

**ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО**

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра теорії і методики спорту

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: **Управління підготовкою баскетбольної команди в умовах освітнього закладу**

Здобувача ступеня вищої освіти магістра

2 курсу групи МФКС

денної форми навчання

Галузі знань 01 Освіта/Педагогіка

Освітньої програми: Фізична культура і спорт

Спеціальності: 017 Фізична культура і спорт

Монастирлі Юрія Павловича

Науковий керівник: Вознюк Т.В., доцент кафедри теорії і методики спорту, кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Розширена шкала _____

Кількість балів: _____ Оцінка: ECTS _____

Голова екзаменаційної комісії _____
(підпис) (ініціали, прізвище)

Члени екзаменаційної комісії _____
(підпис) (ініціали, прізвище)

_____ (підпис) (ініціали, прізвище)

м. Вінниця – 2025 рік

АНОТАЦІЇ

Монастирлі Ю.П. Управління підготовкою баскетбольної команди в умовах освітнього закладу. Кваліфікаційна робота на отримання ступеня вищої освіти магістра. Спеціальність 017 Фізична культура і спорт. Освітня програма Фізична культура і спорт. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, м. Вінниця. 2025 р.

Підготовка спортивних команд в умовах закладу освіти вирішує важливі завдання розвитку масового спорту, зміцнення здоров'я молодого покоління, підвищення рухової активності, формування важливих соціальних навичок. Проведення освітніх реформ щодо реорганізації дитячо-юнацьких спортивних шкіл може негативно відбитися на можливостях батьків забезпечувати спортивну підготовку в умовах спортивних клубів, тому альтернативою залишається широкий розвиток секційної роботи на базах освітніх закладів. Розробка технології управління підготовки баскетбольної команди в закладі загальної освітньої освіти визначає актуальність кваліфікаційної роботи.

Метою дослідження було розробити та обґрунтувати систему управління підготовкою баскетбольної команди в умовах закладу загальної середньої освіти.

Для визначення загальних засад та особливостей управління підготовкою баскетбольних команд в закладах середньої загальної освіти було проведене опитування серед тренерів-представників та баскетболістів. Дослідження відбувалося на основі послідовного педагогічного експерименту, що містив констатуючий і формуючий етап. За допомогою педагогічного спостереження вивчалася структура і зміст підготовки баскетболістів в умовах секції закладу загальної середньої освіти. Це дало змогу ознайомитися з плануванням підготовки, контролем навантаження та рівня підготовленості, підходом до підбору засобів підготовки тощо. Проведення педагогічного тестування дало змогу оцінити ефект від впровадження іншої схеми управління підготовкою баскетбольних команд.

Ключові слова: баскетбол, контроль, планування, секційні заняття, шкільна ліга

Monastyrli Yu.P. Management of basketball team training in an educational institution. Qualification work for obtaining a higher education degree of master. Specialty 017 Physical Culture and Sports. Educational program Physical Culture and Sports. Vinnytsia State Pedagogical University named after Mykhailo Kotsiubynsky, Vinnytsia. 2025.

Training of sports teams in an educational institution solves important tasks of developing mass sports, strengthening the health of the younger generation, increasing physical activity, and forming important social skills. Carrying out educational reforms regarding the reorganization of children's and youth sports schools may negatively affect the ability of parents to provide sports training in sports clubs, therefore, the alternative remains the wide development of sectional work on the bases of educational institutions. Development of management technology for training a basketball team in a general education institution determines the relevance of qualification work.

The purpose of the study was to develop and substantiate a system for managing the training of a basketball team in a secondary education institution.

To determine the general principles and features of managing the training of basketball teams in secondary education institutions, a survey was conducted among representative coaches and basketball players. The study was based on a sequential pedagogical experiment that included an ascertaining and formative stage. With the help of pedagogical observation, the structure and content of basketball players' training in a section of a secondary education institution were studied. This made it possible to get acquainted with the planning of training, control of the load and level of preparedness, the approach to selecting training tools, etc. Conducting pedagogical testing made it possible to assess the effect of implementing a different scheme for managing the training of basketball teams.

Keywords: basketball, control, planning, sectional classes, school league

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ І. СПОРТИВНА ПІДГОТОВКА КОМАНД З БАСКЕТБОЛУ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ	
1.1. Теоретичні основи управління спортивними колективами та командами	9
1.2. Завдання та організація секційних занять з баскетболу в закладах освіти	16
1.3. Теоретико-методичні основи формування спеціальних вмінь і навичок в умовах спортивної секції закладу освіти.	18
Висновки до розділу 1	24
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	
2.1. Методи дослідження	26
2.2. Організація дослідження	29
РОЗДІЛ 3 Стан підготовки баскетбольної команди на етапі констатувального експерименту	
3.1. Планування та контроль роботи секції з баскетболу в закладі середньої загальної освіти	
3.2. Показники підготовленості учнів членів баскетбольної команди закладу.....	
РОЗДІЛ 4 Експериментальне обґрунтування впровадження механізмів підготовки баскетбольної команди в умовах закладу освіти з урахуванням вимог сьогодення.	
4.1 . Загальна характеристика розробленої технології управління підготовкою баскетбольної команди	38
4.2. Методичне забезпечення тренувальних занять для підготовки баскетбольних команд	41
ВИСНОВКИ	57

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ	60
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ...	65
ДОДАТКИ	70

ВСТУП

Актуальність дослідження. Суспільний розвиток останнім часом характеризується інтенсивними процесами, основу яких складає ідея задоволення різноманітних потреб людини в руховій активності з використанням масових видів спорту [6]. Чільне місце серед них займає популярний у всьому світі – баскетбол. Ця спортивна гра за досить тривалий термін свого існування продовжує розвиватися та захоплювати серця людей будь якого віку [67]. За рахунок інтенсивної та непередбачуваної рухової діяльності, непереможному командному духу особливої популярності вона набула серед учнівської молоді. Баскетбол внесений в програми з фізичного виховання закладів освіти всіх рівнів.

З 2023 року в Україні за указом Президента України В. Зеленського запроваджено най масштабніші змагання з 12 видів спорту (серед яких є баскетбол і баскетбол 3х3) серед учнів нашої країни «Пліч о пліч всеукраїнські шкільні ліги». Проведення таких змагань вимагає перегляду системи підготовки команд, що здійснюється на базі закладів середньої освіти, існує потреба в систематизованих науково-обґрунтованих практичних і теоретичних рекомендацій щодо ефективної методики підготовки школярів, які займаються в секції з баскетболу [2, 56].

Реалізація принципу варіативності і різноманіття форм фізичного виховання вимагає відмови від зайвої уніфікації та стандартизації змісту процесу виховання, створення альтернативних програм, що враховують кліматичні умови, національні, культурно-історичні традиції, матеріально-технічну забезпеченість конкретних навчальних закладів, з урахуванням особливостей та інтересів тих, хто займаються і професійних можливостей педагогічних колективів [4]. Доцільність занять зі спортивною спрямованістю давно підтверджена низкою наукових досліджень: з футболу – К. Віхрова (1990), О. Зінченко, А. Васильчука (2002), І. Швикова (2010) та ін.; з волейболу

– А. Зав'ялова, Л. Чернова (2000), М. Грибачової (2002), Є. Глінської (2006); з баскетболу – Ж. Козіної (2009), Г. Максимів (2007), В. Горшкова (2003) тощо. Сьогодні фізичне виховання в закладах середньої загальної освіти стоїть перед необхідністю зміни підходів до організації шкільного спортивного руху, підготовки команд і участі в змаганнях, внесення змін у систему управління підготовкою, програмного забезпечення, що підвищить мотивацію дітей до занять фізичною культурою та спортом, зменшить негативний вплив чинників, що на сьогоднішній день присутні в нашій країні.

Мета дослідження – розробити та обґрунтувати систему управління підготовкою баскетбольної команди в умовах закладу загальної середньої освіти.

Відповідно до мети були визначені такі **завдання**:

1. Визначити основні механізми управління підготовкою баскетбольної команди в умовах секції з баскетболу закладу середньої загальної освіти.

2. На основі опитування тренерів та спортсменів представників шкільних баскетбольних команд визначити чинники, що можуть сприяти підвищенню ефективності розвитку шкільного спорту.

3. Розробити технологію управління підготовкою баскетбольних команд в умовах закладу загальної середньої освіти та визначити її ефективність на основі діагностики підготовленості та рівня спортивних досягнень.

Об'єкт дослідження – організація спортивної секційної роботи в умовах закладу освіти .

Предмет дослідження – управління підготовкою шкільних баскетбольних команд.

Для вирішення поставлених завдань використано такі **методи дослідження**: теоретичний аналіз і узагальнення даних літературних джерел та ресурсів мережі Інтернет; анкетування, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, методи описової математичної статистики.

Практична значущість результатів дослідження полягає у розробці технології управління підготовкою баскетбольних команд до змагань шкільної ліги «Пліч-о-пліч», що ґрунтується на принципах наступності та диференціації спортивної підготовки в двох вікових категоріях учнів.

Результати дослідження впроваджено у роботу спортивної секції з баскетболу Маяківського ліцею Маяківської сільської ради Одеського району Одеської обл.

Наукова новизна проведеного дослідження:

- Визначено ключові чинники, що впливають на ефективність підготовки шкільних баскетбольних команд
- Розроблена система управління підготовкою баскетбольних команд за двома віковими категоріями
- Доповнено теоретичні положення щодо змісту підготовки в секції з баскетболу в закладах освіти.

Апробація результатів кваліфікаційної роботи. Основні положення і результати дослідження було представлено на Всеукраїнській студентській науково-практичній конференції «Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві» (Вінниця, 2025), на засіданнях наукового гуртка кафедри теорії та методики спорту.

Публікації. Основні положення кваліфікаційної роботи опубліковано в одноосібній статті в збірнику наукових праць студентської наукової конференції «Сучасні технології у фізичному вихованні різних груп населення, спорті, фізичній терапії та реабілітації» (2025 р.).

Структура та обсяг дипломної роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаної літератури та додатків. Дипломна робота викладена на 62 сторінках, вміщує 7 таблиці, 4 рисунки. У роботі використано 65 джерел.

РОЗДІЛ 1

СПОРТИВНА ПІДГОТОВКА КОМАНД З БАСКЕТБОЛУ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО ЗАКЛАДУ

1.1. Теоретичні основи управління спортивними колективами та командами

Управління розглядається як процес цілеспрямованого впливу суб'єкта (тренер, адміністратор, керівник) на об'єкт (команда, спортсмен, секція) для досягнення поставлених спортивних чи соціально-педагогічних цілей.

Управління в спорті відрізняється від управління в інших сферах, його специфічними ознаками є:

- *Двоєдина природа:* поєднання педагогічного (тренувальний процес) та організаційного (фінанси, матеріально-технічне забезпечення) управління.
- *Результативність:* кінцевий результат (перемога, досягнення нормативу) часто залежить від непередбачуваних факторів (змагальна напруга, суддівство).
- *Об'єкт управління:* робота з унікальним об'єктом – високо мотивованою особистістю спортсмена та специфічним колективом – спортивною командою (колективною єдністю, що формується під час спільної діяльності).

Основними функціями управління в спорті є:

- 1) Планування, що передбачає розробку річних циклів, мікроциклів, стратегії на змагання.
- 2) Організація управління в спорті спрямована на створення умов підготовки (розклад, бази, інвентар).
- 3) Формування мотивації відбувається через стимулювання спортсменів (матеріальне, моральне, психологічне).
- 4) Контроль, що застосовується в спорті поділяють на три основних види: медичний, педагогічний, психологічний.

5) Для управління в спорті характерний аналіз і корекція процесу підготовки, що побудований на оцінці результатів та внесення змін у тренувальний процес.

Спортивну команду можна розглядати як окремий суб'єкт управління. Команда представляє собою малу соціальну групу, об'єднану спільною метою, специфічною діяльністю (тренування, змагання) та внутрішньою структурою (лідери, аутсайдери).

Важливість підбору гравців у команді визначається не лише за фізичними, а й за психологічними якостями. Це вимагає додаткового важеля управління:

- Згуртованістю (когезія): рівень єдності команди, прагнення гравців залишитися в ній. Це ключовий показник ефективності управління.
- Внутрішньоконфліктними конфліктами.
- Командною рольовою структурою: розподіл ролей (лідер-організатор, генератор ідей, емоційний лідер) та управління цим розподілом.

