

Відносно інструментальних цінностей, перше місце за загальним визначенням посіла освіченість (широта знань, висока загальна культура), які виступають засобом досягнення життєвого успіху. Але аж на 15 місці знаходиться акуратність (охайність, вміння тримати свої речі у порядку, порядок у справах), яка опосередковано характеризує і організованість людини у справах. Як бачимо, розбіжність мотивів велика у спортсменів 1 і 2 групи, спортсменів 1 групи не розуміють, що для отримання успішного результату в спортивній діяльності необхідно багато пізнавати нового, не можуть зіставити мету і шляхи її досягнення.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Дослідження спортивної мотивації свідчать, що найбільший інтерес являють мотиви, які визначають ставлення до реальних обставин. Майже всі спортсмени не задоволені рівнем матеріального забезпечення, вирішенням побутових питань. Серед заходів підвищення рівня спортивної мотивації більшість опитаних назвали правильне використання засобів матеріального та морального заохочення, поліпшення організації праці, можливість обговорення і самостійного прийняття рішень щодо їх використання. Таким чином, в результаті проведення аналізу існуючих теоретичних та практичних надбань щодо проблеми взаємозв'язку між індивідуально-психологічними властивостями особистості і мотивації на успіх у діяльності, можна відзначити, що на сьогоднішній день проблема впливу індивідуально-психологічних властивостей спортсменів-дзюдоїстів на мотивацію на успіх у спортивній діяльності не знайшла належного висвітлення в науковій літературі, та потребує подальшого дослідження.

#### References

1. Batista, M., Castuera, R. J., Honório, S., Petrica, J., & Serrano, J. (2016). Self-determination and life satisfaction: An exploratory study with veteran judo athletes. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 11(2s), 90-91.
2. Burikov, A. V., & Yaroslavl Higher Military School of Air Defense of the Ministry of Defence of the Russian Federation. (2018). Peculiarities of psychological training of sportsmen. *A Breakthrough in Science: Development Strategies*. TSNS Interaktiv Plus.
3. Delrue, J., Soenens, B., Morbée, S., Vansteenkiste, M., & Haerens, L. (2019). Do athletes' responses to coach autonomy support and control depend on the situation and athletes' personal motivation?. *Psychology of sport and exercise*, 43, 321-332.
4. Gillet, N., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Baldes, B. (2010). Influence of coaches' autonomy support on athletes' motivation and sport performance: A test of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Psychology of sport and exercise*, 11(2), 155-161.
5. Korobeynikov, G. V., Korobeynikova, L. G., Romanyuk, L. V., Dakal, N. A., & Danko, G. V. (2017). Relationship of psychophysiological characteristics with different levels of motivation in judo athletes of high qualification. *Pedagogics Psychology Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports*, 21(6), 272.
6. Schmid, M. J., Charbonnet, B., Conzelmann, A., & Zuber, C. (2021). More success with the optimal motivational pattern? A prospective longitudinal study of young athletes in individual sports. *Frontiers in psychology*, 11, 4062.
7. Sérgio, L. C. dos S., Luiz, F. C. J., Miguel, A. T., & Jose, L. L. L. (2017). Olympic and world champion judo athletes: Motivational aspects. *Journal of Physical Education and Sport Management*, 8(2), 24-31.
8. Serpell, B. G., Strahorn, J., Colomer, C., McKune, A., Cook, C., & Pumpa, K. (2018). The effect of speed, power and strength training, and a group motivational presentation on physiological markers of athlete readiness: A case study in professional rugby. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 14(1), 1-15.
9. Sterkowicz-Przybycien, K., Blecharz, J., & Sterkowicz, S. (2017). Motivation in judo: rethinking the changes in the European society. *Archives of Budo*, 13, 227-234.
10. Zienius, M., Skarbalius, A., Zuoza, A. K., & Pukėnas, K. (2018). Peculiarities of pre-competitive psychological factors, sport performance indicators and physiological demands in youth golf. *Baltic Journal of Sport & Health Sciences*, 2(93). doi:10.33607/bjshs.v2i93.119.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2021.10(141).20  
УДК 796.011.3

**Паєлова Т.В.**

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент*

**Бричук М.С.**

*кандидат географічних наук, викладач*

**Єфанова В.В.**

*старший викладач*

**Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ**

#### **ВИКОРИСТАННЯ БАСКЕТБОЛУ В ПОЗАУРОЧНИХ ФОРМАХ ЗАНЯТЬ З ДІТЬМИ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

*Використання тренувальних занять по баскетболу в старшому шкільному віці повинно враховувати функціональний стан організму дітей. В експериментальній групі 80% дітей мали середній рівень соматичного здоров'я і 20 % нижче середнього. Вище середнього, низького і високого рівня не виявлено. В контрольній групі 40 % досліджених мали низький рівень соматичного здоров'я, 30% досліджених – мали нижче середнього рівень соматичного здоров'я і 30 % – середній рівень. Вище середнього і високого рівня не виявлено. За результатами дослідження можна відмітити, що відхилень в регуляції серцево-судинної системи як в контрольній, так і в експериментальній групах не виявлено. Аналіз результатів педагогічного тестування дозволив установити в віковому аспекті їх поступовий, але як правило нерівномірний зріст. Проведений аналіз тестування стрибка у довжину виявив, що: в експериментальній групі всі учні показали кращий результат на початковому етапі ніж на кінцевому. Порівнявши результати, можемо зробити висновок, що результати в двох групах були достатньо високими та відповідали показникам фізичної підготовленості учнів*

старшого шкільного віку.

