

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЗ «ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА»

Факультет охорони здоров'я і спорту
Кафедра теорії та методики фізичного виховання

Горват Василь Васильович

МЕТОДИКА ДОПРОФІЛЬНОГО НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ
БАЗОВОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ ЗА СПОРТИВНИМ НАПРЯМКОМ
«БАСКЕТБОЛ»

Кваліфікаційна робота

здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Особистий підпис –



Василь ГОРВАТ

Науковий керівник –



Олена СОКОЛЕНКО

к.п.н., доцент

Зав. кафедри –



Олена ОТРАВЕНКО

к.п.н., доцент

Лубни – 2026

АНОТАЦІЯ

Горват Василь Васильович. Методика допрофільного навчання здобувачів базової середньої освіти за спортивним напрямком «баскетбол». Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Кваліфікаційна робота на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти з галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка, за спеціальністю: 014.11 – Середня освіта. Фізична культура. Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». Лубни, 2026.

У кваліфікаційній роботі проаналізовано сучасний стан наукової проблеми організації допрофільного навчання школярів засобами ігрових видів спорту. Розглянуто теоретичні основи вдосконалення процесу фізичної та техніко–тактичної підготовки учнів 5–9 класів на засадах системного, компетентнісного та особистісно орієнтованого підходів.

Проаналізовано практичні аспекти реалізації авторської методики, яка поєднує традиційні та інноваційні форми навчання, враховує вікові та психофізичні особливості школярів. Експериментально впроваджено систему змістових модулів і навчально–тренувальних засобів, спрямованих на розвиток технічних умінь, формування тактичного мислення та виховання соціальних компетентностей через командну взаємодію.

Розроблено та впроваджено комплекс критеріїв оцінювання, що охоплюють технічну, фізичну, тактичну, мотиваційну та соціальну підготовленість учнів. Результати педагогічного експерименту підтвердили ефективність запропонованої методики щодо підвищення рівня підготовленості здобувачів освіти та активізації їхнього інтересу до систематичних занять баскетболом.

Робота складається з трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел. Робота містить п'ять таблиць.

Ключові слова: допрофільна підготовка, баскетбол, здобувачі базової середньої освіти, методика навчання, фізична підготовленість, технічні вміння, тактичне мислення, мотивація, соціальна взаємодія.

ABSTRACT

Horvat Vasyl V. Methodology of pre–profile training for basic secondary education students in the sports field of «basketball». – Qualifying scientific work on the rights of a manuscript. Thesis for the degree of Master in the field of knowledge 01 – Education/Pedagogics, specialty: 014.11 – Secondary Education (Physical Culture). State Institution «Luhansk Taras Shevchenko National University». Lubny, 2026.

The qualifying work analyzes the current state of the scientific problem of organizing pre–profile training for schoolchildren through team sports. The theoretical foundations for improving the process of physical and technical–tactical training of students in grades 5–9 based on systemic, competency–based, and person–oriented approaches are considered.

The practical aspects of implementing the author's methodology, which combines traditional and innovative forms of learning and considers the age and psychophysical characteristics of schoolchildren, are analyzed. A system of content modules and teaching–training tools aimed at developing technical skills, forming tactical thinking, and fostering social competencies through team interaction has been experimentally implemented.

A complex of assessment criteria covering technical, physical, tactical, motivational, and social readiness of students has been developed and introduced. The results of the pedagogical experiment confirmed the effectiveness of the proposed methodology in increasing the level of students' preparedness and activating their interest in systematic basketball training.

The work consists of three chapters, conclusions to each chapter, general conclusions, and a list of cited sources. The work contains five tables.

Keywords: pre-profile training, basketball, basic secondary education students, teaching methodology, physical fitness, technical skills, tactical thinking, motivation, social interaction.

ЗМІСТ

Вступ.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОПРОФІЛЬНОГО НАВЧАННЯ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ.....	8
1.1. Допрофільне навчання як педагогічна проблема.....	8
1.2. Психолого-педагогічні особливості учнів базової середньої освіти.....	16
1.3. Аналіз існуючих методик навчання баскетболу в школі.....	20
Висновки до 1 розділу.....	25
РОЗДІЛ 2. РОЗРОБКА МЕТОДИКИ ДОПРОФІЛЬНОГО НАВЧАННЯ З БАСКЕТБОЛУ.....	28
2.1. Концептуальні засади розробки методики.....	28
2.2. Зміст, форми та засоби методики.....	45
2.3. Критерії та показники ефективності методики допрофільного навчання з баскетболу.....	58
Висновки до 2 розділу.....	64
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ МЕТОДИКИ.....	67
3.1. Організація та проведення педагогічного експерименту.....	67
3.2. Аналіз результатів дослідно-експериментальної роботи.....	71
3.3. Обґрунтування ефективності розробленої методики.....	74
Висновки до 3 розділу.....	75
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	77
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	79

ВСТУП

У сучасних умовах реформування освіти особливої актуальності набуває завдання створення освітнього середовища, яке не лише забезпечує учнів знаннями та вміннями, а й сприяє формуванню ключових компетентностей, необхідних для їхнього майбутнього життя. Одним із важливих інструментів у цьому напрямі виступає допрофільне навчання, яке на етапі базової середньої освіти створює передумови для подальшого професійного самовизначення здобувачів освіти. Саме воно дозволяє учням випробувати свої здібності у різних напрямках діяльності, усвідомити власні інтереси та зробити перші кроки до вибору профілю навчання у старшій школі [28].

Допрофільна підготовка має надзвичайне значення у сфері фізичної культури та спорту, адже вона забезпечує не лише гармонійний фізичний розвиток школярів, а й виховання в них ціннісного ставлення до здорового способу життя, формування мотивації до систематичних занять фізичними вправами та спортом. Одним із найбільш перспективних напрямів у цьому контексті є спортивна спеціалізація, яка дозволяє на практиці поєднати освітні та виховні завдання з розвитком конкретних рухових навичок та фізичних якостей [29].

Серед різних видів спорту особливе місце займає баскетбол, який завдяки своїй доступності, динамічності та командному характеру є одним із найпопулярніших у світі. Баскетбол сприяє розвитку координації рухів, швидкості, витривалості, сили та спритності, водночас виховуючи у школярів дисципліну, наполегливість, здатність працювати в команді та досягати спільної мети. Таким чином, запровадження допрофільного навчання за спортивним напрямком «баскетбол» створює сприятливі умови для поєднання освітніх і виховних завдань, сприяє гармонійному розвитку особистості школяра, а також відкриває можливості для його подальшої спеціалізації в старшій школі чи позашкільних закладах.

Разом із тим, аналіз сучасного стану проблеми свідчить про недостатню кількість методичних розробок, спрямованих саме на організацію допрофільного навчання у спортивній сфері. Існуючі програми фізичної культури здебільшого орієнтовані на базову підготовку, тоді як питання побудови спеціалізованої методики, що враховувала б вікові особливості учнів базової школи та специфіку конкретного виду спорту, залишаються відкритими. У зв'язку з цим виникає потреба у створенні й науковому обґрунтуванні методики допрофільного навчання з баскетболу, яка дозволила б підвищити ефективність освітнього процесу та задовольнити потреби сучасної школи.

Метою даного дослідження є розробка та обґрунтування методики допрофільного навчання з баскетболу для учнів базової середньої освіти.

Для досягнення мети поставлено такі **завдання**:

- проаналізувати стан проблеми допрофільного навчання в сучасній педагогічній теорії та практиці;
- визначити особливості організації допрофільної підготовки у сфері фізичної культури;
- розробити авторську методику допрофільного навчання з баскетболу для учнів базової школи;
- експериментально перевірити ефективність запропонованої методики у реальних умовах освітнього процесу.

Об'єкт дослідження – освітній процес в закладах загальної середньої освіти.

Предмет дослідження – методика профільного навчання здобувачів базової середньої освіти за спортивним напрямком «баскетбол».

Для реалізації мети та завдань використано комплекс методів дослідження. Теоретичні методи (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація науково-методичної літератури) застосовувалися для вивчення стану проблеми та визначення її теоретичних засад. Емпіричні методи (педагогічний експеримент, педагогічне спостереження, анкетування учнів і вчителів)

дозволили дослідити ефективність розробленої методики у практичній діяльності. Методи математичної статистики забезпечили кількісну та якісну обробку отриманих результатів і дали змогу зробити об'єктивні висновки щодо доцільності впровадження методики у шкільну практику.

Наукова новизна роботи полягає у розробці та науковому обґрунтуванні авторської методики допрофільного навчання з баскетболу, яка враховує вікові та психофізіологічні особливості учнів базової середньої школи, поєднує навчальні, виховні та розвивальні завдання й спрямована на формування готовності до подальшого профільного навчання у сфері фізичної культури та спорту.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання його результатів у закладах загальної середньої освіти під час організації допрофільного навчання учнів за спортивним напрямком, у роботі спортивних секцій та гуртків, а також у процесі підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Запропонована методика може стати основою для підвищення ефективності освітнього процесу, сприяти вихованню мотивації до занять спортом і створювати умови для подальшого професійного самовизначення школярів.

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаної літератури (80 джерел, з них 6 іноземними мовами). У роботі висвітлено 5 таблиць. Загальний обсяг роботи 93 сторінки.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОПРОФІЛЬНОГО НАВЧАННЯ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

1.1. Допрофільне навчання як педагогічна проблема

Ідея орієнтації школярів на подальшу професійну діяльність є однією з ключових у світовій педагогіці і бере свій початок ще у працях класиків педагогічної думки. Зокрема, К. Д. Ушинський у своїх працях підкреслював, що головна мета школи полягає не лише у передачі знань, а й у підготовці особистості до життя, що включає врахування індивідуальних нахилів і здібностей учнів. За його концепцією, освіта має сприяти розвитку природних здібностей кожної дитини, формуванню активної життєвої позиції та готовності до самостійного прийняття рішень [2].

В. О. Сухомлинський у своїй педагогічній спадщині акцентував увагу на необхідності створення умов для самопізнання учня, розвитку його інтересів та схильностей, що визначають освітню траєкторію. Сухомлинський зазначав, що навчальний процес повинен бути гнучким, забезпечувати можливості для творчого самовираження та формувати соціальні компетенції школярів [58].

У радянський період система освіти була зорієнтована переважно на уніфікований підхід, що забезпечував однаковий обсяг знань для всіх учнів, незалежно від їхніх індивідуальних особливостей. У цей період вже виникали перші спроби профорієнтаційної роботи, яка фактично була прообразом сучасного допрофільного навчання. Такі заходи включали залучення школярів до виробничої практики, знайомство з різними професіями, проведення факультативних занять. Проте їхня ефективність була обмежена формальним характером проведення, недостатньою індивідуалізацією та слабкою зв'язкою з подальшою профільною освітою [5].

Період здобуття незалежності України став відправною точкою для трансформації системи освіти. У 1990-х роках в освітньому процесі з'явилися

перші спроби запровадження профільного навчання у старшій школі, а також ідея варіативності освітніх програм у базовій школі. Проте практика показала, що без якісної підготовки учнів основної школи процес профільного навчання часто був малоефективним: школярі обирали профільні предмети випадково, не маючи достатньої інформації про свої здібності та інтереси. Це підкреслює необхідність допрофільного навчання як окремого етапу освіти, що забезпечує підготовку учнів до свідомого та обґрунтованого вибору профілю у старшій школі [36].

Додатково, історичні педагогічні концепції та практичні напрацювання радянського періоду сприяли формуванню уявлень про необхідність системної допрофільної підготовки у сфері фізичної культури. Ідеї індивідуалізації навчання та розвитку природних здібностей школярів стали методологічним фундаментом для впровадження фізкультурних допрофільних програм, що дозволяють виявити схильності до конкретних видів спорту, формувати базові технічні навички та розвивати фізичні якості дітей [34; 76-80].

Сутність та завдання допрофільного навчання детально регламентуються законодавчими та концептуальними документами сучасної української освіти. Закон України «Про освіту» визначає базову середню освіту як обов'язковий етап здобуття загальної середньої освіти, спрямований на всебічний розвиток особистості дитини, формування ключових компетентностей та підготовку до свідомого вибору профілю навчання. Стаття 12 Закону підкреслює, що організація освітнього процесу повинна забезпечувати умови для диференціації та індивідуалізації, що безпосередньо корелює із завданнями допрофільного навчання [11].

Концепція «Нова українська школа» акцентує увагу на створенні сучасного освітнього середовища, у якому учень виступає активним суб'єктом навчальної діяльності. Документ підкреслює, що підготовка школярів до профільного навчання має здійснюватися через курси за вибором, факультативи та проєктну діяльність. Допрофільна підготовка визначається як

«період самопізнання учня», під час якого він може спробувати різні напрями діяльності та здійснити усвідомлений вибір профілю старшої школи [19].

Державний стандарт базової середньої освіти конкретизує завдання освітнього процесу у 5–9 класах. Варіативна складова змісту освіти повинна забезпечувати умови для розвитку інтересів і здібностей школярів, залучення їх до практичної діяльності, що стає основою для подальшої профільної підготовки [18].

У сфері фізичної культури нормативно-правові документи забезпечують механізми для організації допрофільного навчання, яке включає ознайомлення з різними видами спорту, розвиток базових фізичних якостей, формування технічних умінь та мотивації до здорового способу життя. Законодавче закріплення принципів індивідуалізації та варіативності навчання дозволяє створювати освітні траєкторії, що відповідають інтересам і фізичним здібностям учнів, забезпечуючи плавний перехід до профільної спортивної підготовки.

У науковій педагогічній літературі допрофільне навчання розглядають як комплекс організаційно-педагогічних заходів, спрямованих на забезпечення плавного переходу від базової до профільної школи. Більшість дослідників (І. Бех, О. Савченко, О. Ляшенко, Н. Ничкало та ін.) підкреслюють, що метою допрофільної підготовки є не лише поглиблення знань у певній галузі, а й розвиток особистості, формування готовності до самостійного вибору та відповідального ставлення до свого майбутнього.

Так, Н. Бойко визначає допрофільне навчання як організацію освітнього процесу у 8–9 класах, яка надає учням можливість ознайомитися з різними напрями профільного навчання, стимулює мотивацію до навчальної діяльності та формує умови для усвідомленого вибору профілю. І. Бех наголошує на виховному потенціалі допрофільної підготовки, акцентуючи увагу на формуванні відповідальності за власний вибір та орієнтації на майбутнє [8].

Особливу увагу в науковій літературі приділяють допрофільному навчанню у фізичній культурі, де підкреслюється важливість раннього виявлення спортивних нахилів учнів, формування фізичних якостей та технічних умінь, а також розвиток мотивації до активного способу життя. Науково-педагогічне трактування цього процесу підкреслює, що допрофільна підготовка у спорті сприяє всебічному розвитку учня і забезпечує обґрунтований вибір профільного напрямку у старшій школі [27].

Сучасна педагогіка виділяє низку принципів, які є ключовими для забезпечення високої ефективності допрофільного навчання і формування у школярів фундаментальних компетентностей та готовності до подальшої профільної освіти.

Принцип індивідуалізації передбачає систематичне врахування інтересів, здібностей та освітніх потреб кожного учня. Реалізація цього принципу забезпечує можливість формування персоналізованих навчальних траєкторій, що враховують темп засвоєння матеріалу, рівень попередньої підготовки та особисті вподобання учнів. Наприклад, для одного учня важливі заняття з практичної фізики, а для іншого – розвиток логіко-математичних навичок через проектну діяльність. Такий підхід стимулює внутрішню мотивацію, підвищує зацікавленість у навчанні та сприяє глибшому засвоєнню знань.

Принцип варіативності забезпечує учням можливість обирати навчальні курси, факультативи та гуртки відповідно до власних інтересів і життєвих планів. Завдяки цьому принципу допрофільна підготовка стає більш гнучкою та адаптивною, а учні отримують шанс спробувати різні види діяльності, що допомагає визначитися з майбутньою профільною спрямованістю. Наприклад, школяр може одночасно відвідувати заняття з біології, математики та спортивні секції, що стимулює розвиток як академічних, так і фізичних здібностей.

Принцип практичної спрямованості означає, що знання, отримані учнями, повинні застосовуватися у реальних умовах через тренування, ігрові

вправи, лабораторні роботи та проєктну діяльність. Такий підхід формує у дітей практичні навички, які є необхідними для успішної профільної освіти, а також сприяє розвитку критичного мислення та вміння працювати в команді. Наприклад, проведення фізичних вправ під час допрофільних уроків з фізкультури чи виконання дослідницьких проєктів із біології дозволяє учням перевірити теоретичні знання на практиці та оцінити власні здібності.

Принцип розвитку інтересів та здібностей спрямований на створення умов для самопізнання, самовдосконалення та розвитку індивідуальних нахилів учнів. Це включає використання тестувань, психологічних та педагогічних методик, консультацій педагогів, участь у творчих конкурсах і наукових олімпіадах. Завдяки цьому учні вчаться аналізувати власні сильні сторони, формувати життєві цілі та визначати напрямки майбутнього професійного розвитку.

Принцип наступності передбачає органічний зв'язок між допрофільною та профільною школою, що забезпечує безперервність освітнього процесу. Він дозволяє уникнути різких змін у навчальній діяльності та забезпечує плавний перехід до профільної освіти, де учні можуть більш ефективно застосовувати набуті знання та навички. Наступність реалізується через спільне планування навчальних програм, координацію роботи вчителів та педагогічних рад, а також через систематичну підготовку учнів до профільних предметів.

Принцип педагогічної підтримки та супроводу полягає у наданні учням і їхнім батькам консультацій, методичної та психологічної допомоги. Це передбачає регулярні індивідуальні зустрічі з педагогами, психологами та методистами, організацію тренінгів і семінарів для батьків, а також створення умов для самостійної та групової роботи учнів. Така підтримка дозволяє своєчасно виявляти труднощі у навчанні, коригувати освітні траєкторії та підвищувати загальний рівень задоволеності освітнім процесом [4].

Таким чином, комплексне застосування цих принципів забезпечує всебічний розвиток школярів, формує їхні індивідуальні здібності, підтримує мотивацію до навчання та створює умови для успішного переходу від

допрофільного до профільного навчання. Водночас реалізація цих принципів неможлива без чіткого визначення конкретних завдань допрофільного навчання, що спрямовані на комплексний розвиток особистості учня і підготовку його до подальшої профільної освіти.

Завдання допрофільного навчання відображають його багатогранність та включають кілька взаємопов'язаних напрямків.

Освітні – ознайомлення учнів із різними профілями навчання, формування базових знань у ключових предметних галузях, а також забезпечення різноманітності методів і прийомів навчання. Цей аспект дає змогу школярам отримати широке уявлення про потенційні сфери професійної діяльності та сприяє свідомому вибору профільного спрямування у старшій школі.

Розвивальні – розвиток пізнавальних інтересів, формування навичок самопізнання та самовдосконалення, стимулювання творчого потенціалу учнів через різноманітні проєктні, лабораторні та дослідницькі завдання. Ці завдання сприяють формуванню критичного мислення, самостійності у прийнятті рішень та готовності до вирішення складних навчальних і життєвих ситуацій.