Лідерство та стиль керівництва має важливе значення в системі управління спортивною командою. Для ефективного управління є необхідність залучення неформальних лідерів до процесу організації спортивної підготовки. Що стосується стилю управління, то на сьогодні в літературі визначено декілька різновидів класифікації тренерського управління, найбільш популярними є авторитарний, демократичний, ліберальний. Авторами зазначається що вибір стилю залежить від вікових особливостей спортсменів, індивідуального підходу до колективу та рівня підготовленості. Однак, найбільш ефективним у сучасному спорті зазвичай вважається демократичний або ситуаційний (змішаний) стиль.

Методи управлінського впливу в спортивній команді поділяються на:

- Адміністративні: видання наказів, регламентів, встановлення режиму.
- Економічні: система преміювання, штрафів, стипендій (фінансова мотивація).

- Соціально-психологічні: бесіди, групові дискусії, тренінги, встановлення міжособистісних контактів, створення традицій.
- Управління дисципліною та відповідальністю:
 - Створення чітких правил внутрішнього розпорядку та системи їх контролю.
 - Перетворення зовнішнього контролю (тренера) на самоконтроль та самовідповідальність спортсмена.
- Прийняття управлінських рішень:

Специфіка прийняття рішень тренером (в умовах дефіциту часу під час змагань, у конфліктних ситуаціях) має наступний алгоритм: Збір інформації (скаутинг, аналіз гри) ,розробка варіантів, вибір оптимального рішення, контроль виконання.

В баскетболі управління визначається яке цілеспрямований вплив тренерсько-адміністративного штабу на команду та окремих гравців для реалізації стратегічних цілей (результат сезону) та тактичних завдань (план на конкретну гру).

- Специфіка об'єкта управління: Баскетбольна команда – це динамічна мала соціальна група, де ефективність управління залежить від:
 - Високої координації рухів та мислення.
 - Швидкості прийняття рішень (обмежений час володіння м'ячем – 24 секунди).
 - Позиційної взаємодії (центровий, форвард, захисник).
- Основні функції управління: Адаптація класичних функцій до баскетболу:
 - Планування: Розробка макроциклів (сезон), мікроциклів (тиждень) з урахуванням календаря змагань та визначення Game Plan (ігрового плану) на суперника.
 - Організація: Забезпечення логістики, тренувальних баз та якісного інвентарю (м'ячі, тренажери).

- Контроль: Включає педагогічний контроль (техніка), функціональний контроль (фізичний стан) та змагальний контроль (аналіз статистики: відсоток реалізації, показник +/-).

Тренер одночасно виступає як суб'єкт управління та лідер, його можна розглядати тренера як формального, ключового лідера, який несе відповідальність за стратегію та дисципліну.

Неформальне лідерство в команді зазвичай завойовує плеймейкер (розігруючий захисник) як гравець на майданчику, який повинен бути продовженням тренерської волі.

- Командна взаємодія та згуртованість (Когезія):
 - Визначення згуртованості як здатності команди зберігати єдність під змагальним тиском.
 - Баскетбольний приклад: Згуртованість виявляється в ефективності командного захисту та здатності зберігати самоконтроль у критичні моменти (наприклад, після призначення штрафних кидків чи наприкінці гри).
- Управління конфліктами: Методи запобігання та вирішення конфліктів, що виникають через розподіл ігрового часу, особисті амбіції чи непорозуміння між позиціями.
- Стилi керівництва: Аналіз ефективності ситуаційного стилю, який передбачає перехід від демократичного (на тренуванні) до авторитарного (під час тайм-аутів та вирішальних моментів гри).

Технологічні методи прийняття рішень та контролю в баскетболі:

- Відеоаналіз (Скаутський аналіз): Використання програм для розбору дій суперника та власної команди.
- Аналіз Big Data: Оцінка ефективності позиційних схем та індивідуальних показників гравців на основі статистичних даних.
- Прийняття управлінських рішень тренером:

- Макрорішення: Рішення щодо трансферної політики та кадрового складу (підбір гравців під конкретну модель гри).
- Мікрорішення (в ігровий час): Вибір моменту для тайм-ауту, використання челенджу, проведення заміни гравця чи зміна системи захисту (персональний $\rightarrow$ зонний).
- Методи мотивації та дисципліни:
 - Впровадження системи фінансового/морального стимулювання за виконання позиційно-тактичних завдань (наприклад, за кількість перехоплень чи підбирань).
 - Формування самоконтролю у гравців, який критично важливий для уникнення технічних фолів та неспортивної поведінки.

1.2. Завдання та організація секційних занять з баскетболу в закладах освіти

Сучасні вимоги життя вимагають від учнів з раннього віку дбати про своє фізичне вдосконалення, мати знання в галузі фізичної культури та гігієни, вести здоровий спосіб життя і самостійно займатись фізичними вправами. Досягнення цієї мети неможливе без організації та успішної реалізації цілісної системи фізичного виховання в закладах освіти, що включає уроки, гуртки, групи загальної фізичної підготовки (ЗФП) та спортивні секції [17].

Спортивні секції відіграють ключову роль у шкільній системі фізичного виховання [73]. Перед ними стоять наступні важливі функції:

Напрямок	Основні завдання
Фізичне виховання та здоров'я	Сприяння підвищенню результативності вирішення завдань фізичного виховання школярів; виховання потреби в систематичних заняттях та прагнення до фізичного вдосконалення.

Напрямок	Основні завдання
Соціальний та моральний	Формування загальнолюдських моральних цінностей; розуміння турботи про здоров'я як громадського обов'язку; виховання психічної готовності до праці та захисту Батьківщини.
Навчальний та розвивальний	Розвиток рухових якостей і координаційних здібностей; набуття важливих для життєдіяльності вмінь і навичок.
Практична реалізація	Залучення максимальної кількості учнів до систематичних занять; допомога школярам у виконанні вимог комплексної програми з фізичного виховання.
Спеціальна підготовка	Забезпечення високого рівня оволодіння технікою та тактикою баскетболу ; сприяння реалізації прагнення до спортивного вдосконалення.
Теоретичний та активістський	Озброєння учнів теоретичними знаннями; підготовка громадського фізкультурного активу (інструкторів, суддів) та пропаганда здорового способу життя.

Спортивні секції відрізняються від інших форм позакласної роботи відносною стабільністю контингенту, його віковою однорідністю та регулярністю проведення занять за чітким розкладом.

Розклад занять має бути стабільним. Будь-яке порушення графіка негативно впливає на мотивацію юних спортсменів і може спричинити втрату інтересу до занять.

Успішна реалізація поставлених завдань можлива лише за умови чіткої організації роботи шкільної секції, погодження всіх заходів у режимі дня школи та дотримання юними спортсменами раціонального режиму навантажень та відпочинку [60].

Спортивні секції організовуються для учнів, які бажають займатись обраним видом спорту.

- Керівництво та Актив: Загальне керівництво роботою секції покладається на вчителя фізичного виховання. Питання організації секції обговорюється на раді колективу фізичної культури, а бюро секції обирається на загальних шкільних зборах учнів-спортсменів [42].
- Тренерський Склад: Вчитель фізичного виховання може проводити заняття сам (поєднуючи функції "вчителя-тренера") або залучати громадських тренерів та інструкторів [37].
- Комплектування Груп та Медичний Контроль: До секції зараховуються учні відповідного віку, допущені лікарем та за згодою батьків і класного керівника. Обов'язковим є попередній медичний огляд. Надалі медичний огляд проводиться двічі на рік, а перед змаганнями – додатково.

3. Структура Тренувального Процесу в Баскетболі

Спортивна підготовка в баскетболі являє собою спеціалізований процес фізичного виховання, спрямований на розвиток якостей та здібностей, які обумовлюють готовність спортсмена до участі в змаганнях [12].

Тренувальна робота складається з таких видів підготовки [18]:

3.1. Фізична Підготовка

Вид	Мета та Характеристика	Приклади Вправ
Загальна Фізична Підготовка (ЗФП)	Гармонійний розвиток рухових якостей без урахування специфіки баскетболу.	Біг в аеробній зоні, загально-підготовчі вправи (віджимання, нахили, стрибки), плавання, спортивні ігри (волейбол, ін.).
Спеціальна Фізична Підготовка (СФП)	Розвиток рухових якостей відповідно до вимог змагань із баскетболу.	Старти з різних вихідних положень, пробігання коротких відрізків (30-40 м) у максимальному темпі, естафети з веденням і передачею м'яча, човниковий

Вид	Мета та Характеристика	Приклади Вправ
		біг, різноманітні стрибки та фартлек.

3.2. Спеціалізовані види підготовки

- **Технічна Підготовка:** Процес навчання технічним прийомам гри (кидки, передачі, ведення) та їхнє вдосконалення.
- **Тактична Підготовка:** Спрямована на вивчення та розробку тактичних варіантів ведення боротьби в межах діючих правил.
- **Навчальні та тренувальні ігри** використовуються для вдосконалення техніко-тактичної майстерності в умовах, максимально наближених до змагань. Дозволяється модифікація правил для вирішення спеціальних завдань: гра 3x3, 2x2, 1x1, використання персонального пресингу або тактичні завдання для окремих гравців [40].
- **Теоретична підготовка:** Спрямована на формування спеціальних знань: правила гри, термінологія, гігієна, історія баскетболу, основи підготовки, відновлювальні засоби, аналіз гри, контроль та самоконтроль.

4. Принципи та Режим Роботи

Успіх реалізації навчально-тренувальних завдань можливий за умови постійного дотримання трьох основних груп принципів:

1. **Загально-педагогічні (дидактичні):** виховного навчання, свідомості й активності, наочності, систематичності та послідовності, доступності, індивідуалізації, міцності та прогресування.
2. **Спортивні:** спрямованість до найвищих досягнень, поглибленої спеціалізації, єдності всіх сторін підготовки, безперервності і циклічності, поступового підвищення вимог.
3. **Методичні:**
 - **Розмірності:** оптимальний розвиток фізичних якостей.

- **Поєднання:** пошук засобів для одночасного вирішення декількох завдань (наприклад, техніко-тактичної та фізичної підготовки).
- **Модулювання:** широке використання імітації змагальної діяльності в тренувальному процесі.

Відповідно до етапів багаторічної підготовки в секції з баскетболу комплектуються такі тренувальні групи: спортивно-оздоровчі, початкової підготовки, попередньої базової та спеціальної базової підготовки [44, 68].

Група	Вік гравців (років)	Наповненість (осіб)	Годин на тиждень
Спортивно-оздоровчі	7–8	16	2
Початкової підготовки (1-й р.)	9–10	15	3
Попередньої базової (1-й р.)	13–14	12	6
Спеціальної базової (1-й р.)	16–17	12	8

Таблиця 1.1. Режим роботи та наповненість тренувальних груп секцій з баскетболу [44].

Переведення на черговий рік навчання чи етап підготовки здійснюється за умови покращення результатів у змаганнях, показників тестування (ЗФП, СФП, технічна підготовка) та виконання вимог до рівня спортивної майстерності. Юні спортсмени, які не виконали вимог, можуть бути переведені на спортивно-оздоровчий етап з можливістю подальшого відновлення.

4.2. Матеріально-Технічне Забезпечення

Організація навчально-тренувального процесу вимагає створення необхідної матеріально-технічної бази [11]. Адміністративному та тренерсько-викладацькому складу необхідно:

- Підготувати спортивні майданчики та залу.
- Придбати необхідний спортивний інвентар (м'ячі, фішки, конуси тощо).
- Забезпечити заходи безпеки під час занять.
- Оформити робочу документацію (плани, журнали, медичні картки).

Основною формою роботи є заняття (групові, індивідуальні, індивідуально-самостійні) [7, 25, 28]. Залежно від мети, розрізняють:

- Навчальні заняття: вивчення нових прийомів.
- Тренувальні заняття: вдосконалення майстерності та розвиток фізичної підготовленості.
- Контрольні заняття: перевірка рівня підготовленості.

Річний план підготовки складається за схемою-графіком, що визначає розподіл усіх видів підготовки (теоретична, фізична, технічна, тактична, ігрова) протягом місячних циклів [63].

1.3. Теоретико-методичні основи формування спеціальних вмінь і навичок в умовах спортивної секції закладу освіти

Процес навчання – це взаємозалежна діяльність викладача (тренера) та учнів, спрямована на оволодіння знаннями, навичками й умінням. У цьому процесі тренер повинен не лише передавати інформацію, але й управляти активною діяльністю спортсменів щодо її засвоєння. Однак у практиці традиційного фізичного виховання цей процес не завжди організований оптимально [1].

Під технологією навчання прийнято розуміти керований педагогічний процес, що реалізується за допомогою визначеної системи (алгоритму) і спрямований на вивчення конкретної дисципліни [78]. Це система, яка включає програми, методи, форми та прийоми, що залежать від дидактичної мети та завдань. Вона базується на загальновідомих принципах: активності, свідомості, системності, доступності, наочності, індивідуального підходу й оптимального управління процесом навчання [58].

