

## СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТСЬКИХ КОМАНД З БАСКЕТБОЛУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*Костюк Юлія<sup>1</sup> Словець Олександр<sup>2</sup>, Курилло Тетяна<sup>2</sup>*

*<sup>1</sup>Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова*

*<sup>2</sup>Поліський національний університет*

**Актуальність дослідження.** Проблема визначення ролі сучасного фізичного виховання в закладах вищої освіти (ЗВО) у формуванні особистості і здорового способу життя студентської молоді набуває все більшої актуальності. Саме фізкультурно-спортивній діяльності відданий пріоритет у вихованні здорового покоління молоді, тому фізична підготовка є одним із завдань системи вищої освіти в Україні. Однак, згідно з результатами досліджень, значні зміни, які зазнала система фізичного виховання студентів за останні десятиліття, не завжди сприяє збереженню здоров'я.

Використання традиційних підходів до організації занять з фізичного виховання в даний час не має належного впливу на студентів, на їх прагнення до занять спортом, до постійного самовдосконалення і фізичної активності. На сьогодні пріоритетним напрямком в організації занять з фізичного виховання є організація занять за вибором студентів. Надання студентам можливості вільного вибору та врахування їхніх потреб, інтересів, мотивів і життєвих планів змінює на краще ставлення студентської молоді до фізичного виховання та активізує фізкультурно-оздоровчу діяльність [3, с. 97].

Пріоритетність напрямів підготовки і вибір виду спорту, який впроваджується в освітній процес, базується на численних дослідженнях інтересів студентів. Перехід на секційну форму організації занять зумовлений сучасними освітніми тенденціями та передовим світовим досвідом. Спортивно орієнтована форма фізичного виховання побудована на принципах спортивного тренування, що сприяє не тільки зростанню технічної майстерності, а й рухової підготовленості молоді [6, с. 92].

Серед видів спорту, що викликають особливу зацікавленість студентів, фахівці називають спортивні ігри, зокрема баскетбол. Впливаючи різнобічно і багатопланово, баскетбол є засобом гармонізації особистості студента, його фізичного, психологічного, емоційного та інтелектуального розвитку; виховує спритність, підвищує психоемоційну стійкість до стресових ситуацій, сприяє різнобічному розвитку координаційних та кондиційних здібностей; сприяє досягненню високого рівня функціонування серцево-судинної системи, зорового і слухового аналізаторів, вихованню швидкості реакції, оперативному мисленню, розподілу та перемиканню уваги, а також має значний видовищний ефект і гармонійно поєднує індивідуалізм і колективізм [5, с. 53].

Як зазначають науковці [1, с. 8], основними тенденціями розвитку студентського баскетболу, є: вдосконалення техніки гравців до рівня віртуозності, атлетична манера гри, яка проявляється в потужних стрибках при кидках, вибухових, максимально швидких діях у захисті і нападі, в боротьбі за

м'яч на щиті, дефіцит часу на прийняття і реалізацію оптимальних рішень в умовах активної протидії з боку суперників.

Підготовка студентських команд у ЗВО не фізкультурного профілю має ряд своїх особливостей. Важливу роль відіграє постійне оновлення складу гравців, яке пов'язане з терміном навчання студентів у виші. Далеко не завжди в ЗВО приходять гравці саме тих амплуа і рівня підготовленості, які необхідні команді, тому ускладнюється комплектація команди відповідно до функцій гравців.

Більшість студентів, вибираючи вид спорту на першому курсі, не мають достатнього рівня теоретичної, фізичної і технічної, підготовки. Разом з ними в цю групу потрапляють і добре підготовлені студенти-випускники дитячих спортивних шкіл. У зв'язку з цим виникає необхідність вносити корективи в тренувальний процес баскетболістів.

**Мета дослідження** – обґрунтувати особливості застосування сучасних технологій при підготовці студентських команд з баскетболу у закладах вищої освіти не фізкультурного профілю.

**Результати досліджень.** Питання адаптації і впровадження сучасних освітніх педагогічних технологій в тренувальний процес студентських команд з баскетболу є предметом обговорення для широкого кола викладачів, тренерів в галузі фізичної культури і спорту. Різна спортивна підготовка студентів-баскетболістів передбачає використання інноваційних технологій в тренувальному процесі, а саме:

- удосконалення індивідуальної майстерності молодих спортсменів в розширеному діапазоні ігрових дій;
- підвищення базового рівня атлетичної підготовки, розвиток швидкісно-силових якостей і спеціальної витривалості;
- збільшення варіативності тактичних командних дій з акцентом на атакуючий стиль гри;
- динамічне накопичення потенціалу змагальної діяльності;
- удосконалення взаємодії між гравцями і стратегії підготовки [4, с. 11 ].