**Ключові слова:** баскетбол, старший шкільний вік, позаурочні форми занять, фізичне виховання.

**Pavlova Tetyana, Brichuk Maria, Efanova Valentina. Use of basketball in extracurricular forms of classes with children of senior school age.** Basketball, as an important means of physical education and health improvement of children, is included in the compulsory programs of general education schools. Basketball provides versatile development, an increase in almost all motor and coordination qualities, agility and accuracy. Purpose: to assess the effectiveness of using basketball equipment in extracurricular activities with children of senior school age. Materials and methods: theoretical analysis of scientific literature data, anthropometric methods, physiological methods, assessment of the level of somatic health, pedagogical methods, statistical methods of data processing. The experiment involved 20 children aged 15-17 years old, students of 9-11 grades of a comprehensive school. Results. The use of training lessons in basketball in senior school age should take into account the functional state of the body of children. In the experimental group, 80% of children had an average level of somatic health and 20% below average. Above average, low and high levels were not identified. In the control group, 40% of the pupils had a low level of somatic health, 30% of those studied had a lower than average level of somatic health and 30% had an average level. Above average and high levels were not revealed. According to the results, it can be noted that there were no deviations in the regulation of the cardiovascular system, both in the control and in the experimental groups. The analysis of the results of pedagogical testing made it possible to establish in the age aspect their gradual, but, as a rule, uneven growth. The analysis of testing the long jump found that: in the experimental group, all students showed better results at the initial stage than at the final stage. Conclusions. Comparing the results, we can conclude that the results in the two groups were quite high and corresponded to the indicators of physical fitness of senior schoolchildren.

**Key words:** basketball, senior school age, extracurricular activities, physical education.

**Постановка проблеми.** Баскетбол, являється захоплюючою, атлетичною грою, представляє собою цінний засіб фізичного виховання. Він дуже популярний серед школярів. Баскетбол, як важливий засіб фізичного виховання і оздоровлення дітей включається в обов'язкові програми загально-освітніх шкіл [8, 10].

Серед спеціалістів по баскетболу на даному етапі немає єдиного віку для початку заняття баскетболом. Одні рекомендують починати вивчати прийоми баскетболу ще в шкільному віці навчальних закладах [7], інші [11] стверджують що діти 15-17 років можуть оволодіти окремими ігровими прийомами. У них достатній рівень розвитку фізичних якостей. Інші спеціалісти такі як, Сотник. Е., Л. Б. Кофман, Н.А. Фомін рекомендують починати вивчення баскетболу з 11-12 років. В зв'язку із цим дітям старшого віку баскетбол забезпечує різносторонній розвиток, приріст практично всіх рухових і координаційних якостей, спритності та точності.

Багаторазові ігрові ситуації, прийоми, передачі, введення м'яча розвивають можливість до аналізу своїх дій, об'єктивної оцінки промахів і помилок, швидкого пошуку шляхів їх виправлення [3].

Таким чином гра у баскетбол являється своєчасною моделлю навколишнього середовища людини, допомагаючи краще підготуватися до подальшої самостійної діяльності.

**Мета:** оцінити ефективність використання засобів баскетболу, в позаурочних формах занять з дітьми старшого шкільного віку.

**Матеріал і методи:** теоретичний аналіз даних наукової літератури, антропометричні методи, фізіологічні методи, оцінка рівня соматичного здоров'я, педагогічні методи, статистичні методи обробки отриманих даних.

В даному експерименті брали участь 20 дітей віком 15-17 років, учні 9-11 класів загальноосвітньої школи №226 м. Києва: 10 дітей регулярно займаються в позакласних гуртках баскетболом та 10 дітей займаються баскетболом тільки на уроках фізичної культури. Процедура наукових досліджень проводилася відповідно до етичних стандартів відповідального комітету з прав людини та письмової згоди директорів шкіл та батьків респондентів, що підтверджується відповідними документами.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У системі фізичного виховання баскетбол придбав таку популярність через економічну доступність гри, високої емоційності, великого видовищного ефекту і найголовніше, що ця гра сприятливо впливає на організм людини. Основу баскетболу складають прості природні рухи – стрибки, біг, передачі і кидки. Такі прийоми легко заучують як дорослі, так і учні. Тому баскетбол був включений в програму системи навчання та фізичного виховання учнів. Під час гри кожен гравець прагне перевершити свого суперника швидкістю своїх дій, які спрямовані на досягнення перемоги. Гра привчає гравців максимально мобілізувати свої сили і можливості, долати труднощі, що виникають під час гри, діяти з максимальною напругою фізичних і моральних сил. Всі ці фактори сприяють вихованню в учнів рішучості, наполегливості та цілеспрямованості. В ході гри постійно чергуються рухи та дії, які постійно змінюються за інтенсивністю та тривалістю і в кінцевому результаті вони надають комплексний вплив на організм учнів [1, 4, 5].

Баскетбол сприяє розвитку багатьох фізичних якостей, формування рухових навичок, а також зміцнює внутрішні органи. Обстановка під час гри постійно змінюється і весь час створюються нові ігрові ситуації. Такі умови змушують гравців постійно спостерігати за ходом гри, розвиває у них здатність миттєво оцінювати позицію, діяти швидко, винахідливо та ініціативно в будь-яких ситуаціях.

