

«ЗАТВЕРДЖЕНО»  
на засіданні кафедри  
спортивних та рекреаційних ігор  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол № \_\_  
Зав. каф \_\_\_\_\_ Ковцун В.І.

## **ДИДАКТИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ**

з дисципліни «Теорія і методика спортивних ігор»

**Модуль 2 (баскетбол)**

**рівень вищої освіти «бакалавр»**

**для студентів 1 курсу**

**спеціальність 017 Фізична культура і спорт**

**спеціалізація Фізична реабілітація**

©доц. Пасічник В. М.

©доц. Мельник В. О.

### **Тема 1. Історія гри в баскетбол**

#### План

1. Описати сучасний стан розвитку баскетболу в Україні і світі за матеріалами періодичних видань.

2. Різновиди баскетболу (стритбол, корфбол, міні баскетбол), основні відмінності їх правил, розміри майданчика, ігрове обладнання.

**1. Описати сучасний стан розвитку баскетболу в Україні і світі за матеріалами періодичних видань.**

За матеріалами періодичних видань (спортивні газети і журнали, спортивні розділи обласних і всеукраїнських газет, інтернет-видання) проаналізувати сучасний стан розвитку баскетболу в Україні і світі, вказавши (за завданням викладача):

- результати виступів баскетбольних команд на всеукраїнських дитячих, юнацьких та дорослих змаганнях;
- результати виступів баскетбольних команд (клубних, збірних України) на міжнародних змаганнях;
- стан функціонування та перспективи розвитку окремих баскетбольних команд (клубних, збірних України).

**2. Різновиди баскетболу (стритбол, корфбол, міні баскетбол).**

Описуючи різновид баскетболу (за завданням викладача), слід звернути увагу на наступні положення:

- історія розвитку;
- розміри майданчика;
- ігрове обладнання;

- склад команди;
- структура і тривалість гри;
- основні технічні прийоми;
- основні правила гри.

## **Тема 2. Методика навчання способам техніки і тактики гри**

### План

1. Алгоритм навчання прийому техніки гри.
2. Алгоритм навчання групових тактичних взаємодій в нападі.

### **1. Алгоритм навчання прийому техніки гри.**

Скласти послідовність вправ для навчання прийому техніки гри (за завданням викладача).

#### Варіанти завдання

- Скласти алгоритм вправ для навчання кидка м'яча в кошик з подвійного кроку після ведення або після передачі від партнера.
- Скласти алгоритм вправ для оволодіння технікою ведення м'яча або передачі м'яча на місці та в русі.

При вивченні будь-якого прийому гри повинна зберігатися послідовність формування техніко-тактичної дії, вивчення якої проходить поетапно:

- 1) ознайомлення з прийомом техніки гри за допомогою методів: показу і розповіді;
- 2) вивчення прийому в спрощених умовах за допомогою методів (в цілому і по частинам);
- 3) вдосконалення прийому в умовах наближених до умов гри;
- 4) застосування прийому в грі (1).

При ознайомленні необхідно розказати початківцям про значення та доцільність застосування технічного прийому, що вивчається, у грі та створити у них загальну зорову і рухову уяву про прийом гри за допомогою наочних і словесних методів. Враховуючи те, що у дітей образне мислення, вивчення прийому гри починається з показу, який супроводжується розповіддю про місце і значення прийому або дії в грі, а також найбільше раціональному його застосуванню в окремих ігрових ситуаціях.

Навчання в спрощених умовах передбачає добір загально-підготовчих, спеціально-підготовчих і підвідних вправ. Кількість цих вправ повинна бути великою, а дозування – не менше 10 раз. При цьому слід зосереджувати увагу початківців на правильне виконання рухової дії.

Для виконання прийому в більш складних умовах при вивченні прийомів гри змінюють вихідне положення, відстань, напрямок, швидкість руху, вводять перешкоди. Практичне вивчення прийому гри доцільно доповнювати

демонстрацією наочних посібників (кінограм, фотографій, схем, та інше), акцентувати увагу на найбільш важливих деталях.