До найважливіших понять технології навчання належать способи програмування матеріалу. Розрізняють два основні способи:

- Лінійне програмування: послідовне вивчення матеріалу.
- Розгалужене програмування: варіативне навчання залежно від якості засвоєння попереднього етапу.

Доцільність впровадження технологій навчання в закладах загальної, спеціальної та вищої освіти доведено в дослідженнях багатьох фахівців [4, 11, 46]. Особливої актуальності це набуває в методиці навчання баскетболу, де координаційна складність рухів вимагає чіткої структуризації.

Встановлено, що вже на ранніх етапах підготовки юний баскетболіст повинен навчитися чітко уявляти основні техніко-тактичні прийоми (кидок, передача, ведення) і технологію їх виконання. Численні спостереження за грою баскетболістів різного віку дозволили виявити, що окремі технічні прийоми багаторазово повторюються як у грі, так і під час тренувань. Ця циклічність стала основою методики програмованого навчання техніко-тактичних прийомів.

Програмоване навчання рухам передбачає мінімізацію помилок та випадкового вибору вправ, що веде до головної мети – формування стабілізованої рухової навички. Основні положення такого підходу:

1. Наявність навчальної програми (алгоритму дій).
2. Розподіл навчання на етапи («кроки»).
3. Оперативний контроль змін у техніці учня з урахуванням його індивідуальних особливостей.

Навчання буде ефективнішим за дотримання таких умов:

- **Принцип лінійності:** перехід до наступного елемента техніки (наприклад, кидка в стрибку) здійснюється лише після безпомилкового виконання базової дії (кидка з місця).
- **Комбінований підхід:** найоптимальніший шлях, що враховує адаптацію учня. Процес іде за програмою до моменту помилки. Причину помилки пояснюють, і подальше виконання коригують з урахуванням індивідуальних здібностей (зросту, координації, швидкості реакції).

Управління процесом передбачає заздалегідь спланований перехід спортсмена з одного стану в інший за допомогою спеціальних засобів (фізичних вправ) [23]. Підготовка навчальних програм залежить від специфіки баскетболу і складається за певною схемою.

Етапи навчання технічного прийому в баскетболі:

- **I етап (Ознайомчий).** Ознайомити учнів зі значенням прийому (наприклад, техніка подвійного кроку), пояснити переваги та типові ігрові ситуації його застосування.
- **II етап (Деталізованого розучування).** Розкрити біомеханічну структуру руху:
 1. *Попередня фаза* (вихідне положення).
 2. *Підготовча фаза* (замах, підсід).
 3. *Робоча фаза* (випуск м'яча, поштовх).
 4. *Завершальна фаза* (супровід м'яча кистю, приземлення).

На цьому етапі необхідно: простежити за імітацією рухів без м'яча; виправити помилки; дібрати підготовчі вправи для формування правильного стереотипу рухів. Важливо дотримуватися принципів свідомості, послідовності та наочності.

Характерними рисами сучасного баскетболу є координаційна складність, динамічність і раціональність техніко-тактичних дій. Школярі можуть досягти достатнього рівня майстерності лише за умови оволодіння базовим арсеналом технічних прийомів та вміння виконувати їх швидко, точно

і невимушено. Чим досконаліша техніка, тим ефективніші ігрові дії команди [75].

Велику роль у технічній підготовці відіграє усвідомлене запам'ятовування вивчених дій, що досягається через логічний зв'язок навчальних засобів і алгоритмів контролю [27, 45]. Міцність навичок залежить від рівня свідомості в процесі їх набуття.

Таблиця 1.3

**Орієнтовна схема навчаючої програми технічним прийомам у
спортивних іграх [37].**

Етапи навчання	Алгоритм навчання, крок	Організаційно-методичні дії вчителя	Зміст дій учнів під час виконання вправ	Рівень виконання вправ
I	1-й	Розповісти про значення технічного прийому в процесі гри тощо	Сприйняття матеріалу	Переконання щодо сприйняття викладеного матеріалу
II	2-й	Показати біомеханічну структуру виконання технічного прийому	Імітація виконання технічного прийому без м'яча	Узгоджені дії рук, ніг і тулуба
	3-й, n-й	Навчання виконанню технічного прийому в простих (полегшених) умовах, засвоєння техніки ігрового прийому		
III	n-й тощо	Навчання виконанню технічного прийому в умовах, наближених до гри. Варіативне виконання технічного прийому		
IV	n-й тощо	Закріплення виконання технічного прийому в процесі самої гри.		

III етап (Закріплення та варіативне вдосконалення). На цьому етапі відбувається стабілізація навички в умовах, що змінюються. Завдання тренера полягає у доборі вправ для варіативного виконання технічного прийому. Необхідно:

- Визначити просторово-часові параметри виконання (зміна дистанції до кільця, кута атаки, швидкості ведення м'яча).
- Регламентувати навантаження: встановити потрібний обсяг (кількість повторень) і темп (інтенсивність) виконання вправ, суворо дотримуючись принципів послідовності й поступовості.
- Визначити оптимальні інтервали відпочинку між серіями вправ для відновлення працездатності.

Важлива вимога: при ускладненні умов (збільшення швидкості, поява пасивного захисника) біомеханічна основа техніки (наприклад, структура кидкового руху) не повинна порушуватися.

IV етап (Інтеграція в ігрову діяльність). Цей етап спрямований на перенесення набутих навичок у умови реальної гри. Він передбачає:

- Добір спеціальних ігрових вправ: ігри на одне кільце (формат 1x1, 2x2, 3x3), баскетбольні естафети з елементами ведення та кидків, навчальні двосторонні ігри.
- Регулювання тривалості та інтенсивності ігрових відрізків.
- Оцінювання рівня засвоєння технічного прийому та, що найголовніше, ефективності його застосування в умовах активної протидії суперника.
- Надання корегувальних вказівок (як загальних для команди, так і індивідуальних) для виправлення тактичних і технічних помилок безпосередньо в динаміці ігрових епізодів [72, 77].

Розв'язання завдань вивчення та вдосконалення технічних прийомів (ТП) у баскетболі можливе лише за умов комплексного підходу.

Цей підхід передбачає наявність такої системи засобів:

- Комплекс спеціально-підготовчих вправ: які виконуються під час підготовчої частини заняття і спрямовані на створення необхідної

функціональної готовності та моделювання елементів техніки (наприклад, розминка з веденням м'яча та елементами кидка).

- Спеціальні вправи: для безпосереднього вивчення та вдосконалення певного технічного прийому в основній частині заняття (наприклад, багаторазові повторення кидків із заданої дистанції).
- Комплекс контрольних тестів: для об'єктивного оцінювання рівня засвоєння вивчених прийомів та ефективності їхнього виконання (наприклад, тестове виконання кидків на точність і швидкість) [19, 24, 30, 55, 70].

Отже, технічна підготовка повинна підпорядковуватися практичній меті – ефективній грі в баскетбол. Однак питання оптимальної послідовності навчання складним технічним елементам у закладі освіти потребує подальшого вдосконалення.

Висновки до розділу 1

Визначено, що одним із важливих шляхів підвищення рухової активності здобувачів освіти є залучення їх до секційних занять з різних видів спорту. Баскетбол протягом багатьох років залишається одним із найбільш популярних та видовищних видів спортивних ігор серед молоді, що пояснюється можливістю проводити тренувальні заняття та змагання безперервно протягом усього року.

Структура та зміст підготовки у секції з баскетболу може частково будуватися з урахуванням нормативних вимог Навчальної програми дитячо-юнацьких спортивних шкіл (ДЮСШ), проте вона обов'язково має відповідати навчальному режиму та особливостям функціонування закладів загальної середньої освіти.

Для забезпечення ефективного тренувального процесу необхідна адміністративна підтримка, що включає:

- підготовку та утримання спортивних майданчиків;
- своєчасне забезпечення інвентарем та обладнанням;
- достатній навчально-методичний комплекс для тренера.

Етапи багаторічної підготовки в умовах спортивної секції закладу освіти зазвичай корелюють з етапами підготовки в ДЮСШ, проте мають кілька суттєвих відмінностей:

- Ширші вікові межі спортсменів.
- Спрощені правила переходу з етапу на етап.

Основна мета в закладі освіти – це залучення дітей до занять спортом, зміцнення здоров'я, підвищення загального рівня підготовленості. Регламент підготовки адаптований до шкільного розкладу. Метою підготовки в ДЮСШ є досягнення високих спортивних результатів, що суворо відповідає спортивним нормативам

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.

2.1. Методи дослідження.

Для вирішення поставлених завдань були використані такі методи дослідження:

- теоретичний аналіз і узагальнення даних літературних джерел та ресурсів мережі Інтернет;
- педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, тестування, педагогічний експеримент);
- методи математичної статистики.

2.1.1. Теоретичний аналіз і узагальнення даних літературних джерел та ресурсів мережі Інтернет

Обробка даних літератури з їх аналізом здійснювалась на всіх етапах дослідження.

Вивчення результатів досліджень вітчизняних і зарубіжних авторів, приведених в науковій і методичній літературі, дозволило сформулювати гіпотезу дослідження, оцінити стан проблеми, визначити рівень актуальності питань і шляхи вирішення їх в процесі дослідження, теоретично обґрунтувати мету і завдання роботи, проаналізувати результати власних досліджень.

2.1.2. Педагогічні методи дослідження.

В процесі дослідження проводились **педагогічні спостереження** за тренувальним процесом дівчат 11-13 років, які займалися в секції з міні-футболу ЗООШ. Визначалася ступінь засвоєння технічних елементів гри, а також типові помилки під час виконання завдань.

Педагогічне дослідження проводилось з метою вивчення впливу розробленої програми навчання техніці гри в міні-футбол на рівень технічної підготовленості юних спортсменок та оптимізацію організаційних основ

їхньої підготовки. Дослідження проводилось на базі загальноосвітніх шкіл №2 (контрольна група) м. Вінниці та с. Липки Мурованокуриловецького р-ну Вінницької обл. (експериментальна група). У дослідженні взяло участь 24 дівчаток віком 11-13 років, які виявили бажання займатися в секції з міні-футболу.

Педагогічне тестування. Для оцінки рівня технічної підготовленості юних гравців в міні-футбол був використаний мінімізований комплекс інформативних і надійних тестів, апробованих спеціалістами і рекомендованих до практичного застосування [5, 47, 57, 70,71].

Обведення стійок. На відстані 5 м одна від одної розташовуються 5 стійок. Гравець за сигналом починає обводити стійки з 1 до 5 і в зворотному напрямку. Вправа закінчується коли гравець пересікає лінію з якої починалася вправа. Надається 2 спроби, враховується кращий результат.

Комплексна вправа з м'ячем. Гравець починає ведення м'яча по коридору 20 – 10 м шириною 1 м до визначеного квадрату звідки виконує удар у дальній кут воріт. Те саме з іншого боку майданчика (рис. 2.1). Результат визначається як середній показник двох спроб.

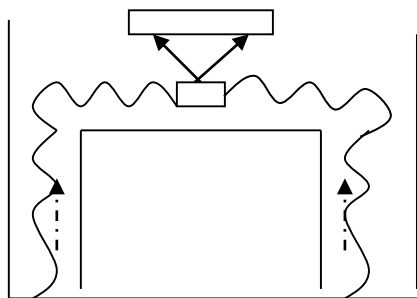


Рис. 2.1. Схема виконання комплексної вправи з м'ячем

Жонглювання м'ячем. Гравець за сигналом починає жонглювання, має право виконувати його ногами та головою. Вправа закінчується, якщо контроль над м'ячем втрачений.

Біг 30 м з веденням м'яча. Ведення м'яча виконується за сигналом тренера по прямій на відстань 30 м. Надається 2 спроби, враховується кращий результат.

2.1.3. Методи математичної статистики.

Обробку результатів досліджень здійснювали за допомогою методів математичної статистики, описаних в спеціальній літературі [31, 38, 48, 65, 69 та ін.]. При цьому вираховувалися такі основні показники, як середнє арифметичне (M), середнє квадратичне відхилення (δ), похибка середнього арифметичного ($\pm m$).

Середня арифметична розраховувалась за формулою:

$$\bar{x} = \frac{1}{n} \sum_{i=1}^n x_i$$

Де $\sum_{i=1}^n x_i$ - сума всіх значень x і коли i набуває значення від 1 до n

n – об'єм вибірки.