Для студентів з різним рівнем підготовленості слід використовувати диференційований підхід при навчанні та удосконаленні прийомів гри. Навчання конкретного ігрового прийому передбачає послідовне проходження чотирьох етапів навчання рухової дії: перший етап - ознайомлення з прийомом; другий етап - практичне розучування прийому в полегшених, спеціально створених умовах; третій етап - вдосконалення виконання прийомів в різноманітних, в тому числі і в ускладнених умовах; четвертий етап реалізація вивченого прийому в ігрових ситуаціях. Диференційований підхід у навчанні ігрових прийомів і дій для студентів-баскетболістів з різним рівнем підготовленості полягає в тому, що для початківців рухові завдання слід давати в спрощених умовах, а для більш підготовлених баскетболістів – в ускладнених: зміна вихідного положення, відстані, розмірів майданчика, напрямки, швидкості і поєднань рухів, введенням перешкод та інші [2, с. 48].

Провідними методичними лініями тренувального процесу з баскетболу при підготовці студентських команд є:

- в атлетичній підготовці - безперервність (робота над вдосконаленням атлетичних якостей на всіх етапах річного циклу підготовки);
- в технічній підготовці - індивідуальна варіативність (вдосконалення провідних компонентів техніки - «коронних» прийомів - в напрямку розширення їх різноманіття з урахуванням індивідуальних морфологічних і психофізіологічних особливостей гравців);
- в тактичній підготовці - адекватність (вибір тактичних побудов, максимально відповідних особливостям ведення швидкісної гри);
- в ігровій підготовці - інтенсивність (інтенсифікація тренувально-змагальної діяльності, що дозволяє підвищити щільність, активність і ефективність гри [1, с. 25]).

Як показує практика, найчастіше студентські команди використовують атакуючий стиль гри, тобто швидкий прорив. Це обумовлено рядом причин: по-перше, протидіяти швидкому прориву набагато складніше, тому що у нього немає

певних позицій для гравців і чітко підготовлених схем для гри; по-друге, цей стиль гри змушує суперника поспішати, пропонуючи більш високий темп гри, ніж той, який вибирає суперник; по-третє, створюються великі можливості для легких і відкритих кидків, ніж атаки в позиційному нападі. Також, засобами підвищення результативності ігрової діяльності у студентів-баскетболістів є ситуаційні завдання, що формуються тренером і реалізовані гравцями в різному темпі і швидкості виконання ігрових завдань. Ефективність виконання даних завдань забезпечує застосування змагального методу навчання на заняттях з баскетболу.

### **Висновки.**

Таким чином, огляд літературних джерел та практичний досвід тренерів студентських баскетбольних команд з проблеми дослідження показав, що застосування сучасних технологій підготовки студентських баскетбольних команд, а саме, безперервність над вдосконаленням атлетичних якостей, індивідуальна варіативність техніки гравців, інтенсивність тренувально-змагальної діяльності з широким використанням швидкого прориву, а також диференціація ігрових прийомів та вправ для студентів з різним рівнем підготовленості забезпечить психологічний комфорт під час тренування, підвищить мотивацію до занять, а також саму якість системи підготовки студентських команд з баскетболу.

### **Список літературних джерел**

1. Баскетбол. Учебное пособие для всех направлений подготовки бакалавров в САМГУПС / Н. В. Мостовая, Л. Б. Андрющенко, И. А. Васельцова. Самара: Изд-во САМГУПС, 2017. – 137 с.

2. Ермаков В. А. Дифференцированное физическое воспитание. – Тула: Б. И., 1996. – 131 с.

3. Єсіонова Г. О. Дослідження мотивів студентів до занять фізичними вправами / Г. О. Єсіонова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. — Харків, 2006. — № 10. — С. 96 – 99.
4. Мостовая Н. В., Черкасова Л. Н. Методика обучения техники нападения в баскетболе в вузе. Методические указания по дисциплине «Физическая культура» для студентов очной формы обучения. Самара, СамГУПС, 2015.– 32 с.
5. Павленко О. Ю. Комплексний підхід до організації діяльності баскетбольного клубу на базі закладу вищої освіти : дис. кан.д.наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.01 / Олексій Юрійович Павленко. – Київ, 2019. – С. 53.
6. Цись Д. І. Використання спортивно спрямованого навчання у процесі фізичного виховання студентів / Д. І. Цись // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)». – 2014. – Вип. 1. – С. 90 – 98.