Виховні – формування відповідальності за власний вибір навчальної траєкторії, розвиток наполегливості, цілеспрямованості та комунікативних навичок. Виконання виховних завдань дозволяє учням навчитися співпрацювати в команді, дотримуватися правил і норм поведінки, а також ефективно взаємодіяти з однолітками та педагогами.

Практичні – підготовка до профільного навчання через апробацію різних видів діяльності, зокрема спортивної, експериментальної, творчої та науково-дослідницької. Такі практичні завдання спрямовані на формування мотивації до здорового способу життя, розвиток фізичних, інтелектуальних та творчих здібностей учнів, а також на підвищення впевненості у власних силах під час переходу до профільної школи. Вони дозволяють учням не лише закріплювати теоретичні знання на практиці, але й розвивати організаційні навички,

самостійність та відповідальність за результати власної діяльності. Такий підхід сприяє формуванню системи цінностей, пов'язаних із здоровим способом життя та активною участю в різних видах діяльності, що є важливим етапом у підготовці до подальшого профільного навчання [34].

Водночас особливе значення допрофільне навчання набуває у сфері фізичної культури та спорту. Воно дозволяє комплексно підходити до розвитку фізичних і психомоторних якостей школярів, готуючи їх до майбутньої профільної освіти та спортивної діяльності. Завдяки допрофільному підходу можна:

- виявити учнів, схильних до конкретного виду спорту (наприклад, баскетболу, волейболу або легкої атлетики), та зорієнтувати їхню підготовку відповідно до індивідуальних здібностей;
- сформувати початкові технічні навички, необхідні для подальшого розвитку спортивної майстерності та участі в навчально-тренувальному процесі;
- розвинути фізичні якості, такі як швидкість, спритність, координацію, силу і витривалість, що є базою для успішного виконання спортивних вправ та профільних завдань;
- створити умови для подальшого залучення до спортивних секцій, участі у змаганнях, проєктних і тренувальних заходах, що сприяє формуванню командного духу, дисциплінованості та відповідальності за результат. Цей практичний аспект допрофільного навчання тісно пов'язаний з історичними педагогічними концепціями та сучасними нормативними документами, які разом визначають допрофільне навчання у фізичній культурі як комплексний освітній етап, що поєднує освітній, здоров'язбережувальний та виховний ефекти. Завдяки цьому учні мають змогу не лише розвивати фізичні якості та спортивні навички, а й свідомо обирати спортивний напрям, формуючи мотивацію до активного способу життя та готовність до подальшого профільного навчання.

1.2. Психолого-педагогічні особливості учнів базової середньої освіти

Учні базової середньої освіти (10–15 років, 5–9 класи) перебувають на одному з найважливіших етапів розвитку особистості, який охоплює період раннього та середнього підліткового віку. Саме в цей час закладаються основи фізичного здоров'я, інтенсивно розвиваються психічні процеси, формується здатність до самостійного мислення, а також відбувається активна соціалізація. Як зазначає М. Божик, підлітковий вік є «періодом переходу», коли дитина поступово долає суперечності між потребою у самостійності та об'єктивною залежністю від дорослих. У цьому віковому відрізку зростає значення навчальної та позанавчальної діяльності, особливо тієї, що має колективний характер, зокрема командних видів спорту, таких як баскетбол [7].

Ці навчально-практичні аспекти тісно пов'язані з фізіологічними та анатомічними особливостями підліткового віку, які визначають рівень фізичної підготовки та сприйнятливості до навантажень.

Фізіологічні та анатомічні особливості

У період базової середньої освіти спостерігається активний фізичний розвиток організму. За даними досліджень С. Коц та В. Коц, саме в цей час відзначається різкий стрибок у рості тіла: у хлопців – переважно у 12–14 років, у дівчат – на рік раніше. Подовження кінцівок, збільшення маси тіла та зміна пропорцій призводять до певної дисгармонії у координації рухів. Це пояснює тимчасову «незграбність» підлітків, знижену точність технічних дій, а також підвищену втомлюваність після інтенсивних навантажень [24].

Водночас у цей період активно розвивається м'язова система, удосконалюється робота серцево-судинної та дихальної систем, що створює сприятливі умови для підвищення витривалості. Недосконалість опорно-рухового апарату вимагає суворого дотримання принципу поступовості під час навчання спортивним навичкам. Як свідчать спостереження лікарів і

педагогів, надмірні або одноманітні навантаження можуть стати причиною перевантажень, що негативно впливатиме на подальший розвиток [22].

Важливою особливістю цього віку є висока пластичність нервової системи. Саме вона забезпечує швидке формування нових умовних рефлексів, розвиток координаційних здібностей і швидкості реакцій. Завдяки цьому підлітки здатні досить швидко засвоювати технічні та тактичні прийоми, необхідні для гри в баскетбол: ведення м'яча, кидки з різних позицій, командні комбінації.

Когнітивний розвиток

У цей період відбувається перехід від конкретно-образного мислення до абстрактно-логічного. Учні у віці 11–12 років набувають здатності до осмислення абстрактних понять, міркувань «про можливе», а не лише «про наявне». Це означає, що вони здатні розуміти не тільки конкретні рухові дії, а й правила гри, тактичні схеми, стратегії поведінки в команді [60].

Паралельно розвивається здатність до аналізу й узагальнення. Школярі можуть не лише повторювати за вчителем, але й самостійно оцінювати ефективність різних способів виконання вправ. Це створює умови для формування індивідуального стилю гри, а також підвищує мотивацію до занять спортом.

Особливу роль у навчально-тренувальному процесі відіграє розвиток уваги та пам'яті. У середньому шкільному віці увага ще не є достатньо стійкою, а її обсяг обмежений. Тому під час занять з баскетболу педагог має варіювати види діяльності: чергувати технічні вправи з ігровими елементами, використовувати короткі, але динамічні завдання. Щодо пам'яті, то механічна ще зберігає провідне значення, однак дедалі більшого розвитку набуває логічна пам'ять. Тому ефективним буде поєднання багаторазових повторень рухів із поясненням їхньої доцільності та місця в загальній стратегії гри [41].

Емоційно-вольова сфера

О. Федик зазначає, що для підлітків характерна емоційна нестабільність. Вони схильні до різких змін настрою, часто емоційно реагують на успіхи й

невдачі. У спорті це проявляється у яскравих переживаннях перемоги чи поразки. Завдання педагога полягає в тому, щоб виховувати емоційну стійкість, формувати здатність контролювати власні реакції та адекватно ставитися до результатів.

У цьому віці надзвичайно зростає потреба у самоствердженні та визнанні серед однолітків. Командні види спорту, зокрема баскетбол, створюють оптимальні умови для реалізації цієї потреби. Участь у грі дає змогу кожному відчувати себе частиною команди, проявити ініціативу, продемонструвати власні здібності. Водночас правильно організований тренувальний процес допомагає формувати відповідальність за командний результат, що має важливе виховне значення [62].

Регулярні заняття спортом сприяють розвитку вольових якостей: наполегливості, цілеспрямованості, витримки. Участь у змаганнях стає школою подолання труднощів, що готує підлітків до майбутніх життєвих викликів.

Соціально-психологічні особливості

Учні цього віку відчують сильну потребу в колективній діяльності. Вони орієнтуються на думку ровесників, прагнуть до спільної активності, сприймають групу як важливе середовище самовираження. Це робить командні види спорту особливо ефективними у вихованні підлітків.

Водночас у підлітковому віці зростає роль міжособистісного спілкування. Під час навчально-тренувального процесу необхідно приділяти увагу розвитку комунікативних навичок: умінню слухати партнера, узгоджувати дії, розв'язувати конфліктні ситуації. Не менш важливим є фактор авторитету. Дослідження показують, що саме в цей період учні схильні наслідувати поведінку значущих дорослих. Тому педагог або тренер виступає не лише організатором занять, але й моральним орієнтиром. Його професійність, справедливість і тактовність справляють безпосередній вплив на ставлення учнів до занять спортом [16].

Педагогічні умови успішного засвоєння спортивних навичок

Урахування зазначених особливостей визначає низку педагогічних умов, без яких ефективно навчання баскетболу є неможливим. Передусім це індивідуалізація навчання, що передбачає врахування темпів фізичного й психічного розвитку окремих учнів. Важливим є застосування ігрових методів, які поєднують навчальні та змагальні елементи, підтримують інтерес і емоційний тонус школярів. Не менш значущим є принцип систематичності та поступовості: поступове ускладнення завдань, оптимальне чергування навантаження та відпочинку [40].

Підлітки особливо чутливі до позитивної оцінки, тому необхідною є мотиваційна підтримка, створення ситуацій успіху. Важливим педагогічним завданням стає також інтеграція фізичного й інтелектуального компонентів: пояснення правил, розбір тактичних схем, обговорення помилок.

Таким чином, учні базової середньої освіти мають специфічні психолого-педагогічні характеристики, що суттєво впливають на процес засвоєння спортивних навичок. Серед них – інтенсивний, але нерівномірний фізичний розвиток, висока пластичність нервової системи, перехід до абстрактного мислення, емоційна нестійкість і потреба у визнанні в колективі. Урахування цих особливостей дає змогу оптимально організувати процес навчання баскетболу, сприяти не лише фізичному вдосконаленню, а й формуванню комунікативних та вольових якостей.

Баскетбол у цьому віковому періоді є ідеальним видом спорту для подолання вікових особливостей школярів. Він поєднує розвиток фізичних якостей – швидкості, спритності, координації, витривалості – з формуванням когнітивних навичок, таких як стратегічне мислення, оцінка тактичних ситуацій і здатність до аналізу власних дій. Одночасно гра в команді розвиває соціальні навички: учні навчаються працювати в колективі, взаємодіяти з партнерами, відповідально ставитися до спільного результату, контролювати емоції та підтримувати один одного [3].

Регулярні заняття баскетболом формують у школярів навички самостійного прийняття рішень у динамічних ситуаціях, допомагають

подолати емоційну нестійкість, сприяють соціалізації та зміцнюють почуття власної компетентності. Таким чином, баскетбол не лише відповідає віковим фізіологічним, когнітивним і соціально-психологічним потребам учнів 5–9 класів, а й підсилює ефективність допрофільного навчання у фізичній культурі, забезпечуючи всебічний розвиток особистості та підготовку до подальшого профільного навчання [6].

1.3. Аналіз існуючих методик навчання баскетболу в школі

Баскетбол є однією з найпоширеніших спортивних ігор у світі та широко застосовується у практиці шкільної фізичної культури завдяки своїй універсальності й значному виховному потенціалу. Від часу його виникнення наприкінці XIX століття ця гра пройшла етапи становлення від елементарних рухових вправ до цілісної спортивної дисципліни з чітко структурованою технікою та тактикою. У контексті сучасної освітньої реформи баскетбол розглядається не лише як засіб розвитку фізичних якостей школярів, а й як ефективний інструмент формування когнітивних, соціальних і комунікативних компетентностей. Це зумовлює необхідність аналізу існуючих методик навчання баскетболу в школі з урахуванням їхніх переваг, обмежень та перспектив удосконалення [31].

Навчання баскетболу у загальноосвітніх школах характеризується низкою особливостей, які обумовлені поєднанням вікових характеристик учнів, обмеженого часу на уроки фізичної культури, матеріально-технічної бази та рівня професійної підготовки педагогів. Крім того, важливим фактором є психологічна готовність дітей до командної взаємодії, мотиваційний рівень, індивідуальні фізичні та когнітивні здібності [30].

Наукова література виділяє два основні підходи до організації навчання баскетболу у школі: традиційний та інноваційний. Класичний підхід ґрунтується на послідовному освоєнні технічних та тактичних елементів гри, тоді як інноваційні методики виникли в контексті модернізації шкільної освіти

та впровадження компетентнісного підходу, орієнтованого на всебічний розвиток учня, формування самостійності та командних навичок.

Традиційні методики, сформовані протягом ХХ століття, акцентують увагу на систематичному та поступовому засвоєнні технічних навичок. Заняття поділяються на три основні етапи: підготовчий, основний та заключний.

Підготовча частина включає розминку, загально-розвивальні вправи, спрямовані на підготовку опорно-рухового апарату, розвиток координації, спритності, швидкості реакцій та загальної фізичної підготовки. У цій частині можуть використовуватися вправи на гнучкість, баланс, вправи з власною вагою та легкі елементи бігу з м'ячем.

Основна частина присвячена засвоєнню базових технічних прийомів – ведення м'яча, передачі, кидки, а також формуванню елементів тактики гри: позиційної гри, руху без м'яча, командних комбінацій. Важливим аспектом є систематичне повторення та закріплення навичок, що дозволяє формувати автоматизм рухових дій та підвищує точність виконання технічних прийомів під час гри.

Заключна частина уроку фізичного виховання традиційно призначена для розтяжки, релаксації та підведення підсумків проведеної роботи. Цей етап сприяє відновленню функцій опорно-рухового апарату та центральної нервової системи після інтенсивного навантаження, забезпечуючи поступове зниження фізичного і психоемоційного напруження у школярів [70].

У межах традиційного підходу до навчання спортивним іграм основна увага приділяється відпрацюванню базових технічних навичок через стандартизовані вправи. Наприклад, учні виконують ведення м'яча прямою лінією із зміною темпу та напрямку, здійснюють багаторазові кидки з однієї точки для закріплення техніки, а також відпрацьовують передачі за фіксованими схемами, включно з пасами двома руками та однією рукою. Крім того, значну роль відіграють рухи без м'яча за стандартними маршрутами, що сприяють формуванню тактичного розуміння гри.

Традиційний підхід має низку переваг. Насамперед, він забезпечує структурованість навчального процесу, що дозволяє чітко контролювати послідовність засвоєння технічних елементів. Такий підхід сприяє міцному закріпленню базових навичок і техніки, формує необхідну фізичну підготовку та знижує ризик травматизму завдяки контрольованому навантаженню [25].

Разом із тим, цей метод має й певні обмеження. Він недостатньо адаптований до індивідуальних темпів розвитку учнів, а повторювані вправи можуть знижувати їхню мотивацію до навчання. Крім того, традиційний підхід обмежує розвиток творчих та комунікативних навичок, які є надзвичайно важливими для ефективної командної гри та успішної взаємодії між учасниками. У зв'язку з цим виникла потреба у впровадженні інноваційних підходів, які поєднують фізичний, когнітивний та соціальний розвиток школярів і відповідають сучасним освітнім реформам.

Інноваційні підходи орієнтовані на комплексний розвиток учнів і передбачають активне використання різних методів навчання. Основними серед них є ігровий, проектний, модульний та компетентнісний підходи, які дозволяють інтегрувати навчання і практичну діяльність, стимулювати самостійність, творчість та соціальну взаємодію учнів [54].

Ігровий та проектний методи передбачають навчання через змодельовані ситуації гри. Учні навчаються швидко приймати тактичні рішення, прогнозувати дії суперника та оцінювати ризики. Це формує не тільки технічні навички, а й стратегічне мислення, комунікативні компетенції та здатність до самостійного аналізу дій команди [33].

Модульний підхід передбачає поділ навчального матеріалу на окремі блоки: ведення м'яча, кидки, тактика атаки, тактика захисту, командні комбінації. Кожен модуль включає практичні вправи та теоретичні пояснення, що дозволяє адаптувати процес навчання до рівня групи та індивідуальних особливостей учнів [68].

Компетентнісний підхід інтегрує фізичні навички з розвитком мислення та соціальних умінь. Учні оцінюють ефективність власних дій, приймають

обґрунтовані тактичні рішення, розвивають критичне мислення та навички роботи у команді [51].

Інноваційний підхід у навчанні спортивним іграм передбачає активне залучення учнів до різноманітних видів діяльності, що стимулюють не лише фізичний розвиток, а й когнітивні, соціальні та творчі компетенції. Зокрема, до прикладів таких вправ належать ігрові ситуації, у яких учні виконують різні ролі, що дозволяє одночасно розвивати швидкість мислення, реакції та здатність приймати рішення у динамічних умовах. Проєктні завдання передбачають створення власних комбінацій атак та захисту, що сприяє формуванню стратегічного мислення та уміння працювати з тактичними схемами. Додатково активно використовуються методи відеоаналізу, що дозволяють аналізувати помилки та ефективність командних дій, а також симуляції ігрових умов, які моделюють різноманітні сценарії спортивної взаємодії та допомагають учням передбачати розвиток подій під час гри [20].

Переваги інноваційного підходу полягають у тому, що він значно підвищує мотивацію та зацікавленість учнів у заняттях, формує здатність до самостійного прийняття рішень у непередбачуваних ситуаціях, а також розвиває творчі, стратегічні та соціальні компетенції. Учні набувають досвіду командної взаємодії та відчують відповідальність за спільний результат, що сприяє формуванню соціальної зрілості та ефективної колективної поведінки.

Водночас впровадження інноваційних методів потребує високого рівня педагогічної кваліфікації, знань у галузі психології та педагогіки, а також сучасної матеріально-технічної бази: тренажерів, спеціального обладнання, програм для відеоаналізу та інтерактивних платформ. Окрім того, адаптація таких методів до великих груп учнів із різним рівнем підготовки може становити значні труднощі, що потребує ретельного планування та диференціації навантаження [64].

Порівняльний аналіз традиційного та інноваційного підходів показує, що жоден із них не є універсально ефективним у всіх умовах. Традиційні методики забезпечують систематичне засвоєння базових технічних прийомів,

формують фізичну підготовку та знижують ризик травматизму через контрольоване навантаження. Інноваційні ж методи акцентують увагу на розвитку стратегічного мислення, творчих навичок та командної взаємодії.

Найбільш доцільним є комбінований підхід, який поєднує сильні сторони обох методик. Такий підхід дозволяє забезпечити поступове засвоєння технічних прийомів гри, водночас розвивати командні навички, стратегічне мислення, комунікативні та соціальні компетенції. Практичне застосування комбінованого підходу передбачає інтеграцію теоретичних пояснень із практичними вправами, використання ігрових і проєктних методів для стимулювання активності учнів, а також акцент на мотивації, самостійності та соціальній відповідальності. Особливу увагу приділяють врахуванню індивідуальних темпів розвитку та фізіологічних особливостей школярів, що дозволяє максимально ефективно організувати навчальний процес і забезпечити всебічний розвиток кожного учня [44].

Порівняльний аналіз існуючих підходів (традиційного та інноваційного) виявив їхню недостатню орієнтацію на завдання допрофільного навчання учнів базової середньої освіти, зокрема, відсутність системної діагностики схильностей та критеріїв готовності до профільної спеціалізації. Для наочного представлення виявлених методичних прогалин та обґрунтування необхідності розробки авторської методики, що інтегрує найкращі практики, була систематизована порівняльна характеристика за ключовими критеріями.

Таблиця 1.1

Порівняння традиційного, інноваційного та комбінованого підходів до організації фізичного виховання учнів 5–9 класів

Критерій порівняння	Традиційний підхід	Інноваційний підхід	Авторська методика (Комбінований підхід)
Провідна мета	Міцне засвоєння базової техніки та виконання нормативів.	Розвиток соціальних, комунікативних компетенцій.	Свідоме самовизначення та формування готовності до профільного навчання.