На засадах теорії розподілу сукупностей визначалося середнє квадратичне відхилення:

$$\sigma = \pm \frac{x_{\max} - x_{\min}}{k}$$

Де $x_{\max}$ – найбільше значення вибірки

$x_{\min}$ - найменше значення вибірки

k – коефіцієнт кількості випадків (визначався за даними таблиці С.І. Єрмолаєва) [48]

Коефіцієнт варіації (V) визначався за формулою:

$$V = \frac{S}{\bar{X}} \cdot 100\%$$

Стандартна похибка середньої арифметичної (m) характеризує її коливання і розраховується у випадку $n \leq 30$ за формулою:

$$m = \frac{\sigma}{\sqrt{n-1}}$$

Де σ - стандартне відхилення результатів вимірювання;

n – об'єм вибірки

Вірогідність різниць між середніми величинами визначалась за критерієм Стюдента, попередньо перевірялась гіпотеза про нормальний

розподіл результатів вимірювання за критерієм Шапіро-Уїлкі. Достовірність вважалася суттєвою за 5% рівні значущості $P < 0,05$, що визнається досить надійним у педагогічних дослідженнях.

Дані, отримані в дослідженнях, були опрацьовані на ЕОМ програмою обробки даних Microsoft EXEL.

2.2. Організація дослідження

Дослідження проводилось протягом трьох етапів. На **першому етапі** (вересень- листопад 2024 р.) вивчалась спеціальна література вітчизняних та зарубіжних авторів, в джерелах яких висвітлювався стан проблеми. В завдання першого етапу дослідження входило також узагальнення практичного досвіду підготовки спортивних команд в умовах закладів освіти. Було розроблено програму досліджень та визначено експериментальну базу.

На **другому етапі** (листопад – грудень 2024 р.) в межах програми проведення досліджень на констатувальному етапі було проведено опитування тренерів-представників команд ($n=15$) та гравців шкільних баскетбольних команд двох вікових категорій ($n=67$) щодо вивчення чинників, які прямо або опосередковано впливають на ефективність підготовки в умовах секції з баскетболу з закладах середньої загальної освіти. Опитування відбувалося під час проведення змагань шкільних ліг «Пліч-о-пліч».

Третій етап (січень-червень 2025 р.) був присвячений розробці системи управління підготовкою баскетбольних команд в умовах закладу середньої загальної освіти та її впровадженню в навчально-тренувальний процес секції з баскетболу Маяківського ліцею Маяківської сільської ради Одеського району Одеської обл. За допомогою вивчення зміни показників спеціальної підготовленості баскетболістів визначалася ефективність запропонованих змін у системі управління підготовкою баскетбольних команд.

Четвертий етап (вересень-грудень 2025 р.) був спрямований на обробку та аналіз отриманих результатів, порівнянню з науковими даними; аналізу

виступу баскетбольних команд в змаганнях шкільної ліги «Пліч – о пліч», узагальненню результатів дослідження, апробації результатів під час виступу на засіданнях наукового гуртка кафедри теорії та методики спорту, написанню наукової статті, формулюванню висновків та оформленню тексту кваліфікаційної роботи.

РОЗДІЛ 3

ОРГАНІЗАЦІЯ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

3.1. Організаційно-методичні засади підготовки спортивних команд в умовах закладу середньої загальної освіти

Баскетбол, не дивлячись на більш як сторічну історію, не втрачає своєї популярності, особливо серед дітей та молоді. У зв'язку з тим що дитина не завжди може займатися баскетболом в дитячо-юнацькій спортивній школі (відсутність такої, віддаленість від місця проживання та т.ін.) виникає потреба методичного забезпечення навчально-тренувального процесу – в умовах секції закладу освіти. Запровадження системи змагань «Пліч-о-пліч» підвищує відповідальність керівників секцій за підготовку команд до змагань.

За допомогою анкетування тренерів-представників закладів середньої загальної освіти Одеської області (n=15) ми проаналізували існуючу систему підготовки баскетбольних команд у загальноосвітніх закладах і виявили низку закономірностей її функціонування, що наразі не призводить до бажаних результатів якісної організації навчально тренувального процесу.

1. **Керівництво підготовкою.** Серед респондентів, що брали участь у опитуванні лише 13,3% тренерів мали попередній досвід занять баскетболом та участю у змаганнях.

2. **Матеріально-технічне забезпечення.** Загальновідомо, що наявність необхідної бази та інвентарю значно впливає на ефективність підготовки баскетболістів.



Рис.1. Відповідь на 1 питання представників баскетбольних команд освітніх закладів

46,6% представників команд зазначили, що забезпечення навчально-тренувального процесу знаходиться на доброму рівні, 26,7% - на задовільному, інші 26,7% відзначили незадовільний стан матеріальної бази та інвентарю (маленька спортивна зала, відсутність баскетбольного майданчику, недостатня кількість баскетбольних м'ячів, відсутність сучасного інвентарю тощо).

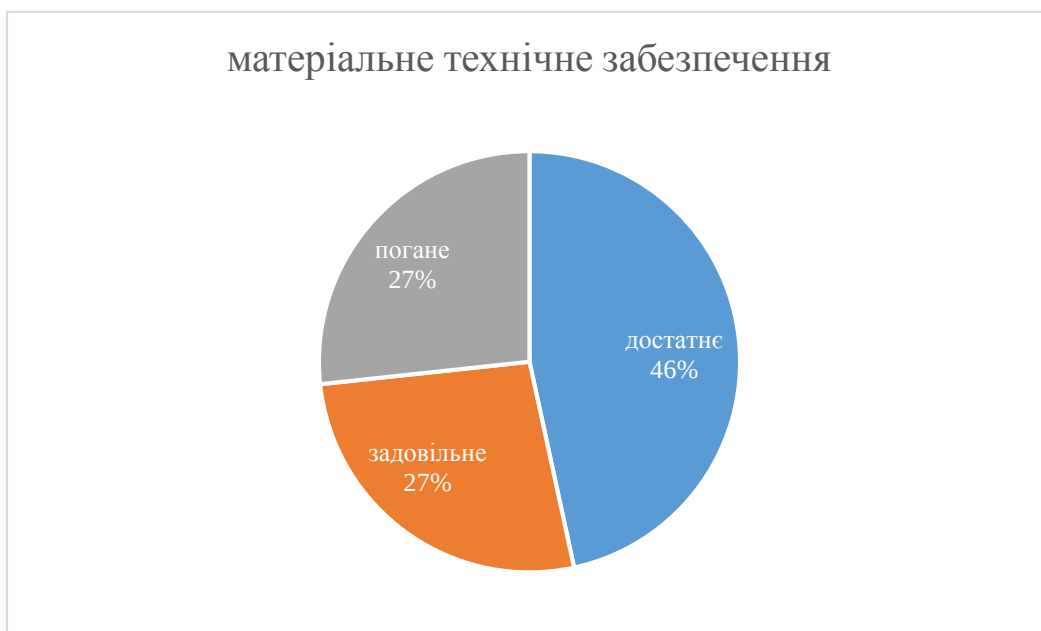


Рис. 2. Стан матеріально-технічного забезпечення освітніх закладів для підготовки команд з баскетболу

3. **Режим спортивної підготовки.** Регулярність та послідовність у навчально-тренувальному процесі накладають неабиякий відбиток на ступінь засвоєння техніко-тактичних дій, розвитку необхідних фізичних якостей і формуванні спеціальних здібностей. 80% респондентів зазначили, що в школах існують постійний розклад секційних занять з баскетболу з регулярністю 3 рази на тиждень. 13,3% представників зізналися, що тренування відбуваються тільки за необхідності підготовки до змагань, інші відповіли, що підготовка баскетбольної команди загалом не здійснюється цілеспрямовано, а носить епізодичний характер, її членами стають учні які проявили свої здібності на уроках фізичної культури.



Рис. 3.3. Режим проведення тренувальних занять

4. **Зміст тренувальних занять.** 13,3% тренерів зазначили, що проводять тренування на основі власного спортивного досвіду; 60% представників команд відповіли, що при підготовці до тренувальних занять використовують доступні інформаційні джерела, контент мережі Інтернет, YouTube, соціальні мережі; інші проводять заняття без попереднього плану орієнтуючись на бажання гравців.



Рис. 3.4. Планування змісту тренувальних занять

5. Застосування диференційованого підходу у процесі підготовки баскетболістів. Так як змагання в освітніх закладах зазвичай не ставлять жорстких вимог до учасників змагань щодо віку та підготовленості 80% респондентів не застосовують диференційований підхід у процесі підготовки баскетбольних команд. Це відбивається у відсутності розподілу тих хто займається за віком і рівнем підготовленості. Водночас 93,3% представників погодилися, що такий підхід має застосовуватися.

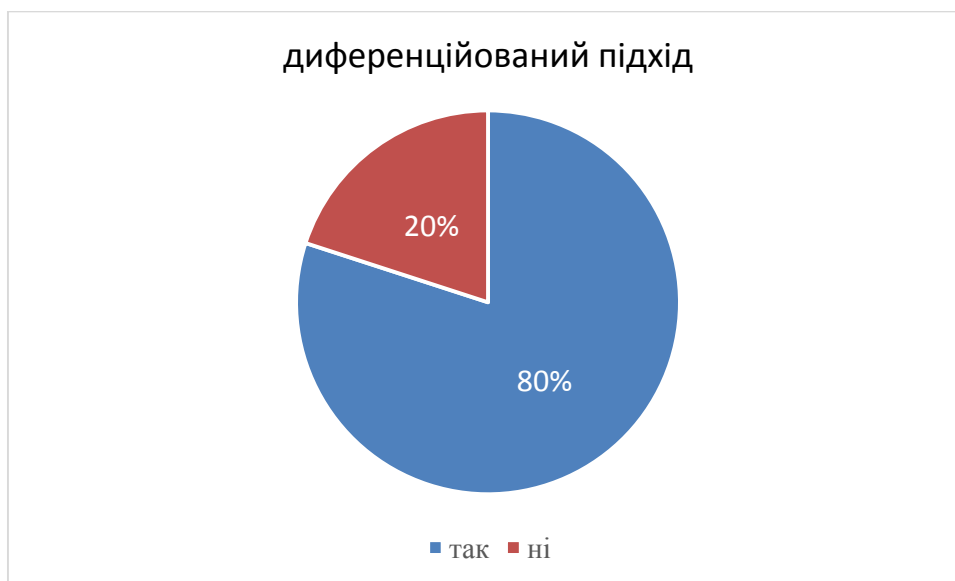


Рис. 3.6. Застосування диференційованого підходу в тренуваннях

6. **Підтримка розвитку шкільного спорту.** 80% респондентів підтвердили те, що в останній час держава, а відповідно й керівництво більше уваги звертають на розвиток спорту в освітніх закладах та сподіваються, що це створить кращі умови для підготовки команд.

7. **Основні потреби керівників спортивних секцій.** Для визначення основних потреб для покращення підготовки команд в умовах закладу освіти представникам біло надано декілька пропозицій для визначення їхньої значущості. Отримані результати розподілилися наступним чином: 1) матеріальне заохочення (100% респондентів); 2) покращення матеріально-технічної бази (80%), 3) проведення семінарів для тренерів (73,3%), 4) методична література (46,7%); 5) відео-контент (40%); 6) проведення майстер-класів кваліфікованими спортсменами (33,3%). Таким чином, можемо зробити висновки, що покращення ефективності підготовки спортсменів в умовах закладу освіти залежить від матеріальної підтримки з боку держави та безпосередньо закладу, а також забезпечення підвищення рівня обізнаності представників команд з боку місцевих федерацій з баскетболу, науковців та фахівців у галузі спортивного тренування.

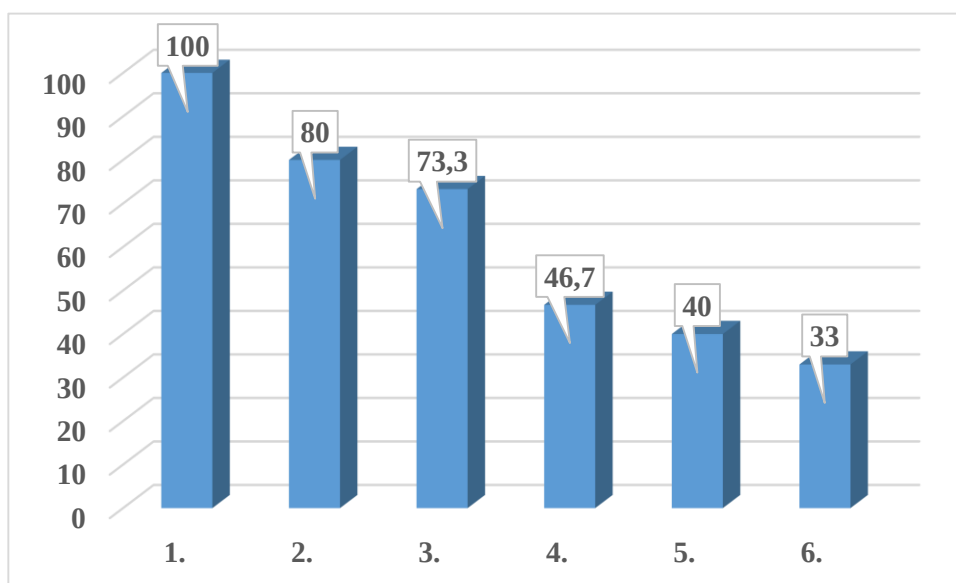


Рис. 3.7. Значущість основних потреб тренерів, %

1) матеріальне заохочення; 2) покращення матеріально-технічної бази 3) проведення семінарів для тренерів, 4) методична література; 5) відео-контент; 6) проведення майстер-класів кваліфікованими спортсменами.

