

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра теорії і методики фізичного виховання

Дипломна робота (проєкт)
магістра

з теми: **«ПОЧАТКОВИЙ ЕТАП НАВЧАННЯ ТЕХНІКИ РУХОВИХ
ДІЙ У БАСКЕТБОЛІ»**

Виконав: студент 2 курсу, групи FKS2-M22
спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Кондратюк Олександр Іванович

Керівник: **Мисів В. М.**,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент

Рецензент: **Прозар М. В.**,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент

Кам'янець-Подільський – 2023 рік

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ОСОБЛИВОСТІ ПОЧАТКОВОГО ЕТАПУ НАВЧАННЯ РУХОВИХ ДІЙ В УМОВАХ ДЮСШ.....	7
1.1. Управління навчально-тренувальним процесом в ДЮСШ, як запорука досягнення результату.....	7
1.2. Початковий етап навчання юних баскетболістів його особливості та перспективи вдосконалення	15
1.3. Характеристика сучасних методів, засобів навчання та вдосконалення рухових дій у баскетболі	22
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	25
2.1. Методи дослідження	25
2.2. Організація дослідження.....	27
РОЗДІЛ 3. ТЕХНОЛОГІЯ НАВЧАННЯ РУХОВИХ ДІЙ ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ	29
3.1. Початковий етап навчання юних баскетболістів руховим діям	29
3.2. Нові підходи до вдосконалення навчально-тренувального процесу юних баскетболістів	37
3.3. Використання вдосконаленої технології у процесі початкового етапу навчання рухових дій у баскетболі	42
3.4. Дієвість методичних підходів поетапного формування рухових дій юних баскетболістів	48
ВИСНОВКИ	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	60

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

- ООД – орієнтовна основна дія;
- ООТ – орієнтовна основна точка;
- ТПА – точність просторового аналізатора;
- ТТА – точність тимчасового аналізатора;
- ТСА – точність силового аналізатора;
- ЧР – частота рухів;
- РОР – реакція на об'єкт який рухається.

ВСТУП

Актуальність теми. Історичні аспекти розвитку баскетболу в Україні передбачають упродовж багатьох років підготовку гравців високого класу, що у свою чергу сприяло досягненню успіхів на міжнародній арені. Основні фактори, які визначають ефективність загальної системи підготовки полягають у систематизованій побудові навчального, тренувального і змагального процесів загалом та на етапі початкового навчання зокрема. [18; 39; 47].

В огляді літературних джерел, науково-методичних праць в яких розглядається питання підготовки гравців початківців в баскетбол, детально представлена інформація щодо засобів та методів навчання рухових дій. Особливу увагу автори приділяють розподілу навчального матеріалу у підготовці баскетболістів різних вікових груп під час навчально-тренувального процесу [31; 42].

Деякі автори намагаються обґрунтувати основні та другорядні завдання на основі динамічних ігрових ситуацій, а не лише за рахунок опанування юними баскетболістами нових технічних дій тактичних вмінь та навичок [29; 48]. Індивідуальні особливості гравців високого класу та гравців-початківців (юних баскетболістів) потребують поглибленого вивчення, вдосконалення та відповідного контролю.

Разом з позитивними результатами, що фіксують певний поступ у вирішенні зазначених вище проблем, слід виділити низку питань, які не знайшли поля свого відображення. По-перше, не розроблено надійного технологічного підходу до формування технічних і тактичних дій юних баскетболістів, тому часто не виконуються вимоги початкового етапу становлення «школи баскетболу». По-друге в літературних джерелах недостатньо представлена інформація щодо опанування основами техніки гри із використанням прогресивних методів навчання, що у свою чергу

суттєво ускладнює процес використання динамічних ігрових ситуацій під час навчально-тренувального процесу.

По-третє потребує уточнення ефективність та особливості управління навчально-тренувальним процесом тренером з юними спортсменами, що безпосередньо впливає на рівень спортивного результату.

Вище зазначене свідчить про недостатність інформації щодо особливостей початкового етапу навчання у цілісному навчально-тренувальному процесі баскетболістів-початківців та недостатністю вивчення способів технологічного проектування навчання рухових дій.

Об'єкт дослідження – навчально-тренувальний процес юних баскетболістів.

Предмет дослідження – технічна підготовка, як один із чинників успішного опанування руховими діями у баскетболі.