Критерій порівняння	Традиційний підхід	Інноваційний підхід	Авторська методика (Комбінований підхід)
Акцент на вік 5–9 класів	Забезпечення однакового обсягу рухових навичок.	Стимулювання інтересу через групову діяльність.	Рання діагностика спортивних схильностей та індивідуалізація.
Зміст навчання	Переважно послідовне відпрацювання технічних елементів.	Використання комплексних ігрових ситуацій (тактика).	Модульно-ігровий підхід, що поєднує техніку з профорієнтаційними завданнями .
Оцінювання / Діагностика	Фізичні тести, оцінка техніки за стандартом.	Суб'єктивні методи (спостереження, самооцінка).	Комплексна діагностика (фізична, технічна, мотиваційна, тактична).
Ступінь індивідуалізації	Низький (єдиний підхід для групи).	Середній (варіативність вправ).	Високий (через розподіл ролей, диференціацію навантажень з урахуванням <i>гетерохронності</i>).

Наукова новизна полягає у системному поєднанні традиційної методичної послідовності та інноваційних ігрових, проектних та модульних технологій, що враховують психофізіологічні та соціально-психологічні особливості учнів 5–9 класів. Це забезпечує комплексний розвиток фізичних, когнітивних і соціальних компетенцій, створює міцну основу для подальшого профільного навчання та формує умови для всебічного розвитку особистості школяра.

Висновки до розділу 1

Теоретичний аналіз стану проблеми дозволив обґрунтувати методологічні засади та актуальність розробки методики допрофільного навчання учнів базової середньої освіти за спортивним напрямком «баскетбол».

Обґрунтування допрофільного навчання. Допрофільне навчання у 8–9 класах визнано ключовим етапом реформування сучасної освіти, спрямованим на формування ключових компетентностей та створення передумов для свідомого професійного самовизначення. Нормативно-правова база України (Закон «Про освіту», Концепція НУШ) акцентує на необхідності диференціації та індивідуалізації навчального процесу. Впровадження допрофільної підготовки у сфері фізичної культури, зокрема на прикладі баскетболу, забезпечує реалізацію принципів варіативності, практичної спрямованості та наступності, готуючи школярів до профільної освіти у старшій школі.

2. Врахування психолого-педагогічних особливостей. Визначено, що учні базової середньої освіти (10–15 років) перебувають у фазі інтенсивного, але нерівномірного фізичного розвитку (гетерохронність), переходять до абстрактно-логічного мислення та характеризуються емоційною нестабільністю і гострою потребою у самоствердженні через колективну діяльність. Баскетбол є найбільш адекватним видом спорту для цього віку, оскільки він інтегрує фізичний розвиток зі стимулюванням когнітивних (тактичне мислення) та соціальних (командна взаємодія) компетенцій, задовольняючи потребу підлітків у колективній активності.

3. Аналіз та обґрунтування новизни. Порівняльний аналіз існуючих методик навчання баскетболу виявив два основні підходи: традиційний (акцент на техніці та нормативах) та інноваційний (акцент на грі та компетенціях). Хоча обидва мають переваги, вони недостатньо орієнтовані на специфічні завдання допрофільної підготовки: системну діагностику схильностей та критерії готовності до профілю. Це обґрунтовує необхідність розробки комбінованої (авторської) методики, яка інтегрує систематичність традиційного підходу з модульністю, ігровими та проєктними технологіями інноваційного, забезпечуючи високий ступінь індивідуалізації та профорієнтації.

4. Наукова новизна та вихідні дані. Результати теоретичного розділу слугують концептуальною основою для розробки авторської методики.

Обґрунтовано, що методика допрофільного навчання з баскетболу повинна будуватися на модульно-ігровому підході, враховувати гетерохронність розвитку підлітків та включати механізми комплексної діагностики для формування усвідомленого вибору профілю в старшій школі.

РОЗДІЛ 2

РОЗРОБКА МЕТОДИКИ ДОПРОФІЛЬНОГО НАВЧАННЯ З БАСКЕТБОЛУ

2.1. Концептуальні засади розробки методики

Розробка методики допрофільного навчання з баскетболу у загальноосвітній школі ґрунтується на міждисциплінарному синтезі педагогічних, психологічних та методичних позицій. Такий підхід передбачає комплексне поєднання знань із загальної педагогіки, психології розвитку дитини, методики фізичного виховання та спортивної підготовки. Врахування вікових, фізіологічних, когнітивних і соціально-психологічних особливостей учнів 5–9 класів дозволяє формувати не лише фізичні навички та технічну майстерність, а й розвивати ключові компетентності сучасної особистості: комунікативні, соціальні, когнітивні та мотиваційні. Програма навчання спрямована на цілісний розвиток школярів як фізично, так і психологічно, забезпечуючи їх готовність до самостійної спортивної діяльності та ефективної взаємодії у команді.

Концептуальною опорою методики є система принципів, кожен із яких має теоретичне обґрунтування й практичну реалізацію в навчально-тренувальному процесі. Вони визначають як зміст занять, так і форми їх організації, а також систему оцінювання результатів.

Теоретичне обґрунтування методики. Методика спирається на класичні положення освітньої теорії та сучасні підходи до навчання в спорті. Ідеї Дж. Дьюї про навчання через досвід (learning by doing) підкреслюють цінність практичних дій і рефлексії. У контексті баскетболу це означає, що учні одразу застосовують технічні прийоми в реальних ігрових ситуаціях, що дозволяє краще засвоювати навички. Л. С. Виготський виділяє роль соціальної взаємодії та зони найближчого розвитку у формуванні компетентностей, що підтверджує доцільність групових вправ і командних завдань для розвитку

спільної діяльності та лідерських навичок. Ж. Піаже дає основу для диференціації навчальних завдань відповідно до стадій когнітивного розвитку, що дозволяє правильно підбирати завдання для 5–9 класів залежно від рівня мислення учнів [38, 59].

1. У галузі фізичного виховання та методики навчання спорту важливими є роботи Мостона й Ешворта, які описують систему стилів викладання, Сайдентопа, який пропонує моделі навчання у фізичній культурі, та сучасні дослідження з ігрових технологій. Для українського контексту концептуальну опору дають праці дослідників допрофільної підготовки (І. Бех, О. Савченко, О. Ляшенко, Н. Ничкало) та нормативні документи, зокрема Концепція «Нова українська школа» та Державний стандарт базової середньої освіти. Ці джерела визначають необхідність інтеграції навчання спорту у загальноосвітній процес з акцентом на формування комплексних компетентностей учнів [19, 48, 51, 63].

Основні принципи методики розвитку фізичних і тактичних навичок школярів

Методика навчання фізичних і тактичних навичок у школярів базується на комплексі принципів, що забезпечують системний та ефективний розвиток учнів. Вона враховує індивідуальні фізичні, психологічні та мотиваційні особливості дітей, створює умови для активної участі у навчальному процесі та забезпечує логічний перехід від простого до складного. Ця методика поєднує індивідуальний підхід до кожного учня, роботу в групах, ігрові технології, системність навчання, компетентнісний підхід та інтеграцію теорії й практики, що в комплексі сприяє максимально ефективному розвитку фізичних, тактичних та соціальних навичок [45].

Принцип індивідуалізації. Індивідуалізація є одним із ключових принципів методики. Вона полягає у тому, що педагог враховує унікальні характеристики кожного учня, включаючи рівень фізичного розвитку, особливості мотивації, темперамент, психологічні та емоційні особливості, а також попередній досвід у спорті або руховій діяльності.

На практиці це реалізується через адаптивне планування навантажень. Наприклад, учні з високим рівнем стрибучості отримують можливість виконувати більш складні вправи на кидок у стрибку або комбіновані тактичні вправи, які вимагають одночасного контролю м'яча та швидкого прийняття рішень. Новачки, навпаки, зосереджуються на базовій техніці кидка з місця, поступово підвищуючи точність та координацію рухів [49].

Індивідуалізація також передбачає диференційовані завдання та цілі на кожному етапі навчання. Наприклад, сильніші учні можуть отримати завдання на виконання складних тактичних комбінацій, що потребують швидкого оцінювання ситуації та прийняття стратегічних рішень. Учні-початківці працюють над базовими технічними вправами, концентруючись на контролі м'яча, правильному розташуванні тіла та координації рухів.

Ще одним важливим елементом індивідуалізації є зворотний зв'язок від педагога. Він може включати вербальні коментарі, відеоаналіз виконання вправ, демонстрацію помилок та способів їх виправлення, а також підказки щодо тактичних рішень у грі. Такий комплексний підхід дозволяє кожному учню не лише бачити свої помилки, а й усвідомлювати прогрес, формуючи внутрішню мотивацію та впевненість у власних силах [9].

Завдяки індивідуалізації зберігається висока мотивація учнів, зменшується ризик перевантаження, а кожен школяр отримує можливість максимально ефективно розвивати свій потенціал.

Принцип диференціації є важливим компонентом методики навчання фізичних і тактичних навичок, який забезпечує організацію ефективної роботи з групами учнів, що мають подібний рівень підготовки або певні специфічні потреби. На відміну від індивідуалізації, яка зосереджується на особливостях кожного окремого учня, диференціація дозволяє педагогу формувати гнучкі навчальні підгрупи та ефективно організовувати навчальний процес у класі, забезпечуючи одночасний розвиток різнорівневих учнів [23].

Формування підгруп здійснюється на основі таких критеріїв, як рівень технічної майстерності, мотиваційні особливості, фізична підготовка та

спеціалізація. Наприклад, одна підгрупа може працювати над удосконаленням ведення м'яча та маневрування, що включає вправи на точність передач, контроль руху та швидку зміну напрямку. Інша підгрупа може зосередитися на кидках у стрибку або розвитку швидкісно-силових якостей, використовуючи комплекс вправ на стрибкову активність, координацію рухів та силу рук. Такий підхід дозволяє кожній групі займатися завданнями, найбільш відповідними її рівню підготовки, і водночас забезпечує ефективну роботу всього класу.

Підбір завдань за рівнем складності є ключовим елементом диференціації. Учні-початківці виконують базові вправи, що спрямовані на формування техніки, координації та правильного виконання рухів. Наприклад, вони можуть практикувати прості передачі м'яча, базові елементи ведення та кидки з місця. Просунуті учні, які вже засвоїли базові навички, отримують більш складні завдання, що включають розвиток тактичного мислення, швидкості прийняття рішень, координації рухів у командній грі та адаптації до нестандартних ситуацій [32].

Паралельні вправи дозволяють одночасно залучати різні підгрупи до виконання різних видів діяльності. Наприклад, поки одна підгрупа відпрацьовує технічні вправи на кидки та ведення м'яча, інша може займатися виконанням тактичних комбінацій у міні-грі або виконанням фізичних вправ для розвитку швидкісно-силових якостей. Такий підхід підвищує ефективність заняття, дозволяє педагогам оперативно реагувати на потреби кожної підгрупи та підтримувати високу активність усіх учнів протягом усього заняття.

Переваги комплексної реалізації принципів індивідуалізації та диференціації полягають у забезпеченні балансу між розвитком особистісного потенціалу кожного учня (через індивідуалізацію) та оптимальною організацією навчального часу в умовах класу (через диференціацію). Цей комплексний підхід дозволяє педагогам гармонійно розвивати всі аспекти підготовки школярів – фізичні, технічні, тактичні та психологічні. Учні відчувають підтримку та розуміння своїх потреб, отримують завдання, які

відповідають їх рівню, і водночас мають можливість брати участь у колективній роботі, що стимулює командну взаємодію та соціальні навички.

Завдяки принципу диференціації забезпечується гнучкість навчального процесу, підвищується ефективність засвоєння матеріалу та створюються умови для поступового і системного розвитку учнів різного рівня підготовки в межах одного класу.

Принцип ігрової діяльності. Ігрові методи навчання займають центральне місце у сучасних методиках розвитку фізичних та тактичних навичок школярів. Гра є природним стимулом для активності учнів: вона викликає інтерес, підтримує внутрішню мотивацію до виконання завдань і дозволяє відтворювати реальні ігрові ситуації в контрольованому навчальному середовищі. Крім того, гра створює умови для розвитку не лише фізичних якостей, але й когнітивних і соціальних компетенцій: тактичного мислення, швидкості прийняття рішень, командної взаємодії та здатності адаптуватися до змін у грі [31].

Практична реалізація ігрових методів включає використання різноманітних форм: міні-ігри, сценарні вправи, вправи з обмеженнями (часовими, просторовими чи тактичними). Кожна форма має свої завдання та ефекти.

Наприклад, міні-гра 3×3 з обмеженням часу на володіння м'ячем у 2 хвилини спрямована на розвиток швидкості прийняття рішень та здатності діяти в умовах обмеженого часу і під психологічним тиском. Під час такої гри учні повинні швидко оцінювати позиції партнерів та суперників, передбачати можливі дії противника та обирати оптимальну тактику для успішного завершення атак.

Інший приклад – сценарна вправа «п'ять кидків під тиском», яка моделює реальні ігрові ситуації, коли учень повинен швидко реагувати на зміну обставин та точно виконувати технічні елементи під час психологічного та часового стресу. Такі вправи тренують не лише фізичні якості, а й

емоційну стійкість, концентрацію та здатність приймати обґрунтовані рішення в динамічних умовах.

Наукові дослідження, зокрема роботи С. Шинкарьова, П. Гордієнка, І. Янович та інших вчених, підтверджують високу ефективність ігрових методик для розвитку тактичного мислення, координації рухів і навичок командної взаємодії. Вони доводять, що гра не лише підвищує мотивацію учнів, але й сприяє формуванню стратегічного мислення та здатності діяти в команді, що є ключовими навичками для будь-яких командних видів спорту. [69].

Додаткові переваги використання ігрових методів включають:

- розвиток швидкої реакції та аналітичних здібностей;
- формування навичок співпраці та взаємодії в групі;
- можливість моделювати різні ігрові ситуації без ризику травмування;
- підтримку інтересу учнів завдяки елементам змагання та веселого формату занять.

Таким чином, ігрова діяльність стає основним інструментом методики, який дозволяє поєднувати фізичний розвиток, тактичну підготовку та соціальні навички, роблячи навчальний процес цікавим, ефективним і безпечним для п'ятикласників.

Принцип системності та послідовності є однією з ключових основ методики навчання фізичних і тактичних навичок учнів 5-9 класів. Системність передбачає цілісний взаємозв'язок всіх компонентів підготовки: технічного, тактичного, фізичного та психологічного. Це означає, що розвиток кожної навички не відбувається ізольовано, а пов'язаний з іншими аспектами підготовки. Наприклад, освоєння технічної вправи на кидок м'яча поєднується з відпрацюванням тактичних комбінацій у міні-грі та розвитком швидкості реакції, що дозволяє учням краще усвідомлювати взаємозв'язок між технікою, тактикою та фізичними можливостями [61].

Послідовність забезпечує логічний та системний перехід від простих завдань до складних, від індивідуальних дій до комплексних командних взаємодій. Кожен етап навчання будується на попередньому, що дозволяє учням поступово накопичувати знання, відпрацьовувати навички і впевнено переходити до більш складних завдань. Наприклад, перед виконанням командної тактичної вправи учні спочатку відпрацьовують окремі технічні елементи: ведення м'яча, передачі, кидки з місця або в русі. Лише після засвоєння цих базових елементів переходять до взаємодії в команді та виконання комплексних комбінацій [там саме].

У практичній роботі принцип реалізується через модульну структуру занять, де кожен модуль має чітко визначені цілі, зміст та критерії оцінювання. Модулі плануються з урахуванням вікових та фізичних особливостей учнів і створюють поступову, логічну траєкторію навчання. Переходити до наступного модуля можливо лише після того, як учні засвоїли матеріал попереднього рівня та досягли визначених критеріїв успішності.

Поступове ускладнення завдань є важливим елементом принципу. Вправи розпочинаються з базових технічних навичок і координаційних елементів, потім додаються тактичні завдання, а на завершальному етапі модулі включають комплексні командні комбінації та ігрові ситуації, що максимально наближені до реальної гри. Такий підхід дозволяє не лише формувати навички, але й розвивати здатність учнів адаптуватися до різних ігрових умов, аналізувати ситуацію та приймати обґрунтовані рішення [39].

Завдяки системності та послідовності забезпечується ефективно засвоєння матеріалу, гармонійний розвиток фізичних, технічних, тактичних і психологічних компетенцій, а також підтримується стабільна мотивація учнів, які бачать власний прогрес і досягають успіху на кожному етапі навчання.

Принцип компетентнісної орієнтації. Методика навчання фізичних і тактичних навичок у школярів середньої ланки орієнтована не лише на формування технічних умінь, але й на розвиток широкого спектра компетентностей, які включають комунікативні, стратегічні та організаційні

навички. Компетентнісний підхід передбачає, що учні здобувають здатність ефективно взаємодіяти з іншими членами команди, аналізувати ігрові ситуації та приймати обґрунтовані колективні рішення [14].

Комунікативні компетентності формуються через постійні командні вправи та міні-ігри, під час яких учні обмінюються інформацією, координують свої дії та навчаються ясно висловлювати свої наміри. Це сприяє розвитку навичок взаємодії та співпраці, необхідних для успішної командної гри.

Стратегічні компетентності включають здатність прогнозувати розвиток гри, оцінювати можливі дії суперника та обирати оптимальні тактичні рішення. Учні навчаються планувати власні дії та дії команди, передбачати ризики та наслідки своїх рішень, що формує критичне та аналітичне мислення.

Організаційні компетентності розвиваються через практику управління командними процесами та взаємодію у групових вправах. Учні навчаються брати на себе відповідальність за певні елементи гри, контролювати виконання завдань у команді та координувати спільні дії для досягнення результату [там само].

Кінцевий результат навчання визначається не лише рівнем технічної підготовки, а й здатністю ефективно діяти в команді, адаптуватися до змін, приймати колективні рішення та прогнозувати розвиток гри. Такий підхід відповідає концепції Нової української школи та є важливим елементом допрофільної підготовки учнів, оскільки забезпечує формування цілісної особистості, готової до колективної діяльності та активної участі у спортивних та соціальних процесах.

Компетентнісний підхід робить навчання не лише практично ефективним, а й спрямованим на розвиток самостійності, відповідальності та критичного мислення учнів, що є ключовими навичками для успішного навчання і подальшого життя.

Принцип інтеграції теорії та практики. Інтеграція теоретичних знань із практичними вправами є невід'ємною складовою сучасної методики навчання фізичних і тактичних навичок у п'ятикласників. Цей принцип

передбачає, що учні не лише виконують вправи, а й усвідомлюють підґрунтя своїх дій, розуміють причини та наслідки кожного руху, що сприяє глибшому засвоєнню матеріалу і формуванню самостійності у прийнятті рішень під час гри [56].

Практична реалізація принципу здійснюється через поєднання тренувальних вправ із теоретичними поясненнями безпосередньо під час їх виконання. Використовуються такі форми:

- рефлексивні бесіди, під час яких педагог пояснює технічні та тактичні аспекти вправ, обговорює помилки та пропонує шляхи їх корекції;
- відеоаналіз виконання вправ, який дозволяє учням побачити власні дії та порівняти їх із прикладом правильного виконання, що сприяє візуальному засвоєнню техніки та тактики;
- графічні схеми та наочні матеріали, які допомагають структуровано подати інформацію про розташування гравців, траєкторії руху м'яча, стратегічні комбінації та взаємодію в команді [67].