Проведене соціологічне дослідження підтверджує бажання більшості фахівців, що працюють в освітніх закладах до проведення секційних занять і розвитку спортивного середовища.

3.2. Потреби та мотиви до занять баскетболом

Як відомо ефективність управління підготовкою залежить як від керуючого об'єкту (тренера), так і від керованого (спортсмена). Тому врахування думок обох сторін для створення технології управління дуже важливо.

В анкетуванні було задіяно 67 спортсменів, які представляли різні заклади загальної середньої освіти у змаганнях «Пліч-о-пліч» за двома категоріями 5-9 клас і 9-11 клас. Здебільшого питання анкети стосувалося мотивації до занять спортом, їхнього ставлення до навчально-тренувального процесу та визначення їх потреб (табл. 3.1).

Таблиця 3.1.

Результати анкетування баскетболістів

Питання анкети	Кількість відповідей	
	5-9 клас (n=32)	9-11 клас (n=35)
1. Чи задовольняє Вас рівень вашої підготовленості?		
Так	5 (15,6%)	3 (8,6%)
Ні	9 (28,1%)	16 (45,7%)
Частково	18 (56,3%)	16 (45,7%)
2. Як часто ви відвідуєте тренування?		
Регулярно	14 (43,7%)	10 (28,6%)
Час від часу	8 (25%)	15 (42,8%)
Займаюсь тільки на уроках	10 (31,3%)	10 (28,6%)
3. Чому Ви займаєтесь цим видом спорту?		
Подобається гра	11 (34,4%)	20 (57,1%)
Немає альтернативи	4 (12,5%)	2 (5,7%)

Хочу отримати похвалу від вчителя або батьків	6 (18,7%)	1 (2,8%)
Збільшити коло друзів	11 (34,4%)	12 (34,4%)
4. Чого Ви хочете досягти за рахунок тренувань з баскетболу?		
Підвищити рухову активність	9 (28,1%)	3 (8,5%)
Зміцнити здоров'я, покращити функціональний стан	9 (28,1%)	8 (22,9%)
Стати хорошим гравцем	5 (15,6%)	10 (28,6%)
Перемагати в змаганнях	8 (25%)	14 (40%)
5. Що Ви вважаєте за потрібне змінити на ваших тренуваннях?		
Покращити матеріально-технічну базу	31 (96,9%)	32 (91,4%)
Запросити більш кваліфікованого тренера	12 (37,5)%	31 (88,6%)
Запрошувати на тренування кваліфікованих спортсменів	15 (46,9%)	29 (82,9%)
Змінити зміст тренувань	28 (87,5%)	33 (94,3%)
Проводити тренування окремо для старших і молодших	25 (78,1%)	35 (100%)

Перше питання стосувалося самооцінювання власної підготовленості. Переважну кількість спортсменів задовольняє повністю, або частково їх рівень. При чому старшокласники більш критично відносяться до себе, можливо через більший руховий досвід, 8,6% - повністю задовольняє, 45,7% - частково; серед спортсменів меншого віку відповіді розмістилися наступним чином 15,6% повністю, 56,3% частково.

Визначено, що спортсмени 5-9 класів регулярніше відвідують тренування - 43,7%, в старших класах постійно підтримують тренувальний режим 28,6%, що пов'язують з великою завантаженістю та підготовкою до вступу в заклади вищої освіти. В двох групах опитуваних були такі юнаки,

що не відвідують секційні заняття, а займаються лише на уроках фізичної культури.

Мотивацію до занять баскетболом визначало наступне питання «Чому ви займаєтесь цим видом спорту?». З'ясовано, що більшість респондентів як молодшого, так і старшого віку мали внутрішню позитивну мотивацію: подобається баскетбол – 34,4% молодших, 57,1% старших; збільшити кількість друзів – 34,4% як в молодшій групі, так і в старшій. Керуються зовнішньою мотивацією 18,7% молодших школярів і лише 2,8% старших. Інші зазначили про відсутність альтернатив щодо занять іншим видом спорту.

За рівнем прагнень можемо поділити умовно на дві категорії: підвищення функціонального стану за рахунок дотримання рухового режиму та спортивного орієнтування. За цим питанням є відмінність між молодшими та старшими респондентами, старші ставляться більш свідомо щодо спортивних досягнень – 68,6% з них прагне покращити свою майстерність, більше перемагати та продовжити займатися в майбутньому. Молодші частіше керуються руховими мотивами (56,3%) і ще не будують плани на майбутнє.

Що до бажаних змін у тренувальному процесі, то респонденти мали можливість обрати декілька відповідей. Майже всі спортсмени зазначили необхідність поліпшення матеріальної бази (96,9% молодших і 91,4% старших), молодшим хочеться більше нового обладнання та інвентарю, в той час як старші спрямовані на досягнення успіху і готові задовільнитися наявною базою. Також більшість спільних думок зійшлося у варіантах зміни змісту тренувань (87,5% і 94,2% відповідно) та щодо проведення тренувальних занять окремо для різних вікових груп (78,1% і 100% відповідно). Зазначимо, що старші більш однотайні в думці щодо останньої пропозиції, адже в такому віці різниця у фізичному розвитку та рівню володіння техніко-тактичними прийомами занадто відрізняється, через що в процесі ігрової діяльності зникають елементи змагальності та рівності.

Водночас дехто з молодших вважають таку практику допустимою, через те що вони бачать вищий рівень і прагнуть його досягти.

Також цікавою є інформація щодо задоволеності рівнем проведення тренувань. Якщо молодшим спортсменам це не надто важливо, то за відповідями старших видно, що вони хотіли б отримати більше кваліфікованих знань та вмінь від досвідчених тренерів та кваліфікованих спортсменів, можливо через відсутність такого рівня володіння матеріалом у їхніх тренерів-керівників.

Вивчення думок спортсменів буде враховано при побудові технології управління підготовкою спортсменів в умовах закладу освіти.

Висновки до розділу 3

Проведення анкетування серед тренерів-керівників баскетбольних команд та гравців команд дало визначити ряд положень необхідних для розуміння сучасної системи організації спортивної діяльності в умовах закладу освіти.

Загальною проблемою, визначеною як тренерами, так і гравцями є необхідність поліпшення матеріально-технічної бази. На жаль наразі існують об'єктивні причини, що пояснюють таке становище, але сподіваємося, що закінчення війни в Україні дасть змогу в подальшому поступово цю проблему вирішувати.

Питання щодо рівня кваліфікації тренерів-представників також є доволі значущим, адже більшість з них не має власного тренувального та змагального досвіду в баскетболі, що відбивається на можливості планувати та проводити тренувальні заняття на достатньому рівні, що відзначають і спортсмени. Це спонукає старших баскетболістів до бажання, щоб до тренувального процесу іноді запрошувалися кваліфіковані тренери та спортсмени баскетболісти. Представники-тренери в свою чергу бажають участі в тренерських семінарах і збільшення методичного забезпечення.

РОЗДІЛ 4

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ТЕХНОЛОГІЇ УПРАВЛІННЯ ПІДГОТОВКОЮ БАСКЕТБОЛЬНИХ КОМАНД В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

4.1. Загальна характеристика розробленої технології управління підготовкою баскетбольної команди

Як відомо процес управління в спорті має дві складові – планування та контроль [4]. Підготовка команд в умовах закладів освіти має свої особливості та пов'язана, в першу чергу, з режимом навчання, цілями та обсягом тренувальної роботи [5, 10]. До того ж не завжди в закладі існує фахівець з конкретного виду спорту, що ускладнює процес навчання та відповідно впливає на ефективність змагальних дій. Наприклад, в США це питання вирішується шляхом поєднання урочної форми, яка проводиться вчителем фізичної культури та позаурочної, де основне місце відводиться шкільному тренеру з виду спорту. Шкільні спортивні команди створюють сильну атмосферу та є центром соціального життя, що може спонукати багатьох учнів до професійної спортивної кар'єри [3].

У зв'язки з ростом популярності шкільного спорту в Україні виникає потреба методичного забезпечення процесу підготовки спортивної команди для участі в шкільній лізі «Пліч о пліч». За регламентом цих змагань ігри проводяться в двох категоріях: для учнів 5-9 класів та 9-11 класів.

На основі вивчення досвіду підготовки спортивних команд в інших країнах світу ми розробили технологію управління підготовкою команд в системі закладу середньої загальної освіти (рис. 4.1), яка може бути адаптована до інших закладів освіти.

В її основі лежить застосування диференційованого підходу до навчально-тренувального процесу, а саме: дотримання нормативних вимог до величини тренувальних навантажень для спортсменів різного віку та

підготовленості, використання відповідних засобів і методів підготовки, вирішення різних завдань на етапах багаторічної підготовки та відповідного планування видів підготовки.

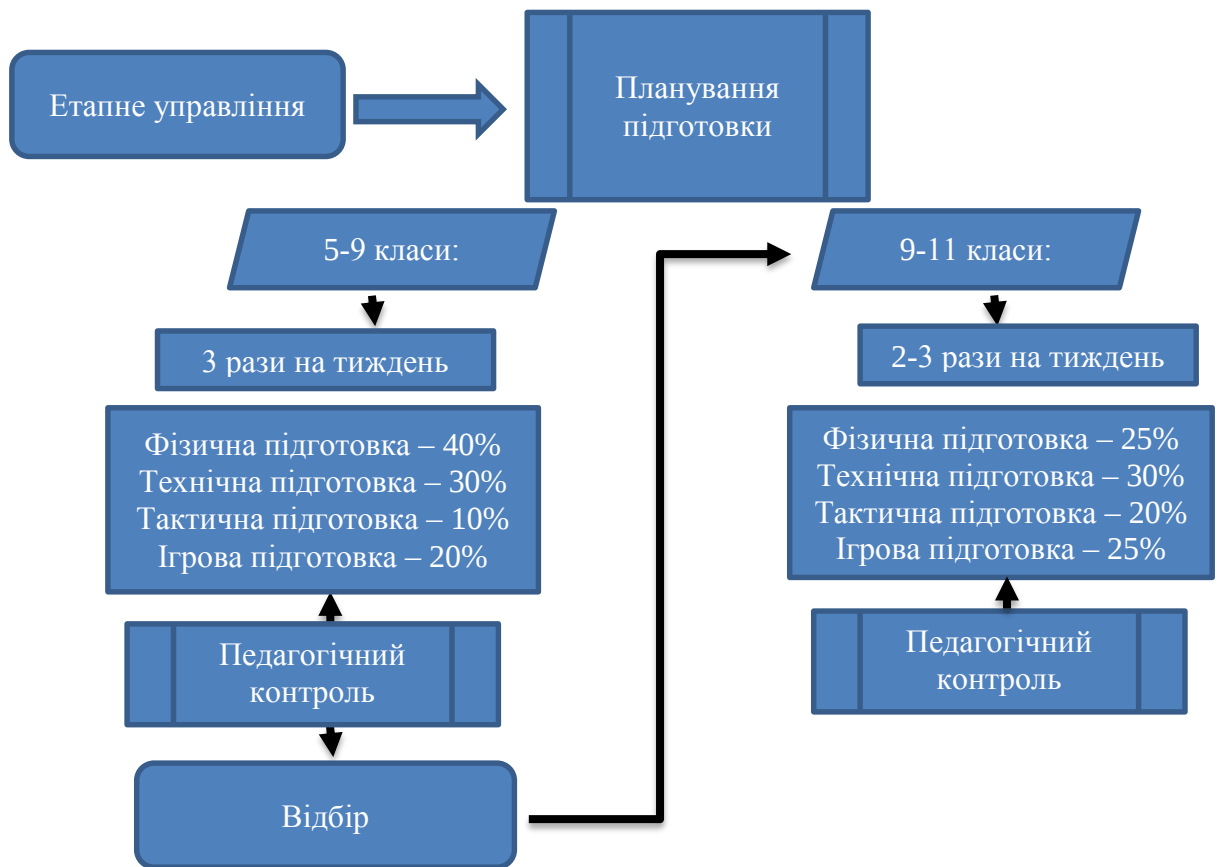


Рис. 4.1. Блок-схема управління підготовкою баскетбольної команди в умовах закладу загальної середньої освіти

Враховуючи необхідність підготовки та участі команд в двох категоріях змагань, ми розділили на етапи підготовки саме за цим принципом.