Мета дослідження – підвищення ефективності опануванню юними баскетболістами груп початкової підготовки ДЮСШ основами техніки рухових дій.

Завдання дослідження:

1. Вивчити основні напрями реалізації технологічного підходу до формування техніки гри в баскетбол.
2. Обґрунтувати зміст динамічних ігрових ситуацій для початкового етапу навчання рухових дій у баскетболі.
3. Розробити та експериментально обґрунтувати технологію формування прийомів техніки гри в баскетбол з використанням динамічних ігрових ситуацій.

Методи дослідження: теоретичного дослідження та узагальнення досвіду; педагогічні методи дослідження (педагогічний експеримент, контрольне тестування); методи математичної статистики.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані результати можуть бути використані тренерами дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву

для початкового навчання основних рухових дій в групах початкової підготовки в баскетболі. Також матеріали дослідження можуть бути використанні здобувачами вищої освіти, які навчаються за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт під час проходження виробничих практик в ДЮСШ в групах початкової підготовки з юними баскетболістами.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 04-05 квітня 2023 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 65 сторінках, з яких 59 основного тексту, вона містить 3 таблиці. Дипломна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків, та списку 51 використаного літературного джерела.

ВИСНОВКИ

1. Специфіка гри в баскетбол на основі спортивного відбору передбачає спеціально організований процес пошуку юних талантів й організацію з ними багаторічного навчально-тренувального процесу. Цей процес передбачає розвиток та вдосконалення фізичної, технічної, тактичної, психологічної та інтегральної підготовленості юних гравців під час тренувального та змагального процесу.

Особливе місце у цьому процесі належить початковому етапу навчання, адже в учнів рівень розвитку фізичних якостей, рухових здібностей не однаковий, а різний. Ці обставини обумовлюють підбір адекватних засобів та методів спортивного тренування загалом та мають враховувати специфіку етапу початкового навчання зокрема.

2. Комплексне використання в системі початкового відбору юних баскетболістів даних про параметри фізичного розвитку та підготовленості, організація на цій основі навчально-тренувального процесу стали підставою для розробки технологічного підходу як альтернативного напрямку у вдосконаленні початкового етапу підготовки.

3. Основними компонентами технологічного підходу під час початкової підготовки юних баскетболістів є:

- цільовий – спрямований на поетапне формування технічних прийомів гри в баскетбол та пов'язаний розвиток різнобічної фізичної підготовленості та психомоторних процесів;

- організаційний – пов'язаний із проектуванням модульного навчання для здійснення планомірної індивідуалізації навчально-тренувального процесу;

- контрольний – передбачає формування функції об'єктивного контролю та самоконтролю за параметрами технічних прийомів гри для своєчасної корекції окремих операцій та рухових дій.

Відповідно до структурних компонентів обґрунтовано технологію технічної підготовки юних баскетболістів на основі поетапного формування рухових дій.

4. Модульне навчання на початковому етапі навчально-тренувального процесу передбачає використання динамічних ігрових ситуацій як умови, способу та засоби інтегральної підготовки юних баскетболістів.

Подано переконливі аргументи щодо розгляду динамічних ігрових ситуацій у навчально-тренувальному процесі як спільної системи, яка об'єднує різні дії з однією метою. Ці ситуації виявляються необхідними та достатніми для ефективного моделювання ігрової та змагальної практики, а також для розвитку готовності юних гравців до активної участі в змагальних діях, які можуть бути як скороченими, так і інтенсивними.

5. Здобуті позитивні результати в фізичній та технічній підготовці, а також у психомоторних процесах молодих баскетболістів, які навчалися за експериментальною методикою, підтверджують високу ефективність технологічного підходу на початковому етапі навчально-тренувального процесу.

