

Міністерство освіти і науки України  
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

**ОНИЩЕНКО ВІОЛА МИКОЛАЇВНА**

УДК 796.015.1:323.088-053.5

**СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ  
ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ НА ПЕРШОМУ РОЦІ ЗАНЯТЬ  
МІНІ-БАСКЕТБОЛОМ**

24.00.01 – олімпійський і професійний спорт

**АВТОРЕФЕРАТ**

дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата наук з фізичного виховання і спорту



Дніпро – 2017

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано у Придніпровській державній академії фізичної культури і спорту, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, **Мітова Олена Олександрівна**, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, завідувач кафедри спортивних ігор.

#### **Офіційні опоненти:**

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор **Козіна Жаннета Леонідівна**, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С Сковороди, завідувач кафедри олімпійського і професійного спорту та спортивних ігор;

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент **Безмилов Микола Миколайович**, Національний університет фізичного виховання і спорту України, доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту.

Захист відбудеться “30” червня 2017 р. о 12.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 08.881.01 Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту (49094, Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10).

Із дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту (49094, Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10).

Автореферат розіслано “26” травня 2017 р.

В.о. ученого секретаря  
спеціалізованої вченої ради



Н.Г. Долбишева



## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність теми.** Протягом багатьох років у своїх дослідженнях провідні фахівці спортивної науки (Г.А. Лісенчук, 2004; Ж.Л. Козіна, 2010; В.М. Корягін, 2010; В.А. Лепешкин, 2011; І.Г. Максименко, 2010; Е.Ю. Дорошенко, 2013; В.М. Шамардін, 2013; В.М. Костюкевич, 2014 та ін.) обґрунтовували різні складові теорії та методики командних спортивних ігор.

За узагальненими статистичними даними інтернет-джерел баскетбол входить до п'ятірки найпопулярніших видів спорту у світі (О.В. Борисова, Р.О. Сушко, 2015), а в Україні посідає провідне місце серед першої категорії пріоритетності командних ігрових олімпійських видів спорту на 2017-2020 роки (Наказ Міністерства молоді та спорту України від 14.03.2017 року № 1036).

Не дивлячись на достатню увагу з боку науковців до проблем баскетболу (А.І. Вальтін, 2003; Л.Ю. Поплавський, 2004; Т.В. Вознюк, 2005; Ж.Л. Козіна, 2010, 2016; В.М. Корягін, 2010; В.А. Лепешкин, 2011; М.М. Безмилов, 2010, 2016; Р.О. Сушко, 2011; Е.Ю. Дорошенко, 2013; О.О. Мітова, 2004, 2016), не вирішеною залишається низка питань щодо структури та змісту навчально-тренувального процесу на етапі початкової підготовки. Це, насамперед, пов'язано з різними думками вчених щодо вікової межі, тобто віку дітей, з якого їм слід починати займатися цим командним ігровим видом спорту (J.M. Buceta, 2000, M. Spencer, 2011; В.Г. Нікітушкін, 2009; В.М. Платонов, 2013, 2015).

З огляду на різну позицію фахівців щодо ранньої спеціалізації у командних спортивних іграх, світовий практичний досвід провідних країн США, Іспанії, Литви, Франції, Сербії (J.M. Buceta, 2000, K. Charles, 2003; M. Cremonini, 2003; A. P. Araújo, 2005; S. Hacquard, 2016; V. Stojiljkovic, 2017 та ін.) свідчить, що діти з 6-7-річного віку починають успішно опановувати ази баскетболу, з 8-річного віку – регулярно тренуватися в секціях і виступати на змаганнях. Головною відмінністю в цих країнах є організаційні та методичні умови проведення навчально-тренувального процесу початківців (J.M. Buceta, M. Mondoni, A. Avakumovic, L. Killik, 2000; R. Giorgijevski, 2004; M. Zollner, 2004; M. Spencer, 2011; S. Hacquard, 2016).

Аналіз практики роботи вітчизняних ДЮСШ свідчить, що більшість тренерів, які працюють з початківцями, не мають достатнього досвіду роботи, й, нерідко, ще не спроможні правильно спланувати та провести навчально-тренувальний процес, зацікавити дітей грою тощо. У більшості випадків це призводить до низької ефективності тренувань, зниження інтересу у дітей та припинення занять уже на першому році навчання (О.О. Мітова, 2015, 2016).

Не менш важливою проблемою є те, що програми та навчальні плани, які діють у системі українського спорту, будувалися на засадах принципів, сформованих ще в 1950-ті роки та практично не відображають масив знань і практичний досвід, який накопичено у сфері раціональної побудови багаторічної підготовки, орієнтованої на повне розкриття індивідуальних можливостей кожного спортсмена в оптимальній віковій зоні (О.А. Шинкарук, 2009, 2015; І.Г. Максименко, 2010). У вітчизняному Положенні про дитячо-юнацьку спортивну школу (2015) вказано, що мінімальний вік початку занять баскетболом у ДЮСШ – 8-9 років. Крім того, вітчизняна навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, за якою рекомендовано здійснювати набір дітей до груп

початкової підготовки з баскетболу (1999 рік видання), не відповідає сучасним тенденціям розвитку баскетболу, значно відрізняється від методичних підходів, що використовуються у провідних країнах світу за такими ознаками, як вік початку занять, послідовність вивчення технічних прийомів, методика проведення тренувань, і є недостатньо ефективною та потребує подальшого удосконалення.

Світова практика засвідчує (М. Spencer, 2011; М. Zollner, 2016; S. Hacquard, 2016; V. Stojiljkovic, 2017), що провідним видом баскетболу, створеним спеціально для дітей з 6-річного віку, є гра у міні-баскетбол, яка заснована ще в 1948 році. Значну увагу закордонні науковці (Л. Костікова, 2002; В. Лєпшошкін, 2011; Н. Сортел, 2002; П. Баррел, П. Патрик, 2008; J.M. Buceta, 2000, М. Spencer, 2011 та ін.) присвятили розвитку міні-баскетболу на міжнародному рівні.

Більше того, багатьма фахівцями з різних країн світу (J.M. Buceta, M. Mondoni, A. Avakumovic, L. Killik, 2000; K. Charles, 2003; R. Giorgijevski, 2004; M. Zollner, 2004; A. P. Araújo, 2005; M. Cremonini, 2005; M. Spencer, 2011; M. Zollner, 2016; S. Hacquard, 2016; V. Stojiljkovic, 2017) розроблено й поширено у відкритому науковому просторі практичні рекомендації, що містять приклади вправ для занять з міні-баскетболу. Однак потребує розробки проблема регламентації фізичних навантажень протягом першого року занять та під час окремого тренувального заняття. Крім того, такі складові навчально-тренувального процесу, як теоретична та психологічна підготовка так і не були науково обґрунтовані та залишаються практично недоступні для тренерів з міні-баскетболу, що й обумовлює актуальність нашого дослідження.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано згідно зі Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України, за темою: 2.6 «Теоретико-методичні основи удосконалення тренувального процесу та змагальної діяльності в структурі багаторічної підготовки спортсменів», номер держреєстрації 0111U001168, та Тематичним планом наукових досліджень Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту на 2016-2020 рр. «Теоретико-методичні основи планування та контролю у спортивних іграх в процесі багаторічного удосконалення», номер держреєстрації 0116U003012.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити структуру та зміст навчально-тренувального процесу на першому році занять міні-баскетболом для підвищення рівня фізичного стану та залучення дітей 6-7 років до систематичних занять спортом.

#### **Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати сучасний стан розвитку міні-баскетболу та зміст навчально-тренувального процесу дітей на початковому етапі в українській та закордонній системі підготовки баскетболістів.

2. З'ясувати вплив занять міні-баскетболом за програмою ДЮСШ для груп початкової підготовки на рівень фізичного розвитку, фізичного здоров'я та фізичної підготовленості дітей 6-7 років.

3. Науково обґрунтувати структуру та зміст навчально-тренувального процесу для дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом з урахуванням вікових особливостей дітей та експериментально перевірити їх ефективність.

4. Розробити сучасні підходи до теоретичної підготовки дітей 6-7 років, які спрямовані на підвищення мотивації до занять міні-баскетболом.

**Об'єкт дослідження** – навчально-тренувальний процес дітей 6-7 років у міні-баскетболі.

**Предмет дослідження** – структура та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом.

**Методи дослідження:** аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури і мережі інтернет; анкетування; педагогічне спостереження; педагогічне тестування; педагогічний експеримент; оцінка фізичного здоров'я за методикою Г.Л. Апанасенка; оцінка фізичного розвитку; тестування теоретичних знань; методи математичної статистики.