Баскетбол має не тільки оздоровчо-гігієнічне значення, але й агітаційно-виховне. Заняття баскетболом допомагають формувати наполегливість, сміливість, рішучість, чесність, впевненість у собі, почуття колективізму. Але ефективність виховання залежить, насамперед, від того, наскільки цілеспрямовано в педагогічному процесі здійснюється взаємозв'язок фізичного і морального виховання [12].

У системі освіти баскетбол включений в програми фізичного виховання дошкільної, загально-середньої, середньої, професійно-технічної, середньої спеціальної та вищої освіти [3, 9].

Різноманітність технічних і тактичних дій гри в баскетбол і власне ігрова діяльність володіють унікальними

властивостями для формування життєво важливих навичок і умінь школярів, всебічного розвитку їх фізичних і психічних якостей. Засвоєння рухових дій гри в баскетболі і сполучення з ним фізичних вправ, є ефективним засобом зміцнення здоров'я та рекреації і можуть використовуватися людиною протягом усього його життя в самостійних формах занять фізичною культурою (Кофман Л.Б., 1998).

Програма досліджень проводилася у відповідності з метою роботи. Вона включала дослідження по визначенні соматометричних характеристик морфологічного статусу, функціональних показників основних систем організму, фізичного стану в стані спокою і тренувальних занять. З метою визначення фізичного розвитку у досліджених вимірювали довжину і масу тіла, індекс Кетле, показники які відображають формування функціональних ознак організму на визначеному етапі його розвитку. Так, ці показники функціонального стану знаходилися у діапазоні антропометричних стандартів для відповідно вікових статевих груп учнів. На початку проведення кистьової динамометрії результат виявив, що в контрольній і експериментальній групі статистично значних відмінностей не спостерігається. А на кінцевому проведенні дослідження результат виявив підвищення показників у учнів експериментальної групи, у контрольній групі підвищення показників не спостерігалися. У всіх досліджених визначали рівень соматичного здоров'я по методиці Апанасенко Г.Л. [2]. В даному експерименті найбільша кількість учнів віднесена до середнього і низького рівня (65,7 %) соматичного здоров'я, середній рівень соматичного здоров'я мали 34,3% учнів, таким чином, весь контингент досліджених відноситься до групи здорових дітей.

Таблиця 1

Середнє значення фізичного розвитку індексу Кетле

Група	Довжина тіла, см.	Маса тіла, кг	Індекс Кетле, у.о.
Контрольна група n=10	160,1±8,04	58,4±3,07	353,6±18,61
Експериментальна група n=10	156,0±8,20	61,3±3,20	399,4±21,00

Для оцінки фізичного розвитку використовували метод індексу відхилення фактичної маси тіла від належної, а саме масо-ростовий індекс Кетле. В процесі дослідження було визначено відповідність маси тіла його довжині. Так серед обстежуваного контингенту (n = 20) нормальну масу тіла мали 70 % школярів, 20 % учнів мали дефіцит маси тіла і 10 % відмічалася загроза ожиріння (рис.1).

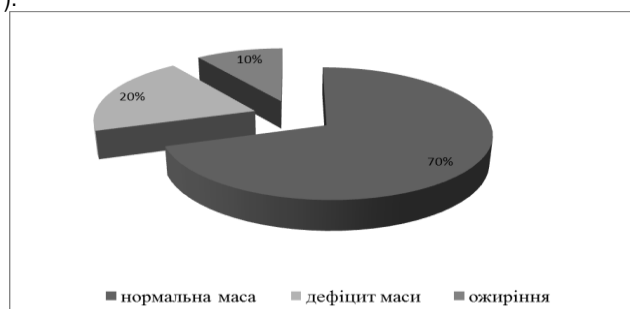


Рис. 1 Фізичний розвиток індексу Кетле учнів старшого шкільного віку.

В експериментальній групі 80% дітей мали середній рівень соматичного здоров'я і 20 % нижче середнього. Вище середнього, низького і високого рівня не виявлено ні в кого (рис. 2)

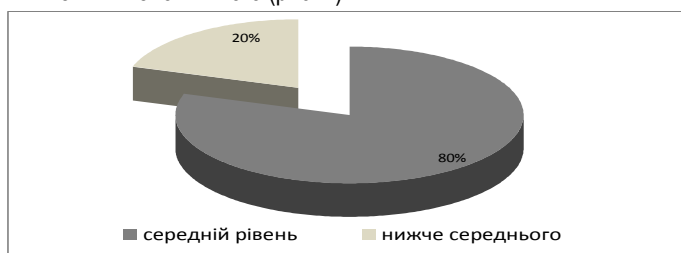


Рис. 2. Розподілення досліджуваних експериментальної групи по рівням фізичного стану на початку експерименту (n = 10)

В контрольній групі 40 % досліджених мали низький рівень соматичного здоров'я, 30% досліджених – мали нижче середнього рівень соматичного здоров'я і 30 % – середній рівень. Вище середнього і високого рівня не мав ніхто (рис. 3.)