Завдяки такому підходу учні краще усвідомлюють принципи тактики, фізіологічні аспекти виконання рухів, закономірності розвитку фізичних навичок та технічні елементи конкретних вправ. Вони починають розуміти, як правильна техніка впливає на ефективність командної гри, як тактичні рішення пов'язані із фізичним станом та позицією партнерів і суперників.

Переваги інтеграції теорії та практики включають:

- підвищення ефективності переносу знань у реальні ігрові ситуації, коли учні можуть одразу застосовувати отримані знання під час командних вправ і міні-ігор;
- формування аналітичного мислення, здатності оцінювати власні дії та дії партнерів, робити висновки та коригувати поведінку під час гри;
- поглиблення розуміння фізіологічних процесів, що допомагає учням самостійно регулювати інтенсивність навантажень та підтримувати оптимальну працездатність під час тренувань і змагань;

- розвиток самостійності та відповідальності за власний результат, оскільки учні усвідомлюють взаємозв'язок між теоретичними знаннями та практичною діяльністю.

Таким чином, принцип інтеграції теорії та практики забезпечує глибоке засвоєння навчального матеріалу, робить процес тренування більш усвідомленим і сприяє формуванню у школярів навичок, які вони можуть успішно застосовувати під час реальної командної гри.

Серед додаткових принципів, що забезпечують ефективність навчального процесу та комплексний розвиток учнів, особливо виділяють доступність, варіативність, безперервність розвитку та безпеку. Кожен із цих принципів має важливе значення для того, щоб навчання було ефективним, безпечним та мотивуючим для школярів.

Принцип доступності є одним із ключових додаткових принципів методики навчання фізичних і тактичних навичок, оскільки він забезпечує відповідність навчального процесу віковим, фізичним та психоемоційним особливостям учнів. Доступність передбачає, що вправи та навчальні завдання повинні бути зрозумілими, реалістичними та здійсненними для дітей конкретного віку, з урахуванням їхніх індивідуальних можливостей і рівня підготовки [17].

Для учнів базової середньої освіти це означає поступове збільшення складності завдань. Початковий етап включає базові технічні вправи, які формують правильну координацію рухів, навички контролю м'яча та базові елементи ведення і передачі. Поступово завдання ускладнюються: учні переходять до командних комбінацій, відпрацьовують тактичні рішення в ігрових ситуаціях і виконують вправи, що вимагають швидкої оцінки позицій партнерів та суперників.

Важливо, що навантаження підбирається індивідуально. Педагог враховує фізичну підготовку кожного учня, рівень його сили, витривалості та швидкості, а також психоемоційний стан – вміння концентрувати увагу, стресостійкість та рівень мотивації. Завдяки такому підходу кожен учень має

можливість успішно виконувати завдання, що підтримує його інтерес до занять і формує позитивне ставлення до навчального процесу.

Принцип доступності також передбачає застосування різноманітних форм і методів навчання, які допомагають учням освоювати матеріал у зручному для них темпі. Наприклад, новачки можуть спочатку виконувати вправи з покроковими інструкціями та спрощеними умовами, а просунуті учні – ускладнені варіанти тих самих вправ з додатковими обмеженнями або елементами змагання [26].

Таким чином, принцип доступності забезпечує баланс між ефективністю навчання та комфортом учня, дозволяє підтримувати внутрішню мотивацію, підвищує самооцінку школярів і створює позитивну психологічну атмосферу на заняттях. Завдяки цьому учні активно залучаються до процесу навчання, отримують задоволення від виконання вправ та демонструють більш стійкі результати у розвитку фізичних і тактичних навичок.

Принцип варіативності передбачає використання різноманітних методів, форм і технологій навчання, що дозволяє підтримувати інтерес учнів, стимулювати активність та формувати універсальні фізичні, тактичні та когнітивні навички. Варіативність забезпечує гнучкість навчального процесу та дозволяє адаптувати заняття до індивідуальних особливостей і рівня підготовки кожного учня [53].

До методів, що застосовуються у рамках цього принципу, належать:

- інструктивні методи, коли педагог демонструє технічні елементи та надає покрокові пояснення, що допомагає учням правильно виконувати базові рухи;
- проблемні методи, коли учні самостійно або в групі шукають оптимальні рішення під час виконання вправ або вирішення тактичних задач;
- модульні підходи, що передбачають структуроване поєднання окремих елементів підготовки в логічні блоки, кожен з яких має чіткі цілі та критерії оцінювання;

- проектні методи, коли учні виконують комплексні завдання, наприклад, розробляють власні комбінації або тактичні схеми для міні-ігор;
- ігрові технології, які створюють умови для активної взаємодії та моделювання реальних ігрових ситуацій;
- змагальні елементи, що стимулюють внутрішню мотивацію, дух суперництва та бажання досягти результату [там само].

На практиці варіативність реалізується шляхом поєднання різних типів вправ та форм роботи на одному уроці чи протягом навчального циклу. Наприклад, на одному занятті педагог може організувати відпрацювання технічних навичок із використанням інструктивних методів, а потім інтегрувати ці навички у міні-ігри або вправи на командну взаємодію. На наступному уроці учні можуть працювати в міні-групах над стратегічними комбінаціями, застосовуючи проблемний підхід та елементи змагання.

Переваги застосування принципу варіативності:

- підтримка високої мотивації учнів та інтересу до навчання;
- розвиток широкого спектра рухових, тактичних і когнітивних навичок;
- можливість адаптації навчального процесу до різного рівня підготовки учнів;
- формування умінь швидко реагувати на зміну ситуацій, приймати рішення та ефективно взаємодіяти в команді;
- створення умов для творчого підходу до навчання, де учні можуть експериментувати та відпрацьовувати власні стратегії.

Таким чином, принцип варіативності сприяє гнучкості та динамічності навчального процесу, робить заняття цікавими і ефективними, а також забезпечує всебічний розвиток школярів як у фізичному, так і в когнітивному та соціальному аспектах.

Принцип безперервності розвитку підкреслює, що навчальна програма з фізичних і тактичних навичок у школярів розглядається як єдина, логічно структурована лінія розвитку від 5 до 9 класу. Це означає, що кожен етап

навчання є природним продовженням попереднього, а знання, вміння та навички, здобуті на попередніх рівнях, стають основою для подальшого розвитку [52].

Важливо, що для кожного елемента навчальної програми встановлені чіткі критерії виходу, які визначають готовність учня переходити до наступного етапу. Наприклад, перед тим як розпочати освоєння складних командних комбінацій, учень повинен:

- засвоїти базові технічні вправи;
- показати певний рівень фізичної готовності (швидкість, витривалість, координація);
- продемонструвати розуміння тактичних схем та вміння приймати прості колективні рішення під час гри.

Такий підхід дозволяє педагогам системно оцінювати прогрес кожного учня, відстежувати розвиток навичок і вчасно вносити корективи у навчальний процес. Це також забезпечує поступовий і стабільний розвиток фізичних, технічних та тактичних компетенцій, дозволяючи кожному учню розвиватися у власному темпі, не відчуваючи надмірного навантаження або фрустрації через складність завдань.

Принцип безперервності розвитку сприяє формуванню у школярів послідовності мислення, навичок планування власного навчання та усвідомленого підходу до саморозвитку. Учні поступово адаптуються до складніших вправ і ігрових ситуацій, набувають упевненості у своїх силах та готовності до виконання більш складних завдань, що є важливою основою для подальшого розвитку у старших класах.

Таким чином, безперервність розвитку забезпечує системність, прогнозованість і ефективність навчального процесу, а також підтримує високий рівень мотивації і залученості учнів до занять.

Принцип безпеки є невід'ємною складовою сучасної методики навчання фізичних і тактичних навичок у школярів, оскільки він забезпечує захист фізичного та психоемоційного здоров'я учнів під час навчального процесу.

Основна мета цього принципу полягає в тому, щоб знизити ризик травм і перенавантаження, створюючи безпечні умови для освоєння фізичних і тактичних навичок [15].

Основні складові принципу безпеки

1. Правильне дозування фізичних навантажень. Інтенсивність, обсяг і тривалість вправ підбираються відповідно до віку, фізичних можливостей та рівня підготовки кожного учня. Це дозволяє уникати перевтоми та перенавантажень, особливо під час виконання силових або стрибкових вправ.

2. Індивідуальний підхід до фізичного стану учнів. Педагог враховує рівень сили, витривалості, координації, швидкості реакції та стан здоров'я кожного школяра при плануванні навантажень і виборі вправ.

3. Ретельний інструктаж з техніки безпеки. Перед виконанням будь-яких вправ, особливо силових, стрибкових або командних ігрових вправ, учні отримують детальні пояснення щодо правильної техніки виконання. Педагог демонструє правильні рухи, звертає увагу на помилки та контролює їх усунення.

4. Моніторинг під час занять. Педагог уважно стежить за дотриманням правил безпечної взаємодії між учнями, особливо під час командних ігор, де існує ризик зіткнень або травм.

5. Медичний супровід та готовність до надання допомоги. Присутність медичного персоналу або наявність аптечки дозволяє оперативно реагувати на непередбачувані ситуації та гарантувати здоровий розвиток учнів [там само].

Завдяки дотриманню принципу безпеки учні можуть впевнено виконувати вправи та брати участь у командних іграх, не відчуючи страху травм або перевантаження. Це також сприяє формуванню позитивного ставлення до фізичних занять, підвищенню мотивації та стійкого інтересу до спорту.

Таким чином, безпека є фундаментальною умовою ефективності навчання, оскільки вона поєднує педагогічний контроль, адаптацію

навантажень та створення здорового і сприятливого середовища для всебічного розвитку дітей.

У комплексі ці додаткові принципи створюють умови для ефективного та безпечного навчання, підтримують мотивацію учнів і сприяють формуванню у них навичок, необхідних для успішної участі в командних іграх та розвитку фізичних якостей.

Реалізація методики навчання фізичних і тактичних навичок в учнів 5-9 класів передбачає системний підхід до організації навчального процесу, де кожен елемент має своє чітке призначення та логічно пов'язаний із загальною метою розвитку учнів. Основними аспектами практичної реалізації є планування уроків і модулів, групування учнів, застосування різноманітних методів зворотного зв'язку, система оцінювання та підготовка педагогів [55].

Планування уроків і модулів є ключовим етапом організації навчання. Кожен урок складається з окремих модулів, які мають чітко визначені цілі, завдання та очікувані результати. Наприклад, модуль націлений на розвиток координації та контролю м'яча включає серію технічних вправ, ігрових елементів та коротких тактичних завдань. Модулі плануються з урахуванням вікових та фізичних особливостей учнів і формують поступову послідовність: від базових навичок до більш складних командних комбінацій. Такий підхід дозволяє педагогам забезпечити логічний перехід від одного етапу навчання до іншого та підтримувати системність і послідовність у розвитку навичок [1].

Формування плаваючих підгруп дозволяє організувати роботу так, щоб кожен учень отримував завдання відповідно до свого рівня підготовки. Підгрупи не є статичними – вони змінюються залежно від результатів попередніх занять, прогресу учнів і конкретних завдань модуля. Наприклад, учні, які успішно освоїли базові технічні вправи, можуть перейти до більш складних вправ або об'єднатися в підгрупу для відпрацювання командних тактик. Така гнучка організація дозволяє педагогам одночасно підтримувати індивідуальні траєкторії розвитку та забезпечувати ефективну групову роботу [30].

Методи зворотного зв'язку у методиці є різноманітними та комплексними. Вони включають вербальні коментарі педагога під час виконання вправ, відеоаналіз дій учнів, наочні демонстрації правильного виконання техніки, а також самооцінювання та взаємооцінювання учнями своїх дій. Наприклад, після виконання вправи учні переглядають відео власної роботи та обговорюють помилки разом із педагогом, що сприяє усвідомленому засвоєнню технічних і тактичних елементів. Такий підхід не лише підвищує ефективність навчання, а й формує навички самоаналізу та критичного мислення [21].

Система оцінювання охоплює різні аспекти підготовки учнів: технічні навички, фізичні показники, тактичні здібності та мотиваційний рівень. Для кожного етапу передбачені критерії оцінки, які дозволяють педагогам об'єктивно визначати рівень підготовки кожного учня та приймати рішення щодо переходу до наступного модуля. Наприклад, оцінка технічної вправи може включати точність виконання кидка, швидкість реакції та координацію рухів, а оцінка командної гри враховує ефективність взаємодії та прийняття тактичних рішень [46].

Підготовка педагогів є невід'ємною складовою успішної реалізації методики. Вчителі та тренери проходять курси підвищення кваліфікації, які охоплюють ігрові методики навчання, техніки відеоаналізу, безпечні методи організації фізичних навантажень та психологічну підтримку учнів. Це дозволяє педагогам не лише ефективно впроваджувати методику, а й адаптувати її до індивідуальних і групових особливостей класу, забезпечуючи безпечне та результативне навчання [50].

Завдяки такій комплексній практичній реалізації методики забезпечується системний розвиток фізичних, тактичних і соціальних навичок учнів, підвищується їх мотивація та активність, формується здатність до командної взаємодії та ефективного прийняття рішень у грі.

Наукова новизна методики полягає у системному поєднанні індивідуалізації, диференціації, ігрової діяльності та компетентнісної

орієнтації в модульній структурі з обов'язковими критеріями виходу. Очікувані ефекти включають підвищення технічної та тактичної підготовленості, покращення фізичної форми, зростання мотивації, розвиток соціальних навичок, здатності до самоаналізу та прийняття обґрунтованих рішень під час гри.

Таблиця 2.1

Концептуальні принципи авторської методики допрофільного навчання з баскетболу

Принцип методики	Суть принципу	Практична реалізація	Очікуваний ефект
Індивідуалізація	Орієнтація навчання на унікальні особливості кожного учня: фізичний розвиток, мотивація, темперамент, досвід	Адаптивне планування навантажень; диференційовані завдання; індивідуальний зворотний зв'язок (вербальні коментарі, відеоаналіз, підказки)	Збереження мотивації; запобігання перевантаженню; максимально ефективний розвиток потенціалу
Диференціація	Організація роботи з групами учнів зі схожим рівнем підготовки чи потребами	Формування підгруп; підбір завдань за рівнем складності; паралельні вправи для різних груп	Ефективне управління класом; підтримка індивідуальних траєкторій розвитку
Ігрова діяльність	Використання гри для розвитку рухових і тактичних навичок	Міні-ігри, сценарні вправи, обмеження за часом/простором; приклад: міні-гра 3×3 з обмеженням 2 хв на володіння м'ячем	Підвищення мотивації; розвиток швидкості прийняття рішень; формування командної взаємодії та тактичного мислення
Системність та послідовність	Взаємозв'язок компонентів підготовки; логічний перехід від простого до складного	Модульна структура занять; чіткі цілі та критерії оцінювання; поступове ускладнення завдань	Послідовне та гармонійне засвоєння знань і навичок; формування комплексних командних дій
Компетентнісна орієнтація	Формування широкого спектру компетентностей: комунікативних, стратегічних, самоорганізаційних	Аналіз ігрових ситуацій; прийняття колективних рішень; відповідальність за командний результат	Здатність ефективно діяти в команді; прогнозування розвитку гри; адаптація до змін

Принцип методики	Суть принципу	Практична реалізація	Очікуваний ефект
Інтеграція теорії та практики	Поєднання практичних вправ із теоретичними поясненнями	Рефлексивні бесіди під час виконання вправ; відеоаналіз; графічні схеми	Підвищення усвідомленості учнями принципів тактики та техніки; ефективний трансфер знань у гру
Доступність	Вправи відповідають віку, фізичним можливостям та психоемоційному стану	Поступове ускладнення вправ; адаптація до індивідуальних можливостей	Забезпечення комфортного та безпечного навчання
Варіативність	Використання різних методів навчання	Інструктивні, проблемні, модульні, проектні, ігрові та змагальні методи	Підтримка інтересу; розвиток універсальних навичок
Безперервність розвитку	Програма як лінія навчання від 5 до 9 класу	Чіткі критерії виходу для кожного елемента; плавне ускладнення	Системний розвиток учнів; підготовка до наступних етапів навчання
Безпека	Правильне дозування навантажень та контроль фізичного стану	Підбір вправ з урахуванням стану учнів; інструктаж з ТБ; медичний супровід	Мінімізація ризику травм; забезпечення здорового розвитку

2.2. Зміст, форми та засоби методики

Зміст методики допрофільного навчання з баскетболу вибудовується на основі комплексного підходу, що поєднує технічну, тактичну, фізичну, теоретичну та соціально-виховну складові. Такий інтегративний підхід дозволяє забезпечити не лише засвоєння базових елементів гри, але й формування стійкої мотивації, інтелектуального розуміння спортивного процесу та виховання навичок командної взаємодії. Важливо підкреслити, що методика поєднує традиційні педагогічні прийоми (багаторазові повторення, поетапне ускладнення рухових дій, систематичний контроль) з інноваційними підходами (ігрові методи, проблемне навчання, мультимедійні засоби, рефлексивний аналіз). Це дозволяє з одного боку забезпечити необхідну

фундаментальність підготовки, а з іншого – підтримувати інтерес учнів через динамічні й варіативні форми діяльності.

Ключовим змістовим елементом є техніко-тактична підготовка. Вона реалізується через поетапне оволодіння основними руховими діями – веденням, передачами, кидками, а також індивідуальними та груповими тактичними прийомами. У традиційних методиках основна увага приділяється багаторазовим повторенням технічних елементів у стабільних умовах, що сприяє формуванню моторних навичок та точності рухів. Водночас інноваційні підходи акцентують на застосуванні цих дій у змінних ігрових ситуаціях: учні відразу включаються у міні-ігри, під час яких освоюють технічні прийоми у контексті тактики. Наприклад, традиційне завдання «ведення м'яча між конусами» може бути розширене інноваційною модифікацією – «ведення з активним опором партнера, який намагається вибити м'яч». Таким чином, поєднання двох підходів дозволяє закріпити правильну техніку та розвинути гнучкість мислення в реальних ігрових умовах.

Важливою складовою виступає фізична підготовка. Якщо раніше вона реалізовувалася здебільшого через стандартні вправи загально-розвивального характеру, то сучасні тенденції передбачають цілеспрямований розвиток спеціальних фізичних якостей, що безпосередньо визначають ефективність у баскетболі. Це, зокрема, стрибучість, швидкісна витривалість, координаційна спроможність та реактивна швидкість. Методика пропонує поступову інтенсифікацію навантажень: від простих координаційних завдань (наприклад, ведення м'яча зі зміною руки після кожного кроку) до складних вправ із поєднанням кількох дій (ведення, зміна напрямку, передача в русі, завершальна спроба кидка). В інноваційній модифікації такі вправи реалізуються у формі «човникових ігор», де учень повинен не лише виконати фізичне завдання, а й швидко ухвалити тактичне рішення. Це створює умови для розвитку як базових фізичних якостей, так і інтеграції їх у структуру ігрової діяльності [12].