**Наукова новизна** одержаних результатів полягає в тому, що:

- вперше науково обґрунтовано комплексний підхід до побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу з міні-баскетболу протягом першого року навчання (діти 6-7 років), який включає чотири блоки: «Знайомство», «Інтерес», «Адаптація», «Звичка»; з розподілом програмного матеріалу на теоретичний, практичний, мотиваційний та контрольний розділи відповідно до завдань етапу початкової підготовки, що сприяє підвищенню ефективності навчання основ техніки гри, розвитку фізичних якостей, збереження та зміцнення фізичного здоров'я, опанування теоретичними знаннями, формування мотивації дітей до занять спортом;

- вперше зміст навчального матеріалу спортивної підготовки з міні-баскетболу побудовано відповідно до вікових особливостей дітей 6-7 року, що створює максимально сприятливі умови для розкриття пізнавальних здібностей; розвитку фізичних та специфічних («відчуття м'яча», «відчуття часу») якостей; гармонійного фізичного розвитку; підвищення функціональних можливостей організму; формування мотивації до занять спортом з урахуванням інтересів самої особистості щодо самовираження та розкриття свого потенціалу в командній діяльності;

- вперше запропоновано новий підхід до опанування теоретичними знаннями юними спортсменами у поєднанні з руховою діяльністю в навчально-тренувальному процесі з міні-баскетболу, з використанням методичних рекомендацій «Теоретичні аспекти з міні-баскетболу для тренерів початкової підготовки» та зошита-практикуму «Теоретичний практикум з міні-баскетболу для дітей 6-7 років» для виконання самостійних завдань.

**Набули подальшого розвитку** знання щодо побудови навчально-тренувального процесу з міні-баскетболу в Україні та світі для вдосконалення організації та методичного забезпечення підготовки дітей на початковому етапі.

**Доповнено** та розширено засоби та методи тренування з міні-баскетболу на етапі початкової підготовки в загальній системі багаторічної підготовки баскетболістів.

**Доповнено** дані щодо рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості, фізичного здоров'я, теоретичних знань, мотивації до занять спортом дітей 6-7 років для диференційованого планування та корекції змісту навчально-тренувального процесу протягом першого року занять спортивними іграми.

**Практична значущість** одержаних результатів полягає в тому, що вперше впроваджено структуру та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на

першому році занять міні-баскетболом для покращення показників теоретичної, фізичної підготовленості, опанування руховими вміннями та навичками та формування мотивації до занять спортом.

Результати дослідження впроваджено в практичну діяльність СДЮСШОР №5 ім. ЗТУ М.І. Говорунова та ДЮСШ «Самара» (м. Дніпро), СОЦ №2 (м. Ізмаїл). Крім того, результати дисертаційної роботи впроваджено у методичне забезпечення Федерації баскетболу України (ФБУ), Федерації баскетболу Дніпропетровської області (ФБДО), Федерації баскетболу міста Ізмаїл Одеської області. Практична цінність дослідження полягає у реалізації системного підходу до удосконалення навчально-тренувального процесу на першому році занять груп початкової підготовки з міні-баскетболу. Теоретична значущість роботи полягає в тому, що одержані результати і висновки можуть бути основою для розробки нової державної навчальної програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл (групи початкової підготовки 1-го року навчання), застосовані тренерами, методистами ФБУ, тренерами ДЮСШ і використані викладачами ВНЗ фізкультурного профілю при читанні лекцій з теорії і методики баскетболу.

Отримані результати впроваджено у навчальний процес кафедри спортивних ігор Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту в лекційні курси з дисциплін: «Теорія та методика обраного виду спорту (баскетбол)» та «Теорія та методика спортивних ігор», а також у навчальний процес Дніпропетровського вищого училища фізичної культури у лекційні курси з дисциплін: «Теорія та методика фізичного виховання» та «Теорія та методика спортивних ігор», що засвідчують відповідні акти впровадження.

**Особистий внесок** у спільних публікаціях: автором проведено педагогічне та теоретичне тестування, статистичну обробку та узагальнення результатів дослідження.

**Апробація результатів дисертації.** Основні теоретичні положення та результати дослідження було представлено на: V Міжнародній науково-практичній конференції «Здоров'я для всіх» (м. Пінськ, 2013 р.); Міжнародних науково-практичних конференціях «Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації» (м. Дніпро, 2013, 2014, 2015, 2016 рр.); XVIII Міжнародній науковій конференції «Молода спортивна наука України» (м. Львів, 2014 р.); Міжнародних науково-практичних конференціях «Фізична культура, спорт та здоров'я» (м. Харків, 2014, 2015, 2016 рр.); Міжнародній науковій конференції «Cultura fizică și sportul într-o societate bazată pe cunoaștere» (м. Кишинів, 2015); у IX Міжнародній науковій конференції молодих учених «Молодь та Олімпійський рух» (м. Київ, 2016), Всеукраїнській науково-практичній конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту і туризму» (м. Запоріжжя, 2013 р.), I Всеукраїнській з міжнародною участю науково-практичній інтернет-конференції «Баскетбол: історія, сучасність, перспективи» (м. Дніпро, 2016); конференціях молодих учених ПДАФКіС «Молоді науковці – спорту Придніпров'я» (м. Дніпро, 2013, 2014, 2016 рр.).

**Публікації.** Основні положення дисертаційної роботи опубліковано у 17 наукових працях, з яких 8 статей – у спеціалізованих фахових виданнях України, 3 з яких включено до наукометричних баз, 2 – зарубіжних, 5 – одноосібних.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел і п'ятнадцяти додатків. Загальний обсяг дисертації – 265 сторінок. Робота містить 30 таблиць та 10 рисунків. Список використаних джерел нараховує 356 найменувань.

## **ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ**

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми дослідження, сформульовано мету і завдання, визначено наукову новизну, теоретичну і практичну значущість отриманих результатів. Окреслено особистий внесок здобувача, наведено перелік наукових конференцій, на яких було апробовано результати дослідження, і кількість публікацій автора.

У першому розділі **«Сучасний стан міні-баскетболу та зміст навчально-тренувального процесу на етапі початкової підготовки»** представлено аналіз даних науково-методичної літератури стосовно досліджуваної проблеми.

Аналіз сучасного стану розвитку міні-баскетболу в провідних баскетбольних країнах засвідчив масовість і традиційність проведення регулярних змагань та щорічних фестивалів з міні-баскетболу, що служать транзитною ланкою в загальній системі підготовки.

У розділі проаналізовано особливості етапу початкової підготовки (В.М. Блинов, 1976; Л.П. Матвєєв, 2001-2010; О.А. Шинкарук, 2011; А.В. Кискина, 2012; А. Бондар, 2013; В.М. Платонов, 2013, 2015). Визначено низку проблем при організації та проведенні навчально-тренувального процесу з початківцями у зв'язку з тенденцією до ранньої спеціалізації у спортивних іграх (Ю.М. Портнов, 1997; Н.А. Колоскова, 1997; Л. Бейба, 2003; І.Г. Максименко, 2010; В.А. Кашуба, 2012; В.М. Костюкевич, 2014; В.М. Корягін, 2014; Ж.Л. Козіна, 2015; М.М. Безмилов, 2016). Автори наголошують, що тільки за умови правильного планування тренувальних навантажень, специфічних для командних спортивних ігор, можливо запобігти завданню шкоди фізичному та психічному здоров'ю дітей 6-7 років, які активно розвиваються у цей період.

Учені пропонують різні підходи до змісту начально-тренувального процесу: одні наполягають на тому, що на початковому етапі підготовки слід приділити увагу психічному та загальному фізичному розвитку (J.M. Buceta, M. Mondoni, 2000), інші (Б. Пайє, П. Пайє, 2008; А.В. Кискина, 2012; А.А. Бондар, 2013) фокусують увагу на виконанні технічних прийомів. Значна кількість наукових досліджень стосується проблеми використання засобів фізичного виховання оздоровчої спрямованості (Е.Я. Степаненкова, 2001; О.С. Дегтярева, 2008). Аналіз науково-методичної літератури свідчить про наявність масиву знань щодо розвитку специфічних для міні-баскетболу здібностей (Б.Г. Маньшин, 2011; Т.В. Павлова, 2011; О.Г. Лахно, 2013), використання різних інноваційних засобів підготовки (Н.М. Buceta, 2000; А.А. Гайворонська, 2005; Т.І. Буличова, 2011; М. Spenser, 2011; Ж.Л. Козіна, О.Г. Лахно), значення теоретичної підготовки для формування інтересу та мотивації у дітей до занять спортом (В.Г. Леонт'єв, 1998; А.В. Канатов, 2005; Н.В. Москаленко, 2009-2015; М.П. Пітин, 2015; Т.Г. Кожедуб, 2015; О. Шевяков, 2014; Т.Ю. Круцевич, 2015).



Аналіз літературних джерел свідчить про наявність різних підходів щодо планування навчально-тренувального процесу або окремих сторін підготовки у спортивних іграх (Г.З. Максимів, 2007; О.В. Лазарчук, 2009; І.Г. Максименко, 2011; С. М. М. Дмор, 2014; В.В. Матяш, 2013; Муаяд К. М. Маклоуф, 2014; О.Є. Конох, 2014; В.М. Корягін, 2014 та ін.), але в наявній літературі не виявлено комплексного підходу до побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу в міні-баскетболі на першому році занять з урахуванням вікових особливостей дітей 6-7 років.

Отже, набуває актуальності наукове обґрунтування структури та змісту навчально-тренувального процесу, які би поєднували теоретичну, фізичну, технічну сторони підготовки, педагогічний контроль, формування мотивації до занять спортом протягом першого року занять міні-баскетболом.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» описано та обґрунтовано методи дослідження, які відповідають меті та завданням, об'єкту та предмету дослідження, а також подано інформацію про організацію дослідження, наведено загальні відомості про контингент обстежених дітей.

Аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури дозволили визначити наявність різних підходів щодо планування навчально-тренувального процесу в різних видах спорту та у спортивних іграх зокрема, а також з'ясувати характеристику та проблеми етапу початкової підготовки. Оцінка фізичного здоров'я здійснювалася за методикою Г.Л. Апанасенка (1992). Педагогічне тестування проводилося для дослідження рівня фізичної підготовленості дітей 6-7 років, що займаються міні-баскетболом у групах початкової підготовки. Педагогічний експеримент полягав у впровадженні та визначенні ефективності розробленої структури та змісту навчально-тренувального процесу на етапі початкової підготовки для дітей 6-7 років. Метод анкетування дозволив виявити зацікавленість тренерів у науковому обґрунтуванні структури та змісту навчально-тренувального процесу на першому році навчання. Статистична обробка результатів досліджень здійснювалася методами варіаційної статистики, реалізованими стандартним пакетом прикладних програм STATISTICA 7.0.

Дослідження проводилося в 4 етапи (з 2012 по 2016 рр.) на базах СДЮСШОР № 5 ім. ЗТУ Говорунова та БК «Самара» м. Дніпро.

На *першому етапі* дослідження (2012-2013 рр.) було здійснено аналіз та узагальнення даних спеціальної літератури, практичного досвіду роботи провідних спеціалістів з міні-баскетболу, розглянуто особливості етапу початкової підготовки у спортивних іграх, здійснено порівняльний аналіз методик провідних баскетбольних країн (Іспанія, Італія, Литва, США), країн СНД та України. Вивчено методичні підходи до побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу в спортивних іграх і технології, які використовуються при формуванні у юних баскетболістів умінь та навичок; проведено педагогічне спостереження на навчально-тренувальних заняттях.

На *другому етапі* (2013-2014 рр.) проведено анкетування тренерів (20 осіб м. Дніпра та м. Ізмаїла віком від 20 до 65 років, середній стаж роботи яких –  $10,85 \pm 2,08$  років). Проведено констатувальний експеримент з метою виявлення впливу тренувальних занять за програмою ДЮСШ для першого року навчання на

фізичний стан дітей 6-7 років. У констатувальному експерименті брало участь 60 дітей 6-7 років (37 хлопців та 23 дівчини). Було виявлено рівень фізичного розвитку, фізичного здоров'я та фізичної підготовленості до та після першого року занять. На основі отриманих даних констатувального експерименту обґрунтовано експериментальну структуру та зміст навчально-тренувального процесу на першому році навчання в міні-баскетболі.

На *третьому етапі* (2014-2015 рр.) було проведено формувальний експеримент, у ході якого було визначено ефективність структури та змісту навчально-тренувального процесу. У формувальному експерименті брали участь 64 дитини 6-7 років, яких було поділено на контрольну (КГ) й експериментальну (ЕГ) групи з них: ЕГ 1 – 16 хлопчиків, ЕГ 2 – 16 дівчаток; КГ 1– 16 хлопчиків, КГ 2 – 16 дівчаток. Експеримент тривав з вересня 2014 р. по травень 2015 р.

На *четвертому етапі* (2015-2016 рр.) було систематизовано та узагальнено отримані результати, сформульовано висновки.

У третьому розділі дисертації **«Вплив тренувальних занять за програмою ДЮСШ з баскетболу для груп початкової підготовки на фізичний стан дітей 6-7 років на першому році навчання»** представлено результати констатувального експерименту.

На основі аналізу статистичних даних останніх п'яти років виявлено тенденцію зменшення кількості дітей, що починають займатися баскетболом та міні-баскетболом в Україні, що свідчить про недостатню популярність цього виду спорту порівняно з провідними баскетбольними країнами, як за кількісними показниками юних спортсменів, так і за організаційно-методичним забезпеченням.

З'ясовано, що у зарубіжних країнах робота різних баскетбольних організацій здійснюється без єдиної для всіх навчальної програми для дітей 6-7 річного віку, тобто кожен клуб має право розробляти свою програму з урахуванням сенситивних періодів розвитку фізичних якостей, вікових особливостей розвитку дітей, з акцентом на формування елементарних рухових умінь та навичок тощо. Щорічно відбуваються семінари тренерів для вдосконалення методичного забезпечення навчально-тренувального процесу, впровадження новітніх наукових досліджень, обладнання, інвентарю, залежно від можливостей і завдань роботи спортивної організації.

В Україні діє інший підхід: на заняттях дітей 6-7 років з міні-баскетболу, використовується стандартна програма ДЮСШ з баскетболу (1999 р.). Зміст занять для дітей першого року навчання розраховано на 8-9 річних дітей. Аналіз цієї програми свідчить про нераціональний розподіл навчального матеріалу, який включає такі частини підготовки: теоретична – 8 годин, загальна фізична – 88 годин, спеціальна фізична – 52 години, технічна – 116 годин, тактична – 36 годин, ігрова (інтегральна) – 24 години, контрольні іспити, тестування – 8 годин, змагання – 20 годин, загальний обсяг роботи на рік складає 352 години, що не узгоджується з сучасними уявленнями розвитку теорії і методики спорту. Провідні науковці (М. Spenser, 2011; В.М. Платонов, 2013, 2015; В.М. Костюкевич, 2014) рекомендують обсяг рухової активності для командних спортивних ігор на першому році занять від 80 до 150 годин.

Констатувальний експеримент проводився з метою дослідження впливу занять міні-баскетболом за програмою ДЮСШ для груп початкової підготовки на рівень фізичного розвитку, фізичного здоров'я та фізичної підготовленості дітей 6-7 років.

Порівняння результатів дослідження до та після констатувального експерименту (табл. 1) дає підставу вважати, що заняття міні-баскетболом протягом року призвели до достовірного приросту ( $p < 0,05 - 0,001$ ) показників фізичної підготовленості у хлопчиків лише в трьох тестах: «човниковий біг 3x10 м», «човниковий біг 4x9 м» та у тесті «стрибок у висоту з місця»; у дівчат вірогідний приріст показників відбувся у тестах: «човниковий біг 4x9 м» та у тесті «стрибок у висоту з місця». В інших тестах фізичної підготовленості у хлопчиків та дівчаток спостерігається лише тенденція до покращення показників без вірогідного приросту показників.

Таблиця 1

**Показники фізичної підготовленості дітей 6-7 років, які займаються міні-баскетболом, до та після констатувального експерименту**

Тести	Стать	Хлопці, (n=37)	V %	Дівчата, (n=23)	V %	t <sub>розр</sub> між до та після		Приріст, %	
		$\bar{x} \pm m$		$\bar{x} \pm m$		X	Д	X	Д
Човниковий біг 3x10 м з оббіганням набивних м'ячів, с	До	11,07±0,10	5,22	11,25±0,21	8,85	2,67	1,26	4,43	3,68
	Після	10,58±0,08*	4,29	10,85±0,18	7,82				
Човниковий біг 4x9 м, с	До	13,96±0,10	4,40	13,81±0,25	8,49	4,28	2,21	6,15	6,26
	Після	13,10±0,09***	3,94	12,95±0,22*	7,96				
Біг до пронумерованих набивних м'ячів, с	До	13,25±0,26	11,99	13,06±0,27	9,52	2,05	1,84	7,33	5,87
	Після	12,28±0,18	8,81	12,29±0,24	9,07				
Стрибок у довжину з місця, см	До	103,24±1,41	8,19	104,13±2,58	11,62	1,20	0,77	3,48	3,09
	Після	106,84±2,20	7,97	107,35±2,44	10,67				
Стрибок у висоту з місця, см	До	13,14±0,32	14,49	12,52±0,32	12,01	3,06	4,25	15,84	19,10
	Після	15,22±0,50**	12,79	14,91±0,36***	11,24				
Біг на 10 м, с	До	3,17±0,06	10,57	3,30±0,06	9,10	0,97	1,49	3,04	3,97
	Після	3,07±0,06	6,99	3,17±0,04	5,78				
Нахил тулуба вперед із положення сидячи, см	До	2,97±1,06	26,25	3,84±0,96	35,36	1,84	1,26	3,87	3,99
	Після	4,12±1,02	23,57	5,02±0,88	33,27				
Проба Ромберга, с	До	12,11±0,69	16,97	11,32±0,63	19,87	1,52	1,33	4,32	4,56
	Після	14,02±0,89	15,43	13,11±0,87	15,74				

Примітки: відмінності достовірні при  $p < 0,05$  - \*;  $p < 0,01$  - \*\*;  $p < 0,001$  - \*\*\*; х – хлопці; д – дівчата.

Після констатувального експерименту виявлено, що переважна більшість показників фізичного здоров'я у хлопців та дівчат мали лише тенденцію до покращення ( $p > 0,05$ ). Вірогідний приріст показників ( $p < 0,05$ ) у хлопців та дівчат відбувся лише у двох індексах: індексу Руф'є та у силовому індексі.