На етапі підготовки баскетбольної команди з учнів 5-9 класів основною метою є розвиток необхідних фізичних якостей, формування техніко-тактичного фундаменту, вивчення основ індивідуальних дій і групових взаємодій у фазі атаки та захисту, їх реалізація в ігрових умовах. Відповідно до мети запропонований розподіл годин на види підготовки : фізична – 40%, технічна – 30%, тактична підготовка – 10%, ігрова - 20%.

Особливістю підготовки на цьому етапі повинно бути широке застосування ігрового методу для створення позитивної мотивації до занять

баскетболом, формування спортивного режиму –тренування повинні проводитися з постійним розкладом 3 рази на тиждень, тривалістю 70-90 хвилин. Що стосується технічної підготовки, то у зв'язку з меншою кількістю годин порівняно з програмою ДЮСШ необхідно вивчення не окремих прийомів, а сполучення технічних прийомів, щоб можна було адаптувати до змагальних ситуацій. Тренувальні ігри повинні проводитися на кожному занятті тривалістю 10-20 хвилин і здебільшого носити навчальний характер, тобто тренер має бути активним учасником гри, пояснювати правила, ігрові ситуації та як вони правильно вирішуються. Якщо ігри проводяться без втручання тренера, то після гри все одно необхідно аналізувати дії спортсменів, відзначаючи позитивні сторони та типові помилки.

Контроль показників підготовленості спортсменів повинен проводитися регулярно, мінімум 2 рази на рік, це дасть змогу слідкувати за їх динамікою та вносити корективи в тренувальний процес. Аналіз динаміки показників підготовленості дозволяє прогнозувати подальший спортивний розвиток учня. Якщо результати гравця наближаються до рівня старшої групи, то виникає необхідність переведу його в старшу групу для подальшого прогресування.

У тренуванні зі старшими учнями основною метою є удосконалення техніко-тактичних прийомів з урахуванням функцій (амплуа) гравців, посилена атлетична підготовка для підвищення функціонального стану, засвоєння командної тактики гри.

Рекомендовано змінити співвідношення годин на різні види підготовки, зменшуючи фізичну підготовку (з 40% до 25%), підвищуємо роль тактичної (з 10% до 20%) та ігрової діяльності (з 20% до 25%).

До цього віку учні вже достатньо фізично розвинуті для того щоб виконувати технічні дії, тому фізична підготовка набирає більше спеціальний характер та спрямована на удосконалення координаційних і

швидкісно-силових здібностей, які найбільше сполучаються з виконанням техніко-тактичних прийомів.

Педагогічний контроль залишається важливим елементом управління підготовкою баскетбольною командою. Проведення регулярного тестування стимулює спортсменів до покращення власних результатів, контрольні показники краще показують рівень готовності кожного до змагань. Для контролю підготовленості варто використовувати мінімальний набір тестів, що відображають готовність гравців до змагальної діяльності.

У підготовці команди варто звертати максимально уваги до підготовки найближчого резерву, здійснювати підтримку молодших гравців, надавати їм можливість проявити себе в змаганнях.

Таким чином, ми дивимося на процес підготовки зі стратегічної позиції, зокрема вважаємо за необхідне готувати в обов'язковому порядку молодшу команду як потенційний резерв для виступу в старшій лізі. Варто відмовитися від традиції виставляти на змагання одну команду, зазвичай старшу, які за рахунок природного розвитку, занять на уроках фізичної культури і додаткових секційних занять мають достатній для участі в змаганнях потенціал.

4.2. Методичне забезпечення тренувальних занять для підготовки баскетбольних команд та його вплив на розвиток спеціальних здібностей баскетболістів

Як було визначено під час опитувань тренерів і спортсменів для покращення навчально-тренувальних занять необхідно посилити методичне забезпечення. Аналіз сучасних джерел інформації, літератури, нормативних документів дав змогу розробити план підготовки до змагань «Пліч-о-пліч» для молодшої та старшої команди.

Підготовка тривала 3 місяці, тренування проводилися 2-3 рази на тиждень. Тренувальні заняття для старшої і молодшої групи проводилися

окремо. Останні два тижні кращі гравці молодшої команди додатково 1 раз на тиждень тренувалися разом зі старшими спортсменами.

4.2.1. Особливості підготовки баскетбольної команди 5-9 класів

Як зазначалося раніше, у тренуванні молодшої команди завдання дещо відрізнялися від старших. Так як вікові межі доволі широкі в команду входили переважно учні 7-9 класів, які за своїми характеристиками є більш однорідними. Водночас учні 5-6 класів, що проявили себе здібними до оволодіння баскетбольними прийомами гри також відвідували тренувальні заняття, але здебільшого отримували індивідуальні завдання.

Для підвищення рівня фізичної підготовки виконувалися вправи, які не носили монотонний характер. Здебільшого проводилися в ігровій формі, що спонукало учнів максимально себе реалізовувати, але навантаження гарно переносилося психологічно. Оперативний контроль за станом спортсменів проводився після кожної інтенсивної вправи за допомогою пальпаторного визначення ЧСС.

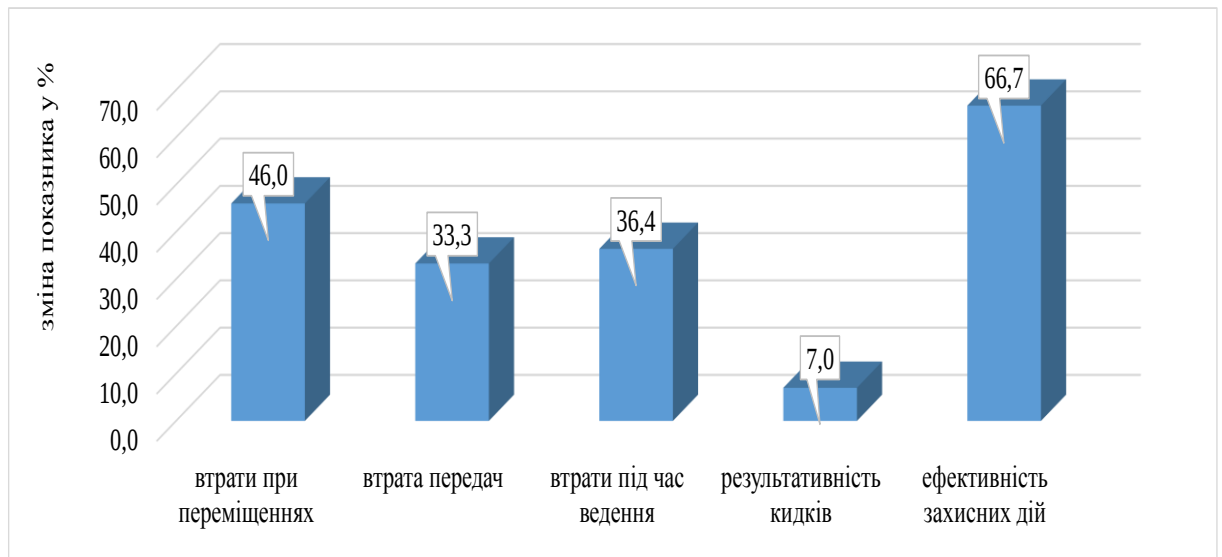
Серед основних засобів підготовки в підготовчій частині заняття використовувалися бігові вправи, спеціальні бігові вправи з використанням зупинок, поворотів, зміни напрямку та виду руху, рухливі та підвідні ігри.

В основній частині вирішувалися завдання техніко-тактичної підготовки. так як і планувалося вправи носили комплексний характер і були спрямовані на вивчення й удосконалення сполучених технічних прийомів. Обов'язково пояснювалося призначення вправи для свідомого

Контрольні вправи	Результати тестування $\bar{X}$, (S)		Темпи приросту, (%)	P
	початкові	кінцеві		
Стрибок у висоту з місця, см	35,4 (1,44)	39,3 (1,73)	3,9 (11,0%)	<0,05
Згинання і розгинання	13,9 (0,86)	15,0 (1,15)	1,1 (7,9%)	<0,05

рук в упорі лежачи за 30 с, разів				
Метання малого м'яча, м	25,1 (2,59)	26,4 (1,15)	1,3 (5,2%)	<0,05
Піднімання тулуба в сід з положення лежачи за 30 с, разів	11,1 (1,73)	12,2 (1,73)	1,1 (9,9%)	<0,05

Показники	Етапи дослідження		Різниця результатів	Р
	початковий $X \pm m$	кінцевий $X \pm m$		
Переміщення, с	9,95 $\pm$ 0,02	9,01 $\pm$ 0,06	0,94 (9,5%)	<0,05
Передачі м'яча за 30 с, разів	35,5 $\pm$ 0,31	41,1 $\pm$ 0,54	5,6 (15,8%)	<0,05
Обведення 3 стійок (28 м), с	11,47 $\pm$ 0,11	10,08 $\pm$ 0,07	1,39 (12,1%)	<0,05
Дистанційні кидки, влучень з 10 спроб	2,67 $\pm$ 0,31	4,27 $\pm$ 0,23	1,6 (59,9%)	<0,05
Штрафні кидки, влучень з 10 спроб	2,87 $\pm$ 0,39	5,20 $\pm$ 0,23	2,33 (81,2%)	<0,05



ВИСНОВКИ

1. На підставі аналізу літературних джерел виявлено: в Україні створюються всі умови для впровадження в навчальний процес загальноосвітніх закладів уроків фізичної культури за варіативним модулем «Баскетбол»; фахівці наголошують на необхідності застосування в процесі фізичного виховання та секційних занять з видів спорту навчальних програм; у науково-методичній літературі представлені основи підготовки з баскетболу юних спортсменів в умовах дитячо-юнацьких шкіл та вдосконалення спортивної майстерності кваліфікованих гравців, проте питання підготовки в умовах секцій з баскетболу загальноосвітніх шкіл висвітлене недостатньо.

Проведений аналіз методик початкового навчання та запропонованої послідовності вивчення технічних елементів дозволив розробити комплексну програму управління підготовкою команд з баскетболу.

2. Встановлено що одним з дієвих засобів, що позитивно впливає на створення сталої рухової навички гри в баскетбол є застосування на

навчально-тренувальних заняттях секції загальноосвітньої школи навчаючих програм, які передбачають засвоєння не окремих технічних прийомів, а їх нерозривних сполучень.

3. Розроблена навчальна програма враховує всі основні методичні прийоми та відповідає принципам розвиваючого навчання. Педагогічними умовами формування спеціальних здібностей є раціональне планування навчального матеріалу; реалізація педагогічних принципів навчання та спортивного тренування; комплексний підхід; своєчасна корекція навчально-тренувального процесу; забезпечення систематичного педагогічного контролю і самоконтролю; наявність зворотного зв'язку між тренером та юною спортсменкою.

4. Проведення педагогічного експерименту з упровадженням в практику спортивної підготовки команд з баскетболу секції ЗОШ спеціально розробленої програми дозволило зробити висновок про її переваги над традиційною системою початкової підготовки. Позитивні зміни показників технічної підготовленості мали більш виражений характер порівняно з показниками контрольної групи. Зрушення показників які відбулися в контрольній групі були не такі високі, проте також позитивні, що цілком відповідає етапу підготовки та віковим особливостям досліджуваного віку.

5. Управління баскетбольною командою в умовах закладу загальної середньої освіти має здійснюватися на основі планування та контролю і мати стратегічне спрямування. В разі відсутності кваліфікованого тренера з баскетболу варто користуватися навчально-методичною літературою та періодично запрошувати професіоналів для проведення майстер-класів.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Для якісної підготовки тренер-викладач під час організації та проведення занять у секціях з футболу загальноосвітніх шкіл повинен дотримуватися наступних вимог.

1. Комплектування груп повинно відбуватися з урахуванням віку учнів, на основі результатів медичного та педагогічного контролю.

2. Методика навчання технічним прийомам відповідає основним принципам дидактики (послідовності, поступовості, доступності тощо), вона складається з чотирьох етапів, кожний з яких має свої дидактичні завдання і методичні особливості.