Основне в заняттях баскетболом є гра, де і вдосконалюється виконання прийомів.

Послідовність вивчення прийомів повинна бути такою, що поступове введення їх в гру ускладнювало одноборство. При вивченні прийомів у нападі раціонально починати вивчення в захисті. Вивчаються прийоми гри паралельно, але не більше ніж на двох-трьох заняттях.

### **Алгоритм навчання**

#### 1. Аналіз структури руху прийому техніки гри.

Перед вивченням кожного прийому техніки гри важливо зробити аналіз способу виконання, виділивши:

- фази прийому техніки гри;
- підготовчу, основну і заключну частини прийому техніки гри;
- визначальну ланку прийому техніки гри, основи техніки і деталі;
- проста чи складно координаційна рухова дія.

#### 2. Вибір практичного методу навчання.

В залежності від координаційної складності прийому гри вибирається практичний метод навчання: якщо прийом простий – метод вивчення в цілому, а якщо складно координаційний – то метод вивчення по частинам.

#### 3. Вибір засобів навчання (фізичних вправ).

Спочатку підбираються підготовчі вправ – вправи для розвитку фізичних якостей, необхідних для виконання прийому гри.

Потім підбираються підвідні вправи – вправи, які за структурою руху схожі до вправи, що вивчається, або її частин і простіші від неї.

Якщо прийом техніки гри вивчається методом в цілому, то спочатку вивчаються фази підготовчої частини. Якщо прийом техніки гри вивчається методом по частинам, то спочатку вивчаються визначальна ланка і фази основної частини.

#### 4. Вибір дозування навантаження.

Якщо вправа тільки вивчається, кількість повторень підвідних вправ має бути великою (8-10 разів), а кількість повторень основної вправи має бути малою (3-4 рази).

Якщо вправа вже вивчена до рівня вміння, кількість повторень підвідних вправ має бути малою (3-4 рази), а кількість повторень основної вправи має бути великою (8-10 разів).

### **2. Алгоритм навчання групових тактичних взаємодій в нападі**

Скласти алгоритм навчання групових тактичних взаємодій в нападі (зі спеціальної літератури вибрати 4 тактичні комбінації при взаємодії двох або трьох гравців і описати).

При навчанні групових тактичних дій використовують метод регламентування, який включає в себе сувору послідовність дій гравців. Цим методом користуються при вивченні нових взаємодій, при удосконаленні комбінацій з визначеною кінцевою дією для певного гравця. При вивченні тактичної дії важливо досягнути синхронної послідовності включення в дію всіх виконавців.

Для цього баскетболісти з певного початкового розташування відпрацьовують взаємо пересування по схемі дій. Пізніше вводиться суперник і вправа виконується з поступово більшою активністю суперника до тих пір, поки не будуть уточнені та засвоєні всі деталі дії. Коли стандартна схема взаємодії засвоєна, робляться корекції та поправки на несподівану поведінку захисників, конкретизуючи можливі варіанти завершення атаки.

У тактичних вправах для нападників, організованих методом регламентування, уточнюються:

1. Вихідне положення гравців.
2. Послідовність включення в дію.
3. Способи, кількість і швидкість передачі м'яча.
4. Відстань між партнерами.
5. Відстань до гравців суперника.
6. Можливі варіанти завершення атаки.

У тактичних вправах для захисників уточнюються:

1. Вихідне положення гравців.
2. Послідовність включення в дію.
3. Спрямоване пересування.
4. Позиція відносно гравців суперника.
5. Варіанти підстрахування.

Вправи побудовані таким методом чітко конкретизують дії гравців, заставляють їх досягти задуманої мети найкоротшим шляхом, привчають до ігрової дисципліни, коли всі діють по єдиному плану.

При описі групових взаємодій (комбінацій) необхідно врахувати послідовність дій всіх гравців згідно методу регламентування.