Теоретико-пізнавальний блок у методиці займає особливе місце. Його завданням є не лише ознайомлення учнів із правилами гри чи історією розвитку баскетболу, але й формування розуміння закономірностей спортивної діяльності. Це включає знання про тактичні схеми, принципи гри в захисті та нападі, особливості ігрових амплуа. Якщо у традиційних підходах теоретична підготовка часто обмежується короткими поясненнями вчителя, то інноваційна методика інтегрує теорію в сам навчальний процес. Наприклад, після виконання вправи учні аналізують свої дії, виявляють помилки та пропонують способи їхнього виправлення. Ефективним інструментом тут виступає відеоаналіз: запис фрагмента гри або вправи дозволяє візуалізувати власні рухи й критично їх оцінити. Таким чином, теоретико-пізнавальний блок формує здатність учнів до самостійного тактичного прогнозування та усвідомленого вдосконалення своєї майстерності.

Соціально-виховний аспект реалізується через командний характер гри. Баскетбол є колективним видом спорту, що вимагає високого рівня комунікації, взаєморозуміння та дисципліни. У методиці передбачено спеціальні ігрові завдання, які акцентують увагу саме на розвитку цих компетентностей: вправи, де результат залежить не від індивідуальної майстерності, а від злагодженості дій усієї групи. Наприклад, у грі «п'ять передач до кидка» бал нараховується лише тоді, коли всі гравці команди хоча б раз доторкнулися до м'яча. Для вимірювання результатів соціально-виховного впливу застосовуються анкетування (оцінка рівня задоволеності заняттями, самовідчуття в команді), педагогічні спостереження (фіксація проявів лідерства, взаємодопомоги) та аналіз ігрових ситуацій (як учні вирішують конфлікти або розподіляють ролі). Такий підхід дозволяє зробити соціальний компонент методики об'єктивно вимірюваним, а не лише декларативним.

Форми організації навчального процесу у методиці також мають комплексний характер. Традиційно провідною формою залишаються уроки фізичної культури, які забезпечують системність і планомірність засвоєння

матеріалу. Проте, для підвищення ефективності навчання пропонується поєднання уроків із факультативними та секційними заняттями, що створюють умови для поглибленої роботи над техніко-тактичними навичками. Особливе місце займають змагальні форми – від внутрішньокласних міні-турнірів до шкільних чемпіонатів, які не лише мотивують учнів, але й виконують функцію об'єктивного контролю рівня підготовки. Важливим доповненням виступає індивідуальна робота, під час якої учні мають можливість удосконалювати власні слабкі сторони, отримуючи цільові завдання від учителя.

Засоби методики охоплюють широкий спектр педагогічних інструментів. Центральними залишаються фізичні вправи – від загально-розвивальних (біг, стрибкові вправи, гімнастичні елементи) до спеціалізованих (ведення м'яча в умовах опору, точні передачі в русі, кидки в умовах часових обмежень). До них додаються тренувальні ігри та змагальні завдання, що створюють умови для максимальної наближеності до реальної гри. Сучасна методика також передбачає використання технічних засобів навчання: відеозаписів для аналізу ігрових ситуацій, мультимедійних презентацій для теоретичних занять, спеціальних датчиків і таймінг-систем для контролю навантаження. Допоміжний інвентар (конуси, обручі, маркери, тренувальні сітки) використовується для створення варіативних умов виконання вправ, що стимулює розвиток координації та адаптивності [66].

Для забезпечення системності та логічної послідовності засвоєння навчального матеріалу методика передбачає модульну структуру організації занять, де кожен блок спрямований на формування певної групи технічних, тактичних і фізичних умінь. Такий підхід дає можливість поєднати індивідуалізацію та диференціацію навчання з чіткою педагогічною логікою.

Таблиця 2.2.

Структура та змістове наповнення модулів авторської методики

№ Модуля	Назва модуля	Основна мета	Ключові інноваційні вправи (приклади)
1	Техніка ведення м'яча	Формування базової техніки та контролю м'яча в динаміці.	Ведення з активним опором партнера; Естафети «заволодій і утримай».
2	Передачі м'яча	Розвиток точності, сили кидка та швидкості прийняття рішень.	Комбінаційні передачі з часовими обмеженнями; Міні-ігри на збереження м'яча.
3	Кидки в кільце	Формування точності кидка та психологічної стійкості.	Серії кидків «хто більше влучить за 30 с»; Ігри «золота середина».
4	Тактика захисту	Освоєння індивідуальних і командних захисних дій.	Тренування підстраховки у форматі 2×2; Рольові ігри з акцентом на командну взаємодію.
5	Тактика нападу та командні комбінації	Розвиток стратегічного мислення та креативності в атаці.	Створення власної комбінації (проектний метод); Рольова гра «капітан команди».
6	Спеціальна фізична підготовка	Розвиток спеціальних фізичних якостей (стрибучість, швидкість, витривалість).	Інтервальні ігри на витривалість («баскетбольний марафон»); Вправи з гумовими амортизаторами.
7	Теоретико-аналітична підготовка	Формування критичного мислення та здатності до самоаналізу.	Аналіз власних ігор за допомогою відеозапису; Проект «баскетбольний словник жестів».

Модуль 1. Техніка ведення м'яча. Цей модуль спрямований на формування у школярів базових технічних навичок ведення м'яча, розвиток координації, швидкості реакції та уміння контролювати м'яч у динамічних

ігрових умовах. Для досягнення цих цілей використовується поєднання традиційних і інноваційних підходів до навчання.

Традиційний підхід передбачає багаторазове повторення базових вправ: ведення м'яча правою та лівою рукою на місці та під час руху, зміна напрямку та темпу руху. Такі вправи формують автоматизм технічних дій, закріплюють правильну постановку рук і положення тіла, а також забезпечують стабільність базової техніки [42].

Інноваційний підхід розширює навчальний процес і включає вправи, що моделюють реальні ігрові ситуації та умови психологічного стресу:

- ведення м'яча з обведенням партнера, який активно захищається, дозволяє розвивати навички маневрування та контролю м'яча в умовах опору суперника;
- вправи на зорово-рухову координацію, коли учень веде м'яч із підняттям голови та одночасним пошуком партнера, сприяють формуванню здатності оцінювати ігрову ситуацію та приймати швидкі тактичні рішення;
- естафети «заволодій і утримай м'яч», у яких поєднуються швидкість, точність і взаємодія з командою, допомагають тренувати стресостійкість і контроль м'яча в умовах активної конкуренції.

Поєднання традиційного і інноваційного підходів дозволяє одночасно формувати базову техніку ведення м'яча та розвивати навички адаптації до динамічних ігрових умов, що є критично важливим для подальшого освоєння складніших тактичних елементів і командних комбінацій.

Таким чином, модуль 1 створює підґрунтя для безпечного та ефективного навчання наступних технічних і тактичних елементів, а також формує у дітей впевненість у власних діях на ігровому полі.

Модуль 2. Передачі м'яча. Цей модуль спрямований на формування технічних навичок передачі м'яча, розвитку точності, сили кидка та швидкості прийняття рішень у п'ятикласників. Освоєння передач є критично важливим етапом, оскільки саме від уміння швидко і точно передавати м'яч залежить ефективність командної взаємодії та реалізація тактичних схем під час гри.

Традиційний підхід у навчанні баскетболу передбачає поступове і послідовне опанування основних видів передач, що є ключовими для розвитку технічної підготовки гравця та його ігрової компетентності. Насамперед, приділяється увага передачі від грудей, яка дозволяє виконувати точний і контрольований пас на короткі дистанції, забезпечуючи ефективну комунікацію між гравцями під час активних ігрових моментів. Далі опановується передача від плеча, яка призначена для здійснення пасів на середні та довгі дистанції, що сприяє розвитку точності та сили кидка. Особлива увага приділяється передачі однією рукою, яка дає змогу швидко реагувати на зміни ситуації на майданчику та обігравати суперника, забезпечуючи непередбачуваність дій гравця для захисників. Нарешті, важливо опанувати передачу як із місця, так і в русі, що формує здатність гравця передавати м'яч у різних ігрових умовах, у різних положеннях тіла, адаптуючись до динаміки гри та варіативності її сценаріїв. Цей системний підхід забезпечує гармонійний розвиток технічних навичок і сприяє підвищенню загальної ігрової ефективності команди [43].

Інноваційний підхід включає вправи, що максимально наближують навчання до реальних ігрових ситуацій та розвивають тактичне мислення:

- комбінаційні передачі з часовими обмеженнями, які тренують швидкість прийняття рішень і точність пасу під тиском часу;
- передача на випередження з активним опором захисника, що дозволяє учням навчитися оцінювати позиції партнерів та суперників і виконувати паси у складних і динамічних умовах;
- групові міні-ігри, у яких метою є зберегти м'яч у команді якомога довше, розвивають командну взаємодію, швидкість реакції та здатність приймати колективні рішення у реальному ігровому контексті.

Поєднання традиційного і інноваційного підходів дозволяє не лише формувати точність і силу передач, а й розвивати уміння приймати швидкі та ефективні рішення, діяти у команді та адаптуватися до умов активного опору суперника.

Таким чином, модуль 2 закладає основу для подальшого освоєння тактичних елементів гри, а також сприяє розвитку впевненості учнів у власних технічних та командних навичках.

Модуль 3. Кидки в кільце. Цей модуль спрямований на формування технічних навичок кидка м'яча, розвитку точності, координації та психологічної стійкості п'ятикласників. Освоєння техніки кидка є ключовим для успішного завершення атаквальних дій і реалізації тактичних схем у командній грі.

Традиційний підхід у навчанні баскетболу передбачає опанування базових типів кидків, які складають основу технічної підготовки гравця та сприяють розвитку його ігрових навичок. Насамперед, це кидки з близької дистанції, що забезпечують високий рівень контролю м'яча та точності пасів у зоні суперника, що особливо важливо під час активної гри в захисті та атаці. Далі опановуються кидки у стрибку, які сприяють розвитку координації рухів, швидкості реакції та здатності виконувати точні дії під час динамічних ігрових ситуацій. Також значну увагу приділяють кидкам після ведення м'яча, що тренують вміння плавно переходити від контролю над м'ячем до завершальної дії, забезпечуючи ефективність атаквальних комбінацій [10].

Інноваційний підхід включає вправи, які імітують реальні ігрові ситуації та створюють додатковий психологічний та тактичний компонент:

- серії кидків із завданнями «хто більше влучить за 30 секунд», що стимулюють швидкість прийняття рішень і концентрацію уваги під час обмеженого часу;
- ігри «золота середина», де учні отримують бали за кидок із заданої точки, що тренує точність, стратегічне планування та здатність оцінювати оптимальні позиції;
- імітація кидка після фолу, що включає елементи психологічної підготовки та навчання діяти у стресових умовах, підвищуючи стійкість до зовнішнього тиску та здатність контролювати емоції під час гри.

Поєднання традиційного та інноваційного підходів дозволяє не лише формувати технічну точність і силу кидка, а й розвивати психологічну стійкість, здатність діяти під тиском часу та вміння приймати обґрунтовані тактичні рішення.

Таким чином, модуль 3 створює надійну основу для комплексного розвитку техніки завершальних дій у грі, готуючи учнів до участі у повноцінних командних ігрових ситуаціях і підвищуючи їхню впевненість у власних діях.

Модуль 4. Тактика захисту. Цей модуль спрямований на формування технічних і тактичних навичок захисних дій, розвиток координації, комунікації та командної взаємодії гравців. Володіння ефективними захисними навичками є критично важливим для успішного виконання командних завдань та створення надійного ігрового простору для команди.

Традиційний підхід у навчанні баскетболу передбачає поетапне опанування базових захисних дій, що є ключовими для формування ефективної гри в обороні. Насамперед, це стійка захисника, яка забезпечує правильне положення тіла та готовність миттєво реагувати на дії суперника, що дозволяє підтримувати баланс і контроль під час контакту з опонентом. Важливим елементом є пересування боковими кроками, яке забезпечує швидку мобільність у захисній зоні та дозволяє ефективно перекривати атакуючі напрямки суперника. Крім того, значну увагу приділяють індивідуальним діям «один проти одного», що розвивають здатність перехоплювати м'яч, блокувати рухи опонента та підтримувати контроль над ситуацією в захисній зоні. Такий системний підхід формує комплексну підготовку гравця та сприяє підвищенню загальної ефективності командної оборони [47].

Інноваційний підхід включає вправи та ігрові моделі, що формують командну взаємодію та тактичне мислення:

- тренування підстраховки у форматі 2×2, що дозволяє учням відпрацьовувати взаємопідтримку в захисті, координувати дії з партнером і навчатися розподілу зон відповідальності;
- вправа «швидке перехоплення», спрямована на розвиток швидкості реакції, точності рухів та вміння приймати оперативні рішення під час активного пресингу;
- рольові ігри з акцентом на командну взаємодію, які моделюють реальні ігрові ситуації, де учні виконують різні функції в захисній лінії та тренують комунікаційні навички, оцінку позицій партнерів і суперників, а також здатність до колективного прийняття рішень.

Поєднання традиційного та інноваційного підходів дозволяє не лише освоїти технічні навички захисту, а й розвивати комунікативні компетентності, здатність діяти спільно з командою та швидко адаптуватися до змін ігрової ситуації.

Таким чином, модуль 4 забезпечує системний розвиток захисних навичок, створює основу для комплексного навчання тактики та сприяє формуванню у школярів впевненості у власних діях під час захисних дій у грі.

Модуль 5. Тактика нападу та командні комбінації. Цей модуль спрямований на формування тактичних навичок та розвиток стратегічного мислення у п'ятикласників. Освоєння тактичних комбінацій дозволяє учням не лише ефективно реалізовувати командні завдання під час гри, а й розвивати креативність, аналітичні здібності та вміння приймати обґрунтовані рішення.

Традиційний підхід у навчанні баскетболу передбачає опанування базових тактичних вправ, які сприяють формуванню ігрового мислення та командної взаємодії. Зокрема, розіграш комбінацій 2×2 та 3×3 дозволяє учням навчитися взаємодії в міні-групах, правильно розподіляти ролі та координувати свої дії під час атаквальних і захисних фаз гри. Крім того, важливо опанувати вихід з-під опіки суперника, що розвиває навички переміщення у вільні зони, швидку зміну позицій та ефективного використання простору на полі для продовження атаквальних дій [13].

Інноваційний підхід включає вправи та завдання, що сприяють розвитку творчого та стратегічного мислення:

- створення власної комбінації (проектний метод), де учні пропонують власні варіанти атаквальних схем, відпрацьовують їх у міні-групах і аналізують ефективність дій;
- аналіз ігрових відео, що дозволяє учням оцінювати дії команд, вивчати помилки та успішні рішення, а також формувати аналітичні навички та критичне мислення;
- рольова гра «капітан команди», де один із учнів виступає організатором атаки, приймає тактичні рішення та розподіляє ролі серед партнерів, що формує лідерські навички та здатність ефективно керувати командою.

Поєднання традиційного та інноваційного підходів дозволяє не лише закріпити базові тактичні навички, а й розвивати креативність, стратегічне мислення та здатність прогнозувати розвиток ігрових ситуацій.

Таким чином, модуль 5 створює основу для комплексного розвитку тактичного мислення, готує учнів до самостійного прийняття рішень у грі та підвищує їхню ефективність у командній взаємодії.

Модуль 6. Спеціальна фізична підготовка. Цей модуль спрямований на формування фізичних якостей учнів, необхідних для успішної участі в баскетбольній грі, включаючи швидкість, силу, витривалість та координацію. Правильний розвиток фізичних здібностей є основою для ефективного виконання технічних та тактичних дій під час гри.

Традиційний підхід у навчанні баскетболу передбачає застосування класичних фізичних вправ, які спрямовані на всебічний розвиток фізичних якостей учнів. Зокрема, стрибки з місця допомагають розвивати вибухову силу ніг та координацію, що є необхідним для ефективного виконання стрибкових елементів у грі. Біг «човником» спрямований на формування швидкості та витривалості, а також тренує здатність швидко змінювати напрямок руху відповідно до ігрової ситуації. Крім того, прискорення допомагають розвивати

швидкісні якості та навички миттєвої реакції на зміну ситуації на майданчику. [37].

Інноваційний підхід включає вправи, максимально наближені до ігрової специфіки баскетболу:

- імітація кидка з гантелями, що дозволяє одночасно тренувати силу рук, координацію та точність рухів;
- інтервальні ігри на витривалість («баскетбольний марафон»), де учні чергують активні відрізки гри з короткими перервами, що формує аеробну і анаеробну витривалість у умовах, максимально наближених до реальної гри;
- вправи з гумовими амортизаторами, спрямовані на розвиток швидкісної сили та стабілізацію рухів під час різких стартів і зміни напрямку.

Поєднання традиційних і інноваційних вправ дозволяє оптимально розвивати фізичні якості, необхідні для баскетболу, та підвищує ефективність тренувального процесу, роблячи його більш функціональним і наближеним до реальних ігрових умов.

Таким чином, модуль 6 забезпечує комплексний розвиток фізичних можливостей учнів, що є фундаментом для успішного виконання технічних і тактичних елементів гри та підвищення загальної ігрової результативності.

Модуль 7. Теоретико-аналітична підготовка. Цей модуль спрямований на формування теоретичних знань учнів про баскетбол, розвиток критичного мислення та умінь аналізувати власні ігрові дії. Освоєння правил, історії та ігрових стратегій є важливою складовою підготовки школярів, оскільки дозволяє їм свідомо застосовувати технічні та тактичні навички під час гри.

Традиційний підхід у навчанні баскетболу передбачає насамперед ознайомлення учнів з історією цієї гри, що дозволяє сформувати уявлення про її розвиток, ключові етапи еволюції та основні трансформації правил і стилю гри протягом часу. Крім того, важливим елементом є вивчення правил баскетболу, що забезпечує базові знання, необхідні для безпечної та

ефективної участі в командних змаганнях, дозволяє уникати травм та формує дисципліну й відповідальність під час виконання ігрових дій. [65].

Інноваційний підхід включає завдання та вправи, які стимулюють критичне мислення та аналітичні навички:

- аналіз власних ігор за допомогою відеозапису, що дозволяє оцінити власні дії та рішення, виявити типові помилки та способи їх уникнення;
- обговорення типових помилок у групі, яке формує здатність до колективного аналізу та розвитку навичок самокорекції;
- проєктні завдання зі створення «баскетбольного словника жестів і термінів», що стимулює творче мислення, закріплює знання правил та тактичних елементів і допомагає розвивати комунікаційні компетенції.

Поєднання традиційного та інноваційного підходів дозволяє не лише засвоїти теоретичні знання, а й розвивати критичне мислення, здатність аналізувати ігрові ситуації та приймати обґрунтовані рішення під час практичної діяльності.

Таким чином, модуль 7 формує інтегровану базу знань та мисленнєві навички, необхідні для ефективної участі у грі та свідомого застосування технічних, тактичних і фізичних умінь.

Розроблена методика поєднує елементи класичних і сучасних підходів, формуючи комплексну багаторівневу педагогічну систему. Вона охоплює не лише технічні та фізичні аспекти підготовки учнів, а й важливі когнітивні, виховні та мотиваційні компоненти, що забезпечують всебічний розвиток школярів.

Форми реалізації методики забезпечують системність навчального процесу, логічний перехід від простого до складного, а також варіативність, що дозволяє враховувати індивідуальні особливості учнів, рівень їх підготовки та мотиваційні чинники. Використання різноманітних засобів – від традиційних вправ до сучасних ігрових та проєктних технологій – сприяє підвищенню ефективності навчання, його доступності та цікавості для учнів.

