

соревнованиях.

2. Оценка результатов: Оценка индивидуальных и командных результатов, выявление сильных и слабых сторон, корректировка предполагаемых результатов и дальнейших соревнований.

3. Изменение объемов и интенсивности: Корректировка объемов и интенсивности тренировочных нагрузок.

4. Введение новых упражнений: Введение новых упражнений для устранения выявленных недостатков.

5. Перераспределение времени на различные виды подготовки в зависимости от выявленных потребностей.

6. Оформление всех изменений в рабочей программе и их согласование с администрацией.

Таким образом, внесение корректировок в рабочую программу тренера-преподавателя на основе результатов соревновательной деятельности позволяет адаптировать тренировочный процесс под текущие потребности спортсменов и достигать более высоких результатов.

Рабочие программы тренеров должны включать в себя детальное планирование соревновательной деятельности. Это включает в себя определение количества и типов соревнований, а также распределение нагрузки между ними. Тренеры должны анализировать календарь соревнований и адаптировать подготовку под каждого спортсмена, учитывая его текущие возможности и цели.

Таким образом, годичный макроцикл в баскетболе с учетом 52 учебных недель представляет собой комплексный и структурированный подход к подготовке спортсменов, который позволяет достигать высоких результатов и поддерживать высокий уровень физической и психологической подготовки.

Библиографический список:

1. Афанасьев, В. В. Структура годичных циклов спортивной тренировки. – М.: Физкультура и спорт, 2018.
2. Иванов, И. И. Макроцикл спортивных тренировок. – СПб.: Питер, 2019.
3. Приказ Министерства спорта РФ от 24 января 2022 г. № 40 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол"

УДК 796.08

Устинова О.М. Андрюхина Т.В., Шаповалов Ю.В.

Ustinova O.M. Andriukhina T.V.

Shapovalov Yu.V.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург

Russian State Vocational Pedagogical University, Yekaterinburg

*Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования "Спортивная школа "Старый соболь"
Municipal budgetary institution of additional education "Sports
School" "Staryy sobol'"
olaustinova2102@mail.ru*

ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ МАССОВЫХ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО БАСКЕТБОЛУ 3Х3 С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СИСТЕМЫ ПРОГРАММ ФИБА 3Х3

Аннотация. Представлен опыт организации и проведения соревнований физкультурно-массовой направленности по баскетболу 3х3 при использовании комплекса программ, разработанных Международной Федерацией баскетбола (ФИБА) для упрощения получения информации вовремя проведения соревнований и минимизации травматизма у юных спортсменов.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, баскетбол 3х3, здоровье детей, подростковый возраст.

OPTIMIZATION OF MASS PHYSICAL EDUCATION COMPETITIONS IN 3X3 BASKETBALL USING THE FIBA 3X3 PROGRAM SYSTEM

Abstract. The article presents the experience of organizing and holding physical culture and mass competitions in 3x3 basketball using a set of programs developed by the Federation International Basketball Association (FIBA) to simplify the receipt of information during competitions and minimize injuries among young athletes.

Keywords: competitive activities, basketball 3x3, children's health, adolescence.

Баскетбол 3х3, также известный как стритбол, становится все более популярным среди молодежи. Это связано с его доступностью, простотой правил и возможностью играть на открытых площадках. Регулярные занятия баскетболом 3х3 способствуют улучшению физической формы, развитию силы, выносливости и координации. Это особенно важно для молодежи, так как способствует общему укреплению здоровья и профилактике различных заболеваний [1].

Для популяризации нового олимпийского вида спорта «Баскетбол 3х3» Международная Федерация баскетбола (ФИБА) разработала комплекс программ, позволяющих упростить работу главному судье и главному секретарю массовых соревнований по баскетболу 3х3. Комплекс программ, разработанных ФИБА, активно начал внедряться в России после того, как наши мужская и женская команда завоевали серебро на Олимпиаде в Токио, проводимой в 2020 году. Спустя долгое время апробации новой технологии ее начали использовать на соревнованиях различного уровня включая массовые соревнования физкультурной направленности [3].

При подготовке проведения соревнований по баскетболу 3х3 в ходе работы

методического объединения МБУ ДО «СШ «Старый соболев» тренером-преподавателем Шаповаловым Ю.В. было выдвинуто предложение запретить спортсменам 2011 г.р. и моложе участвовать в соревнованиях физкультурно-оздоровительной направленности в двух и более возрастных категориях и провести соревнования с использованием системы программ ФИБА 3х3 для контроля за спортсменами на всех этапах соревнования.

Шаповалов Ю.В. в ходе своей работы по здоровьесбережению юных спортсменов групп начальной подготовки и спортсменов первого года тренировочных занятий в ходе работы на открытых площадках отметил тенденцию, заключающуюся в прогрессии риска получения травм на соревнованиях, и вывел допустимое количество игр на асфальтовых площадках. Таблица основывается на данных серии товарищеских игр по баскетболу 3х3 (25 игр)

Таблица №1

Количество игр	Процент риска травм в различных группах			
	НП-1	НП-2	НП-3	ТГ-1
1	1%	1%	1%	1%
2	1%	1%	1%	1%
3	1%	1%	1%	1%
4	5%	5%	5%	5%
5	5%	5%	5%	5%
6	10%	5%	5%	5%
7	15%	20%	20%	15%
8	25%	20%	20%	20%
9	30%	30%	25%	25%
10	40%	30%	30%	30%

Проанализировав имеющиеся данные, был сделан вывод что участие в более чем 6 играх влечет нецелесообразно большой риск травматизма для юных спортсменов, поэтому реализация ограничения играть за две и более команды в разных возрастных группах для спортсменов 2011 г.р. и моложе должно способствовать минимизации рисков травматизма.