Оцінка технічної підготовленості здійснювалась у ході педагогічного спостереження. Визначено, що після першого року тренувань у переважній

більшості дітей (75%) при виконанні елементарних технічних прийомів (пересувань без м'яча по майданчику – ходьба, біг, стрибки; тримання та котіння м'яча; ловля та передача двома руками; ведення м'яча на місці та в русі) спостерігалася наявність таких характерних помилок, як: неузгодженість роботи рук та ніг, розкоординованість рухової дії; руки опущені вниз, ноги не зігнені у колінних суглобах, постійна втрата м'яча, неправильне тримання кистями, ведення двома руками одночасно тощо.

Проведені дослідження дозволили з'ясувати, що програма ДЮСШ з баскетболу для першого року навчання груп початкової підготовки, яку застосовують тренери на заняттях з міні-баскетболу при роботі з дітьми 6-7 років, є недостатньо ефективною у зв'язку з тим, що не відзначалося достовірних змін у більшості показників фізичної підготовленості та фізичного здоров'я дітей, а також у якості виконання найпростіших технічних елементів гри.

Результати констатувального експерименту стали підґрунтям до розробки структури та змісту навчально-тренувального процесу, з урахуванням тенденцій розвитку міні-баскетболу у провідних баскетбольних країнах, вікових особливостей дітей 6-7 років, психолого-педагогічних принципів, спрямованих на формування мотивації у дитини до занять спортом та ін.

У четвертому розділі **«Наукове обґрунтування структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років у міні-баскетболі на першому році навчання»** представлено дані формувального експерименту.

Обґрунтування структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років протягом першого року занять міні-баскетболом було обумовлено світовою тенденцією до зменшення віку початку занять командними спортивними іграми, сучасними рекомендаціями провідних вчених теорії спорту та інноваційними методиками тренування у провідних країнах світу. Результати анкетування тренерів і дані констатувального експерименту дозволили визначити пріоритетні напрямки вдосконалення навчально-тренувального процесу з міні-баскетболу дітей 6-7 років.

Аналіз результатів анкетування тренерів надав можливість виявити найбільш проблемні питання щодо вдосконалення планування навчального матеріалу протягом першого року занять міні-баскетболом, а саме: невідповідність засобів і методів навчання віковим особливостям дітей, недостатня кількість вправ оздоровчої спрямованості, застарілі форми здійснення теоретичної підготовки, недосконала система тестування фізичних якостей (рухових здібностей), відсутність сучасної системи контролю, форм, засобів та методів щодо формування мотивації до занять спортом у дітей.

Тому нами передбачено комплексний підхід до побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу з міні-баскетболу для дітей 6-7 років, що включає чотири блоки протягом першого року занять, які за тривалістю відповідали термінам чотирьох чвертей у загальноосвітньому навчальному закладі, що обґрунтовується необхідністю взаємозв'язку «школа – ДЮСШ». Треба звернути увагу на той факт, що діти перебувають на досить складному етапі їх життя – одночасного пристосування до нових умов навчальної і спортивної діяльності. Кожен з блоків включав розподіл навчального матеріалу на теоретичний, практичний,

мотиваційний та контрольний розділи підготовки і був спрямований на підвищення ефективності навчання основ техніки гри, розвитку фізичних якостей, збереження та зміцнення фізичного здоров'я, опанування теоретичними знаннями, формування інтересу та мотивації дітей до занять спортом.

Запропоновані нами блоки мали авторські назви: 1 блок «Знайомство» (вересень-жовтень), 2 блок «Інтерес» (листопад-грудень), 3 блок «Адаптація» (січень-березень), 4 блок «Звичка» (квітень-травень), зміст яких було розроблено з урахуванням основних завдань етапу початкової підготовки (рис. 1).

Основними відмінностями змісту експериментальної програми підготовки від навчальної програми ДЮСШ (1999 р.) були: кількість годин на рік; планування за 4-ма блоками; розподіл навчального матеріалу на 4 розділи (теоретичний, практичний, мотиваційний, контрольний); відсутність розподілу фізичної підготовки на загальну та спеціальну як окремих видів; розподіл змісту практичного розділу за трьома напрямками: уміння та навички, фізичні якості, фізичний розвиток і здоров'я; включення до навчально-тренувального процесу сучасних форм і засобів щодо формування інтересу та мотивації до занять міні-баскетболом; включення інноваційних форм та засобів теоретичної підготовки.

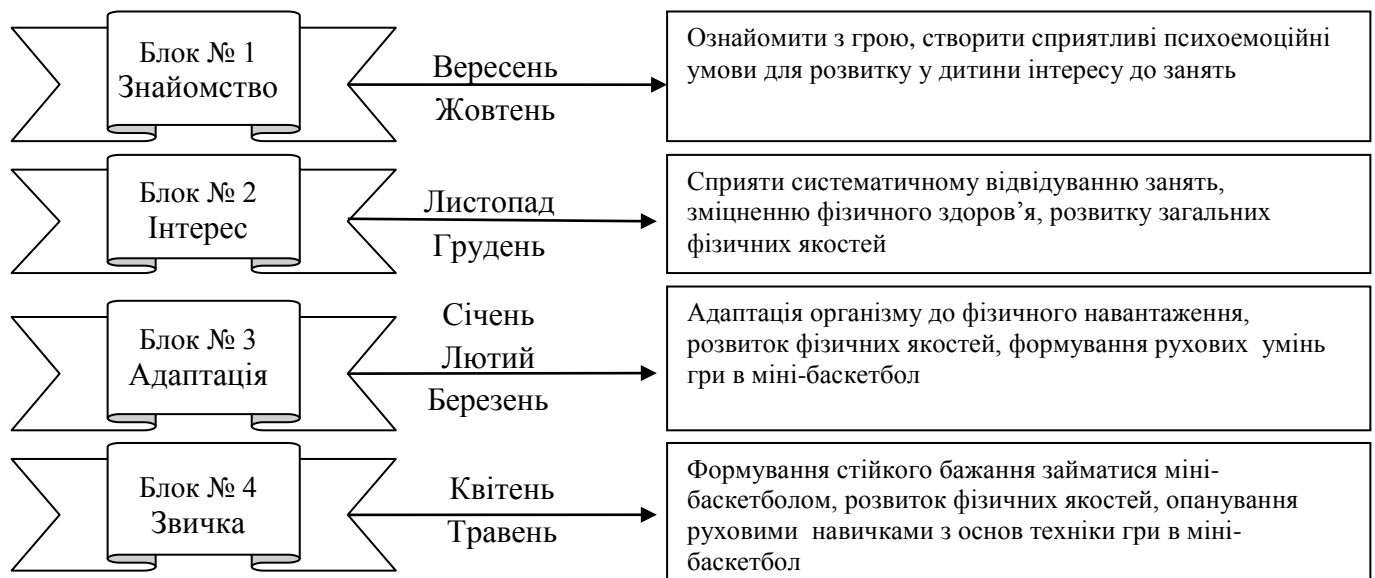


Рис. 1. Основні завдання навчально-тренувального процесу протягом першого року занять міні-баскетболом (для дітей 6-7 років)

До змісту кожного блоку було включено навчальний матеріал з чотирьох розділів. Зміст та співвідношення годин у кожному блоці було різним, що обумовлено завданнями навчально-тренувального процесу протягом першого року навчання на етапі початкової підготовки (табл. 2).

Відповідно до сучасних теоретичних положень (В.М. Костюкевича, 2014; В.Н. Платонова, 2015; М.П. Пітина, 2015) загальний обсяг роботи складав 108 годин (із розрахунку 3 заняття на тиждень по 60 хвилин), з яких: теоретичний – складав 10 годин; практичний – 70 годин (фізичні якості – 28 годин, уміння та навички – 26 годин, фізичний розвиток та фізичне здоров'я – 16 годин); мотиваційний – 18 годин; контрольний – 10 годин.

Підвищення ефективності теоретичної підготовки дітей залежить від методичної освіченості тренерів щодо інноваційних форм, засобів та методів подачі теоретичного матеріалу протягом навчально-тренувального процесу.

Таблиця 2

### Розподіл годин на першому році навчання в міні-баскетболі для дітей 6-7 років

Місяць	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	Усього за рік
Розділи підготовки	Блок № 1 «Знайомство»		Блок № 2 «Інтерес»		Блок № 3 «Адаптація»			Блок № 4 «Звичка»		
Теоретичний розділ	3		2		3			2		10
Практичний розділ	14		15		26			15		70
<i>уміння та навички</i>	3		4		12			7		26
<i>фізичні якості</i>	6		8		8			6		28
<i>фізичний розвиток та здоров'я</i>	5		3		6			2		16
Мотиваційний розділ	5		5		4			4		18
Контрольний розділ:	2		2		3			3		10
<i>теоретична</i>	+		+		+			+		
<i>підготовленість</i>	+							+		
<i>фізична підготовленість</i>	+							+		
<i>фізичне здоров'я</i>										
Усього годин на місяць	24		24		36			24		108

Для цього нами було розроблено методичні рекомендації «Теоретичні аспекти з міні-баскетболу для тренерів початкової підготовки», які охоплюють таку тематику: техніка безпеки, історія розвитку баскетболу та міні-баскетболу, короткі відомості про технічні елементи, правила гри.