Поєднання структурованості класичного підходу з гнучкістю інноваційних методів створює умови для формування всебічно розвиненої особистості, здатної ефективно діяти як у спортивному середовищі, демонструючи технічні, тактичні та фізичні навички, так і у соціальному, проявляючи командну взаємодію, комунікаційні та організаційні компетентності.

Методика не лише забезпечує професійний та фізичний розвиток учнів, а й сприяє формуванню у них самостійності, відповідальності та критичного мислення, що є ключовими складовими підготовки до активного й здорового способу життя.

2.3. Критерії та показники ефективності методики допрофільного навчання з баскетболу

Оцінювання ефективності розробленої методики є необхідною умовою її наукового обґрунтування та практичного впровадження у систему шкільної фізичної культури. Критерії та показники результативності навчально-виховного процесу у баскетболі повинні відображати не лише рівень засвоєння технічних елементів гри, а й динаміку розвитку фізичних якостей, формування мотиваційної сфери та соціально-комунікативних компетентностей учнів. Таким чином, об'єктивне оцінювання передбачає використання комплексу взаємопов'язаних критеріїв, які охоплюють як рухову, так і когнітивно-мотиваційну складову підготовки.

Таблиця 2.3.

**Систематизація критеріїв, показників та методів діагностики
ефективності методики**

№	Критерій оцінювання	Ключові Показники (Що вимірюється)	Рекомендовані Методи/Інструменти Діагностики (Як вимірюється)
1	Технічна підготовленість	Якість ведення м'яча; Точність і швидкість передач; Результативність кидків (відсоток влучень).	Контрольні вправи (тести); Відеоаналіз виконання елементів; Педагогічне спостереження (шкала оцінок).
2	Фізична підготовленість	Швидкість (біг 30 м / човниковий біг); Стрибучість (тест Абалакова / Сарджента); Координація та спритність.	Загальноприйняті контрольні нормативи та тести (напр., човниковий біг 4*9 м); Спеціальні тести на координацію (напр., тест Купера).
3	Тактична підготовленість	Швидкість прийняття рішень; Уміння взаємодіяти (напад/захист); Використання комбінацій.	Спостереження за міні-іграми (хронометраж, фіксація рішень); Опитувальники тактичного мислення; Аналіз відеозаписів ігор.
4	Мотиваційно-ціннісне ставлення	Рівень відвідуваності та дисципліни; Прояв ініціативи; Прагнення до самовдосконалення.	Анкетування (анкета С. Л. Белкіна, опитувальник Ч. А. Бем); Педагогічне спостереження (журнал обліку).
5	Соціально-комунікативна компетентність	Уміння співпрацювати; Лідерські якості; Здатність до вирішення конфліктів.	Соціометричні методи (тест Морено); Педагогічне спостереження у командних іграх; Опитувальники взаємодії.

1. Критерій технічної підготовленості

Цей критерій відображає рівень оволодіння учнями базовими елементами баскетболу та їх здатність ефективно застосовувати технічні

навички під час індивідуальних та командних дій. Технічна підготовленість учнів у баскетболі охоплює кілька ключових аспектів.

По-перше, оцінюється якість ведення м'яча, що включає контроль м'яча під час руху, здатність змінювати напрямок і темп ведення, використання обох рук та вміння зберігати стабільність під тиском суперника. Високий рівень цього показника свідчить про добре сформовану координацію, швидкість реакції та впевненість у виконанні базового елемента гри.

По-друге, важливою є точність і швидкість передач, що враховує здатність виконувати передачі як у статичному положенні, так і в русі, із правильним вибором сили та напрямку. Ефективні передачі забезпечують безпечний і швидкий обіг м'яча між гравцями та формують основу для командної взаємодії.

Наступним аспектом є результативність кидків із різних дистанцій, яка визначається відсотком влучань при кидках із близької та середньої дистанцій, у стрибку або після ведення. Цей показник демонструє точність, силу та технічну підготовленість учнів у різних ігрових умовах.

Нарешті, важливою є здатність до виконання індивідуальних та групових тактичних дій, що передбачає використання технічних навичок для реалізації тактичних завдань, таких як обхід суперника, розіграш комбінацій та участь у командному захисті і атаці. Високий рівень цього показника свідчить про поєднання технічної майстерності з розумінням гри та ефективною командною взаємодією.

Таким чином, критерій технічної підготовленості є ключовим індикатором успішності засвоєння базових навичок баскетболу і створює основу для подальшого розвитку тактичних і фізичних якостей учнів.

2. Критерій фізичної підготовленості

Критерій фізичної підготовленості відображає рівень розвитку основних фізичних якостей, необхідних для ефективного гри у баскетбол, і демонструє здатність учнів виконувати технічні та тактичні дії в умовах динамічної гри. До основних показників фізичної підготовленості належать швидкісні

характеристики, які оцінюють швидкість бігу на короткі дистанції, здатність до швидкого старту та зміни напрямку руху, а також час реакції на сигнал або дії суперника. Розвинені швидкісні якості дозволяють учням оперативно реагувати на ігрові ситуації, долати опір суперника та підтримувати високу динаміку гри.

Важливим показником є стрибучість, яка вимірюється висотою стрибка з місця та у русі, а також здатністю до вибухових вертикальних і горизонтальних рухів. Вона має критичне значення для успішного виконання кидків у стрибку, перехоплень м'яча та ефективної боротьби за позиції під кошиком.

Також значну роль відіграє витривалість, що оцінюється через результати тестів на біг із перешкодами, інтервальні вправи та тривалі ігрові епізоди. Високий рівень витривалості дозволяє підтримувати продуктивність протягом усього заняття або гри, зменшує втому і сприяє виконанню технічних та тактичних завдань на високому рівні. Не менш важливими є координація та спритність, які включають здатність швидко змінювати напрямок руху, точно вести м'яч під опором суперника та зберігати баланс під час швидких стартів і зупинок. Розвинені координаційні навички забезпечують безпечне і ефективне виконання рухових дій у грі, підвищують точність та стабільність технічних елементів.

Таким чином, фізична підготовленість відображає готовність учнів до інтенсивної спортивної діяльності та створює надійну базу для успішного освоєння техніки, тактики та командної взаємодії у баскетболі.

3. Критерій тактичної підготовленості

Критерій тактичної підготовленості відображає здатність учнів застосовувати технічні навички у реальних ігрових ситуаціях та оцінює рівень розвитку їхнього ігрового мислення, стратегічної орієнтації та командної взаємодії. До основних показників тактичної підготовленості належить уміння взаємодіяти у команді під час нападу та захисту, що передбачає координацію дій із партнерами, правильне розташування на майданчику, розподіл ролей у

команді та підтримку товаришів під час виконання технічних елементів. Високий рівень цього показника свідчить про сформовані навички командної роботи та взаємної підтримки.

Важливим аспектом є швидкість прийняття рішень у змодельованих ігрових ситуаціях, яка оцінює здатність учнів оперативно обирати оптимальні дії у відповідь на зміну обставин на майданчику, наприклад, момент для кидка, передачі чи обігравання суперника, що демонструє розвиток аналітичного мислення та тактичної гнучкості. Крім того, увага приділяється використанню комбінацій та тактичних схем, що включає реалізацію навчальних та ігрових комбінацій, застосування раніше засвоєних тактичних схем та їх адаптацію до конкретних ігрових умов. Цей показник показує уміння поєднувати технічні навички з розумінням стратегії гри.

Не менш важливим є здатність до аналізу власних і командних дій, яка передбачає рефлексію своїх рішень і дій, оцінку ефективності виконаних комбінацій, а також спостереження та корекцію дій товаришів по команді. Цей аспект сприяє розвитку стратегічного мислення, самоконтролю та здатності до колективного навчання.

Таким чином, критерій тактичної підготовленості демонструє інтеграцію технічних умінь з ігровим мисленням, що є ключовим для ефективної командної гри та розвитку стратегічних компетентностей учнів.

4. Критерій мотиваційно-ціннісного ставлення

Критерій мотиваційної підготовленості характеризує зацікавленість, активність та внутрішню мотивацію учнів у процесі занять, що безпосередньо впливає на ефективність засвоєння технічних, фізичних та тактичних навичок.

До ключових показників мотиваційної підготовленості належить рівень відвідуваності та дисципліни на заняттях, який оцінює регулярність присутності учнів на тренуваннях, своєчасність виконання завдань та дотримання правил поведінки. Високий рівень дисципліни та відвідуваності свідчить про серйозне ставлення до навчання та відповідальність за власний розвиток.

Важливим аспектом є прояв ініціативи у виконанні завдань, що включає активну участь у вправах, пропозиції власних ідей та прагнення спробувати складніші елементи і способи виконання завдань. Учні, які проявляють ініціативу, швидше засвоюють навички та адаптуються до нових ситуацій у грі.

Позитивне ставлення до занять, інтерес до змагань та командної взаємодії передбачає ентузіазм під час тренувань, бажання брати участь у змаганнях, підтримку товаришів по команді та активне включення у колективні ігрові дії. Це сприяє формуванню командного духу та підтримує мотивацію на високому рівні.

Не менш важливим є прагнення до самостійного вдосконалення, яке включає участь у факультативних іграх, перегляд матчів для аналізу техніки та тактики, самооцінку та рефлексію власних дій. Учні, які проявляють таку активність, демонструють внутрішню мотивацію та готовність до постійного розвитку.

Таким чином, критерій мотиваційної підготовленості відображає ступінь залученості та внутрішнього зацікавлення учнів, що є важливим фактором успішного засвоєння всіх компонентів навчальної програми та розвитку всебічно підготовленої спортивної особистості.

5. Критерій соціально-комунікативної компетентності

Критерій соціальної підготовленості відображає здатність учнів до ефективної взаємодії у групі, що є ключовим для розвитку командної гри та формування соціальних компетентностей.

До основних показників соціальної підготовленості належить уміння співпрацювати під час командних вправ, що включає ефективну координацію дій із партнерами, дотримання ролей у команді та спільне виконання завдань. Високий рівень цього показника свідчить про сформовані навички командної роботи та взаємодопомоги.

Важливим аспектом є рівень відповідальності за результати колективних дій, який оцінює здатність учня усвідомлювати власний внесок у

командний результат, дотримуватися правил і стратегій, а також приймати відповідальність за спільні досягнення та помилки.

Прояв лідерських якостей і вміння підтримувати партнерів передбачає здатність організувати команду, мотивувати товаришів, підтримувати слабших гравців та брати на себе роль ініціатора під час командних завдань. Це сприяє формуванню позитивного командного клімату та розвитку навичок лідерства.

Не менш важливою є здатність до конструктивного вирішення конфліктних ситуацій, що передбачає уміння вирішувати суперечки та непорозуміння у групі без шкоди для командної роботи, знаходити компроміси та підтримувати ефективну взаємодію навіть у стресових умовах.

Критерій соціальної підготовленості демонструє розвиток командної взаємодії, відповідальності та лідерських якостей, що є невід'ємною складовою комплексної підготовки учнів до гри у баскетбол та формування їх соціальної компетентності в колективі. Це підкреслює важливість інтеграції різних аспектів підготовки, адже технічні, тактичні, фізичні, мотиваційні та соціальні компоненти взаємопов'язані і взаємодоповнюють один одного. Завдяки цьому стає можливим здійснювати комплексний контроль ефективності навчально-тренувального процесу, враховуючи як спортивно-технічний, так і виховний аспекти. Застосування визначених критеріїв та показників дозволяє не лише кількісно оцінювати результати через тести та контрольні вправи, а й якісно аналізувати розвиток особистості школярів у контексті допрофільної підготовки з баскетболу.

Висновки до розділу 2

Розроблена методика навчання баскетболу ґрунтується на науково обґрунтованих принципах індивідуалізації, диференціації, ігрової діяльності, системності та послідовності, компетентнісної орієнтації, інтеграції теорії та практики. Вона враховує вікові, фізичні та психоемоційні особливості учнів

5–9 класів і забезпечує комплексний розвиток фізичних, технічних, тактичних, когнітивних і соціальних компетентностей. Додаткові принципи – доступність, варіативність, безперервність розвитку та безпека – гарантують адаптацію навчання до індивідуальних можливостей учнів і підтримку їхньої мотивації.

Методика поєднує класичні та інноваційні підходи до навчання баскетболу. Традиційні форми передбачають багаторазове повторення базових технічних елементів – ведення м'яча, передачі, кидки, захисні дії та командні комбінації. Інноваційні форми включають міні-ігри, сценарні вправи, рольові ігри, проектні завдання та відеоаналіз – це дозволяє одночасно формувати технічні навички, фізичну підготовку, тактичне мислення та командну взаємодію. Використання модульної структури занять із чіткими цілями, критеріями оцінювання та диференційованими завданнями забезпечує системність, послідовність і гнучкість навчального процесу.

Ефективність методики оцінюється за п'ятьма основними критеріями. Технічна підготовленість відображає контроль ведення м'яча, точність передач, результативність кидків та здатність виконувати індивідуальні та групові тактичні дії. Фізична підготовленість характеризується розвитком швидкості, стрибучості, витривалості, координації та спритності. Тактична підготовленість передбачає вміння застосовувати технічні навички у реальних ігрових ситуаціях, швидко приймати рішення, використовувати комбінації та аналізувати командні дії. Мотиваційна підготовленість проявляється через активність, зацікавленість, прояв ініціативи, позитивне ставлення до занять і прагнення до самостійного вдосконалення. Соціальна підготовленість охоплює ефективну командну взаємодію, відповідальність за колективний результат, лідерські навички та здатність до конструктивного вирішення конфліктів.

Загальні висновки щодо методики свідчать, що вона забезпечує комплексний розвиток учнів – поєднуючи фізичну, технічну, тактичну, когнітивну та соціальну підготовку. Використання модульної структури та

диференційованого підходу дозволяє одночасно підтримувати індивідуальні траєкторії розвитку та ефективно організовувати групову роботу. Інноваційні елементи – ігрові методики, рольові та проектні завдання, відеоаналіз – підвищують мотивацію, формують критичне мислення та готують учнів до самостійного прийняття рішень у грі. Очікувані педагогічні ефекти включають підвищення технічної, фізичної та тактичної підготовленості – стійке зростання мотивації, розвиток соціальних навичок і здатності до самоаналізу та прийняття обґрунтованих рішень.

РОЗДІЛ 3

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ МЕТОДИКИ

3.1. Організація та проведення педагогічного експерименту

Педагогічний експеримент проводився з метою комплексної перевірки ефективності розробленої методики допрофільного навчання з баскетболу для учнів 5–9 класів. Вибір бази дослідження було зумовлено наявністю відповідної матеріально-технічної бази та обладнання для проведення занять із баскетболу, а також достатньою кількістю потенційних учасників. Такими умовами відповідав Броварський ліцей №2 ім. В.О. Сухомлинського Броварської міської ради Броварського району Київської області, який розташований за адресою: Київська область, м. Бровари, вул. Володимира Великого, 6. Ліцей має спортивну залу стандартних розмірів, баскетбольні щити та м'ячі, марковані ігрові зони, а також додаткове обладнання для розвитку фізичних і технічних навичок учнів..

Для проведення експерименту було сформовано дві групи: експериментальну (ЕГ) та контрольну (КГ). До ЕГ увійшло 25 учнів (13 хлопців та 12 дівчат) віком 12–13 років, а до КГ – 26 учнів (14 хлопців та 12 дівчат) того ж віку. Вибір учнів у групи здійснювався за принципом рівності вихідних показників за фізичною, технічною та тактичною підготовленістю, що дозволяло забезпечити достовірність подальшого порівняльного аналізу.

Експериментальна робота була організована у три послідовні етапи, кожен з яких мав чітку педагогічну мету, методичну структуру та визначені показники оцінювання: констатувальний, формувальний та контрольний.

Констатувальний етап проводився з метою визначення початкового рівня розвитку фізичних, технічних, тактичних та соціально-мотиваційних компетентностей учнів. На цьому етапі було проведено ретельне діагностичне

тестування з використанням стандартизованих методик і конкретних показників.

- Швидкісні якості визначалися за допомогою бігу на 30 метрів з максимальною інтенсивністю. Цей тест дозволяв оцінити швидкість реакції та стартові характеристики кожного учня.
- Спритність і координація оцінювалися через човниковий біг 4×9 метрів та ведення м'яча на час із обведенням трьох фішок, що відтворювало ситуації зміни напрямку руху під час ігрових дій.
- Стрибучість визначалася стрибком у довжину з місця, що дозволяло оцінити розвиток нижніх кінцівок та здатність до вибухових рухів.
- Витривалість перевірялася через біг із перешкодами на дистанції 600 метрів, що моделювало умови інтервального навантаження під час гри.
- Технічні навички оцінювалися за якістю ведення м'яча, точністю та швидкістю передач у статичному положенні та в русі, а також за результативністю кидків зі штрафної лінії (10 спроб кожному учню).
- Тактична підготовленість визначалася через моделювання ігрових ситуацій, де оцінювалася здатність приймати рішення, вибирати оптимальні комбінації та взаємодіяти з партнерами у команді.
- Мотиваційна активність та соціальна взаємодія досліджувалися за допомогою анкетування учнів, соціометрії та методів експертної педагогічної оцінки, що дозволяло визначити рівень зацікавленості, ініціативи, відповідальності та командної взаємодії.

На констатувальному етапі також здійснювався відбір учнів до ЕГ та КГ, що забезпечило рівнозначність груп за вихідними показниками, а також науково обґрунтовану базу для порівняльного аналізу результатів експерименту.

Формувальний етап тривав з 15 січня 2025 року по 15 травня 2025 року та полягав у безпосередньому впровадженні розробленої методики у навчальний процес експериментальної групи. Заняття будувалися за

модульною структурою, де кожен урок поєднував традиційні та інноваційні підходи:

- базові технічні вправи на ведення м'яча, передачі та кидки;
- вправи на розвиток фізичних якостей (швидкість, стрибучість, витривалість, координація);
- ігрові методики, що імітували реальні ігрові ситуації;
- рольові завдання та проектні вправи;
- відеоаналіз та рефлексивні бесіди, що дозволяли учням усвідомлювати помилки та вдосконалювати техніку та тактичні рішення.

Завдання підбиралися диференційовано відповідно до рівня підготовки та індивідуальних особливостей учнів, із застосуванням індивідуального підходу та систематичним відстеженням прогресу за п'ятьма основними критеріями ефективності: технічна, фізична, тактична підготовленість, мотиваційна активність та соціальна взаємодія. Такий комплексний підхід дозволяв поступово ускладнювати вправи, підтримувати високий рівень мотивації, формувати ефективну командну взаємодію та стимулювати всебічний особистісний розвиток кожного учня.

Контрольна група займалася за стандартною програмою фізичної культури, без використання розробленої методики, що забезпечувало об'єктивне порівняння ефективності традиційного та експериментального підходів.

Контрольний етап. На контрольному етапі проводилося повторне діагностичне тестування, яке включало ті самі фізичні, технічні та тактичні вправи, що й на констатувальному етапі. Додатково моделювалися ігрові ситуації для оцінки тактичного мислення, швидкості прийняття рішень та командної взаємодії. Для аналізу мотиваційної активності та соціальної взаємодії учнів використовувалися повторне анкетування та методи експертних оцінок.

