

ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНИХ УМІНЬ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ З БАСКЕТБОЛУ

Галайдюк Микола

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського,
кафедра фізичного виховання
mykola.halaidiuk@vspu.edu.ua*

Анотація. У статті представлено інформацію, щодо формування у студентів фізкультурно-спортивних умінь у навчально-тренувальному процесі з баскетболу.

Ключові слова: фізичний розвиток, навчання, визначення стану здоров'я, уміння, дослідження.

Summary. Halaidiuk M. **Formation of students' physical and sports skills in the basketball educational and training process.** The article presents information on the formation of students' physical education and sports skills in the basketball training process.

Keywords: physical development, learning, determining health status, skills, research.

Постановка проблеми. У сучасній системі фізичного виховання студентів важливого значення набуває формування фізкультурно-спортивних умінь як складової професійної підготовки майбутніх фахівців. Баскетбол як динамічний командний вид спорту створює широкі можливості для розвитку рухових, когнітивних і комунікативних умінь. Водночас ефективність їх формування залежить від правильно організованого навчально-тренувального процесу, що поєднує теоретичну підготовку, практичну діяльність та індивідуальний підхід до студентів.

Обговорення. Формування фізкультурно-спортивних умінь у баскетболі (ведення м'яча, передача, кидок) є поетапним процесом, що включає ознайомлення з руховими діями, їх усвідомлення та подальше вдосконалення. Така послідовність забезпечує перехід від репродуктивного виконання до свідомого та автоматизованого застосування умінь [1-3].

Важливою умовою ефективного навчання є взаємозв'язок теоретичних знань і практичної діяльності. На початковому етапі студенти опановують базові поняття і технічні елементи гри, після чого застосовують їх у підвідних і спеціальних вправах. Це сприяє формуванню цілісного уявлення про ігрову діяльність.

Застосування ігрових методів навчання дозволяє максимально наблизити навчальний процес до реальних умов змагань. Залежно від рівня підготовленості студентів добираються відповідні вправи, що сприяють

розвитку координації рухів, швидкості реакції, уміння приймати рішення та імпровізувати у грі.

Процес формування умінь передбачає:

- засвоєння спеціальної термінології та теоретичних знань;
- перенесення умінь у різні ігрові ситуації;
- розвиток здатності до творчого застосування рухових дій.

Суттєву роль відіграють психологічні аспекти навчання. Тренер-викладач повинен створювати позитивний емоційний клімат, який підвищує мотивацію студентів та сприяє ефективному засвоєнню матеріалу. У процесі навчання баскетболу відбувається тісний взаємозв'язок знань і практичних умінь, що забезпечує цілісність підготовки [3].

Важливим є також індивідуальний підхід до студентів. Використання індивідуальних форм роботи дозволяє враховувати рівень підготовленості, фізичні можливості та індивідуальні особливості, що підвищує ефективність формування рухових умінь.

Рекомендації. Для підвищення ефективності формування фізкультурно-спортивних умінь у процесі навчально-тренувальних занять з баскетболу доцільно:

- забезпечувати поетапне формування умінь (ознайомлення – усвідомлення – вдосконалення);
- поєднувати теоретичну підготовку з практичною діяльністю;
- широко використовувати ігрові методи навчання, що моделюють реальні змагальні ситуації;
- застосовувати диференційований та індивідуальний підхід до студентів;
- створювати позитивний емоційний клімат під час занять;
- впроваджувати індивідуальні форми роботи для розвитку недостатньо сформованих умінь;
- орієнтувати навчально-тренувальний процес на розвиток здатності до самостійного прийняття рішень та імпровізації у грі.

Реалізація зазначених підходів сприятиме підвищенню ефективності навчально-тренувального процесу, розвитку фізкультурно-спортивних умінь студентів і формуванню їхньої професійної компетентності.

Література

1. Галайдюк М. А. Баскетбол. Методика навчання, правила змагань, організація і механіка суддівства : навч. посіб. Вінниця, 2001. 192 с.
2. Галайдюк М. А. Баскетбол. Рухливі ігри як ефективний засіб удосконалення навчально-тренувального процесу з баскетболу : навч.-метод. посіб. Вінниця : Планер, 2009. 122 с.
3. Краснобаєва Т. М., Галайдюк М. А. Підготуй себе сам : навч.-метод. посіб. Вінниця, 2010. 286 с.