Для якісного опанування знаннями з міні-баскетболу було запропоновано нові форми подачі теоретичного матеріалу: презентації, творчі завдання, міні-лекції тощо. Опанування теоретичними знаннями здійснювалося переважно на початку заняття, на це було відведено від 2 до 5 хвилин. Спеціально для дітей було розроблено зошит-практикум «Теоретичний практикум з міні-баскетболу для дітей 6-7 років». У зошиті представлено зміст теоретичного матеріалу та завдання для самостійної роботи (виконання малюнків баскетбольного екіпіювання, м'яча, майданчику; розв'язування кросвордів; розв'язування завдань і прикладів, щодо рахунку під час баскетбольного матчу тощо).

Практичний розділ був спрямований на вирішення таких завдань:

- навчання вмінь та навичок – виконання різноманітних вправ та рухливих ігор без м'яча, з м'ячем, а також з використанням іншого інвентарю (тенісний м'яч, гімнастичний обруч, надувні кульки тощо) щодо навчання найпростіших технічних елементів (пересування майданчиком без м'яча – ходьба, біг, стрибки, зупинки, стійка; тримання та котіння м'яча; ловля та передачі двома руками; ведення м'яча на місці та в русі, жонглювання; кидки м'яча в стіну, партнерові, у кошик);
- підвищення рівня фізичної підготовленості – розвиток фізичних якостей: координаційні здібності (орієнтація тіла у просторі; просторово-часове сприйняття), гнучкість, сила, швидкість, швидкісно-силові якості;

- підвищення рівня фізичного здоров'я – застосування вправ для підвищення рівня функціонування основних систем організму, сприяння гармонійному формуванню опорно-рухового апарату та ін.

При проведенні навчально-тренувальних занять використовувалися словесний, повторний та ігровий методи навчання. Основна увага приділялася раціональному розподілу фізичного навантаження протягом тренувального заняття з урахуванням особливостей адаптації організму дітей 6-7 років. У процесі занять використовувалися спеціально створені для міні-баскетболу м'ячі 5-го (маса 470-500 г) та 3-го розмірів (маса 300-330 г) та додатковий інвентар. Завданням навчання було створення рухового уявлення про технічні прийоми, але особливу увагу приділено формуванню рухових умінь та навичок у дітей, оскільки подальше деталізоване навчання відбуватиметься протягом наступних років тренувань.

Основними завданнями мотиваційного розділу було підвищення інтересу дітей до занять міні-баскетболом та формування мотивації для залучення дітей до різних форм фізкультурно-спортивної роботи та популяризації цього виду спорту. Завдання мотиваційного розділу реалізувалися у ході участі спортсменів у конкурсах, спеціально організованих заходах – баскетбольних святах. Основна увага приділялася відвідуванню спортивних змагань команд вищої та Суперліги. Нами було розроблено сценарії чотирьох свят, які проводились у кожному з 4-х блоків протягом року: «Помаранчевий м'яч» (жовтень), «День народження баскетболу» (грудень), «Гравець» (березень), «Команда» (травень). Для заохочення дітей 6-7-річного віку до занять міні-баскетболом нами використовувались комп'ютерні ігри, які є у вільному доступі у програмі Playmarket мережі Internet (Basketball Horse, Mini-Basketball Arcade, Shootin Hoops, Groovy Hoops та ін.), з наочними фрагментами гри у баскетбол, гравцями, мультиплікаційними героями, які виконують баскетбольні прийоми тощо.

Контрольний розділ передбачав оцінювання рівня фізичної та теоретичної підготовленості дітей 6-7 років.

Для оцінки фізичної підготовленості нами запропоновано зосередити увагу тренерів лише на контролі координаційних здібностей, які є одними з провідних якостей у баскетболі й інтенсивно розвиваються у дітей цього віку. Нами обрано використання лише трьох тестів, які згідно з рекомендаціями науковців (Л.П. Сергієнко, 2001-2010; А.М. Власов, 2004; В.Г. Губа, 2006; М.А. Годік, 2010; Т.В. Павлова 2011) за своєю структурою відповідають специфіці баскетболу та є інформативними для командних спортивних ігор. Для визначення рівня розвитку координаційних здібностей – «Човниковий біг 3 по 10 м, (Лях, 1989)» та «Біг до пронумерованих набивних м'ячів, (Лях, 1988)». Для оцінки «відчуття часу», з яким пов'язано чисельну кількість правил гри у баскетбол (3, 5, 8, 14 та 24 с та ін.), запропоновано тест Сермеєва (1973 р.) (тільки на часових відрізках 5 та 10 с).

Теоретична підготовленість оцінювалася за 10-ма контрольними питаннями, узгодженими з темами теоретичного матеріалу зошита-практикуму «Теоретичний практикум з міні-баскетболу для дітей 6-7 років». Критеріями оцінки мотиваційного розділу було: участь у спортивних заходах, систематичність відвідування тренувальних занять та рівень прояву інтересу до цього виду спорту.

Розроблену нами структуру та зміст навчально-тренувального процесу було впроваджено в експериментальні та контрольні групи дівчат та хлопців 6-7 років.

У результаті проведення формувального експерименту у дітей експериментальних груп було отримано вірогідний приріст у показниках фізичної підготовленості порівняно з контрольними групами. Показники фізичної підготовленості хлопців 6-7 років, які займаються міні-баскетболом, до та після формувального експерименту представлено у таблиці 3.

Таблиця 3

**Показники фізичної підготовленості хлопців 6-7 років, які займаються міні-баскетболом, до та після формувального експерименту**

Контрольні тести	Етап експерименту	Показники			Приріст, %	
		$\bar{x} \pm m$		$t_{розр}$		
		ЕГ (n=16)	КГ (n=16)	Між ЕГ і КГ	ЕГ	КГ
Човниковий біг 3x10 м. з оббіганням набивних м'ячів, с	До	11,35±0,12	11,47±0,12	0,72	12,37	3,63
	Після	9,94±0,35***	11,00±0,04***	9,63		
Човниковий біг 4x9 м, с	До	14,21±0,06	14,15±0,15	0,35	11,17	3,45
	Після	12,62±0,09***	13,66±0,13*	6,85		
Біг до пронумерованих набивних м'ячів, с	До	13,55±0,06	13,61±0,13	0,43	13,06	3,88
	Після	11,78±0,07***	13,07±0,15*	8,04		
Оцінка відчуття часу, 5 с	До	6,97±0,44	7,14±0,44	0,28	16,89	7,80
	Після	5,79±0,21*	6,58±0,33	2,08		
Оцінка відчуття часу, 10 с	До	12,19±0,57	12,23±0,55	0,05	13,72	2,22
	Після	10,52±0,47*	11,96±0,42	2,36		
Стрибок у довжину з місця, см	До	105,69±0,87	105,75±0,95	0,05	5,56	4,02
	Після	111,56±0,81***	110,00±0,88**	1,34		
Стрибок вгору з місця, см	До	21,13±0,50	21,31±0,40	0,03	13,02	11,14
	Після	23,88±0,42***	23,69±0,43***	0,31		
Біг на 10 м, с	До	3,04±0,05	3,09±0,05	0,70	3,91	3,46
	Після	2,91±0,03	2,98±0,03	1,42		
Нахил тулуба вперед із положення сидячи, см	До	3,69±1,09	3,31±0,90	0,27	81,36	64,15
	Після	6,50±1,05	5,44±0,78	0,84		
Проба Ромберга, с	До	13,10±0,74	12,95±0,77	0,14	35,43	19,50
	Після	17,73±0,87***	15,47±0,98	1,79		

Отже, у хлопців ЕГ відбувся достовірний приріст у більшості показників фізичної підготовленості ( $p < 0,001$ ) (човниковий біг 3x10 м з оббіганням набивних м'ячів, човниковий біг 4x9 м, біг до пронумерованих набивних м'ячів, відчуття часу, 5 с, відчуття часу, 10 с, стрибок у довжину з місця, стрибок вгору з місця, проба Ромберга). У контрольній групі також спостерігалось достовірне покращення показників, але лише у п'яти тестах (човниковий біг 3x10 м з оббіганням набивних м'ячів, човниковий біг 4x9 м, біг до пронумерованих набивних м'ячів, стрибок у довжину з місця, стрибок вгору з місця), й приріст у відсотках значно менший, ніж в експериментальній групі. Показники фізичної підготовленості дівчат експериментальної групи після першого року занять свідчать про достовірні зміни ( $p < 0,05-0,001$ ) у показниках координаційних здібностей: швидкості, рівноваги та гнучкості. У контрольній групі позитивні зміни відбулися лише в показниках швидко-силових та швидко-інерційних якостей при  $p < 0,05$ .



У ході педагогічного спостереження виявлено, що зміст практичного розділу щодо навчання рухових умінь і навичок позитивно вплинув на якість опанування найпростішими технічними елементами дітьми експериментальних груп. Відзначається зменшення відсотку дітей (з 75% до 25%), які припускалися грубих характерних помилок; покращилася координація рухових дій; сформувалась узгодженість роботи рук та ніг; зменшилася кількість втрат при триманні, ловлі та передачі м'яча тощо.