3. Система багаторічної підготовки в умовах загальноосвітньої школи вимагає чіткого планування і урахування навантажень на вікових етапах. Це навантаження визначається засобами і методами, які використовуються в процесі занять. У всіх періодах річного циклу в міні-футболі присутні всі види підготовки, їх співвідношення і, головне, форми – значно відрізняються. Загальна фізична і технічна підготовка має тенденцію до зменшення. Доля спеціальних фізичних, тактичних та змагальних навантажень постійно зростає.

4. Засоби, які складають зміст тренувальних програм повинні підбиратися відповідно віку та доступності їх виконання. Обов'язковою вимогою під час розвитку та удосконалення фізичних якостей є контроль за ЧСС, дозування навантаження, відповідність режиму відпочинку режимам роботи.

5. Для отримання позитивного тренувального ефекту, крім знань величини та спрямованості навантаження, необхідно знати сполученість вправ різної спрямованості. Найбільш раціональним вважається підбір засобів односпрямованого впливу. Проте, якщо на занятті необхідно розв'язати різні завдання, то спочатку використовують швидкісно-силові вправи, потім засоби які виховують швидкісну витривалість, після чого можна давати навантаження для розвитку загальної витривалості.

6. Загальна спрямованість багаторічної підготовки юних спортсменів від етапу до етапу наступна:

- поступовий перехід від навчання прийомам техніки і тактичним діям до їх удосконалення на основі росту фізичних і психічних можливостей;
- планомірне збільшення варіативності виконання прийомів гри і кількості взаємодій з партнерами;
- перехід від загальнопідготовчих засобів до специфічних для гравців;
- збільшення обсягу тренувальних навантажень;
- підвищення інтенсивності занять і відповідно використання відновлювальних заходів для підтримки необхідної працездатності та збереження здоров'я юних футболістів [9].

Основа спортивної підготовки – навчання ігровим діям і удосконалення в них. Спортивне тренування повинно створювати основи для оволодіння ігровими прийомами. До них відносяться виховання творчих здібностей, які дозволяють окрему навичку видозмінювати або сполучати з іншими і на цій основі створювати нові відповідні

функціональні передумови, морально-вольові якості, що формують волю і характер спортсмена.

Процес навчання у міні-футболі складається з декількох взаємопов'язаних етапів, де кожний наступний обумовлюється попереднім:

- створення уяви про елемент ігрової діяльності, який вивчається;
- первинне засвоєння у полегшених, неігрових умовах;
- оволодіння у поступово ускладнених умовах, в яких послідовно моделюються типові ігрові ситуації;
- закріплення в спеціально організованій грі;
- удосконалення в умовах змагань.

Процес оволодіння руховими діями завжди проходить паралельно з виправленням помилок та неточностей, які проявляються у рухах, які вивчаються. Це є природнім і не свідчить про помилки, які допущені тренером. Вони викликані цілою низкою причин, що постійно присутні під час навчання. Тому одне з найважливіших завдань навчання – попередження та виправлення помилок до того, як вони будуть засвоєними.

Основні причини, що викликають появу помилок, наступні:

1. Непідготовленість юних спортсменів до засвоєння нового навчального матеріалу (непідготовленість рухового апарату, відсутність необхідного рівня розвитку фізичних якостей та теоретичних знань).
2. Неправильна уява про дію, яка вивчається, що є наслідком неувважності, нерозуміння або використання недостатньо ефективних методів пояснення та показу.
3. Порушення послідовності в схемі навчання, що відбивається у використанні вправ, умов діяльності в яких перевищують можливості юних спортсменів.
4. Порушення координаційних механізмів, які виникають в силу низки причин: попереднього рухового досвіду, особливостей

сенсомоторних механізмів, прагненням юних футболістів відразу ж добитися високого результату [50, 61].

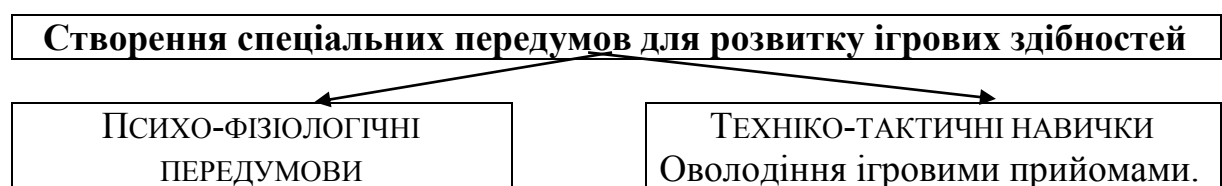
Виявлені помилки виправляються вчасними вказівками та інструктуванням; повторним показом і сумісним (з тренером) виконанням у повільному темпі; спрощенням рухів за рахунок його розчленування; виокремленням фази, в якій виявлена помилка і її ізольованим розучуванням; повторним виконанням підвідних вправ; вправами у дзеркала і з партнером, що вказує на помилки; вправами на тренажерах.

Оволодіння змістом футболу може здійснюватися за двома методичними шляхами, в основу яких закладено або узагальнення, або диференціювання. Перший можна представити у вигляді схеми «гра-навчання-гра». Початковий етап навчання передбачає знайомство з різноманітними іграми, схожими на міні-футбол. Засвоєння цих ігор закладає фундамент для наступного систематизованого вивчення обраної гри. До гри переходять після оволодіння її елементами.

Цей шлях особливо важливий у роботі з дітьми (6-12 років), особливості розвитку яких диктують необхідність під час навчання опиратися на дидактичне правило «від загального до часткового».

Інший шлях – поглиблена диференціація («навчання-гра-навчання»). Сутність її у початковому вивченні окремих елементів, закріплення яких проводиться у грі, після чого знову переходять до заглибленого розучування нових елементів або удосконаленню і випрямленню помилок у вивчених раніше прийомах. Цей шлях доцільний у роботі з більш старшими віковими групами, здібними до абстрактного мислення, узагальнення.

Схема послідовності оволодіння ігровими прийомами представлена на рис. 1.



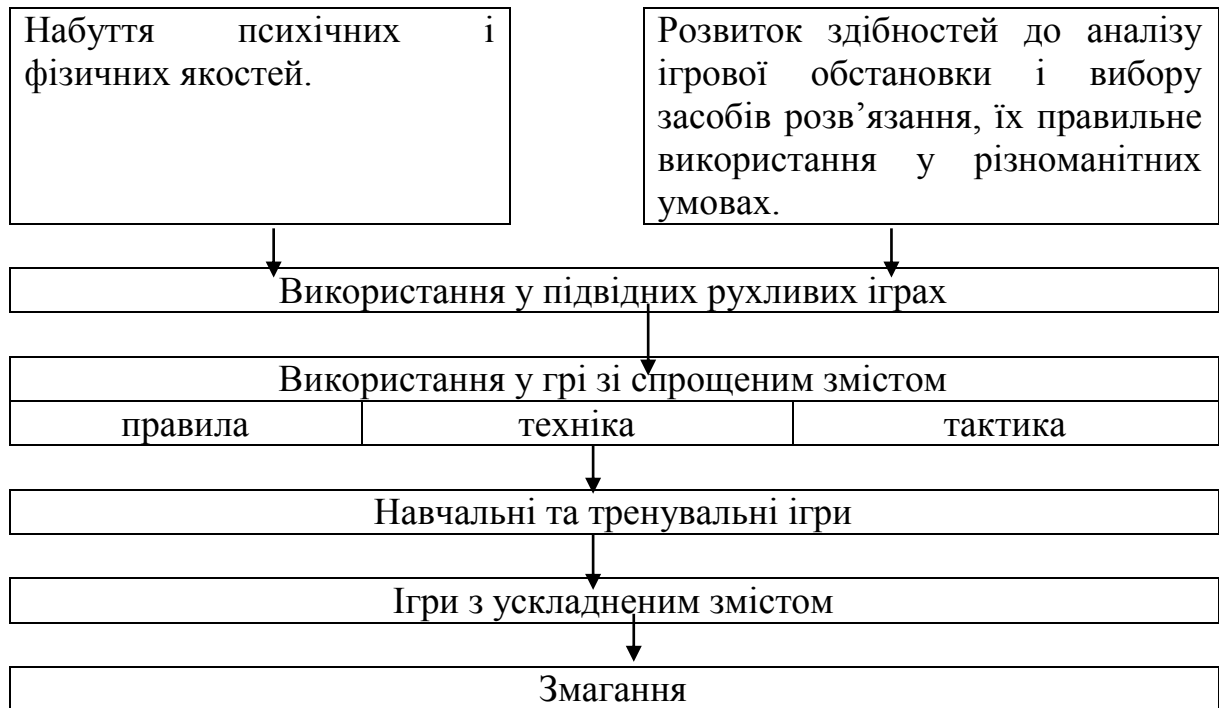


Рис. ПР. 1. Загальна схема оволодіння основами гри

Методика початкового навчання в баскетболі передбачає дотримання класичної схеми навчання.

Досвідченими фахівцями з баскетболу визначена така черговість у вивченні технічних прийомів [63, 79]: як тільки той чи інший прийом у цілому засвоєний, задовільно виконується новачками на місці, пропонуються такі вправи, в яких новий прийом можна зробити лише у русі. Потім поступово нарощується швидкість виконання прийому, який розучується.

Вправи у засвоєнні технічних прийомів будуються так. Ті, хто займаються виконують серію прийомів поступово зменшуючи відрізки часу, а тренери слідкують, щоб вони зберігали при цьому точність дій. Або пропонується юним футзалістам, наприклад, за 30 секунд повторити прийом 10 разів, потім 11, 12 разів тощо. Після цього групові вправи виконуються декількома м'ячами. В результаті темп повторень прискорюється. Правильність рухів гравців знаходиться під уважним спостереженням тренерів.

На заняттях з новачками у підготовчих групах береться під контроль один або два технічних прийоми, учням повідомляються контрольні нормативи і виставляються оцінки за виконання прийому.

Під час подальшого удосконалення технічного прийому гравці виконують його спочатку без супротиву, потім з пасивним супротивом умовного суперника і далі з активним супротивом. Основним є створення у вправах умов, наближених до ігрових [13].

У тренувальній роботі з дітьми необхідно притримуватися відомого прислів'я: «Повторювання — мати навчання». Всі прийоми техніки варто повторювати на кожному занятті. У юних футзалістів навичка не стійка. Перерва у заняттях на 10-15 днів призводить до того що необхідно починати усе спочатку.

Міні-футбол, на відмінність від багатьох інших видів спорту, багатий різнобічними технічними прийомами. Чим вище клас гравця, тим більше технічних прийомів використовує він у матчі, до того ж у різних сполученнях, а не окремо. Тому доцільно вивчати всі прийоми в ігровій ситуації. Використовуються вправи з діями гравців без м'яча і з м'ячем у сполученні з прийомами на точність, швидкість і раптову зміну напрямку рухів за зоровим сигналом.

Бажано проводити змагання з метою складання технічних нормативів. Оцінку проводити так. За виконання окремого нормативу нараховувати гравцю 50 очок. Якщо норматив перевиконаний, то гравець отримує додаткові очки, якщо недовиконаний, - певна кількість очок вираховується з 50.

Спортсмени з підготовчої групи на кожному занятті за планом складають контрольні нормативи. Досягнення учнів оцінюється за 5-бальною системою:

5 балів — за вільне виконання прийому без відхилень від установленної рухової структури;

4 бали — за виконання прийому без напруги з незначними помилками у руховій структурі, які легко виправляються;

3 бали — за виконання прийому з чуттєвою напругою без відхилень від правильної рухової структури;

2 бали — за виконання прийому з порушенням амплітуди рухів;

1 бал — за неправильне виконання прийому, недотримання амплітуди, ритму і точності рухів.

На етапі початкового навчання виключно важливу роль відіграють різноманітні підготовчі та підвідні ігри. До підготовчих відносяться ігри, які сприяють оволодінню окремими елементами. Підвідні ігри допомагають оволодівати основним змістом міні-футболу. Методична послідовність використання рухливих ігор у процесі навчання представлена на рис. 2.