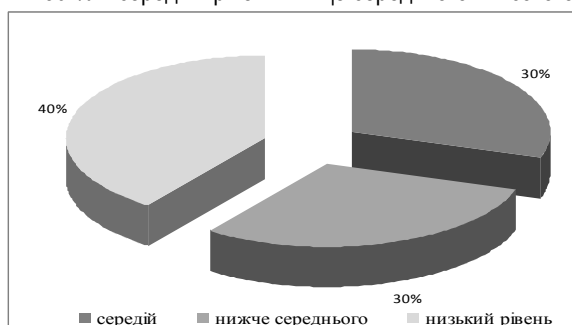


Рис.3. Розподіл досліджуваних контрольної групи по рівням фізичного стану на початку експерименту (n=10).

Розподіл досліджених по рівню фізичного стану у вікових групах дозволило дослідити що, в експериментальній групі:

- у 15 літніх учнів низький рівень фізичного стану не мав ніхто, нижче середній – 10 % дітей і середній рівень – 20 %.
- у 16-літніх учнів нижче середнього рівень фізичного стану мали 20 % дітей, середній – 10 %.
- у 17-літніх учнів нижче середнього рівень фізичного стану мали 10 % дітей, середній рівень – 30 % (рис. 4).

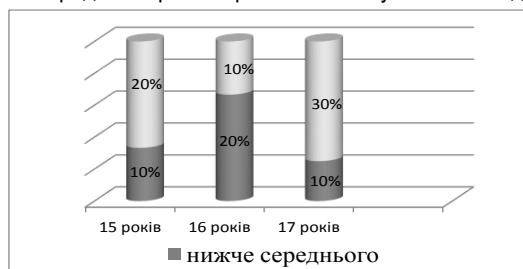


Рис. 4. Розподіл досліджених експериментальної групи по рівням фізичного стану в залежності від віку (n=10)

Контрольна група :

- у 15 літніх учнів низький рівень фізичного стану мали 10 % дітей, нижче середнього 20 %;
- у 16 літніх учнів низький рівень фізичного стану мали 10 % дітей, нижче середнього – 20 % дітей низький рівень 10% дітей;
- у 17 літніх учнів низький рівень фізичного стану мали 20 % нижче середнього – 10 % (рис. 5).

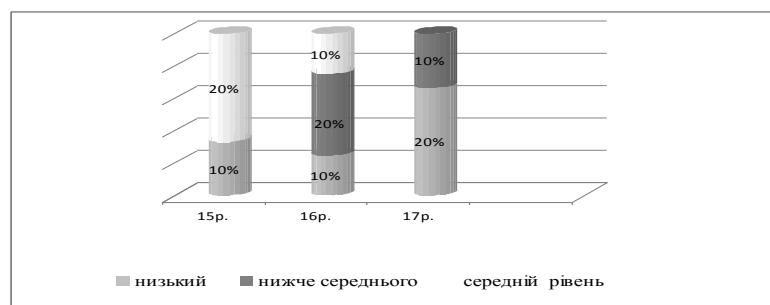


Рис.5. Розподіл досліджених контрольної групи по рівням фізичного стану в залежності від віку (n=10)

Таким чином можна сказати, що розподіл дітей по рівням соматичного здоров'я носить нерівномірний характер, що швидше за все пов'язаний з періодом статевого дозрівання і розвитком функціональних систем організму дітей старшого шкільного віку.

Використання тренувальних занять по баскетболу в старшому шкільному віці повинна враховувати функціональний стан організму дітей, зокрема, серцево-судинної і дихальної системи. У роботі визначали наступні функціональні показники; частоту серцевих скорочень в спокої (ЧССп), артеріальний тиск (АТп), життєву ємкість легень (ЖЕЛ).

Всі значення показників розглядалися диференційовано в експериментальній і контрольній групах учні по рівню фізичного стану.

Найбільш доступним показниками для спеціалістів фізичного виховання являються: ЧССп, АТсист і АТдіаст, які характеризують стан резерву серцево-судинної системи (табл. 2).

Таблиця 2

Показники серцево-судинної системи дітей 15-17 років, що досліджувались

Вік	Групи	ЧСС, уд.:хв <sup>-1</sup>		АТ сист, мм.рт.ст.		АТ діаст, мм.рт.ст.	
		х	σ	х	σ	х	σ
15-17 років	Експериментальна група	71,32	5,34	113,33	8,43	70,26	6,43
	Контрольна група	79,78	7,10	110,9	9,23	73,63	7,68

З точки зору вікового формування серцево-судинної системи організму, що розвивається, значення ЧССп в межах 68-85, уд.:хв<sup>-1</sup> в умовах відносного спокою рахуються фізіологічно виправданими для вікового періоду 15-17 років.

Індивідуальні значення ЧССп у 20% обстежених дітей були вище вікової фізіологічної норми. Крім цього також більш низькі значення ЧССп (нижче вікової норми), спостерігалися у 30% досліджених дітей. У інших учнів (50%) значення ЧССп знаходилися в нормах вікової фізіологічної норми. У обстежуваних дітей з різним рівнем соматичного здоров'я було виявлено, що чим нижчий рівень соматичного здоров'я, тим ближче значення ЧСС до верхньої границі норми.

Артеріальний тиск в старшому шкільному віці в значній мірі залежить від темпів росту скелету в довжину і розвиток судинної системи. Було виявлено, що у більшості досліджуваних значення даного показника відповідає середньостатистичним віково-статевим нормам.

Для толерантності оцінки серцево-судинної системи до дозуючого фізичного навантаження проводилась функціональна проба Руф'є (30 присідань за 45 с.)

