetic gymnastics. *Vestnik Adygeyskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 4: Yestestvenno-matematicheskie i tekhnicheskie nauki*, 2013, no. 2, pp. 71–75.
4. Skrynnikova N.G. Features of functional profile of asymmetry in children of the second childhood at the initial stage of training in swimming. *Zdorove i obrazovanie v XXI veke*, 2007, no. 2, pp. 212–213.
5. Lesgaff P.F. *Rukovodstvo po fizicheskomu obrazovaniyu detey shkolnogo vozrasta* [Guidelines for the physical education of school-age children]. Sankt Petersburg, tip. A. Benke Publ., 1912. 23 p.
6. Goryacheva N.L., Antsyperov V.V. Influence of the functional asymmetry on the technical readiness in pair-group acrobatics. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgaffa*, 2011, no. 2, pp. 65–68.
7. Chermit K.D., ed. *Monitoring fizicheskogo sostoyaniya detey* [Monitoring the physical condition of children]. Maykop, AGU Publ., 2004. 56 p.
8. Chermit K.D. *Simmetriya – asimmetriya v sporte* [Symmetry – asymmetry in sport]. Moscow, Fizkultura i sport Publ., 1992. 256 p.
9. Bogdanets V.V. *Metodika nachalnogo obucheniya tekhnike vladeniya myachom na osnove asimmetrii razvitiya dvigatelnoy funktsii u yunikh futbolistov 7–10 let*. Dis. kand. ped. nauk [Methods of primary education the ball on the basis of asymmetry of development of impellent function at young football players of 7–10 years]. Smolensk, 2005. 149 p.
10. Karyagina N.V. *Lateralnoe limitirovanie nagruzki v protsesse trenirovki sportsmenov*. Dis. kand. ped. nauk [Lateral load limitation in the training of athletes]. Maykop, 1995. 172 p.
11. Kolesnikova L.A. *Metodika fizicheskoy i tekhniko-takticheskoy podgotovki yunikh basketbolistov s uchetom motornoy asimmetrii*. Avtoref. dis. kand. ped. nauk [Methods of physical and technical-tactical training of young basketball players taking into account the motor asymmetry]. Voronezh, 2005. 21 p.
12. Saidov A.A. How to become a two-handed. *Sportivnye igry*, 1982, no. 9, pp. 87–92.
13. Guba V.P., Kvashuk P.V., Nikitushkin V.G. *Individualizatsiya podgotovki yunikh sportsmenov* [Individualization of training of young athletes]. Moscow, Fizkultura i sport Publ., 2009. 276 p.
14. Dorokhov R.N., Guba V.P. The questions of the integrative anthropology in training of highly-qualified sportsmen. *Aktualnye problemy sovershenstvovaniya sistemy podgotovki sportivnogo rezerva: materialy KhVI Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii, posvyashchennoy pamyati M.Ya. Nabatnikovoy*. Moscow, VNIIFK Publ., 1999, pp. 122–124.
15. Suslov F.P. About age periods of development of physical abilities of young sportsmen. *Nauchnyy atleticheskii vestnik*, 2000, vol. 2, no. 2, pp. 55–60.
16. *Basketbol: primernaya programma sportivnoy podgotovki dlya detsko-yunosheskikh sportivnykh shkol, spetsializirovannykh detsko-yunosheskikh shkol olimpiyskogo rezerva* [Basketball: an exemplary program of sports training for children's and youth sports schools, specialized children's and youth schools of the Olympic reserve]. Moscow, Sovet. sport Publ., 2006. 100 p.
17. Aksarin I.V. Indicators of the use of the ignorant hand in the performance of techniques in basketball on the basis of video analysis of teams of various qualifications. *Nauchno-tekhnicheskii progress kak faktor razvitiya sovremennoy tsivilizatsii: sbornik statey po itogam Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii*. Sterlitamak, AMI Publ., 2016. Ch. 2, pp. 9–12.
18. Danilov V.A. *Povyshenie effektivnosti igrovyykh deystviy v basketbole*. Dis. dokt. ped. nauk [Improving the efficiency of game actions in basketball]. Moscow, 1996. 379 p.
19. Aksarin I.V., Aksarina I.Yu. Model for technical training of young basketball players taking into account functional asymmetry. *Vestnik Chuvashskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. I.Ya. Yakovleva*, 2017, no. 4, pp. 58–67.
20. Aksarin I.V. Analysis of rationality and effectiveness in the execution of technical skills by young basketball players with regard to functional asymmetry in competitive activities. *Vektor nauki Tolyattinskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika, psikhologiya*, 2017, no. 4, pp. 9–16.

**THE ASSESSMENT OF TECHNICAL COMPETENCE
OF YOUNG BASKETBALL PLAYERS CONSIDERING FUNCTIONAL ASYMMETRY**

© 2018

I.V. Aksarin, chief officer of Analytics Department of the Office of Information Management and Analysis
Yugra Prirodnadzor, Khanty-Mansiysk (Russia)

Keywords: technical competence in basketball; techniques in basketball; functional asymmetry; model of technical training of basketball players; young basketball players.

Abstract: The theory and practice of basketball consider marginally the issues related to the technical training of young basketball players taking into account the profiles of functional asymmetry. Often, in practice, coaches train for the result using only the dominant hand, while the non-dominant hand performs only auxiliary actions. However, it is worth noting that in game sports, such as handball, volleyball, and basketball, the ability to perform technical actions equally well in both directions, allows achieving high results. But in order to use equally the right and left hands, and to be an all-around sportsman, regular work is necessary.

The goal of the research is the assessment of technical competence of young 10–12-year-old basketball players taking into account functional asymmetry.

The author checked experimentally the model of technical training of young basketball players taking into account functional asymmetry. Control tests to determine the technical competence of young basketball players were carried out. At the end of the pedagogical experiment, the indices of control tests performed by the dominant hand improved equally both in the control and in the experimental groups, and the level of formation of technical competence reached a high assessment. The indicators of control tests performed by the non-dominant hand in groups differ. In the control group, in all control tests, the indicators of young basketball players while performing exercises by the non-dominant hand, slightly improved, and the level increased from low to medium. In the experimental group, when performing the control tests by the non-dominant hand, the indicators increased from low to high level.

The reliable improvement of the indicators of technical competence of young basketball players proves the effectiveness of the implementation of technical training model taking into account the functional asymmetry, which includes the special-purpose exercise series aimed at the smoothing the existing functional asymmetry.