

## Сравняване на физическото развитие, двигателните качества и технически умения между юноши баскетболисти от България и Албания

Людмил Петров, Едмонд Бичоку, Иван Нейков

*Comparison I the physical development, technical ability between basketball players from Bulgaria and Albania: The basketball is one of the most mass sports that are being practiced in the schools. In the hours of more active upbringing and sport in the adulterous pans as well, he is much distributed as poised form of prosecution by so called street ball and game as well on one basket apart.*

*Key words: basketball, young basketball players, athletic abilities, technical elements, development.*

### ВЪВЕДЕНИЕ

Баскетболът бележи неимоверно развитие по отношение на атлетизма на състезателите и подобренията им технически способности през последните години. По отношение на популярността си този спорт е извоювал огромна популярност в целия свят. Балканските страни не правят изключение, като отбори от тези страни участват ежегодно в различни състезания, провеждани в Европа и света. Радващо е, че болшинството от младежите в тези страни практикуват баскетбол, освен в спортните зали и салони в организирани тренировки, а и като самостоятелна развлекателна дейност на училищните и квартални площадки в игри на стрийтбол, минибаскетбол, бийчбаскетбол и пр. в противовес на отрицателните привички на съвременността. Изследвания на физическото развитие, двигателните качества и техническите умения на младите баскетболисти би подпомогнало подготовката им, а сравняването с връстниците им от региона би дало по-реална преценка на постигнатото в тренировките. Изследвания на наши и чужди автори [1, 2, 3, 4, 5, 6] потвърждават това.

### ИЗЛОЖЕНИЕ

**Цел** на изследването бе сравняване на физическото развитие, двигателните качества и техническите умения на юноши баскетболисти от България и Албания на 16-18 годишна възраст.

#### **Задачи:**

1. Проучване на въпроса според информационни източници.
2. Изследване на физическото развитие, двигателните качества и техническите умения на юноши от България и Албания.
3. Сравняване на получените резултати.

#### **Организация на изследването:**

Изследването бе проведено през спортно-състезателната 2006/2007 година с контингент - баскетболисти от гр. Елбасан, Албания и от гр. Велико Търново, България, по 14 души от отбор или общо 28. И двата изследвани отбора са участници в националните първенства на своите страни. Броят на тренировките им бе по 5-6 на седмица, по 1,5 до 2 часа едната.

#### **Методика:**

Извършихме измервания с посочените по-долу тестове (таблица 1) 2 пъти в годината през месец октомври и през месец май.

Таблица 1

Контролни тестове, използвани по време на изследванията			
Тестове	Код	Мерни единици	Точност на измерването
1. Височина	H	cm	1
2. Тегло	T	kg	1
3. Хвърляне на плътна топка 2 кг	H2	m	0,1
4. Бягане между 4 стойки без топка	B4	s	0,1
5. Дрибъл между 4 стойки	DR4	s	0,1
6. Стрелба с отскок 3 x 10 от 5 метра	3x10	Брой сполучливи	1
7. Наказателни удари 10x2	10x2	Брой сполучливи	1
8. Бягане 20 м	B20	s	0,1
9. Совалка 10x5,8	10x5,8	s	0,1

## АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ

Таблица 2

Резултати от изследванията на юноши баскетболисти от Албания и България					
Тестове/Показатели	Баскетболисти от Албания	Баскетболисти от България	d	t	P%
1. H	187,7	189,2	1,5	0,05	3,9
2. T	75,8	78,5	2,7	2,87	99,6
3. T2kg	12,07	11,3	0,77	0,05	3,9
4. B4	20,77	21,64	0,87	1,03	69,7
5. D4	22,77	22,86	0,09	0,42	32,6
6. 3x10	14,8	16	1,2	0,05	3,9
7. 10x2	12	14	2	0,08	6,4
8. B20	3,11	2,56	0,12	0,10	7,9
9. 10x5,8	19,95	20,5	0,55	0,12	9,5

На таблица 2 са представени получените резултатите от изследванията на двете групи баскетболисти, през месец май, когато се счита, че отборите са във върхова спортна форма за предстоящите зонални и национални първенства на своите страни. Видно е, че българските юноши превъзхождат албанските по отношение на ръста и теглото, т.е. по антропометрични показатели. Разликата е значима при теглото на състезателите ( $P_t=99,9\%$ ). По отношение на баскетболната техника резултатите показват незначително превъзходство ( $P\%<95$ ) на албанските състезатели в тест 4 (B4) – бягането между 4 стойки и незначимо – в тест 5 (D4) – водене между 4 стойки. В стрелбата с отскок и наказателните удари, се вижда отново незначително превъзходство на българските юноши. В бързината – също, но при последния тест - совалко бягане 10x5,80 м – незначителна преднина имат албанците.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изследвания по отношение на физическото развитие, двигателни качества и технически умения са правени и миналото, но в повечето случаи само в собствената страна, като в България се срещат повече подобни изследвания. По отношение на ръст и тегло българските юноши баскетболисти превъзхождат албанските. Същото може да се каже и за бързината и за стрелбата в коша. Албанските юноши показват по-добри скоростно-силови показатели.

С едно изключение – теглото, останалите качества и способности, изследвани от нас, не показват значими разлики.

#### ЛИТЕРАТУРА

- [1] Бъчваров, М. (1979) Спортно-педагогически научно-приложни изследвания, ЦС на БСФС, София.
- [2] Бичоку, Е. (2008) Изследване на технико-тактическата подготовка на 16-18 годишни баскетболисти, магистърски труд, ВТУ-В. Търново.
- [3] Желязков, Ц., Я. Брогли, П. Ножаров (1984) Система за контрол и оценка на спортната подготовка на спортния резерв, ЦС на БСФС, София.
- [4] Jovanovic, D., I. Jovanovic (2003) Antropoloske osnove kosarke, Nis
- [5] Наумовски, М. (2003) Теоретски основи на кошарката, Универзитет „Св. Кирил и Методиј“ Скопје.
- [6] Петров, Л. (2001) Влиянието на подбора и тренировъчния ефект в развитието на подрастващи спортисти, сб. Иновации във физическото възпитание и спорта в началото на 21 век, ТУ, Варна, с. 154.

#### За контакти:

Доц. Людмил Петров, д-р, Катедра “Теория и методика на физическото възпитание”, Великотърновски университет “Св.св. Кирил и Методий”, Тел.: 0887 542 388, E-mail: [ludmil\\_petrov@yahoo.com](mailto:ludmil_petrov@yahoo.com)

Докторант Едмонд Бичоку – катедра „Физическо възпитание и спорт“, Университет в гр. Елбасан, Албания

Докторант Иван Нейков, катедра „Физическо възпитание и спорт“, Русенски университет; e-mail: [neikov\\_1984@abv.bg](mailto:neikov_1984@abv.bg)

**Докладът е рецензиран.**