

уроки, спрямовані на виховання силових здібностей, що об'єднуються у цикли відповідно до завдань та змісту різних розділів шкільної програми, модульні методики, колове тренування та заняття силовим фітнесом.

Список використаної літератури.

1. Грибан Г.П., Філіна В.А., Пилипчук П.Б. Розвиток швидко-силових здібностей в учнів старшого шкільного віку засобами дзюдо: метод. рекомендації. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2023. 24 с.
2. Дмитренко С. Розвиток фізичних якостей засобами варіативного модуля «гімнастика» в процесі фізичного виховання школярів / С. Дмитренко, О. Хуртенко, Т. Полулященко, Т. Дідик. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2025. Том 19 № (38). С. 18-28. DOI:10.31652/2071-5285-2025-19(38)-18-28
3. Ніколаєв С.Ю. Розвиток силових здібностей в учнів старших класів засобами атлетичної гімнастики. *Молодіжний науковий вісник*. 2009. С. 9-13
4. Царук О.В. Силова підготовка юнаків старших класів на уроках фізичної культури. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. №7. С. 11-114
5. Язловецька О., Ковальова Ю. Розвиток силових здібностей старшокласників засобами оздоровчого фітнесу. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2024. Серія 15, (3К(176), 523-527

**УПРАВЛІННЯ БАСКЕТБОЛЬНОЮ КОМАНДОЮ В УМОВАХ
ЗАКЛАДУ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ**

Монастирлі Ю.П.

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. Стаття присвячена питанням управління підготовкою шкільних команд з баскетболу для ефективної підготовки до участі в змаганнях «Пліч о пліч». Розроблена схема управління підготовкою баскетбольних команд з урахуванням двох категорій змагань – для 5-9 класів і 9-11 класів.

Ключові слова: шкільний спорт, баскетбол, «Пліч-о-пліч», контроль, планування

Summary. Monastyrli Yu.P. Management of a Basketball Team in the Context of a General Secondary School. The article addresses the issues of managing the training of school basketball teams for effective preparation for participation in the «Plich-o-plich» ("Side-by-Side") competitions. A management scheme for the training of basketball teams has been developed, taking into account two competition categories: for students in grades 5-9 and grades 9-11.

Keywords: school sports, basketball, «Plich-o-plich», control, planning.

Вступ. Суспільний розвиток останнім часом характеризується інтенсивними процесами, основу яких складає ідея задоволення різноманітних потреб людини в руховій активності з використанням масових видів спорту. Чільне місце серед них займає популярний у всьому світі – баскетбол. Ця спортивна гра, не дивлячись на досить тривалий термін свого існування, продовжує розвиватися та захоплювати серця людей будь якого віку [1]. За рахунок інтенсивної та непередбачуваної рухової діяльності, непереможному командному духу особливої популярності вона набула серед учнівської молоді [10]. Баскетбол внесений в програми з фізичного виховання закладів освіти всіх рівнів.

З 2023 року в Україні за указом Президента України В. Зеленського запроваджено наймасштабніші змагання з 12 видів спорту (серед яких є баскетбол і баскетбол 3х3) серед учнів нашої країни «Пліч-о-пліч всеукраїнські шкільні ліги» [8]. Проведення таких змагань є основою для здійснення перегляду системи підготовки баскетбольних команд, що здійснюється на базі закладів загальної середньої освіти, існує потреба в систематизованих науково-обґрунтованих практичних і теоретичних рекомендацій щодо ефективної методики підготовки школярів, які займаються в секції з баскетболу [6].

Реалізація принципу варіативності та різноманіття форм фізичного виховання вимагає відмови від зайвої уніфікації та стандартизації змісту, створення альтернативних програм спортивної підготовки, що враховують кліматичні умови, національні, культурно-історичні традиції, матеріально-технічну забезпеченість конкретних закладів освіти, з урахуванням особливостей та інтересів тих, хто займаються [4]. Питання управління спортивними командами досліджувалася багатьма фахівцями [2, 5, 7, 9 та ін.], однак здебільшого вони стосувалися кваліфікованих спортсменів. Питання управління спортивними командами в умовах закладів освіти залишилися поза увагою.

Сьогодні заклади загальної середньої освіти стоять перед необхідністю зміни підходів до організації шкільного спортивного руху, підготовки команд і участі в змаганнях. Внесення змін у систему управління підготовкою, до програмного забезпечення підвищить мотивацію дітей до занять фізичною культурою та спортом, зменшить негативний вплив чинників, що на сьогоднішній день присутні в нашій країні [1].

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

Методи дослідження: теоретичний аналіз навчально-методичних джерел, вивчення нормативних документів, узагальнення та синтез, методи моделювання.

Результати дослідження та їх обговорення. 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 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 схему управління підготовкою команд в системі закладу загальної середньої освіти (рис.1)