### **Рекомендована література**

#### **Основна:**

1. Артюх В. М. Баскетбол / В. М. Артюх. – Львів: Піраміда, 1996. – 142 с.
2. Баскетбол : правила, гра, навчання : навч. посіб. / Ж. Л. Козіна, Н. М. Кондак, С. Г. Защук, Т. В. Москалець. – Харків : Точка, 2012. – 318 с. : іл.
3. Баскетбол : учебник для ин-тов физ. культ. / под ред. Н.В.Семашко. – Изд.-2-е перераб. – Москва : Физкультура и спорт, 1976. – 264 с.
4. Баскетбол : учебник для ин-тов физ. культ. / под ред. Ю.М. Портнова. – Изд. 3-е перераб. – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – 288 с.
5. Баскетбол : учебное пособие для студентов ин-тов физ. культ. /

В. М. Корягин, В. Н. Мухин, В. А. Божи́нар, Р. С. Мозола. – Киев : Вища шк., 1989. – 232 с.

6. Нестеровский Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений /Д. И. Нестеровский. – 3-е изд., стер. – Москва : Академия, 2007. – 336 с.

7. Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу : навч. посіб. / Вікторія Пасічник. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 78 с.

8. Поплавський Л. Ю. Баскетбол / Л. Ю. Поплавський. – Київ : Олімпійська література, 2004. – 444 с.

9. Пасічник В. Рекреаційні ігри : навч. посіб. / Вікторія Пасічник, Валерій Мельник. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 106 с. ISBN 978-617-7336-24-1

10. Спортивные игры и методика преподавания : учеб. для пед. ф-тов физ. культуры / под ред. Ю. И. Портных. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 316 с.

#### **Допоміжна:**

1. Гомельский А. Я. Баскетбол. Секреты мастера / А. Я. Гомельский. – Москва : ФАИ, 1999г. – 224 с.

2. Головка Д. Розвиток та становлення баскетболу на Львівщині до 1934 року / Головка Д., Пасічник В. // Баскетбол, історія, сучасність, перспективи : матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Дніпро, 2016. С. – 25–27.

3. Головка Д. Реалізація 3-очкових кидків збірної України на чемпіонаті Європи 2015 року та кваліфікаційного етапу чемпіонату Європи з баскетболу 2017 року / Денис Головка, Вікторія Пасічник // Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор : зб. наук. ст. – Львів, 2016. – С. 14–19.

4. Дидактичні ігри з м'ячами : навч. посіб. / авт. кол. : Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Виноградський Б. А. [та ін.]. – Л. : ЛДУФК, 2014. – 206 с.

5. Железняк Ю. Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков. – 2-е изд., стереотип. – Москва : Академия, 2004. – 520 с.

6. Костикова Л. В. Баскетбол (Азбука спорта) / Л. В. Костикова. – М. : ФиС, 2002. – 176 с.

7. Мандриков В. Б. Баскетбол на занятиях по физической культуре в медицинских и фармацевтических вузах : учеб. пособие / В. Б. Мандриков, Р. А. Туркин, М. П. Мицулина, И. А. Ушакова, С. А. Голубин. – Волгоград, 2012. – 237 с.

8. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.

9. Новикова Г. В. Организация и проведение соревнований по баскетболу и стритболу : учеб. пособие / Г. В. Новикова, Т. Г. Коваленко, А. В. Швардыгулин. – Волгоград : Изд-во ВолГУ, 2003. – 72 с.

10. Пасічник В. М. Теоретичні аспекти використання вправ та ігор з елементами баскетболу у фізичному вихованні дітей дошкільного віку / Пасічник

В.М., Пасічник В.Р. // Баскетбол: історія, сучасність, перспективи: матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції (м. Дніпро, 20-21 грудня) / відповід. ред. О. О. Мітова; тех. ред. Т. В. Михайлова. – [Електронний ресурс] - Дніпро : ДДІФКіС, 2016. – С. 238–241.

11. Келлер В. С. Факторы результативности соревновательной деятельности при розыгрыше стандартных положений / В. С. Келлер, Е. Н. Приступа // Проблемы повышения мастерства спортсменов : тез. докл. науч.-практ. конф. – Чебоксары, 1989. – С. 71.