Низький і нижче середнього рівня значень індексу Руф'є в експериментальній групі відмічено у 80% досліджуваних,

і 20% дітей мали вищий фізіологічний рівень.

В контрольній групі низький і нижче середнього рівня відмічено у 60% досліджуваних, усі інші 40% мали середній рівень фізичної підготовленості.

Дослідженні характеристики серцево-судинної системи, мали значний внутрішньо груповий розкид, що характерно для нетренованого контингенту.

Діапазон значень ЖЕЛ у віково-статевих групах від мінімальних до максимальних величин були відносними (таб. 3):

**Експериментальна група:**

у 15-літніх дітей від 2200-2400мл;

у 16-літніх 2400-2600мл;

у 17-літніх дітей від 2600-3000мл;

**Контрольна група :**

у 15-літніх дітей від 2100-2350мл;

у 16-літніх дітей від 2350-2500мл;

у 17-літніх дітей від 2500-2700мл.

Таблиця 3

Середньовікові значення ЖЕЛ та Індекса Робінсона обстежуваних учнів

Групи	Стать	n	ЖЕЛ, л		Індекс Робінсона	
			х	σ	х	σ
Експериментальна група	д	10	3,78	0,56	19,9	0,12
Контрольна група	д	10	4,28	0,29	18,9	0,12

При порівнянні зі статистичними даними значення ЖЕЛ у 10% дітей отриманих були вище норми, а у інших вони були у нормі.

За допомогою індексу Робінсона, як аеробних можливостей учнів, ми визначили, що в експериментальній групі: середній рівень мали 50% учнів, 30% учнів мали нижче середнього рівень і 20% мали низький рівень; у контрольній групі: на середній рівень виконали 40%, на нижче середнього 30% і на низький рівень виконали 30% учнів.

За результатами дослідження можна відмітити, що відхилення в регуляції серцево-судинної системи як в контрольній так і в експериментальній групах не виявлено.

Динаміка працездатності в старшому шкільному віці відображає вікову надійність функціонування дитячого організму. Динаміка працездатності характерна для більшості здорових учнів, які є встигаючими у навчальній діяльності. Однак, типологічні та вікові особливості організму дітей певною мірою можуть змінювати динаміку працездатності. Крім того, чим молодший школяр, тим нижчий рівень його працездатності та коротший період оптимальної стійкої працездатності.

В наших дослідженнях рівень фізичної працездатності визначався по результатам проби Руф'є.

В силу індивідуальних можливостей розвиток і функціонування організму виконання тесту Руф'є виявилось достатньо важким для більшості дітей контрольної групи старшого шкільного віку. Пробу Руф'є на оцінку, яка характеризує високу працездатність, не виконав жодний учень, як в контрольній так і в експериментальній групах. Середню оцінку фізичної працездатності отримали 20% дітей, незадовільну 50% дітей і погану 20% дітей.

З підвищенням рівня фізичного стану і по мірі збільшення віку спостерігалось зниження індексу Руф'є, що свідчить про підвищення фізичної працездатності. Динаміку адаптації організму до виконання проби з дозуючим навантаженням по мірі збільшення віку у обстежуваних дітей, можна пояснити природним вдосконаленням функціональних систем розвиваючого організму, що особливо проявляється при урахуванні рівня фізичного стану.

Таблиця 4

Показники фізичної підготовленості учнів старшого шкільного віку

Групи		Рухові тести							
		Біг 1500м., хв.	Човниковий біг 4x9, с.	Стрибки в довжину з місця, см.	Біг 60 м, с.	Штрафні кидки (кіп.влуч)	Підйом в сід за 30 с. (кіп.раз)	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи (кіп.раз)	
Експериментальна група (n = 10)	Початк. рез.	х	5,51	11,65	182	9,5	6	11	14
		σ	0,45	0,57	5,05	0,10	1	1	2
	Кінц. рез.	х	5,63	11,00	176	9,4	5	9	13
		σ	0,47	0,61	15,01	0,7	1	2	2
Контрольна група (n=10)	Початк. рез.	х	6,19	12,4	175	9,8	5	9	11
		σ	0,60	0,77	14,96	0,12	2	2	1
	Кінц. рез.	х	6,31	12,5	179	9,6	3	8	12
		σ	0,56	0,78	10,05	0,11	1	3	1

Фізичну підготовленість досліджених оцінювали по результатам педагогічного тестування, які виявляли рівень прояву основних рухових якостей; сили, швидкості, витривалості, спритності. Тести склалися із 8-ми контрольних вправ



(включаючи один баскетбольний тест).

В якості бігових тестів використовувала: біг на 60м, човниковий біг 4х90м, біг 1500м. Із силових і швидкісно-силових вправ були включені: стрибок в довжину з місця, підйом в сід із положення лежачи на спині за 30с, згинання і розгинання рук в упорі лежачи.

В якості баскетбольного тесту були використані штрафні кидки (ураховувалась кількість влучень з 10-ти кидків). Аналіз результатів педагогічного тестування дозволив установити в віковому аспекті їх поступовий, але як правило нерівномірний зріст.