Крім того, відзначається позитивний вплив на рівень фізичного здоров'я у дітей експериментальних груп (достовірний приріст в індексі Робінсона; фізичної роботоздатності за пробою Руф'є; індексі Кетле). В інших показниках також спостерігалася тенденція до покращення результатів ( $p > 0,05$ ). А в контрольних групах хлопців та дівчат достовірний приріст відмічається лише в показниках проби Руф'є. Показники індексів фізичного здоров'я у хлопців 6-7 років, які займаються міні-баскетболом, до та після формувального експерименту представлено у таблиці 4.

Таблиця 4

**Показники індексів фізичного здоров'я у хлопців 6-7 років, які займаються міні-баскетболом, до та після формувального експерименту**

Контрольні тести	Етап	Показники					Приріст, %	
		$\bar{x} \pm m$		$t_{розр}$	p			
		ЕГ (n=16)	КГ (n=16)		Між ЕГ і КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Індекс Робінсона, ум.од.	До	86,05±2,03	86,21±2,51	0,05	<0,05	>0,05	8,02	5,79
	Після	79,15±1,51*	81,22±1,72	0,95				
Життєвий індекс, мл·кг <sup>-1</sup>	До	53,07±2,30	52,14±1,57	0,13	>0,05	>0,05	7,82	6,01
	Після	57,22±2,09	55,28±1,35	0,45				
Індекс Руф'є, ум. од	До	13,20±0,26	13,45±0,50	0,46	<0,001	<0,01	15,53	12,08
	Після	11,15±0,39***	11,83±0,23**	1,59				
Індекс Кетле, ум.од.	До	187,29±5,32	191,21±3,74	0,71	>0,05	>0,05	2,01	3,53
	Після	191,06±3,16	197,95±3,31	1,61				
Силовий індекс, %	До	33,79±1,48	32,92±0,96	0,52	>0,05	<0,05	10,42	9,10
	Після	37,32±1,31	35,92±1,10*	0,86				

Фізичний розвиток хлопців та дівчат 6-7 років експериментальної та контрольної груп перебував у межах вікової норми.

Аналіз теоретичної підготовленості свідчить, що після формувального експерименту спостерігаються значні позитивні зміни щодо однорідності показників у дітей в досліджуваних експериментальних групах. У контрольних групах хлопців і дівчат також зафіксовано достовірне ( $p < 0,001$ ) покращення відсотка правильних відповідей, але ці показники були недостатньо однорідними й значно меншими, ніж у дітей експериментальних груп.

Після року впровадження форм та засобів мотиваційного розділу у дітей експериментальної групи відбувається підвищення їх зацікавленості до занять міні-баскетболом. Основними критеріями оцінки інтересу дітей до занять міні-баскетболом було систематичне відвідування тренувань, бажання дітей ставити питання про баскетбольні події, активна участь у заходах, виконання самостійної роботи, стабільність відвідування ігор команд Суперліги з батьками та активне уболівання за гравців.

У результаті проведення формувального експерименту виявлено, що впровадження комплексного підходу до побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом має позитивний вплив на показники фізичної, теоретичної підготовленості, функціональних можливостей, рівня оволодіння руховими вміннями і навичками та підвищення інтересу дітей до занять міні-баскетболом у дітей 6-7 років порівняно з контрольною групою.

У п'ятому розділі дисертаційної роботи **«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** представлено три групи даних, одержаних у ході дослідження.

*Підтверджено* дані (Н.В. Москаленко, 2009-2017; В.Г. Губи, С.Г. Фоміна, С.В. Чернова, 2009; Т.В. Павлової, 2011 та ін.) про те, що у дітей 6-7 років інтенсивно розвиваються координаційні здібності, що сприяє ефективному опануванню руховими вміннями і навичками та є передумовою для зниження віку початку занять командними спортивними іграми для підвищення якості етапу початкової підготовки.

*Доповнено* дані (J.M. Buceta, 2000, 2003; K. Charles, 2003; M. Zollner, 2004; R. Giorgijevski, 2004; M. Cremonini, 2005; V. Stojiljkovic, 2016; M. Spenser, 2011; P. Sturgess, 2015; Z. Gora, 2015; M. Kafarski, 2016 та ін.) щодо організації навчально-тренувального процесу з міні-баскетболу.

*Доповнено* дані (Л.В. Костікової, 2002; Г.З. Максимів, 2007; О.В. Лазарчук, 2008; І.Г. Максименко, 2010; В.М. Костюкевич, 2014; В.М. Корягіна, 2014; Ж.Л. Козіної, 2015; М.М. Безмилова, 2016 та ін.) щодо планування процесу підготовки та методики навчання спортивних ігор на етапі початкової підготовки.

*Доповнено* дані (В.Г. Леонтєва, 1998; Д.П. Солопчука, 2003; А.В. Канатова, 2005; Д.А. Фарбер, В.М. Ченегина, В.Т. Никонорова, 2008; В.В. Горелика, 2010; О.Є. Конох, 2014; Н.В. Москаленко, 2009-2017; М.П. Пітина, 2015; О. Шевякова, 2014; Т.Ю. Круцевич, 2015) щодо рівня фізичного розвитку, фізичного здоров'я, фізичної підготовленості, інтересу до занять спортом, теоретичних знань дітей 6-7 років.

*Уперше* науково обґрунтовано комплексний підхід до побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу з міні-баскетболу протягом першого року навчання (діти 6-7 років), який включає чотири блоки: «Знайомство», «Інтерес», «Адаптація», «Звичка», з розподілом програмного матеріалу на теоретичний, практичний, мотиваційний та контрольний розділи, відповідно до завдань етапу початкової підготовки, що сприяє підвищенню ефективності навчання основ техніки гри, розвитку фізичних якостей, збереження та зміцнення фізичного здоров'я, опанування теоретичними знаннями, формування мотивації дітей до занять спортом.

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури свідчить про світову тенденцію до зменшення віку початку занять командними спортивними іграми з 8-9 до 6-7 років, у зв'язку з чим етап початкової підготовки збільшується за тривалістю, змінюються завдання підготовки юних спортсменів. На основі узагальнення практичного досвіду закордонних країн встановлено, що однією з популярних спортивних ігор,

створених спеціально для дітей з 6-ти років й добре розповсюджених у світі, є міні-баскетбол. Проведений аналіз статистичних даних свідчить, що в Україні міні-баскетбол ще не має достатньо широкої популярності порівняно з провідними баскетбольними країнами, як за кількістю дітей, що займаються, так і за організаційно-методичним забезпеченням: відсутня окрема федерація міні-баскетболу, а також навчальна програма для ДЮСШ з міні-баскетболу для дітей з 6 років.

У зв'язку з цим виникає необхідність наукового обґрунтування комплексного підходу до побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу з міні-баскетболу на першому році навчання з урахуванням вікових особливостей дітей 6-7 років.

2. У результаті анкетування тренерів з баскетболу, які працюють з дітьми на першому році навчання у ДЮСШ, виявлено що до роботи переважно залучаються тренери-початківці зі стажем тренерської роботи від 0 до 3 років. Основним документом планування, який вони застосовують, є навчальна програма ДЮСШ 1999 року видання, де обумовлено вік початку занять з 8-9 років. Аналіз програми ДЮСШ та результати анкетування тренерів щодо обсягу, структури та змісту річного тренувального навантаження, послідовності навчання техніки гри, тестів щодо контролю фізичного здоров'я та фізичної підготовленості дітей 6-7 років, дозволив встановити невідповідність чинної програми тенденціям теорії та методики спорту сьогодення.

Отже, у зв'язку з сучасними тенденціями розвитку міні-баскетболу, для розв'язання основних завдань першого року навчання на етапі початкової підготовки, необхідним є пошук інноваційних підходів щодо використання зарубіжного й вітчизняного досвіду в навчально-тренувальному процесі дітей 6-7 років.

3. У ході констатувального експерименту визначено, що проведення навчально-тренувального процесу за змістом навчальної програми ДЮСШ призводить до достовірних змін показників ( $p < 0,05-0,001$ ):

- у трьох з восьми тестів з фізичної підготовленості: у хлопців та дівчат у тестах «стрибок у висоту з місця», «човниковий біг 4x9 м»; у хлопців у тесті «човниковий біг 3x10 м з оббіганням набивних м'ячів»;

- у двох з п'яти індексах фізичного здоров'я: у хлопців – в індексах Робінсона та Руф'є; у дівчат – в індексах Робінсона та Кетле.

Також, у ході опанування елементарними технічними прийомами гри, виявлено, що 75% дітей мали такі характерні помилки: неузгодженість роботи рук та ніг, розкоординованість рухової дії; руки опущені вниз; ноги не зігнені у колінних суглобах, постійна втрата м'яча; неправильне тримання м'яча кистями, ведення двома руками одночасно та ін. Виявлені дані підтверджують недостатню ефективність чинної програми ДЮСШ.

