

#### References

- 1.Andrieieva O. V.(2014). "Pidkholdy do otsinky rivnia zdorovia ta adaptatsiinykh mozhlyvostei shkolariv molodshykh klasiv". Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. –№ 2 – S. 3–8.
- 2.Beliak Yu.I.(2018). "Teoretyko-metodychni osnovy ozdorovchoho fitnesu" : navch. posib. - Lviv : LDUFK, – 208 s.
- 3.Beliak Yu. I. (2014). "Klasyfikatsiia ta metodychni osoblyvosti zasobiv ozdorovchoho fitnesu". Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. – Kh., – № 11. – S. 3-7.
- 4.Volovyk N. (2010). "Osnovy ozdorovchoho fitnesu: Navchalnyi posibnyk – K.: Vydavnytstvo NPU imeni M. P. Drahomanova, – 240 s.
- 5.Davydenko O. V. (2011). "Fizychna pidhotovlenist ta funktsionalnyi stan divchat 8–10 rokiv z riznym rivnem fizychnoho rozvytku". Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk. –№ 1. – S. 88–92.
- 6.Maliar N.S.(2019). "Ozdorovchyi fitnes: Metodychni rekomendatsii"– Ternopil, TNEU: Ekonomichna dumka, - 41 s.
- 7.Mykhnо L. (2015). "Doslidzhennia rivnia fizychnoho rozvytku ta stanu postavy uchniv pershykh klasiv" Moloda sportyvna nauka Ukrainy. –V. 19. – Tom 2. – S. 173–176.
- 8.Chernenko S. O. (2016). "Modeliuvannia protsesu navchannia fizychnykh vprav shkolariv molodshykh klasiv" : avtoref. dys. ... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu : spets. 24.00.02 «Fizychna kultura, fizyчне vykhovannia riznykh hrup naselennia». – Lviv, – 20 s.
- 9.Shuba L. V. (2016). "Suchasnyi pidkhold do vprovodzhennia zdoroviazberihaiuchoi tekhnolohii dlia ditei pochatkovoї shkoly" Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu, 2. – S. 66–71.

УДК 796.3232:373.3.016-053.5

**Юзковець І.О.**  
**викладач кафедри спортивних ігор ,**  
**ДВНЗ “Переяслав-Хмельницький державний педагогічний**  
**університет імені Григорія Сковороди”, Переяслав.**

#### МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ МІНІ-БАСКЕТБОЛУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ НА УРОЦІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Одним з найбільш цікавих видів рухової діяльності для дітей молодшого шкільного віку є маніпуляції та ігри з м'ячем. В останні роки великої популярності у світі отримала гра міні-баскетбол, яка створена спеціально для дітей 6-12 років і не потребує спеціального обладнання та інвентарю. Міні-баскетбол, як засіб фізичного виховання займає значне місце у використанні в різних ланках фізичного виховання. Це одна із популярних спортивних ігор, яка отримала дуже широку популярність серед дітей та молоді в Україні. В залежності від завдань в тій або іншій ланці фізкультурного руху основний зміст, спрямування та методика занять набувають свої специфічні особливості. Заняття міні-баскетболом сприяють своєчасному фізичному розвитку і підвищенню фізичної роботоздатності молодших школярів, а також – складових координаційних здібностей (ритмічності, узгодженості рухів, орієнтації у просторі, вестибулярної стійкості), швидкості, швидкісно-силових якостей.

**Ключові слова:** учні, молодший шкільний вік, міні-баскетбол, навчання, технічні прийоми.

**Юзковець І. Методические особенности обучения элементов мини-баскетбола младших школьников на уроке физической культуры.** Одним из самых интересных видов двигательной деятельности для детей младшего школьного возраста являются манипуляции и игры с мячом. В последние годы большую популярность в мире получила игра мини-баскетбол, созданная специально для детей 6-12 лет и не требует специального оборудования и инвентаря. Мини-баскетбол, как средство физического воспитания занимает значительное место в использовании в различных звеньях физического воспитания. Это одна из популярных спортивных игр, которая получила очень широкую популярность среди детей и молодежи в Украине. В зависимости от задач в той или иной звене физкультурного движения основное содержание, направление и методика занятий приобретают свои специфические особенности. Занятия мини-баскетболом способствуют своевременному физическому развитию и повышению физической работоспособности младших школьников, а также - составляющих координационных способностей (ритмичности, согласованности движений, ориентации в пространстве, вестибулярной устойчивости), скорости, скоростно-силовых качеств.

**Ключевые слова:** ученики, младший школьный возраст, мини-баскетбол, обучение, технические приемы.

**Yuzkovets I. Methodical features of teaching elements of mini-basketball for primary school children in physical education lessons.** Primary school children physical education system considered as a complex of connected and interdependent elements - tasks, content, means, forms and methods of physical exercises in school, family, and after school education. Physical education in secondary schools is a pedagogical process part to develop a harmonious personality. Exercises must be the subject to improve children's health, and it have to appropriate some laws and principles. The sufficient physical activity is needed to improve the level of physical health. To solve the problems of physical culture and health work school must use different means. The main and specific means of physical education is physical exercise, the healing forces of nature and hygienic factors are the auxiliary ones. Each group solves specific problems, but only in the complex they allow to

develop the children's body in various ways. One of the most interesting types of physical activity for primary school children is the ball game. In recent years, mini-basketball game has become very popular in the world. It was created special for children aged 6-12 and it doesn't need special equipment. Mini-basketball as a physical education means takes prominent place in children's physical education. This is one of the most popular sports games, which has become very popular among children and young people in Ukraine. Depending on the tasks in one or another link of the physical culture movement, the main content, direction and methods of training acquire their specific features. Mini-basketball classes promote physical development and increase the physical and coordination skills of younger students (rhythm, coordination of movements, spatial orientation, vestibular stability), speed and strength.