При проведенні аналізу виконання тесту біг на 60 м. було визначено, що: в експериментальній групі кількість учнів показали кращий результат на початковому етапі. На початку тесту 7 дітей мали середній рівень і 3 учні мали низький рівень. На при кінці експерименту результат фізичної працездатності змінився, результат показав що 6 дітей мали середній рівень і 4 мали нижче середній рівень. У контрольній групі на кінцевому етапі учні показали кращий результат: 5 учнів мали середній рівень, 4 учні мали нижче середній рівень і 1 учень мав низький рівень. А на початку тесту учні показали гірший результат: 4 учні мали середній рівень, 4 учні нижче середній і 2 учні мали низький рівень. Тому порівнявши групи ми бачимо що експериментальна група має більш кращий результат фізичної підготовленості (рис. 6).

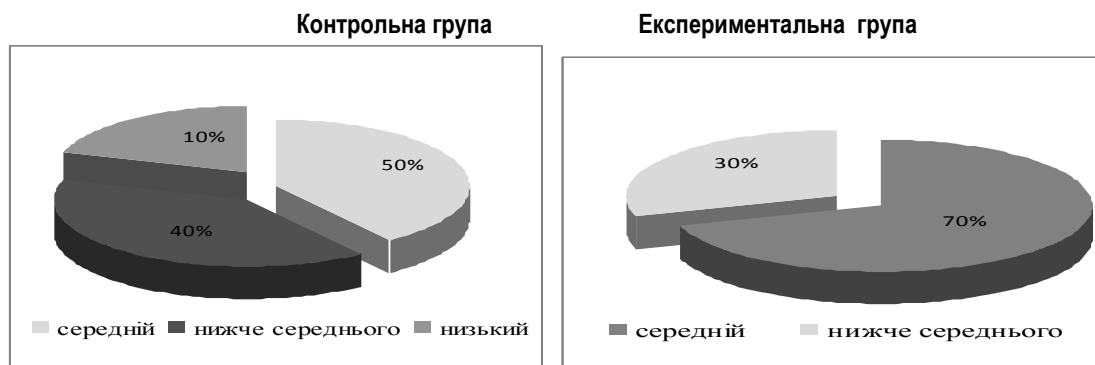


Рис. 6. Показники виконання тесту біг 60 м. дітей старшого шкільного віку на початок експерименту.

Проведений тест з бігу на 1500м виявив що учні експериментальної та контрольної групи показали хороший результат на початковому етапі. В експериментальній групі, на початку експерименту, на середній рівень тест виконали 5 учнів, 4 учні показали нижче середнього рівень і 1 учень показав поганий результат. В контрольній групі 4 учні виконали тест на середній рівень, 6 учнів на нижче середнього і 1 учень мав низький рівень. Тому тест з бігу на 1500м показав, що кращий результат виконали учні експериментальної групи.

Аналіз наступного тесту, яким був човниковий біг, виявив, що у учнів експериментальної групи середній рівень виконання тесту показали 5(50%) чоловік, 4 учні мали нижче середнього результат і 1 учень виконав вправи з показником низького рівня. Учні контрольної групи, на середній рівень виконали 3 учні, нижче середнього 5 учнів і 2 учні мали низький рівень. Порівнявши контрольну і експериментальну групи, ми бачимо, що експериментальна група знову має кращий результат фізичної працездатності.

Проведений аналіз тестування стрибка у довжину виявив, що: в експериментальній групі всі учні показали кращий результат на початковому етапі ніж на кінцевому. Результат стрибка у довжину виявив, що 3 учні мали середній рівень, на рівень нижче середнього виконали 5 учнів і 2 учні мали низький рівень фізичної підготовленості.

А у контрольній групі учні показали кращий результат на кінцевому етапі ніж на початку експерименту, на середній рівень виконало 3 учні, на нижче середнього рівень 5 учнів і 2 учні мали низький рівень. Порівнявши контрольну і експериментальну групи, треба відмітити, що дві групи виконали однакові результати і показали дуже хороший результат.

Аналіз тестування штрафних кидків виявив, що в експериментальній групі учні показали кращий результат на початковому етапі: 5 учнів показали середній результат, 5 учнів виконали з результатом нижче середнього. Також в експериментальній групі учні на початку експерименту не показали низького результату.

У контрольній групі, ми виявили, що учні також показали кращий результат на початковому етапі, ніж на кінцевому: 5 учнів показали середній результат, 4 учні виконали на результат нижче середнього і 1 учень показав низький рівень.

Аналіз тесту згинання і розгинання рук в упорі лежачи виявив, що в експериментальній групі учні показали кращий результат на початковому етапі ніж на кінцевому. 5 учнів показали середній рівень, 3 учні мали рівень нижче середнього і 2 учні мали низьку фізичну підготовленість. При проведенні останнього тестування, було виявлено, що учні мали гірший результат на початковому етапі. У контрольній групі ми виявили, що навпаки, учні показали кращий результат наприкінці експерименту ніж на його початку. 4 учні мали середній рівень фізичної працездатності, 5 учнів мали рівень нижче середнього і лише 1 учень мав низький результат фізичної підготовленості.

Аналіз тестування підйому із положення лежачи виявив, що в експериментальній групі кращий результат був на початку експерименту ніж наприкінці: 3 учні виконали на середній рівень, 6 – показали рівень нижче середнього і 1 учень мав низький рівень фізичної підготовленості.