4. Науково обґрунтовано комплексний підхід до побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу з міні-баскетболу протягом першого року навчання (діти 6-7 років), який включає чотири блоки: «Знайомство», «Інтерес», «Адаптація», «Звичка»; з розподілом програмного матеріалу на теоретичний, практичний, мотиваційний та контрольний розділи відповідно до завдань етапу

початкової підготовки, що сприяє підвищенню ефективності навчання основ техніки гри, розвитку фізичних якостей, збереження та зміцнення фізичного здоров'я, опанування теоретичними знаннями, формування мотивації дітей до занять спортом. Уперше зміст навчального матеріалу спортивної підготовки з міні-баскетболу побудовано відповідно до вікових особливостей дітей 6-7 року, що включає: засоби, методи та форми навчання; передбачає регламентацію фізичних навантажень протягом року та в ході окремого тренувального заняття, залежно від блоку підготовки; створення максимально сприятливих умов щодо розкриття пізнавальних здібностей; розвитку фізичних та специфічних якостей (відчуття м'яча, відчуття часу); гармонійного фізичного розвитку; зміцнення фізичного здоров'я та підвищення функціональних можливостей організму; формування мотивації до занять спортом з урахуванням інтересів особистості дитини щодо самовираження та прояву свого потенціалу в командній діяльності. Для вдосконалення подачі теоретичного матеріалу на тренуваннях розроблено методичні рекомендації «Теоретичні аспекти з міні-баскетболу для тренерів початкової підготовки» та для виконання дітьми самостійних завдань – зошит-практикум «Теоретичний практикум з міні-баскетболу для дітей 6-7 років».

5. У ході формувального експерименту визначено, що застосування структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом є ефективним у зв'язку з тим, що в експериментальних групах хлопців та дівчат, порівняно з контрольними групами, виявлено достовірний приріст ( $p < 0,05-0,001$ ) показників:

а) фізичної підготовленості: *хлопців* у 8 з 10 тестів: «стрибок у довжину з місця» на 5,56%; «стрибок у висоту з місця» – на 11,24%; «проба Ромберга» – на 35,43%; «човниковий біг 3x10 м з оббіганням набивних м'ячів» – на 12,37%, «човниковий біг 4x9 м» – на 11,17%, «біг до пронумерованих набивних м'ячів» – на 13,06%; «оцінка відчуття часу, 5 с, 10 с» - на 16,89% і 13, 72%; *дівчат* у 7 з 10 тестів: «стрибок у висоту з місця» – на 18,73%, «проба Ромберга» – на 37,04%, «нахил тулуба вперед з положення сидячи» – на 53,21%, «човниковий біг 3x10 м з оббіганням набивних м'ячів» – на 11,70 %, «човниковий біг 4x9 м» – 11,82%; «біг до пронумерованих набивних м'ячів» – на 13,18%, «біг 10 м» – 7,32%; «оцінка відчуття часу, 5 с, 10 с» - 12,83% та 6,77% відповідно.

У контрольній групі *хлопців* достовірний приріст ( $p < 0,05$ ) визначено тільки у показниках п'яти тестів: «човниковий біг 3x10 м з оббіганням набивних м'ячів», «човниковий біг 4x9 м», «біг до пронумерованих набивних м'ячів», «стрибок у довжину з місця» ( $p < 0,01$ ), «стрибок у висоту з місця» ( $p < 0,001$ ), а у *дівчат* – лише у 3 з 10 тестах «біг на 10 м», «човниковий біг 4x9 м», «стрибок у висоту з місця»;

б) фізичного здоров'я: у *хлопців* («індекси Робінсона» – на 10,15%, «індекси Руф'є» – на 19,51%. В інших індексах показники покращилися, але не достовірно); у *дівчат* («індекси Руф'є» – на 13,11%, силовому індексі – 13,31%). У контрольній групі хлопців приріст спостерігався в показнику індексу Руф'є та силовому індексі (при  $p < 0,001$ ), приріст – 12,08% та 9,02% відповідно; у дівчат у показниках індексу Руф'є та силовому індексі – приріст 12,69% та 9,02% відповідно;

в) теоретичної підготовленості – достовірне покращення відсотка правильних відповідей, а також значні позитивні зміни щодо однорідності показників у дітей у

досліджуваних експериментальних групах. У контрольних групах хлопців та дівчат також зафіксовано достовірне ( $p < 0,001$ ) покращення відсотка правильних відповідей, але ці показники були значно меншими, ніж у дітей експериментальних груп, і недостатньо однорідними.

6. Виявлено, що впровадження змісту мотиваційного розділу у навчально-тренувальний процес сприяло підвищенню інтересу до занять міні-баскетболом у дітей експериментальних груп, що позначилося на: систематичності відвідування тренувань протягом першого року навчання; прояву активності при виконанні творчих завдань з теоретичної підготовки; участі дітей та їх батьків у підготовці, організації та проведенні баскетбольних свят; зацікавленості у перегляді баскетбольних матчів команд майстрів.

7. Застосування розроблених структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом сприяло покращенню показників фізичної та теоретичної підготовленості, функціонального стану, мотивації до занять міні-баскетболом, систематичності відвідування дітьми тренувальних занять, що дає підставу для її практичного впровадження у системі підготовки баскетбольного резерву на етапі початкової підготовки.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у розробці навчальної програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл (для дітей 6-12 років), що передбачає послідовність навчання відповідно до сучасних тенденцій розвитку міні-баскетболу.

## **СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ РОБІТ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ**

### ***Наукові праці, у яких опубліковано основні наукові результати***

1. Мітова О. О. Розвиток координаційних здібностей у юних баскетболістів 6-7 років засобами рухливих ігор / О.О. Мітова, В.М. Онищенко, А.О. Піхур // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К., вид-во НПУ ім. Драгоманова. – Вип. 3 (31). – Серія 15. – 2013. – С. 92–97. *(Особистий внесок автора полягає у проведенні аналізу та статистичної обробки отриманих результатів, підготовці матеріалу до друку). Фахове видання України.*

2. Мітова О.О. Сучасні проблеми розвитку міні-баскетболу в Україні / О.О. Мітова, В.М. Онищенко // Молода спортивна наука України. Збірник наукових праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів: ЛДУФК. – 2014. – Вип. №18. – Т. 1. – С. 150-155. *(Особистий внесок автора полягає у проведенні аналізу та статистичної обробки отриманих результатів, підготовці матеріалу до друку). Фахове видання України.*

3. Онищенко В.М. Аналіз рівня фізичного здоров'я дітей 6-7 років, які займаються міні-баскетболом / В.М. Онищенко // Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал ДДІФКіС. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014. – Вип.3. – С. 77 – 81. *Фахове видання України. Видання включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.*

4. Мітова О.О. Проблеми сучасної підготовки дітей в умовах ранньої спеціалізації у спортивних іграх та їх зв'язок з побудовою навчально-тренувального процесу (на прикладі міні-баскетболу) / О.О. Мітова, В.М. Онищенко // Молода

спортивна наука України : зб. наук. праць в галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Вип. 19 : у 4-х т. – Л. : ЛДУФК, 2015. – Т. 1. – С. 167-172. *(Особистий внесок автора полягає у проведенні аналізу та статистичної обробки отриманих результатів, підготовці матеріалу до друку).*

5. Онищенко В. Аналіз рівня фізичної підготовленості дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом / В. Онищенко // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. – Вінниця : ВДПУ ім. М. Коцюбинського. 2015. – Вип. 19. – Том 2. – С. 289-295.

6. Онищенко В.М. Вплив занять міні-баскетболом на рівень фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей 6-7 років на першому році навчання / В.М. Онищенко // Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал ДДІФКіС. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2015. – С. 100-106. *Фахове видання України. Видання включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.*

7. Мітова О. Контроль фізичного здоров'я дітей 6-7 років на першому році навчання в умовах ранньої спеціалізації у спортивних іграх (на прикладі міні-баскетболу) / О. Мітова, В. Онищенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. Науково-теоретичний журнал. – Харків: ХДАФК. – №6 (50). – 2015. – С. 93-98. *(Особистий внесок автора полягає у проведенні аналізу та статистичної обробки отриманих результатів, підготовці матеріалу до друку). Журнал розміщено у наукометричних базах, репозитаріях: Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського (Україніка наукова); Index Copernicus; Google Scholar.*

8. Мітова О. Модель комплексного контролю на етапі початкової підготовки у спортивних іграх (на прикладі міні-баскетболу) / О. Мітова, В. Онищенко // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. – Вип. 10. (65). – К., 2015. – С. 108-112. *(Особистий внесок автора полягає в організації експериментальних досліджень, аналізі та інтерпретації результатів, підготовці матеріалів до друку). Фахове видання України*

9. Онищенко В. Структура та зміст навчально-тренувального процесу в міні-баскетболі на першому році навчання / В. Онищенко // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. – Випуск 4 (74) 16, С. 69-74. *Фахове видання України*

10. Мітова О.О. Проблеми контролю в баскетболі на етапі початкової підготовки в зв'язку з тенденцією до ранньої спеціалізації / О.О. Мітова, В.М. Онищенко // Вісник Запорізького національного університету: Серія. Фізичне виховання та спорт. – 2016. – №2. – С. 148-153. *(Особистий внесок автора полягає в організації експериментальних досліджень, аналізі та інтерпретації результатів, підготовці матеріалів до друку). Фахове видання України*