Результати контрольного етапу дозволили не лише визначити рівень досягнутого прогресу, а й оцінити вплив методики на розвиток фізичних,

технічних, тактичних та соціально-мотиваційних компетентностей учнів. Порівняння даних ЕГ і КГ показало значну перевагу експериментальної методики щодо ефективності навчання, формування командної взаємодії та стійкої мотивації до занять баскетболом.

Таким чином, педагогічний експеримент дозволив комплексно оцінити ефективність розробленої методики, продемонструвати її вплив на всебічний розвиток учнів та підтвердити доцільність поєднання традиційних і сучасних підходів у навчанні баскетболу. Дослідження забезпечило послідовність, системність та об'єктивність оцінки результатів, а також створило науково обґрунтовану базу для впровадження методики в освітню практику.

3.2. Аналіз результатів дослідно-експериментальної роботи

Після завершення формувального етапу було проведено контрольні зрізи з метою визначення ефективності розробленої методики. Порівняння результатів експериментальної (ЕГ) та контрольної групи (КГ) дозволило оцінити не лише рівень розвитку окремих фізичних і технічних показників, а й вплив програми на тактичне мислення, мотиваційну активність та соціальну взаємодію учнів.

Технічна підготовленість. На констатувальному етапі рівень технічних навичок у двох групах був майже однаковим. Середні результати точності кидків із 10 спроб становили 4,1 влучань у ЕГ та 4,0 у КГ, ведення м'яча з обведенням трьох фішок на час – 12,6 сек. в ЕГ та 12,8 сек. у КГ.

Після формувального етапу динаміка розвитку у групах виявила суттєві відмінності. Учні ЕГ продемонстрували в середньому 6,8 влучань із 10 кидків, тоді як у КГ показник зріс лише до 5,0 влучань. Час ведення м'яча у ЕГ скоротився до 10,4 сек., тоді як у КГ – лише до 12,1 сек.. Це свідчить про те, що систематичне використання інноваційних методів (ігрових вправ, рольових завдань, відеоаналізу) значно прискорило темпи вдосконалення техніки.

Фізична підготовленість. Дослідження фізичних якостей також підтвердило переваги експериментальної методики. На старті обидві групи мали схожі результати: біг на 30 м складав у середньому 6,4 сек. (ЕГ) та 6,5 сек. (КГ); стрибок у довжину з місця – 183 см (ЕГ) і 181 см (КГ).

Після завершення експерименту у ЕГ було зафіксовано суттєве покращення: 5,8 сек. у бігу на 30 м та 197 см у стрибку, тоді як у КГ – 6,3 сек. та 185 см відповідно. У вправах на витривалість різниця виявилася ще більш відчутною: учні ЕГ пройшли 600 м із перешкодами в середньому за 2 хв 26 сек., тоді як у КГ цей показник склав 2 хв 41 сек.. Це підтвердило, що впроваджені інтервальні та спеціалізовані вправи забезпечили розвиток ключових фізичних якостей швидше й ефективніше, ніж традиційні засоби.

Тактична підготовленість. Розвиток тактичного мислення оцінювався за виконанням комбінаційних дій та швидкістю прийняття рішень у змодельованих ігрових ситуаціях. На початку дослідження показники обох груп були порівнянними: більшість учнів демонстрували базові знання тактики, але мали труднощі з організацією командних дій.

Наприкінці експерименту учні ЕГ значно впевненішими у виконанні комбінацій 3×3 та 4×4, успішно застосовували «передачі на випередження» та змінювали ролі в захисті. За оцінками експертів, 76 % учнів ЕГ показали високий рівень тактичної підготовленості, тоді як у КГ цей показник становив лише 38 %. Це підтвердило, що рольові ігри, проектні методи та систематичний відеоаналіз істотно сприяли формуванню стратегічного мислення та вмінню діяти в команді.

Мотиваційна активність. Важливим результатом експерименту стало зростання зацікавленості учнів у процесі навчання. Якщо на початку дослідження рівень позитивного ставлення до занять баскетболом був приблизно однаковим у двох групах (близько 62–65 % учнів висловлювали високу зацікавленість), то після завершення формувального етапу показник у ЕГ зріс до 88 %, тоді як у КГ – лише до 70 %.

Анкетування показало, що учні ЕГ частіше відзначали бажання брати участь у змаганнях, самостійно переглядали баскетбольні матчі та аналізували власні дії. Таким чином, впровадження інноваційних елементів, зокрема естафет, міні-ігор та змагальних методів, мало значний вплив на мотиваційний аспект навчання.

Соціально-комунікативна компетентність. Аналіз розвитку соціальної взаємодії показав, що учні ЕГ краще навчилися співпрацювати у команді, брати на себе відповідальність і підтримувати партнерів. Соціометричні дослідження виявили зростання кількості позитивних виборів серед членів ЕГ на 28 %, тоді як у КГ цей показник зріс лише на 11 %.

Крім того, у ЕГ значно зросла кількість учнів, які брали на себе лідерські ролі в команді: з 4 осіб на початку експерименту до 9 осіб наприкінці. У КГ зміни були мінімальними (з 3 до 4 осіб). Це свідчить про те, що інноваційні методи (рольові ігри, завдання «капітан команди») не лише формували тактичні навички, а й розвивали соціальні компетентності школярів.

Ці позитивні зрушення у соціально-психологічному аспекті навчання доповнюють загальну картину кількісних і якісних змін, зафіксованих під час експерименту. Для більш детального аналізу ефективності впровадженої системи допрофільної підготовки, узагальнимо результати контрольних зрізів за технічним, фізичним, тактичним та мотиваційним критеріями у зведеній таблиці:

Таблиця 3.1.

Порівняльна характеристика критеріїв ефективності авторської методики допрофільного навчання баскетболу в ЕГ та КГ

Напрямок оцінювання	Показники	Констатувальний етап	Після формульовального етапу	Характер змін
Технічна підготовленість	Точність кидків (з 10 спроб)	ЕГ – 4,1; КГ – 4,0	ЕГ – 6,8; КГ – 5,0	Значне покращення в ЕГ
	Ведення м'яча з обведенням 3 фішок (сек.)	ЕГ – 12,6; КГ – 12,8	ЕГ – 10,4; КГ – 12,1	Швидше вдосконалення техніки в ЕГ

Напря́м оцінювання	Показники	Констатувальний етап	Після формульального етапу	Характер змін
Фізична підготовленість	Біг на 30 м (сек.)	ЕГ – 6,4; КГ – 6,5	ЕГ – 5,8; КГ – 6,3	Перевага ЕГ
	Стрибок у довжину з місця (см)	ЕГ – 183; КГ – 181	ЕГ – 197; КГ – 185	Вищий приріст у ЕГ
	Біг 600 м з перешкодами	ЕГ – 2 хв 52 сек.; КГ – 2 хв 55 сек.	ЕГ – 2 хв 26 сек.; КГ – 2 хв 41 сек.	Значне зростання витривалості в ЕГ
Тактична підготовленість	Рівень тактичного мислення	Обидві групи – базовий рівень	Високий рівень: ЕГ – 76 %; КГ – 38 %	Якісна перевага ЕГ
Мотиваційна активність	Висока зацікавленість заняттями (%)	ЕГ – 62–65; КГ – 62–65	ЕГ – 88; КГ – 70	Значне зростання мотивації в ЕГ
Соціально-комунікативна компетентність	Позитивні соціометричні вибори (%)	ЕГ – 34 %; КГ – 36 %	ЕГ – +28 % (до 62 %); КГ – +11 % (до 47 %)	Краща соціальна взаємодія в ЕГ
	Кількість учнів із лідерськими проявами	ЕГ – 4; КГ – 3	ЕГ – 9; КГ – 4	Формування лідерських якостей в ЕГ

Отримані дані свідчать, що учні експериментальної групи досягли суттєво вищих результатів за всіма критеріями ефективності. Технічна й фізична підготовленість зросла більш динамічно, ніж у контрольній групі, тактична підготовленість отримала якісно новий рівень завдяки впровадженню інноваційних методів, а мотиваційна активність та соціальна взаємодія зазнали значного позитивного зрушення.

Таким чином, результати дослідно-експериментальної роботи підтверджують доцільність використання розробленої методики у процесі допрофільного навчання з баскетболу. Вона забезпечує не лише розвиток фізичних та технічних навичок, але й сприяє формуванню стійкої мотивації, розвитку комунікативних умінь та ціннісного ставлення до занять спортом.

3.3. Обґрунтування ефективності розробленої методики

Аналіз результатів експерименту дав змогу зробити висновок, що розроблена методика допрофільного навчання баскетболу виявилася ефективною та забезпечила комплексний розвиток учнів середньої школи. Отримані дані переконливо засвідчили переваги поєднання традиційних та інноваційних підходів у навчально-тренувальному процесі.

Перш за все, значне зростання показників технічної підготовленості в експериментальній групі довело, що застосування модульної системи занять із включенням ігрових, проектних та рольових методик сприяє швидшому формуванню навичок володіння м'ячем, передач і кидків. Якщо на початковому етапі рівень технічних умінь учнів ЕГ та КГ був майже однаковим, то наприкінці дослідження середній результат експериментальної групи перевищував показники контрольної майже на 30 %. Це підтверджує, що системне використання вправ з урахуванням принципів диференціації та ігрової діяльності значно прискорює технічний прогрес.

Не менш важливим є зростання рівня фізичної підготовленості. Учні експериментальної групи продемонстрували суттєві покращення у швидкості, витривалості, стрибучості та координаційних здібностях. Зокрема, результати бігу на 30 метрів та човникового бігу показали статистично достовірне покращення ($p < 0,05$) у порівнянні з контрольними учнями. Це свідчить про те, що запропонована методика не лише формує технічні вміння, а й створює умови для гармонійного фізичного розвитку школярів.

Тактична підготовленість також виявила значний прогрес: учні експериментальної групи краще взаємодіяли під час командних дій, швидше приймали рішення в умовах ігрової ситуації, ефективніше використовували комбінації. Експертні оцінки тренерів підтвердили, що середній рівень тактичних умінь у ЕГ зріс до 4,2 бала (за п'ятибальною шкалою), тоді як у КГ – лише до 3,1 бала.

Окремої уваги заслуговує динаміка мотиваційних та соціальних показників. Соціометричні дослідження за методикою Дж. Морено виявили збільшення кількості позитивних виборів у командній взаємодії в ЕГ на 28 %, що свідчить про підвищення згуртованості та розвитку комунікативних компетентностей [57].

Анкетування підтвердило зростання інтересу до баскетболу, підвищення відвідуваності та ініціативності учнів. Це демонструє, що методика сприяє не лише фізичному, а й особистісному розвитку школярів.

Таким чином, інтеграція інноваційних форм роботи, зокрема ігрових, проектних і аналітичних завдань, у поєднанні з традиційними вправами, забезпечила комплексний вплив на всі компоненти підготовленості учнів – технічний, фізичний, тактичний, мотиваційний та соціальний. Результати статистичного аналізу підтвердили достовірність відмінностей між експериментальною та контрольною групами ($p < 0,05$), що дозволяє зробити висновок про високу ефективність розробленої методики.

Отже, розроблена програма навчання баскетболу відповідає сучасним вимогам Нової української школи, забезпечує формування ключових компетентностей та створює підґрунтя для подальшої спортивної спеціалізації учнів.

Висновки до розділу 3

У ході експериментальної перевірки ефективності розробленої методики допрофільного навчання з баскетболу було встановлено таке:

1. Організація педагогічного експерименту передбачала три основні етапи – констатувальний, формувальний та контрольний. На констатувальному етапі було визначено початковий рівень підготовленості учнів обох груп. Формувальний етап реалізував упровадження розробленої методики в експериментальній групі. Контрольний етап дозволив оцінити підсумкову динаміку змін.

2. Аналіз результатів дослідно-експериментальної роботи показав, що учні експериментальної групи досягли значно вищих результатів у розвитку технічних, фізичних та тактичних умінь, ніж учні контрольної групи. Особливо відчутними були покращення у швидкості, витривалості, стрибучості та здатності до взаємодії в команді. Графічна візуалізація та застосування методів математичної статистики (t-критерій Стюдента) підтвердили статистичну значущість відмінностей між групами ($p < 0,05$).

3. Обґрунтування ефективності методики довело, що поєднання традиційних і сучасних підходів забезпечує комплексний розвиток школярів: зростання технічної майстерності, фізичної підготовленості, тактичного мислення, мотивації та соціальної активності. Зокрема, експертні оцінки засвідчили підвищення рівня командної взаємодії та кращу здатність учнів до прийняття рішень у реальних ігрових ситуаціях.

Таким чином, експеримент переконливо довів високу результативність і практичну доцільність упровадження запропонованої методики допрофільного навчання баскетболу в освітній процес. Вона сприяє не лише спортивному вдосконаленню, а й особистісному розвитку учнів, формуванню навичок командної взаємодії та підвищенню мотивації до занять фізичною культурою.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі наведено теоретичне узагальнення та практичне розв'язання проблеми вдосконалення допрофільної підготовки школярів засобами баскетболу. Отримані результати дозволяють сформулювати такі висновки:

1. Проаналізовано стан проблеми допрофільного навчання в сучасній педагогічній теорії та практиці. Встановлено, що допрофільна підготовка є ключовим етапом професійного самовизначення школярів. Проте існуючі підходи часто зосереджені на академічних предметах, залишаючи поза увагою потенціал спортивно-орієнтованого навчання як засобу формування базових та спеціальних компетентностей учнів.

2. Визначено особливості організації допрофільної підготовки у сфері фізичної культури. З'ясовано, що для учнів базової середньої освіти (5–9 класи) пріоритетним є поєднання загального фізичного розвитку з поглибленим оволодінням технікою обраного виду спорту. Особливістю такої підготовки є її орієнтація на сенситивні періоди розвитку координаційних і швидко-силових якостей, а також на формування мотивації до майбутньої професійної діяльності у сфері спорту.

3. Розроблено авторську методику допрофільного навчання з баскетболу для учнів базової школи. Методика базується на системному використанні спеціально-підготовчих вправ та інноваційних засобів: ігрових моделей 3×3 та 4×4, проектних методів, відеоаналізу технічних дій та рольових завдань («капітан команди», «суддя», «аналітик»). Зміст методики структуровано за змістовими модулями, що забезпечують комплексний розвиток техніко-тактичних вмінь, фізичної підготовленості та соціальних навичок.

4. Експериментально перевірено ефективність запропонованої методики у реальних умовах освітнього процесу. Результати контрольних зрізів підтвердили якісну перевагу експериментальної групи (ЕГ) над

контрольною (КГ). Зокрема, в ЕГ зафіксовано суттєве покращення точності кидків (на 2,7 влучання), скорочення часу ведення м'яча на 2,2 с, а також високий рівень тактичного мислення у 76 % учнів. Показник високої мотивації до занять зріс до 88 %, що доводить доцільність впровадження методики для активізації інтересу школярів до професійно-орієнтованої спортивної діяльності.

Таким чином, результати дослідження підтвердили гіпотезу про те, що впровадження спеціально розробленої методики допрофільного навчання з баскетболу забезпечує комплексний розвиток учнів, підвищує ефективність навчально-виховного процесу та має значний потенціал для застосування у практиці сучасної школи.

Список використаних джерел

1. Аксьонова О. П., Деменчук Ю. І., Донченко І. С., Мельниченко О. О., Павлов В. В. Сучасні підходи до уроку фізичної культури. *Інноваційна педагогіка*. 2025. Вип. 84. URL: http://innovpedagogy.od.ua/archives/2025/84/part_1/8.pdf.
2. Антипін Є. Педагогічна антропологія : навч.-метод. посібник. Київ : Київський університет імені Б. Грінченка, 2022. 212 с.
3. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ, 2019. 166 с.
4. Безверхня Г. В. Педагогіка фізичного виховання. Умань, 2013. 72 с.
5. Березівська Л. Д. Реформування шкільної освіти в Україні у ХХ столітті : монографія. Київ : Богданова А. М., 2008. 406 с.
6. Бессарабов М. С. Загальні основи методики тренування та спортивної підготовки в баскетболі : навч. посібн. Запоріжжя : ЗДМУ, 2015. 109 с.
7. Божик М. В., Левандовська Л. Ю., Трифонюк В. М. Особливості формування особистості у підлітковому віці. *Медико-біологічні проблеми фізичного виховання різних груп населення*. 2023. С. 23–25.
8. Бойко Н. З. Організація допрофільної та профільної підготовки в рамках STEAM освіти : [монографія]. 2024. 313 с.
9. Бутенко Л. Л. Феномен зворотного зв'язку в освітньому процесі закладу вищої освіти: явний та неявний контексти. *Освіта та педагогічна наука*. 2024. № 2 (186). С. 24–37. DOI: [https://doi.org/10.12958/2227-2747-2024-2\(186\)-24-37](https://doi.org/10.12958/2227-2747-2024-2(186)-24-37).
10. Василенко В. В. Методика навчання техніці виконання кидків у баскетболі. *Вісник Міжнародного дослідницького центру: Людина: мова,*

культура, пізнання : щоквартальний науковий журнал. Київ, 2007. Т. 11 (1). С. 242–244.

11. Верховна Рада України. Закон України «Про освіту» від 5 вересня 2017 р. № 2145-VIII. Відомості Верховної Ради України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 01.04.2025).

12. Вознюк Т., Прудивус Н. Адаптація змісту фізичної підготовки до завдань етапів річного тренувального циклу в баскетболі. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*. 2025. № 2. С. 69–80.

13. Гладир О. Є., Петренко Н. В. Тактичні дії гравців у нападі проти зонного захисту в баскетболі. 2015. 36 с.

14. Горошкіна О. М., Доротюк В. І., Рогоза В. В., Левченко Ф. Г., Піддячий М. І., Чудакова В. П., Доротюк О. Г. Компетентнісно орієнтоване навчання: сутність, форми і методи : практичний посібник. Київ : Педагогічна думка, 2022. 221 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/739276/>.

15. Грибан Г. П. Правила техніки безпеки і профілактики спортивного травматизму на заняттях з фізичного виховання. Житомир : ДАУ, 2005. 162 с.

16. Дубатовк В. С. Соціально-психологічні особливості розвитку лідерських якостей учнів старшої школи в умовах воєнного стану. Наукові проекти соціально-гуманітарного факультету ЗУНУ. 2022. С. 114–116.

17. Журба М. А. Принцип доступності фізичної культури і спорту: правовий аспект реалізації. *Актуальні проблеми вітчизняної юриспруденції*. 2016. № 6 (1). С. 80–84.

18. Кабінет Міністрів України. Державний стандарт базової середньої освіти: постанова від 30 вересня 2020 р. № 898. URL: <https://mon.gov.ua/osvita-2/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrainska-shkola-2/derzhavniy-standart-bazovoi-serednoi-osviti> (дата звернення: 01.04.2025).

19. Кабінет Міністрів України. Концепція реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року : розпорядження КМУ від 14 грудня 2016 р. №

988-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/988-2016-p> (дата звернення: 01.04.2025).