У контрольній групі ми визначили, що учні також показали кращі результати на початковому етапі тестування ніж на кінцевому, та мали такі ж самі результати як і в експериментальній групі. Порівнявши їх, можемо зазначити, що отримані результати були відносно однаковими, і учні мали хорошу фізичну підготовленість.

**Висновки.** Порівнявши результати контрольної і експериментальної груп, можемо зробити висновок, що результати в двох групах були достатньо високими та відповідали показникам фізичної підготовленості учнів старшого

шкільного віку. В результаті проведеного тестування ми можемо зазначити, що фізична підготовленість учнів в обох групах була різною. Оптимальні дані дозволяють нам стверджувати, що і експериментальна і контрольна групи мали середній рівень фізичної підготовленості учнів, що дає шляхи для подальшого підвищення фізичної працездатності.

**Фінансування.** Наукова робота не має спеціального фінансування та виконана у відповідності до тематичного плану наукових досліджень Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021-2025 рр. у межах теми «Удосконалення системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей, підлітків і молоді в закладах освіти» (номер державної реєстрації 0121U108938).

**Вдячності.** Висловлюємо вдячність керівництву та науково-педагогічним працівникам кафедр теорії та методики фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України за можливість проведення досліджень.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

#### Література

1. Андреева, О., Ковальова, Н. (2013). Характеристика чинників, що лімітують упровадження позакласної роботи з фізичного виховання у старшій школі. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, (2), 45-53.
2. Апанасенко, Г. Л. (2004). Діагностика індивідуального здоров'я. *Гігієна і санітарія*, (2), 55-58.
3. Гайволя, Р. (2014). Педагогічні умови організації позакласної роботи з фізичного виховання учнів старших класів, 56.
4. Довженко Л., Кузнєцова Л., Зубович Ю. (2021). Сучасні підходи до організації процесу фізичного виховання дітей старшого шкільного віку. *Здоров'я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кращі практики*, 121.
5. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І., Безверхня Г.В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді: навч. посіб. 2011, 224 с.
6. Теория и методика физического воспитания. Под ред. Т.Ю. Круцевич.К.: *Олимпийская литература*, 2017. Т. 2. 392.
7. Кузюра, Г. М., Клиндух, Т. І., & Пильтяй, С. В. (2015). Характеристика рухової активності старшокласників у процесі занять баскетболом. *Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка. Сер.: Педагогічні науки*, (27), 197-201.
8. Отравенко, О. В. (2013). Організація профільного навчання в старшій школі за варіативним напрямком "Баскетбол", 106.
9. Носко, М. О., Архипов, О. А., Гаркуша, С. В., Воєділова, О. М., Носко, Ю. М. (2017). Удосконалення здоров'я збережувальної системи позакласної та позаурочної роботи з фізичного виховання, 84.
10. Продан, О., Фунтікова, Н. (2014). Методика навчання баскетболу та організація баскетбольної підготовки в умовах загальноосвітнього навчального закладу. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота*, (31), 139-142.
11. Сотник, Ж. Г., Романова, В. І., Винокурова, Л. В. (2013). Оптимізація фізичного стану дівчат старшого шкільного віку на основі ритмічної гімнастики. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, (1), 247-251.
12. Фізична культура в школі: навчальна програма для 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів. Київ: Літера ЛТД, 2018, 368.
13. Afrilliyani A., Pramono H., Soenyoto T. The Effects of Exercise and Agility on Dribble (Skills) of Basketball Extracurricular Participants in SMPN 10 Bengkulu // *Journal of Physical Education and Sports*. – 2018. – Т. 7. – №. 1. – С. 83-87.
14. Eccles J. S., Barber B. L. Student council, volunteering, basketball, or marching band: What kind of extracurricular involvement matters? // *Journal of adolescent research*. – 1999. – Т. 14. – №. 1. – С. 10-43.
15. Novriansyah N. et al. Effect of imagery on free-throw shooting in basketball extracurricular // *Jurnal Keolahragaan*. – 2019. – Т. 7. – №. 2. – С. 155-161.
16. Posner J. K., Vandell D. L. After-school activities and the development of low-income urban children: A longitudinal study // *Developmental psychology*. – 1999. – Т. 35. – №. 3. – С. 868.
17. Satriawan R., Amar K. The Effect of Training on the Increasing of the Skill Lay Up Shoot Basketball Games Extracurricular Participants Basketball Students of SMA Negeri 1 Woha // *International Conference on Science and Education and Technology (ISET 2019)*. – Atlantis Press, 2020. – С. 292-296.
18. Trudeau F., Shephard R. J. Contribution of school programmes to physical activity levels and attitudes in children and adults // *Sports medicine*. – 2005. – Т. 35. – №. 2. – С. 89-105.
19. Vandell D. L., Shumow L. After-school child care programs // *The future of children*. – 1999. – С. 64-80.

#### Reference

1. Andreeva, O., Kovaleva, N. (2013). Characteristics of factors limiting the introduction of extracurricular activities in physical education in high school. *Theory and methods of physical education and sports*, (2), 45-53.
2. Apanasenko, GL (2004). Diagnosis of individual health. *Hygiene and Sanitation*, (2), 55-58.
3. Gaivolaya, R. (2014). Pedagogical conditions of organization of extracurricular work on physical education of senior pupils, 56.
4. Dovzhenko L., Kuznetsova L., Zubovich Y. (2021). Modern approaches to the organization of the process of physical education of children of senior school age. *Health, physical education and sports: perspectives and best practices*, 121.
5. Krutsevich T.Yu., Vorobyov MI, Bezverkhnya GV Control in physical education of children, adolescents and youth: textbook. way. 2011, 224 p.
6. Theory and methods of physical education. Ed. T.Yu. Krutsevich.K.: Olympic literature, 2017. Т. 2. 392.
7. Kuzyura, GM, Klindukh, TI, & Piltyay, SV (2015). Characteristics of motor activity of high school students in the process of

playing basketball. Bulletin of Hlukhiv National Pedagogical University named after Oleksandr Dovzhenko. Ser. : Pedagogical Sciences, (27), 197-201.