6. Отримані дані розширюють теоретичну та практичну базу для початкового етапу навчання в ДЮСШ з баскетболу, дозволяючи конкретизувати умови та параметри навчальних впливів та тренувальних навантажень при використанні динамічних ігрових ситуацій на заняттях.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анатомія людини з основами фізіології: підруч. для студ. I-II р. а. / В. В. Кривецький, М. Д. Лютик, С. М. Луканьова, О. В. Дибель; М-во охорони здоров'я України, М-во освіти та науки України, ВДНЗ України «Буковин. держ. мед. ун-т». Чернівці : Місто, 2017. 368 с.
2. Аракчєєв Д. А. Розвиток рухових здібностей у студентів через гру в баскетбол. Молодіжний науковий форум: гуманітарні науки: матер XV студентської міжнар. заоч. наук.-практ. конф. (серпень, 2014). 2014. С. 55-61.
3. Баскетбол: кроки до успіху / Гел Віссел; пер. з англ. Віктора Боженара, укр. пер. Сергія Тристана. Київ :ТОВ «Новий друк», 2015. 408 с.
4. Баскетбол: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладах спортивного профілю.
5. Безмилов М. М. Система підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Литві. Наука в олімп. спорті. 2016. № 2. С. 32-38.
6. Бєседа Н. А. Фізіологія людини : навч.-метод. посіб. для студентів першого (бакалавр.) рівня за спец. "Фізична культура і спорт". Полтава : ПолтНТУ, 2018. 92 с.
7. Борисевич Л. Особливості процесу підготовки майбутніх фахівців у сфері фізичної культури і спорту. Grail of Science, 2023. № 24. С. 757-760.
8. Босенко А. І., Орлик Н. А., Топчій М. С. Фізіологія спорту : навч. посібник. Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2017. 68 с.
9. Брискин Ю. А., Товстоног А. Ф., Розторгуй М. С. Індивідуалізація підготовки спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки. Вісник Запорізького національного університету. 2009. № 1. С. 20-25.
10. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Навчальний посібник. Вінниця : ФОП Корзун ДЮ, 2016. 240 с.

11. Волков Л. В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Київ : Освіта України, 2016. 464 с.
12. Горбуля В. Б. Баскетбол: тактика гри та методика навчання : навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх спеціальностей. Запоріжжя : ЗНУ, 2017. 90 с.
13. Грибан Г. П., Гринчук О. М., Білоскаленко Т. О. Управління процесом розвитку фізичних якостей студентів в освітньому процесі з фізичного виховання. Педагогіка й сучасні аспекти фізичного виховання: збірник наукових праць VI Міжнародної науково-практичної конференції (13-14 травня 2020 року). Краматорськ : ДДМА, 2020. С. 116-126.
14. Дзензелюк Д. О. Управління розвитком дитячо-юнацького спорту в Україні. Інтелектуальна економіка в умовах суспільних трансформацій : Матеріали V Міжнародного науково-практичного форуму, 25 жовтня 2019. Житомир : ЖНАЕУ, 2019. С. 89-93.
15. Диференціація фізичної підготовки спортсменів : монографія / авт. кол. : Линець М. М., Чичкан О. А., Хіменес Х. Р. та ін.; за заг. ред. М. М. Линця. Львів : ЛДУФК, 2017. 304 с.
16. Дмитрів Р. Навчання техніки гри з баскетболу студентів першого курсу УАД на етапі початкової підготовки. Scientific Collection «InterConf». 2023. № 149. С. 301-310.
17. Дутчак М. В. Спорт для всіх. Київ : Олімп. л-ра, 2009. 279 с.
18. Ефімов О. А., Помещикова І. П. Основи баскетболу : навч. посіб. Харків : ХДАФК, 2011. 108 с.
19. Єфременко В. М. Особливості формування основ техніки гри в баскетбол на етапі початкової підготовки. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова. 2020. Вип. 2 (122). С. 61-64.

20. Залізник Ю. Д. Теорія та методика спортивних ігор: підручник для студ. вищ. навч. завід. 8-е вид. перероб. Моршин, 2013. 312 с.

21. Качинська Т. В. Фізіологія людини [електронне видання] : навчальний посібник до лабораторних занять та самостійної роботи студентів. Волинський національний університет імені Лесі Українки, факультет біології та лісового господарства, кафедра фізіології людини і тварин. Луцьк. 2022. 85 с.

22. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014. 616 с.

23. Костюк Ю.С. Методика диференційованого навчання фізичних вправ учнів основної малокомплектної школи засобами баскетболу : автореферат дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. Нац пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2015. 20 с.

24. Круцевич Т. Ю. Теорія та методика фізичного виховання: підручник для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту: в 2 т. Київ : Олімпійська література, 2008. Т. 1. 392 с.

25. Круцевич Т. Ю. Теорія та методика фізичного виховання: підручник для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту: в 2 т. Київ : Олімпійська література, 2008. Т. 2. 368 с.