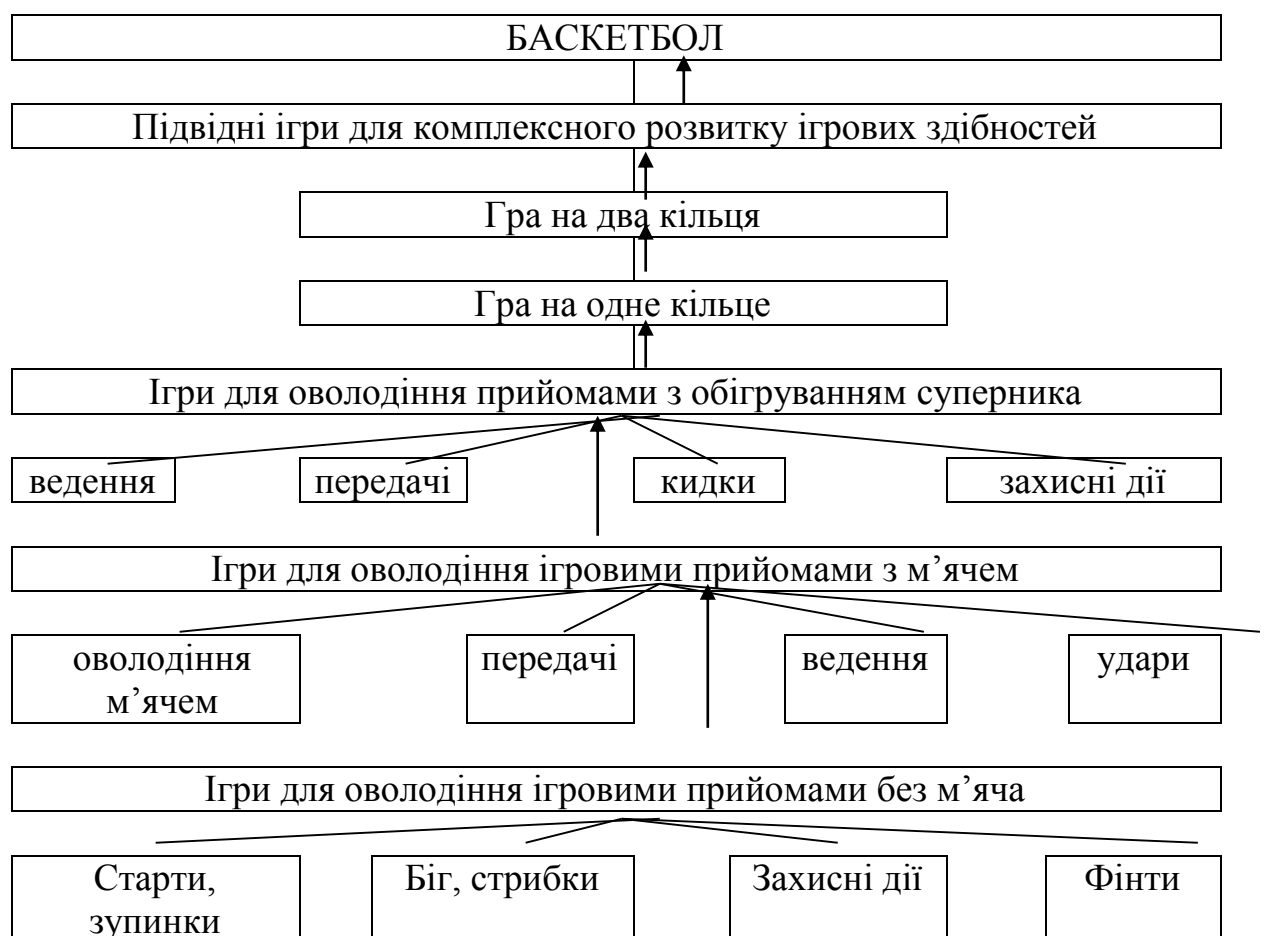


Рис. ПР. 2. Методична послідовність використання підготовчих і підвідних ігор у процесі вивчення гри у баскетбол

В основі ефективного навчання технічним прийомам лежить комплекс послідовних спеціальних засобів, які можна рекомендувати для початківців.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Ареф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі. Кам'янець-Подільський : АбеткаНОВА, 2002. 383 с.
2. Булатова ММ, Линець ММ, Платонов ВМ. Розвиток фізичних якостей. В: Круцевич ТЮ, редактор. Теорія і методика фізичного виховання: підручник. Київ: Олімпійська література; 2008;1(9):175–295.
3. Вознюк Т., Свірщук Н., Галайдюк М. Формування внутрішньої мотивації до рухової діяльності учнів середніх класів при вивченні варіативного модуля «Баскетбол». Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Вінниця: ТОВ «Твори», 2021. Вип. 11 (30)
4. Волков ЛВ. Основи спортивної підготовки дітей та підлітків. Київ: Вища школа; 1993. 152 с.

5. Довідник учителя фізичної культури в запитаннях та відповідях [упоряд. В. І. Федорчук]. Х. : Веста : Видавництво «Ранок», 2007. 320 с.
6. Дорошенко ЕЮ. Теоретико-методичні основи управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх: автореф. дис ... доктора наук з фізичного виховання та спорту: [спец] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт.» Київ, 2014. 44.
7. Дубогай О.Д. Здоров'язбереження школярів у системі освітньо-рухового навчання. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*, 2016. №3К 1 (70) 16. С.366-371.
8. Єдинак Г., Плахтій П., Яценюк Ю. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту: навч.-метод. посіб. Кам'янець-Поділ., 2000. 305 с. : ілюстр.
9. Єфимов ОА, Помещикова ІП. Баскетбол: [навч. посібник]. Харків: ХДАФК; 2006. 96 с.
10. Карпинський Г. Без Мінспорту: У чому секрет американського спорту. [Електронне джерело]. <https://www.holosameryky.com/a/children-sport-farther-/4108586.html>
11. Костюкевич В. М. Дипломна робота : структура, зміст, методика написання / В. М. Костюкевич. – В. : ТОВ фірма «Планер», 2005. – 203 с.
12. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014.
13. Костюкевич В., Щепотіна Н., Стасюк В. Теоретико-методичні підходи щодо програмування тренувального процесу спортсменів у макроциклі. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр.*, 2019, 8(27), 145-156.

14. Концепція Нової української школи (ухвалена рішенням Колегії МОН від 27.10.2016 р.) [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/novaukrainska-shkola-compressed.pdf> 1
15. Концепція реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року, схвалена розпорядженням Кабінету Міністрів України від 14.12.2016 № 988-р [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.kmu.gov.ua/npas/249613934>
16. Костюкевич В.М., Вознюк Т.В., Драчук А.І. Теорія і методика викладання спортивних ігор: курс лекцій. В.: Планер, 2012. 236 с.
17. Ковтун АО. Педагогічні методи дослідження у фізичній культурі і спорті: [методичні рекомендації для студентів денної та заочної форм навчання]. Дніпропетровськ; 2011. 64 с.
18. Козіна Ж. Л. Спортивні ігри : навчальний посібник для вищ. навч. закладів : у 2 т. (Т. 1: Загальні основи теорії і методики спортивних ігор). Харків : Точка; 2010. 270 с.
19. Коцур НІ, Буц МА. Вікова анатомія та фізіологія: навч.-метод. посіб. Переяслав; 2021. 220 с.
20. Краснобаєва Т.М., Галайдюк М.А. Рухливі ігри як ефективний засіб вдосконалення навчально-тренувального процесу з баскетболу. Вінниця: Планер, 2009. 122 с.
21. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. К. : Олімп. літ-ра, 2011. 224 с.
22. Кравченко О.С. Фізичне виховання: баскетбол [Електронний ресурс] : навчальний посібник. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2024. 176 с
23. Леоненко А. В., Красілов А. Д. Застосування інноваційних технологій у фізичному вихованні дітей та молоді. Молодий вчений. 2017. № 3.1 (43.1). С. 190 – 193.

- 24.Лущик І.В. Особливості навчання руховим діям в ігрових видах спорту. Теория и практика физического воспитания. 2001. №3. С.26.
- 25.Максимів Г.З. Визначення сутності поняття «вміння учня грати в баскетбол». Теорія та методика фізичного виховання. 2006. №2. С. 37-40
- 26.Мітова О.О., Шинкарук О.А. Обґрунтування підходу до формування системи контролю в командних спортивних іграх. Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпро: ПДАФКиС, 2022. №1. С.191-200. doi:10.32540/2071-1476-2022-1-191.
- 27.Москаленко Н. Створення інноваційної програми розвитку фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх школах. Спортивний вісник Придніпров'я. 2005. №2. С.37-39
- 28.Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» / Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/17627>
- 29.Ніколаєнко В.В. Педагогічна технологія управління багаторічним процесом формування техніко-тактичної майстерності футболістів. Науковий вісник НПУ імені М. П. Драгоманова, зб. наук. пр. 2014. 6. С.98-112.
- 30.Нова українська школа. Міністерство освіти і науки України. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/tag/nova-ukrainska-shkola>
- 31.Основи науково-дослідної роботи здобувачів вищої освіти зі спеціальності «Фізична культура і спорт»: навч. посіб. Заг. ред. В.М. Костюкевич. Київ: Олімпійська література, 2018. 528 с.
- 32.Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу: навч. посіб. Львів: ЛДУФК; 2015. 78 с.
- 33.Пахальчук Н.О., Мируха О.І., Романенко Г.М. Педагогічні умови активізації рухової активності дітей. Херсон, 2019. С. 98-102

- 34.Платонов ВМ. Сучасна система спортивного тренування: підручник. Київ: Перша друкарня, 2021. 672.
- 35.Поплавський Л.Ю. Баскетбол. К.: Олімпійська література, 2004. С. 58-68.
- 36.Поплавський ЛЮ, Маслова ОВ, Безмилов ММ, Мітова ОО, Мурзін ЄВ, Четвертак ОА. Баскетбол. Програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ; 2019. 166 с.
- 37.Пліч-о-пліч всеукраїнські шкільні ліги. [Електронне джерело] <https://scl.gov.ua/>
- 38.Приходько В. В. Концепція управління сучасною системою підготовки спортсменів: монографія. Дніпро. 2018. 360 с.
- 39.Сенів М., Вознюк Т. Характеристика спеціальної підготовленості баскетболісток на етапі попередньої базової підготовки. Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві. 2019, № 1. С. 105–109.
- 40.Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту. Київ: Кондор-Видавництво, 2016. 542 с
- 41.Сікорська Л., Вознюк Т. Вплив занять спортивними іграми на якість життя студентської молоді. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування. 2024. №.4. С. 19-30.
- 42.Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ: Олімпійська література. 2001.
- 43.Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту. Київ: Кондор-Видавництво, 2016. 542 с.
44. Спортивні ігри : навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів : у 2 томах: / [Ж. Л. Козіна, Ю. М. Поярков, О. В. Церковна, В. О.

- Воробйова]; під ред. Ж. Л. Козіної. – Том 1: Загальні основи теорії і методики спортивних ігор. – Харків : Вид-во «Точка», 2010. – 200 с.
- 45.Шкребтій Ю.М. Фізичне виховання та дитячий спорт у системі шкільної освіти України. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2005. Вип. 10. С. 246-249
 - 46.Шкребтій Ю. Стан та напрями удосконалення системи фізичного виховання молоді. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2005. №1. С. 12-15
 - 47.Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навч. посіб. Харків : «ОВС», 2008. 406 с.
 - 48.Яковлів В. Л. Основи управління підготовкою юних спортсменів : навч. посіб. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2016. 271 с.
 - 49.Яремко М.О., Кость М.М., Костовський М.Г. Засоби та методи розвитку фізичних якостей студентів вищих навчальних закладів: Методичні рекомендації. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2008. 20 с
 - 50.Arazi H, Coetzee B, Asadi A. Comparative effect of land and aquatic-based plyometric training on jumping ability and aqility of young basketball players. *South Afric J Res Sport Phys Edn Recrea*. 2012;34:1–14.
 - 51.Bompa T. *Total Training for Young Champions*. Champaign, IL: Kinetics H, editor, 2000.
 - 52.Grashchenkova Z, Mishyn M, Okopnyy A, Pityn M, Hnatchuk Ya. Peculiar features of competitive activity of qualified wheelchair basketball players. *Journal of Physical Education and Sport*. 2018;18;4:2331–7.
 - 53.Klusemann, MJ, Pyne1, DB, Foster, C, Drinkwater, EJ. Optimising technical skills and physical loading in small-sided basketball games. *Journal of Sports Sciences*. 2012;30(14):1463–71.
 - 54.Koryahin V, Hrebinka H. Content and structure of competitive activities of young basketball players aged 13–14. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2023;23(1):143–7. DOI: 10.17309/tmfv.2023.1.20.

- 55.Koryahin V., Blavt O., Doroshenko E., Prystynskyi V., Stadnyk V.
Training Effect of Special Basketball Exercises. *Teoriâta Metodika
Fizičnogo Vihovannâ*. 2020. № 3. P. 137-141. URL :
<http://doi.org/10.17309/tmfv.2020.3.02>