Проанализировав работу в г. Екатеринбурге при проведении физкультурных соревнований, было выявлено, что система программ по баскетболу 3х3 облегчает работу главной судейской коллегии и позволяет отследить деятельность каждого участника соревнований на всех этапах проведения. Для проведения соревнований был принят алгоритм действий для обучения работе с программами ФИБА 3х3:

- 1) Разработка гугл-формы для приема заявок на соревнование

- 2) Оформление таблицы в формате Excel для анализа состава команд
- 3) Регистрация на сайте <https://em.fiba3x3.com/> в качестве игрока всех участников
- 4) Регистрация проводящей соревнования организации с подтверждённой записью на сайте <https://em.fiba3x3.com/> в качестве организатора
- 5) Оформление соревнования на сайте
- 6) Заполнение зарегистрированных команд
- 7) Составление онлайн расписания
- 8) Размещение расписания в общедоступные источники ссылкой (Пример: <https://play.fiba3x3.com/events/8a7f4a1c-b1f1-41d4-abb6-1db5a37ad18b>)

Для проведения XXV Чемпионата города по баскетболу 3x3, посвященного Дню города в рамках Всероссийских массовых соревнований "Оранжевый мяч" данное предложение было апробировано. В Положении о проведении соревнования был включен запрет на участие игроков младшего возраста в 2-х и более возрастных категориях, для проведения этого соревнования и отслеживания соблюдения требований использовалась система программ, разработанных ФИБА.

Комплекс программ ФИБА 3x3 позволяет главной судейской коллегии (ГСК) отследить участие каждого спортсмена в составе команд на этапе заявочной компании и в ходе проведения соревнования, так как идет распределение очков по всем игрокам, участвующим в игре. Игру судья-секретарь ведет онлайн в программе <https://scores.fiba3x3.com/>, что позволяет разнести результат игры в онлайн таблицу без участия главного секретаря соревнований. Главный судья и главный секретарь могут непосредственно контролировать любое количество спортсменов находясь непосредственно на игровых площадках [2].

Оптимизация работы судей – секретарей и главной судейской коллегии с использованием возможностей системы программ ФИБА 3x3 позволяет более качественно и наглядно, в онлайн режиме видеть результаты команд, ускоряет составление онлайн расписания финалов (команды, вышедшие в финал, автоматически встают в расписание), позволяет создать единую сквозную систему для ранжирования команд на последующих соревнованиях и обеспечивает прозрачность судейской работы, что важно для спортсменов и их родителей.

После проведения соревнования было проанализировано количество команд и участников, заявившихся в младшие категории на данных соревнованиях в 2024 и 2023 году и так же было проанализировано количество обращений к медицинскому персоналу по поводу наиболее часто встречающихся травм спортсменов.

В 2024 году в соревнования в младших категориях было заявлено 30 команд, что на 2 меньше, чем в 2023 году, что составляет 6,25% от общего числа команд и является минимальным. Стоит заметить, что количество участников в 2024 году

наоборот прогрессировало из-за введенного ограничения, в 2024 году в соревнованиях участвовало 117 спортсменов младшего возраста, а в 2023 году 96. Рост количества участников на 17,9% в 2024 году показывает большую заинтересованность спортсменов младших категорий, что является неоспоримым плюсом при организации физкультурно-массовых соревнований, где основной целью проведения соревнований является популяризация баскетбола 3х3 среди населения.

Количество обращений к медицинской службе в 2024 году составило 9 случаев в ходе проведения всего соревнования. Основная масса обращений — это гематомы, ссадины и легкие потертости, одно обращение было с подозрением на тепловой удар у болельщицы-родительницы одной из команд. В 2023 году обращений было 17, основную массу составили такие же легкие травмы, однако было 3 подозрения на вывих и 2 подозрения на сильный ушиб.

Апробирование введения ограничений для участия спортсменов 2011 г.р. и моложе (участие только в одной команде в одной категории) для проведения соревнований по баскетболу 3х3 дало положительную динамику в увеличении численности привлеченных спортсменов, минимизации рисков травматизма и доказало, что с помощью использования системы программ по баскетболу 3х3, разработанных ФИБА, главная судейская коллегия может проконтролировать выполнение ограничений, установленных Положением о проведении соревнований, упростить подачу заявок на участие, обеспечить доступность расписания и результатов игр в онлайн режиме, что значительно повышает качество проведения физкультурно-массовых соревнований по баскетболу 3х3.

Библиографический список:

1. *Васильев, В.В.* Влияние баскетбола 3х3 на физическое развитие молодежи // Молодежный спорт. 2022. №6. С. 10-15.
2. *Васильев, В.В.* Современные тенденции развития баскетбола 3х3 // Материалы международной научно-практической конференции “Спорт и здоровье”. 2021. С. 100-105.
3. *Иванов, И.И.* Развитие баскетбола 3х3 в России // Баскетбольный мир. 2022. №5. С. 20-25.

УДК 7.092

Червинский Д.Е., Колесова И.С.

Chervinsky D.E., Kolesova I.S.

Российский государственный

профессионально-педагогический университет,

г. Екатеринбург, Россия

Russian state professional Pedagogical University, Yekaterinburg, Russia

ПРОБЛЕМЫ КИБЕРСПОРТА В РОССИИ