20. Качан О.А., Отравенко О.В. Цікава фізкультура як бренд Нової Української Школи: навч.-метод. посіб. / О.А. Качан, О.В. Отравенко. Полтава: вид-во ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». 2025. 154 с. URL: <https://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/handle/123456789/11180>

21. Кваліфікаційна робота магістра : методичні рекомендації для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня. Галузь знань А Освіта, спеціальність А4 Середня освіта (Фізична культура) / укл.: О. В. Отравенко, О. В. Ливацький, О. І. Соколенко, М. І. Карпенко ; за ред. О. В. Отравенко. Полтава : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2025. 50 с. <https://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/handle/123456789/11046>

22. Киселиця О., Богданюк А., Богданюк В. Комунікація вчителя фізичної культури у партнерстві зі школярами Нової української школи. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2025. № 1 (1). С. 421–427. DOI: [https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).57](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).57).

23. Комісова Т. Є. Фізіологічні основи фізичного виховання та спорту : навч. посіб. Харків : ФОП Петров В. В., 2022. 146 с.

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

25. Коц С. М., Коц В. П. Вікова фізіологія та вища нервова діяльність : навч. посіб. Харків : ХНПУ, 2020. 287 с.

26. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Том 1. Київ : Олімпійська література, 2012. 392 с.

27. Ливацька С. Ю., Чабан А. А. Стретчинг при вихованні гнучкості здобувачів базової середньої освіти на уроках фізичної культури за варіативним модулем «баскетбол 3х3». Актуальні питання фізичного

виховання, спорту, здорового способу та якості життя різних верств населення : матеріали III Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (Харків, 21 березня 2025 р.). Харків : ХАІ, 2025. С. 4–2. URL: https://khai.edu/files/uploads/konferencii/zbirnik-tez_iii-vseukr.-nauk.-prakt.-konf.-z-miznar.-ucastu_apfvzsazrvn_21.03.2025-s.pdf

28. Ливацький О.В., Отравенко О.В., Ливацька С.Ю. Роль освітнього компоненту «Теорія і методика фізичного виховання» у формуванні професійних компетентностей майбутніх учителів фізичної культури. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. №3. 2025. DOI <https://doi.org/10.12958/3083-6514-2025-3-136-146>

29. Ливацький О. В. Аналіз особливостей виховання фізичних якостей здобувачів базової середньої освіти. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2020. № 1 (332). С. 15–25. DOI: 10.12958/2227-2844-2020-1(332)-15-25.

30. Ливацький О. В. Виховання фізичних якостей учнів основної школи в умовах допрофільної підготовки як педагогічна проблема. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2015. Вип. 129 (3). С. 203–205.

31. Ливацький О. В. Методика виховання фізичних якостей здобувачів середньої освіти в умовах допрофільної підготовки. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2019. № 4 (327). Ч. 1. С. 120–126.

32. Ливацький О. В. Методичні рекомендації до вивчення елективного курсу «Баскетбол» (для майбутніх вчителів фізичної культури). Луганськ : Альма-матер, 2014. 53 с.

33. Ливацький О. Освітній компонент «Історія фізичної культури» як фундамент професійної підготовки фахівців з фізичної культури і спорту. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*. Харків : ХДАФК, 2025. С. 53–59.

34. Ливацький О. В., Ливацька С. Ю. Сучасні проблеми фізичної активності здобувачів повної загальної середньої освіти. *Вісник Луганського*

національного університету імені Тараса Шевченка: Педагогічні науки. 2025. № 1. С. 212–218.

35. Ливацький О. В., Сухий О. П. Методи розвитку технічних та тактичних навичок баскетболу у здобувачів фахової передвищої освіти під час позааудиторних занять. Сучасні тенденції та перспективи розвитку якісної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах ступеневої освіти. 2025. С. 414–418.

36. Липова Л., Войцехівський М., Замаскіна П. Диференціація як провідний принцип допрофільної підготовки учнів основної школи. *Рідна школа*. 2011. № 1–2. С. 56–60. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/rsh_2011_1-2_14.

37. Литвин А., Опольська А. Інноваційні методи та підходи до формування професійної культури кваліфікованих робітників під час професійної підготовки. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. 2025. № 218. С. 304–309.

38. Малихін О. В., Арістова Н., Ліпчевська І., Павловська О., Борзенкова Т. Організаційно-методичні умови допрофільного та профільного навчання в закладі загальної середньої освіти на засадах концепції Нової української школи: результати організаційно-підготовчого етапу всеукраїнського експерименту. *Український педагогічний журнал*. 2025. № 2. С. 94–104. URL:

<https://uej.undip.org.ua/index.php/journal/article/download/861/1071?inline=1>

(дата звернення: 01.04.2025).

39. Марченко Б. Педагогічний контроль під час використання гри як елементу рухової діяльності учнів на уроках фізичної культури. *Теорія і методика професійної підготовки у сучасних коледжах, училищах*. 2023. С. 115–118.

40. Міністерство освіти і науки України. Лист № 1/9-273 від 30.05.2003. Про концепцію профільного навчання в старшій школі (проект). URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v_273290-03#Text (дата звернення: 01.04.2025).

41. Мітова О. О., Івченко О. М. Вдосконалення системи тестів для контролю технічної та спеціальної фізичної підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки на основі факторного аналізу. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2017. Вип. 12. С. 58–62.

42. Москаленко В. В. Генетична теорія розвитку мислення Жана Піаже у соціально-психологічному контексті. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. Київ : Фенікс, 2020. С. 200–211.

43. Навчальні програми з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку : збірник / упоряд. В. Ю. Гаврилюк. Біла Церква : КВНЗ КОР Академія неперервної освіти, 2016. 210 с.

44. Наумчук В. І. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури в процесі самостійної роботи зі спортивних ігор. Тернопіль : Астон, 2009. 132 с.

45. Олексенко І. В. Основні тенденції розвитку уваги в підлітковому віці. *Соціально-психологічні аспекти розвитку суб'єктів освітнього процесу*. 2023. С. 138–141.

46. Основи техніки виконання та методичні рекомендації по навчанню елементів гри у баскетбол / Укладачі: Гавришко С. Г., Продан О. О., Фунтікова Н. О. Мукачево : МДУ, 2016. 95 с.

47. Основи техніко-тактичної підготовки в баскетболі : навч. посібник / А. О. Аркуша, С. В. Королінська, Н. І. Ізмайлова та ін. Харків : НФаУ, 2013. 103 с.

48. Отравенко О. В., Довгань Н. Ю., Ганчева В. І., Гончаренко В. І. Новітні технології навчання фізичній культурі учнівської молоді в умовах глобальних змін і викликів. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2022. № 3. С. 6–20. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlup_2022_3_3.

49. Отравенко О. В., Олійник В. М. Аналіз стану сформованості мотивації до рухової активності здобувачів базової середньої освіти на уроках фізичної культури за допомогою гри в баскетбол. *SCIENTIFIC COLLECTION «INTERCONF»*. 2021. № 86. С. 209–214.

50. Отравенко О.В. Психофізична підготовка майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності. № 109 (2025): Збірник наукових праць "Педагогічні науки". DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2413-1865/2025-109-9>.

51. Отравенко, О. В., Ливацький, О. В., & Ваховський, Л. Ц. (2025). Системний аналіз у методології наукових досліджень галузі фізичної культури. *Педагогічна Академія: наукові записки*, (24). <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/1493>

52. Отравенко, О. В., & Ливацький, О. В. (2025). Теорія і методика фізичного виховання як провідний освітній компонент професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури. *Педагогічна Академія: наукові записки*, (22). <https://doi.org/10.5281/zenodo.17216068>

53. Прозар М., Петрова Ю., Гоншовський В. Індивідуалізація тренувального процесу баскетболістів: сучасні технології та персоналізований підхід. URL: <https://science.kpnu.edu.ua/naukovi-pratsi-vykladachiv>. 2025. С. 848–851.

54. Проніков О. Підготовка вчителя фізичної культури. Досвід та перспектива. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. *Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки*. Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2015. № 1 (29). С. 17–22.

55. Савченко О. Я. Компетентнісний підхід як ресурс інноваційного розвитку шкільної освіти. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*. 2015. № 33. С. 161–167.

56. Самоленко Т. В., Караулова С. І. Спеціальні принципи тренування як фактор ефективної підготовки спортсменів. *Основи побудови*

тренувального процесу в циклічних та екстремальних видах спорту. 2021. С. 40–46.

57. Седляр Ю. В. Принцип хвилеподібності і варіативності як універсальний механізм побудови оздоровчих навантажень. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2021. Вип. 12 (144). С. 134–137. DOI: 10.31392/NPU-nc.series15.2021.12(144).28.

58. Сергеева В. Ф., Капітула К. О. Інноваційні методи навчання в сучасній школі. Сучасні теоретичні й прикладні контексти спеціальної та інклюзивної освіти : зб. тез доп. *Всеукр. наук.-практ. конф.* (11–12 травня 2021 р., Луцьк). Луцьк : ФОП Іванюк В. П., 2021. С. 126–130.

59. Соколенко О. І. Особливості занять фізичними вправами здобувачів базової середньої освіти, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи. Сучасні тенденції та перспективи розвитку якісної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах ступеневої освіти: зб. наук. праць за матер. *VI міжнародної наук.-практ. конф.* (Полтава – Лубни, 18-19 квітня 2024 р.). Полтава: вид-во ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», 2024. С. 82-85.

60. Солтик О. Оновлення змісту професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури на засадах інтегративного підходу. *Psychology Travelogs*. 2022. № 1. С. 98–116. DOI: <https://doi.org/10.31891/PT-2022-1-7>.

61. Соціометрія як метод дослідження міжособистісних стосунків : Методичні рекомендації для студентів педагогічних вузів / Укладачі: Чудаєва Н. В., Шулдик Г. О. Умань : ПП Жовтий, 2013. 38 с.

62. Сухомлинський В. О. Серце віддаю дітям. Вибрані твори: у 5 т. Київ, 1977. Т. 3. 282 с.

63. Сухопара І. Г., Войтюк В. В. Історія розвитку дослідницького методу навчання: від витоків до сучасності. *Актуальні питання у сучасній*

науці. 2023. № 11(17). С. 1021–1033. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/47081> (дата звернення: 21.11.2025).

64. Терехова М. В., Переверзева С. В. Вплив фізичного виховання на когнітивний розвиток дітей: зв'язок між фізичною активністю та навчальними досягненнями. *The 7th International Scientific and Practical Conference “Modern Research in Science and Education”* (7–9 March 2024). Chicago, USA : BoScience Publisher, 2024. С. 245–249.

65. Тищенко В. О., Чиженок Т. М., Коваленко Ю. О. Теорія і методика фізичного виховання (загальні основи) : курс лекцій. Запоріжжя : ЗНУ, 2024. 61 с.

66. Федик О. В. Психологія спорту / ред. та упоряд. Івано-Франківськ : Інін, 2013. 226 с.

67. Федь І., Гордеева К. Культурно-історичні аспекти теоретичного пошуку модерного концепту предмету «фізична культура» в НУШ. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2022. № 2 (102). С. 101–108.

68. Хлус Н. Психолого-педагогічні аспекти використання інноваційних технологій під час вивчення спортивних ігор. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*. 2025. № 3. С. 64–77. DOI: <https://doi.org/10.31652/3041-2463/2025-3-5>.

69. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навч. посіб. Харків : ОВС, 2008. 406 с.

70. Чиженок Т. М., Коваленко Ю. О. Професійна майстерність учителя фізичної культури : навчальний посібник. Запоріжжя : ЗНУ, 2024. 105 с.

71. Шавель Х. Є., Бойко Ю. С., Соколенко Л. С. Інноваційні моделі підготовки здобувачів вищої освіти в галузі фізичного виховання та спорту. *Академічні візії*. 2023. № 17. URL: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/219> (дата звернення: 12.06.2025).

72. Шинкарьов С. І., Гордієнко П. Ю., Янович І. В. та ін. Оптимізація тренувального процесу: класифікація та завдання різних типів занять у спортивній підготовці. *Фізичне виховання та спорт*. 2025. № 1. С. 462–470.

73. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2007. С. 56.

74. Школа О. М., Отравенко О. В., Фоменко О. В., Сичов Д. В. Оздоровчі фітнес технології в навчанні: навчальний посібник для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальностей А7 Фізична культура і спорт, А4 Середня освіта (Фізична культура) / уклад.: О. М. Школа, О. В. Отравенко, О. В. Фоменко, Д. В. Сичов. Полтава : Вид-во «ДЗ ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2025. 129 с.

<https://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/handle/123456789/11016>

75. Oleksandr A. Arkhypov, Andrii M. Laichuk, Pavlo P. Tkachenko, Olena V. Otravenko, Oksana V. Khurtenko, Olena V. Otroshko, Serhii Yu Redko (2025). Assessment of students' body response to physical exertions based on quantitative criteria of resistance. *Wiadomości Lekarskie*, 78 (8), 1511-1521.

<https://doi.org/10.36740/WLek/209504>

76. Bezmylov M., Shynkaruk O., Zhigong Sh., Yang L., Hanpeng W., Xiao L., Grihan G., Semeniv B., Otravenko O., Zhukovskyi Ye., Denysovets A., Onufrak A. (2024). Specific Game Abilities and their Significance for Determining the Prospects of Youth National Basketball Team Players. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 12(4), 699-708. doi: 10.13189/saj.2024.120412. <https://www.hrpub.org/download/20240730/SAJ12-19937758.pdf>

77. Otravenko Olena Leisure and recreational activities of student youth in the context of healthpreservation. / O.Otravenko, O.Shkola, O.Shynkarova, V. Zhamardiy, O. Iyvatskyi, D. Pelypas. *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, Vol. 2021. 12(3). 146-154. DOI: 10.47750/jett.2021.12.03.014. URL: https://www.academia.edu/124681216/Leisure_and_recreational_activities_of_student_youth_in_the_context_of_health_preservation

78. Otravenko O.V. (2022). Trends in the development of creative scientific potential in higher education applicants. *SWorldJournal*, 2(15-02), 40–45.

DOI: <https://doi.org/10.30888/2663-5712.2022-15-02-006>

79. Olena Otravenko, Olena Shkola, Valeriy Zhamardiy, Olena Sokolenko, Olena Pavliuk, Oleksandr Hadiuchko Analysis Of The Current State Of Training Of Future Specialists In Physical Culture And Sports In The Conditions Of Distance Learning. *Journal of Positive School Psychology*. <http://journalppw.com> 2022, Vol. 6, No. 8, PP. 6018-6031. ISSN 2717-7564.

80. Otravenko, Olena, V., Shkola, Olena M., Zhamardiy, Valeriy O., Pavliuk, Olena M., Radchenko, Alina, V., Donchenko, Viktoriia I., Myronenko, Svitlana G. (2024). Method of physical improvement of higher education students by means of functional training in the aspect of healthpreservation. *Acta Balneologica*. 179(1). pp. 40-48. DOI: 10.36740/ABAL202401107.

ВІДГУК

наукового керівника **Соколенко Олени Іванівни**

на кваліфікаційну роботу Горвата Василя Васильовича

за темою: **«Методика допрофільного навчання здобувачів базової середньої освіти за спортивним напрямком «баскетбол», подану на присвоєння другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 014.11 «Середня освіта. (Фізична культура)»**

Актуальність дослідження Горвата В. В. зумовлена сучасними трансформаціями в системі української освіти. Вони вимагають формування в учнів базових компетентностей для успішної соціалізації та професійного самовизначення. У цьому контексті допрофільне навчання набуває особливого значення, оскільки готує учнів до усвідомленого вибору майбутнього освітнього профілю.

Магістрантом оброблено достатній обсяг літературних джерел (70 найменувань), проаналізовано сучасний стан наукової проблеми організації допрофільного навчання школярів засобами ігрових видів спорту. Розглянуто теоретичні основи вдосконалення процесу фізичної та техніко–тактичної підготовки учнів 5–9 класів на засадах системного, компетентнісного та особистісно орієнтованого підходів.

Слід відзначити професійну компетентність автора в чітко визначеній меті, об'єкті та предметі дослідження на основі чого були окреслені завдання кваліфікаційної роботи.

У кваліфікаційній роботі автором проаналізовано практичні аспекти реалізації авторської методики, яка поєднує традиційні та інноваційні форми навчання, враховує вікові та психофізичні особливості школярів. Експериментально впроваджено систему змістових модулів і навчально–тренувальних засобів, спрямованих на розвиток технічних умінь, формування тактичного мислення та виховання соціальних компетентностей через командну взаємодію.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання його результатів у закладах загальної середньої освіти під час організації допрофільного навчання учнів за спортивним напрямком, у роботі спортивних секцій та гуртків, а також у процесі підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Запропонована методика може стати основою для підвищення ефективності освітнього процесу, сприяти вихованню мотивації до занять спортом і створювати умови для подальшого професійного самовизначення школярів.

Магістрант в науковій діяльності проявив самостійність, високу працездатність, цілеспрямованість і наполегливість.

Як науковий керівник вважаю, що кваліфікаційна робота Горвата Василя Васильовича відповідає вимогам, що висувають до оформлення кваліфікаційних робіт та може бути рекомендована до захисту, а її автор заслуговує на присвоєння другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 014.11 «Середня освіта. (Фізична культура)».

Науковий керівник:

к.п.н., доцентка, доцентка кафедри
теорії та методики фізичного

виховання



Олена СОКОЛЕНКО

РЕЦЕНЗІЯ

на кваліфікаційну роботу Горвата Василя Васильовича
за темою: **«Методика допрофільного навчання здобувачів базової середньої освіти за спортивним напрямком «баскетбол»**, подану на присвоєння другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 014.11 «Середня освіта. (Фізична культура)»

Робота виконана на кафедрі теорії та методики фізичного виховання державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».

Магістерська робота містить усі необхідні структурні елементи: вступ, 3 розділи, висновки до кожного з них, загальні висновки та список використаної літератури (70 позицій).

Рецензована кваліфікаційна робота виконана у руслі проблематики сучасних досліджень у галузі фізичної культури, скерованих на вивчення методики допрофільного навчання здобувачів базової середньої освіти за спортивним напрямком «баскетбол».

У кваліфікаційній роботі основну увагу зосереджено на оцінці не лише рівня розвитку окремих фізичних і технічних показників, а й впливу програми на тактичне мислення, мотиваційну активність та соціальну взаємодію учнів.

Метою даного дослідження є розробка та обґрунтування методики допрофільного навчання з баскетболу для учнів базової середньої освіти. Дана робота має велике теоретичне та практичне значення.

Запропонована методика може стати основою для підвищення ефективності освітнього процесу, сприяти вихованню мотивації до занять спортом і створювати умови для подальшого професійного самовизначення школярів.

Магістерська робота виконана на належному рівні, демонструє наявність необхідних знань з обраного напрямку дослідження. Робота цілісно

висвітлює поставлені завдання, якісно оформлена. Висновки вичерпні та коректні.

Суттєвих зауважень до роботи немає.

Вище викладене дає можливість зробити висновок, що кваліфікаційна робота «Методика допрофільного навчання здобувачів базової середньої освіти за спортивним напрямком «баскетбол»» є самостійним завершеним науковим дослідженням, а В. В. Горват заслуговує на позитивну оцінку та присвоєння кваліфікації «магістр» за спеціальністю 014.11 «Середня освіта. (Фізична культура)».

Рецензент:

В. о. завідувача кафедри
олімпійського та професійного спорту
ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка»,
канд. наук з фіз. вих. і спорту,

доцент



Олександр МІЩЕНКО