8. Otravenko, OV (2013). Organization of specialized training in high school in the variable direction "Basketball", 106.
9. Nosko, MO, Arkhipov, OA, Garkusha, SV, Voedilova, OM, Nosko, Yu. M. (2017). Improving the health of the preservation system of extracurricular and extracurricular activities in physical education, 84.
10. Prodan, O., Funtikova, N. (2014). Methods of teaching basketball and organization of basketball training in a secondary school. Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Pedagogy. Social Work, (31), 139-142.
11. Centurion, Zh. G., Romanova, VI, Vinokurova, LV (2013). Optimization of the physical condition of high school girls on the basis of rhythmic gymnastics. Physical Education, Sports and the Culture of Health in Modern Society, (1), 247-251.
12. Physical culture at school: curriculum for 5-9 grades of secondary schools. Kyiv: Litera LTD, 2018, 368.
13. Afrilliyani A., Pramono H., Soenyoto T. The Effects of Exercise and Agility on Dribble (Skills) of Basketball Extracurricular Participants in SMPN 10 Bengkulu //Journal of Physical Education and Sports. – 2018. – Т. 7. – №. 1. – С. 83-87.
14. Eccles J. S., Barber B. L. Student council, volunteering, basketball, or marching band: What kind of extracurricular involvement matters? //Journal of adolescent research. – 1999. – Т. 14. – №. 1. – С. 10-43.
15. Novriansyah N. et al. Effect of imagery on free-throw shooting in basketball extracurricular //Jurnal Keolahragaan. – 2019. – Т. 7. – №. 2. – С. 155-161.
16. Posner J. K., Vandell D. L. After-school activities and the development of low-income urban children: A longitudinal study //Developmental psychology. – 1999. – Т. 35. – №. 3. – С. 868.
17. Satriawan R., Amar K. The Effect of Training on the Increasing of the Skill Lay Up Shoot Basketball Games Extracurricular Participants Basketball Students of SMA Negeri 1 Woha //International Conference on Science and Education and Technology (ISET 2019). – Atlantis Press, 2020. – С. 292-296.
18. Trudeau F., Shephard R. J. Contribution of school programmes to physical activity levels and attitudes in children and adults //Sports medicine. – 2005. – Т. 35. – №. 2. – С. 89-105.
19. Vandell D. L., Shumow L. After-school child care programs //The future of children. – 1999. – С. 64-80.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2021.10(141).21  
УДК 796.2:796.011.3-053.4

*Пасічник В. М.*  
*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,*  
*доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор, докторантка;*  
*Пітин М. П.*  
*доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор,*  
*професор кафедри теорії спорту та фізичної культури;*  
*Згоба В. Л.*  
*старший викладач кафедри спортивних та рекреаційних ігор;*  
*Пасічник В. Р.*  
*викладач кафедри спортивних та рекреаційних ігор, аспірантка;*  
*Колобич О. В.*  
*старший викладач кафедри футболу;*  
*Хоркавий Б. В.*  
*викладач кафедри футболу;*  
*Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м Львів*

#### СПЕЦИФІЧНІ ФУНКЦІЇ КОНЦЕПЦІЇ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

*Мета:* охарактеризувати специфічні функції концепції ігрової діяльності у фізичному вихованні дітей дошкільного віку. *Методи дослідження:* теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, індукція та дедукція, абстрагування, порівняння, класифікація та систематизація. *Результати:* зазначено специфічні функції, як певну категорію системного підходу. Вона представлена самостійними властивостями та має своїм призначенням описовість системи ігрової діяльності у межах фізичного виховання ЗДО, що повинна здійснюватися для досягнення узагальненої мети. До групи специфічних функцій концепції ігрової діяльності у фізичному вихованні ЗДО віднесено компетентісну, взаємозалежності, результативності та щільності, які значною мірою реалізуються власне за допомогою авторської концепції, обґрунтованими нами й реалізуються залежно від специфіки ігрової діяльності у відповідній групі закладів освіти.

**Ключові слова:** ігрова діяльність, специфічні функції, діти дошкільного віку.

**Pasichnyk V., Pityn M., Zgoba V., Pasichnyk V., Kolobych O., Khorkavyi B. Specific functions of the concept of game activity in physical education of children in children.** In preschool age there is a formation of the child's personality, the formation of his physical and spiritual culture - the basis of harmonious development, as the beauty of the human soul and healthy body. Today, one of the main tasks of improving preschool education is to raise a harmoniously developed, perfect, healthy child, able to fully realize their spiritual, physical, intellectual and moral capabilities. An important area of physical education of preschool children is the use of various forms and tools for their harmonious development, among which an important place is given to play activities Purpose: to characterize the specific functions of the concept of play activities in the physical education of preschool