#### **Опубліковані роботи апробаційного характеру**

11. Митова Е.А. Аналіз учебно-тренировочного процесса в современном мини-баскетболе / Е.А. Митова, В.Н. Онищенко // Здоровье для всех: сборник статей V Международной научно-практической конференции. – Пинск: ПолесГУ,

2013. – 192-195 с. *(Особистий внесок автора полягає в проведенні аналізу та статистичної обробки отриманих результатів, підготовці матеріалу до друку).*

12. Онищенко В.М. Період ранньої спеціалізації як невід'ємний етап багаторічної підготовки сучасного спортсмена / В.М. Онищенко, В.В. Грюкова, О.О. Мітова // Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції, (Харків, 10-12 грудня 2014р.) [Електронний ресурс]. – Харків : ХДАФК, 2014.– С. 132-135. *(Особистий внесок автора полягає в організації експериментальних досліджень, аналізі та інтерпретації результатів, підготовці матеріалів до друку).*

13. Митова Е. Контроль фізического развития и физической подготовленности детей 6-7 лет на первом году занятий мини-баскетболом / Е. Митова, В. Онищенко // Cultura fizică și sportul într-o societate bazată pe cunoaștere, conferința științifică internațională (2015 ; Chișinău). Cultura fizică și sportul într-o societate bazată pe cunoaștere : Conferință Științifică Internațională, 6-7 noiemb. 2015, Chișinău / com. st.: Manolache Veaceslav [et al.]. – Chișinău : USEFS, 2015. – С. 155-158. *(Особистий внесок автора полягає в організації експериментальних досліджень, аналізі та інтерпретації результатів, підготовці матеріалів до друку).*

14. Онищенко В.М. Технологія початкової підготовки дітей 6-7 років у міні-баскетболі / В.М. Онищенко, О.О. Мітова // Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції, (Харків, 10–11 грудня 2015р.) [Електронний ресурс]. – Харків : ХДАФК, 2015. – С. 76-78. *(Особистий внесок автора полягає в організації експериментальних досліджень, аналізі та інтерпретації результатів, підготовці матеріалів до друку)*

15. Онищенко В.М. Зміст теоретичної підготовки на першому році занять міні-баскетболом. / В.М. Онищенко // Тези доповідей ІХ міжнародної наукової конференції молодих учених «Молодь та олімпійський рух» (Київ 12-13 жовтня 2016 р.) – К., 2016. – С.78-79.

***Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації***

16. Мітова О.О. Теоретичний практикум з міні-баскетболу для дітей 6-7 років: методичні рекомендації для тренерів ДЮСШ та СДЮСШОР / О.О. Мітова, В.М. Онищенко . – Дніпропетровськ. 2015. – 34 с.

17. Мітова О.О. Теоретичні аспекти з міні-баскетболу для тренерів початкової підготовки (розраховано на дітей 6-7 років) : методичні рекомендації для тренерів ДЮСШ та СДЮСШОР / О.О. Мітова, В.М. Онищенко. – Дніпропетровськ. 2016. – 24 с.

## А Н О Т А Ц І Ї

**Онищенко В.М. Структура та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом.** – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт. – Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Міністерство освіти і науки України, Дніпро, 2017.

Дисертаційну роботу присвячено науковому обґрунтуванню комплексного підходу до побудови структури та змісту навчально-тренувального процесу з міні-баскетболу протягом першого року навчання (діти 6-7 років), який включає чотири

блоки: «Знайомство», «Інтерес», «Адаптація», «Звичка», з розподілом програмного матеріалу на теоретичний, практичний, мотиваційний та контрольний розділи відповідно до завдань етапу початкової підготовки.

Зміст навчального матеріалу спортивної підготовки з міні-баскетболу побудовано відповідно до вікових особливостей дітей 6-7 року, що створює максимально сприятливі умови для: розкриття пізнавальних здібностей; розвитку фізичних та специфічних якостей («відчуття м'яча», «відчуття часу»); сприяє гармонійному фізичному розвитку; підвищенню функціональних можливостей організму; формуванню мотивації до занять спортом з урахуванням інтересів самої особистості щодо самовираження та розкриття свого потенціалу в командній діяльності.

**Ключові слова:** міні-баскетбол, діти 6-7 років, перший рік занять, структура та зміст, навчально-тренувальний процес, етап початкової підготовки.

**Онищенко В.Н. Структура и содержание учебно-тренировочного процесса детей 6-7 лет на первом году занятий мини-баскетболом.** – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.01 – олимпийский и профессиональный спорт. - Приднепровская государственная академия физической культуры и спорта, Министерство образования и науки Украины, Днепр, 2017.

Диссертационное исследование посвящено научному обоснованию комплексного подхода к построению структуры и содержания учебно-тренировочного процесса в мини-баскетболе на первом году обучения (дети 6-7 лет), который включает четыре блока: «Знакомство», «Интерес», «Адаптация», «Привычка»; с распределением программного материала на теоретический, практический, мотивационный и контрольный разделы в соответствии с задачами этапа начальной подготовки. Такое перераспределение учебного материала способствует повышению эффективности обучения основам техники игры, развитию физических качеств, сохранению и укреплению физического здоровья, овладению теоретическими знаниями, формированию мотивации детей к занятиям спортом.

Содержание учебного материала спортивной подготовки по мини-баскетболу построено в соответствии с особенностями возрастного развития детей 6-7 лет, что создает максимально благоприятные условия для раскрытия познавательных способностей, развития физических и специфических («чувство мяча», «чувство времени») качеств, гармоническому физическому развитию, повышения функциональных возможностей организма, формирования мотивации к занятиям спортом с учетом интересов самой личности, стремлению к самовыражению и раскрытию своего потенциала в командной деятельности. Впервые предложено комплексное использование различных средств (подвижных игр и упражнений с использованием специального инвентаря; компьютерных игр для наглядного восприятия игры; самостоятельных заданий по теоретической подготовке); форм для формирования мотивации (разработаны сценарии спортивных праздников «Оранжевый мяч», «День рождения баскетбола», «Игрок», «Команда» и др.) Предложен новый подход к овладению теоретическими знаниями в сочетании с двигательной деятельностью в учебно-тренировочном процессе с использованием



разработанных методических рекомендаций «Теоретические аспекты по мини-баскетболу для тренеров начальной подготовки» и тетради-практикума «Теоретический практикум по мини-баскетболу для детей 6-7 лет» для выполнения самостоятельных заданий.

Внедрение экспериментальной структуры и содержания учебно-тренировочного процесса детей 6-7 лет на первом году занятий мини-баскетболом способствовало улучшению показателей физической и теоретической подготовленности, функционального состояния, формированию мотивации к занятиям мини-баскетболом, систематичности посещения детьми тренировочных занятий, что дает основание для ее практического использования в системе подготовки баскетбольного резерва на этапе начальной подготовки. Результаты исследований могут быть основой для разработки учебной программы по мини-баскетболу для детско-юношеских спортивных школ.

**Ключевые слова:** мини-баскетбол, дети 6-7 лет, первый год обучения, структура и содержание, учебно-тренировочный процесс, этап начальной подготовки.

**Onyshchenko V.M. The structure and content of the training process for children aged 6-7 years during the first year of taking up a mini-basketball.** – On the rights of manuscript.

Thesis for a PhD degree in physical education and sport in specialty 24.00.01 - Olympic and professional sports. – Prydniprovskya State Academy of Physical Culture and Sports, Ministry of Education and Science of Ukraine, Dnipro, 2017.

The thesis is devoted to scientific substantiation of a comprehensive approach to development of a structure and content of the training process in a mini-basketball for the first year (children aged 6-7 years), which includes four blocks: “Acquaintance”, “Interest”, “Adaptation”, “Habit” along with the distribution of program material to the theoretical, practical, motivational and control sections in accordance with the objectives of initial training phase.

The content of the learning material of athletic training in mini-basketball is designed according to the age characteristics of 6-7 year children, that creates the most favorable conditions for manifestation of cognitive abilities, development of physical and specific qualities ( "ball feeling", "sense of time"); promotes harmonious physical development; improves functionality of the body; forms motivation to sports based on the interests of the individuals in expression and disclosure of their potential in team activities.

A new approach to mastering theoretical knowledge by junior athletes together with motor activity in the mini-basketball training process was developed, using drafted guidelines "Theoretical aspects of mini-basketball for coaches on initial training" and "Theoretical workshop on mini-basketball for children of 6-7 years" for activity to be completed individually. Using of the structure and content of the training process of children 6-7 years in the first year of mini-basketball training contributed to the improvement of physical and theoretical training, functional state, motivation for training, frequency of training sessions, that gives reasons to its practical implementation into basketball reserve training system.

**Keywords:** mini basketball, children of 6-7 years, the first year of training, structure and content, the training process, the initial training phase.

Підписано до друку 25.05.17 р. Формат 60x90/16.  
Ум. друк. арк. 1,2. Обл.-вид. арк. 1,1  
Тираж 100 прим. Зам № 9  
Видавництво «ПФ Стандарт-Сервіс»  
Свідоцтво про внесення до державного  
Реєстру ДК № 3197 від 28.05.2008 р.  
м. Дніпро, вул. Володимира Великого, 2, оф. 48