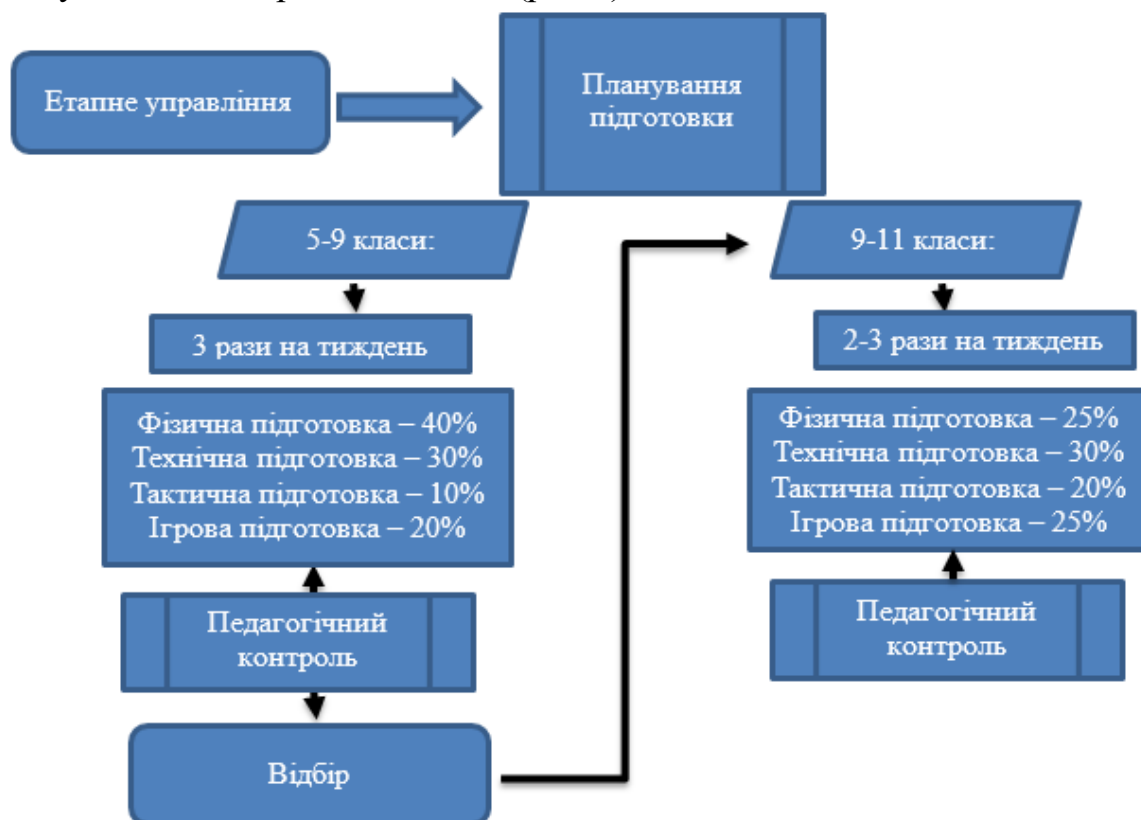


Рис. 1. Блок-схема управління підготовкою баскетбольної команди в умовах закладу загальної середньої освіти

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.

Висновки. 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.

Список використаної літератури.

1. 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)
2. 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.
3. Карпинський Г. Без Мінспорту: У чому секрет американського спорту. [Електронне джерело]. <https://www.holosameryky.com/a/children-sport-farther-/4108586.html>
4. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014.
5. 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.
6. Кравченко О.С. Фізичне виховання: баскетбол [Електронний ресурс] : навчальний посібник. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2024. 176 с
7. Мітова О.О., Шинкарук О.А. Обґрунтування підходу до формування системи контролю в командних спортивних іграх. Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпро: ПДАФКіС, 2022. №1. С.191-200. doi:10.32540/2071-1476-2022-1-191.
8. Пліч-о-пліч всеукраїнські шкільні ліги. [Електронне джерело] <https://scl.gov.ua/>
9. Приходько В.В. Концепція управління сучасною системою підготовки спортсменів: монографія. Дніпро. 2018. 360 с.
10. 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.

ОСНОВНІ ЧИННИКИ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ПІДЛІТКІВ

Покотило Р.П.

*Житомирський державний університет
імені Івана Франка*

Анотація. У статті розглянуто чинники, що впливають на фізичний розвиток підлітків. Зазначено необхідність комплексного підходу до збереження й зміцнення здоров'я підлітків у сучасних умовах.

Ключові слова: фізичний розвиток, підлітки.

Summary. Pokotylo R.P. Main Factors Influencing The Physical Development Of Adolescents. The article examines the factors influencing the physical development of adolescents. The necessity of a comprehensive approach to preserving and strengthening adolescents' health under modern conditions is emphasized.

Keywords: physical development, adolescents.

Вступ. Проблема фізичного розвитку підлітків посідає важливе місце у системі збереження та зміцнення здоров'я молодого покоління. У підлітковому віці відбуваються інтенсивні морфофункціональні зміни, зумовлені активним ростом, статевим дозріванням і формуванням систем організму. Як зазначають І. Ткаченко та Ж. Цимбалюк [7], цей період характеризується нерівномірним розвитком органів і систем, що призводить до тимчасового зниження працездатності й потребує особливої уваги.

За даними досліджень (З. Джигалов, Ж. Цимбалюк, [1]; Козар та ін., [2]; К. Семененко, Н. Демченко, [6]), на фізичний розвиток підлітків впливають комплексні чинники: біологічні, соціально-економічні, психоемоційні, педагогічні та екологічні. Недостатня фізична активність, порушення режиму харчування, надмірне навчальне навантаження, а також наслідки воєнного стану негативно позначаються на адаптаційних можливостях і загальному стані здоров'я підлітків (К. Мулик, О. Скалій, О. Аносова, [5]).

Метою дослідження є узагальнення наукових даних щодо основних чинників, які впливають на фізичний розвиток підлітків, та визначення напрямів їх оптимізації в сучасних умовах.

Методи дослідження. У роботі використано методи теоретичного аналізу, синтезу та узагальнення результатів сучасних наукових досліджень, представлених у працях українських авторів.

Результати дослідження та їх обговорення. До провідних біологічних чинників належать спадковість, вік, стать, рівень біологічного дозрівання та функціональний стан організму. За даними К. Мелеги [3], генетично детерміновані особливості соматотипу визначають потенціал росту, масу тіла, м'язову силу та витривалість. К. Семененко і Н. Демченко [6] відзначають, що особливості дихальної системи підлітків із різними типами