12. Келлер В. С. Характеристики соревновательной деятельности и методика повышения результативности баскетболистов при розыгрыше стандартных положений / В. С. Келлер, Е. Н. Приступа // Научно-педагогические проблемы физической культуры и спорта в свете основных направлений перестройки высшего и среднего 10 специального образования в республике : тез. докл. респуб. науч.-практ. конф. – Ивано-Франковск, 1988. – С. 100–101.

13. Келлер В. С. [Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях \(ДСВКС\) единоборств и игр](#) / В. С. Келлер // Педагогика. Психология. Сборник. – Москва, 1980. – С. 116–117.

14. Келлер В. С. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки / В. С. Келлер // Современная система спортивной подготовки. – Москва : СААМ, 1995. – С. 41–50.

15. Приступа Е. Н. Факторы результативности соревновательной деятельности при розыгрыше стандартных положений в баскетболе / Е. Н. Приступа // Научно-методическое обеспечение системы подготовки высококвалифицированных спортсменов и спортивных резервов : материалы Всесоюз. науч.-практ. конф. – Москва, 1990. – С. 226–227.

16. Приступа Е. Н. Моделирование соревновательных воздействий в учебно-тренировочном процессе квалифицированных баскетболистов / Е. Н. Приступа, А. Б. Мацак, Ю. М. Черкасов // Научно-методическое обеспечение системы подготовки высококвалифицированных спортсменов и спортивных резервов : материалы Всесоюз. науч.-практ. конф. – Москва, 1990. – С. 227–228.

17. Родин А. В. Баскетбол в университете : Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст] : учеб. пособие / А. В. Родин, Д. В. Губа. – М. : Советский спорт, 2009. – 168 с.

18. Удосконалення техніко-тактичних підготовки кваліфікованих спортсменів у стрітболі : перспективи досліджень / В. В. Яцковський, В. О. Мельник, Н. В. Кудріна, Я. І. Гнатчук // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. - Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2019. - Вип. 2 (108). - С. 186-191.

19. Яцковський В. Засоби контролю спеціальної фізичної та технічної підготовленості кваліфікованих спортсменів у стрітболі / Яцковський Володимир, Мельник Валерій, Пітин Мар'ян, Кудріна Ніна // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. - Вінниця, 2019. - Вип. 7 (26). - С. 242-248

### Інформаційні ресурси інтернет

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
3. Баскетбол : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. автореф. дис. галузі фіз. культури та спорту [Електронний ресурс]/ уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 70 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”, вип. 2). <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/280>
4. Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. автореф. дис. галузі фіз. культури та спорту [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. – (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму” ; вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962>
5. Офіційні правила баскетболу [Режим доступу] / [http://ukrbasket.net/frontend/webcontent/images/photoGallerys/2011/07\\_2011/11/basketball\\_equipment.pdf](http://ukrbasket.net/frontend/webcontent/images/photoGallerys/2011/07_2011/11/basketball_equipment.pdf)
6. Офіційний сайт ФІБА [Режим доступу] / [www.fiba.com](http://www.fiba.com)
7. Офіційний сайт Федерації баскетболу України [Режим доступу] / <http://ukrbasket.net/?ret=home>
8. Офіційний сайт ФІБА [Режим доступу] / [www.fiba.com](http://www.fiba.com)
9. Офіційний сайт Федерації баскетболу України [Режим доступу] / <http://ukrbasket.net/?ret=home>
10. Вплив занять баскетболом на фізичний розвиток баскетболісток / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Любомир Вовканич, Федір Музика // Спортивна наука України. - 2018. - № 2(84). - С. 9-13. - Режим доступу : <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/737/712>
11. Яцковський В. Показники для контролю змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів у стрітболі / Володимир Яцковський, Валерій Мельник, Ярослав Гнатчук // Спортивна наука України. - 2018. - № 5(87). - С. 32-38. - Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/786/760>