26. Кузенков Є.О. Методика застосування технічного обладнання для розвитку рухових якостей студентської молоді у процесі занять баскетболом : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). Київ, 2019. 203 с

27. Лисенко О. М. Зміни фізіологічної реактивності серцево-судинної та дихальної системи на зрушення дихального гомеостазу при застосуванні комплексу засобів стимуляції роботоздатності. Фізіологічний журнал. 2012. № 5. С. 70-7.

28. Методичні рекомендації до лабораторних занять з освітньої компоненти «Анатомія людини з основами спортивної морфології» / Н. Корнійчук, А. Гирина, Ю. Чайка. Житомир, 2023. 84 с.
29. Мілаєв О. І., Газаєв В. Н., Нестеров О. С. Організація і методика проведення занять з баскетболу : навч.-метод. посібник. Мелітополь, 2020. 25 с.
30. Парушев М. В. Розвиток фізичних якостей учнів засобами баскетболу і його різновидів. Ізмаїл, 2023. 91 с.
31. Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2015. 78 с.
32. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування : підручник. Київ : Перша друкарня, 2021. 672 с.
33. Положення про дитячу-юнацьку спортивну школу. Постанова від 5 листопада 2008 р. № 993. Київ. Електронний ресурс. Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/993-2008-%D0%BF#n10>.
34. Поплавский Л. Ю. Баскетбол. Київ : Олімпійська література, 2004. 446 с.
35. Поплавський Л. Ю. Розвиток фізичних якостей баскетболістів. Київ: Преса України, 2006. 224 с.
36. Попович О. П. ДЮСШ як «Школа сприяння здоров'ю». Методика викладання природничих дисциплін у вищій школі. XV Каришинські читання : зб. наук. пр. міжнар. наук.-практ. конф., (Полтава, 29-30 трав. 2008 р.). Полтав. держ. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. Полтава : Астроя, 2008. С. 471-475.
37. Прозар М. В., Авінов В. Л., Петров А. О., Стасюк В. А., Балан С. М. Теорія і методика спортивних ігор : навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2020. 320 с.
38. Прозар М. В. Специфічні особливості змагальної діяльності баскетболістів. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного

університету : зб. за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів : вип. 17, у 3-х т. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2018. Т. 2. С. 126-128.

39. Сватсьєв А. В., Горбуля В. Б. Баскетбол: тактика гри та методика навчання : навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх спеціальностей. Запоріжжя : ЗНУ, 2017. 90 с.

40. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік; Полт. нац. пед. ун-тет імені В. Г. Короленка. Полтава : Видавець Шевченко Р.В., 2019. 147 с.

41. Соловей О. М., Грюкова В. В. Особливості методики навчання техніки гри баскетболістів 9-10 років на етапі початкової підготовки. Фізична культура, спорт та здоров'я. 2016. С. 201-205.

42. Спеціальна фізична підготовка баскетболістів : навч. посібник / Є. В. Кравчук, Н. І. Горошко, Д. О. Безкоровайний та ін. Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2022. 140 с.

43. Сушко Р. О., Ібраїмова М. В. Інноваційні технології у початковій підготовці дітей на прикладі спортивних ігор. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2015. № 2. С. 190-194.

44. Ткаченко І. М. Удосконалення точності кидків баскетболістами на етапі підготовки до високих спортивних досягнень. Суми : Сумський державний університет, 2022. 69 с.

45. Тодорова В. Г. Проблеми підготовки спортивного резерву в умовах сучасних закладів позашкільної освіти. Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського. Одеса : ПНПУ ім. К. Д. Ушинського, 2020. № 1 (130). С. 45-50.

46. Тодорова В. Основи теорії і методики спортивного тренування : навчальний посібник. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 206 с.

47. Тучинська Т. А., Руденко Є. В. Баскетбол : навч.-метод. посіб. Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2015. 100 с.
48. Фізичне виховання. Техніка та тактика гри в баскетбол. Навчання техніці та тактиці гри у баскетбол для студентів : навчальний посібник для студентів / уклад.: Л. В. Анікеєнко, В. М. Єфременко, О. М. Яременко та ін. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. 127 с.
49. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті : навч. посіб. Київ, 2013. 136 с.
50. Шкрібтій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу. Київ : Олімпійська література, 2005. С. 104-105.
51. Щур Я. О. Проблеми розвитку спорту для всіх в Україні. Київ : НУФВСУ, 2023. 72 с.