**Key words:** students, primary school age, mini-basketball, training, techniques.

**Постановка проблеми.** Міні-баскетбол – дуже поширена гра, яку використовують для дітей від 6 до 12 років. Вона виховує витривалість, гравці весь час знаходяться в русі. Будучи колективною вона виховує почуття товарищескості та взаємодопомоги. Міні-баскетбол розвиває силу, спритність, витривалість, волю до перемоги. Починають навчати гри в баскетбол вже з початкових класів, від простого до складного. Навчання молодших школярів має свої особливості. Своєрідність молодшого шкільного віку полягає в тому, що організм спочатку володіє відносно низькою опірністю до несприятливих впливів зовнішнього середовища і, разом з тим, швидко збільшує свої адаптаційні і функціональні можливості. Відомо, що в період бурхливого природного фізичного розвитку дуже важливим є цілеспрямований вплив на нього. Від того, наскільки раціонально у цей період організоване фізичне виховання, у великому ступені залежить весь подальший хід фізичного вдосконалення організму дитини.

**Мета статті** – визначення закономірностей навчання та вдосконалення технічних прийомів міні-баскетболу з дітьми молодшого шкільного віку. **Методи дослідження:** аналіз, узагальнення та систематизація даних науково-методичної літератури з визначеної проблеми.

**Виклад основного матеріалу.** Гра в міні-баскетбол є засобом, який гармонійно розвиває дитину, а також надає значний освітній, оздоровчий і виховний ефект. Міні-баскетбол- спортивна гра, що вимагає відповідної фізичної, технічної і тактичної підготовленості гравців, що досягається за допомогою спеціальних і постійних тренувань, а також при дотриманні певної послідовності. Проводити навчання потрібно у кілька етапів, використовуючи різні вправи. На початку навчання основним завданням навчання є формування певних умінь поводитися з м'ячем, відчувати його властивості і проводити відповідно до них свої рухи. Не рекомендується вже з перших занять починати освоєння техніки. На початку треба добитися, щоб дітям сподобалися заняття з м'ячем, щоб вони після ігор залишалися задоволеними і з нетерпінням чекали можливості ще пограти. [6, 7].

Наступним станом є навчання дітей правильно тримати м'яч обома руками на рівні грудей. Важливо навчити дітей приймати і надалі зберігати основну стійку баскетболіста. Після того як діти навчаться правильно стояти, тримати м'яч, пересуватися по майданчику, можна вчити їх ловити м'яч обома руками. Виконання ловлі м'яча та інших елементів баскетболу в різних умовах в поєднанні з іншими діями сприяє вдосконаленню виконання технічних дій, вмінню надалі самостійно застосовувати їх в ігрових ситуаціях. Паралельно ловлі м'яча необхідно навчати дітей і передачі м'яча двома руками від грудей з місця. Дітей слід навчити передавати м'яч з правильною стійки, тримаючи його двома руками на рівні грудей. На перших заняттях при передачі м'яча більшість дітей намагається штовхати його обома руками, широко розводячи лікті в сторону. У процесі навчання передачі м'яча необхідно нагадувати дітям, що лікті слід тримати впритул до тулуба; намагатися кидати на рівні грудей партнера; м'яч слід супроводжувати поглядом і руками. Одним з найбільш важливих дій з м'ячем є ведення. Воно дозволяє гравцеві, володіючи м'ячем, переміщатися по майданчику. На початковому етапі навчання дітям молодшого шкільного віку є доступними ведення м'яча з високим відскоком. При цьому дитина вчиться правильно тримати спину. Після цього з'являється можливість «посадити дитину на ноги», тобто навчити його пересуватися на напівзігнутих ногах. Надалі дитина легко засвоює ведення м'яча зі звичайним відскоком по прямій та зі зміною напрямку. Найбільш поширеним недоліком ведення м'яча на початковому етапі навчання є прагнення дітей молодшого шкільного віку бити по м'ячу розслабленою долонею, не включаючи в роботу передпліччя. У результаті систематичного навчання ведення м'яча у дітей виробляється вміння успішно управляти м'ячем навіть без зорового контролю, пересуваючись приставним кроком, змінюючи темп бігу. Передачі м'яча і кидки його в кошик є схожими за своєю структурою рухами. Тому навчання кидкам м'яча слід обмежити цими ж способами - кидками двома руками від грудей і однією рукою від грудей. З самого початку навчання треба звернути увагу на те, щоб діти кидали м'яч, стоячи в правильній стійці, прицілюючись, супроводжували м'яч поглядом, не відводили лікті в сторону. [2, 3].

Для свідомого ставлення дитини до дій, недостатньо роз'яснень та показу: необхідно дати дитині можливість вправлятися, діяти, активно застосовувати отримані знання в ігровій діяльності. Тільки при поєднанні пояснення техніки дій з показом і вправами самих дітей, у дитини виникає свідоме ставлення до дій, вмінню доцільно користуватися ними в ігровій діяльності. Мета поглибленого розуміння полягає у формуванні повноцінного рухового уміння. Тут слід уточнити рухову дію, як в основі, так і в деталях техніки пересувань, ведення, передач м'яча. На цьому етапі широко використовується комплекс різноманітних засобів: застосовуються вправи для закріплення м'язової системи з урахуванням особливостей техніки міні-баскетболу; використовують відповідні вправи, які дозволяють підготувати дітей до освоєння основної дії. Підвідні вправи являють собою «гру з оволодіння м'ячем», технікою: ведення м'яча, кидки партнеру по команді, кидки у стіну, у ціль, кидки в кошик. Коли школярі оволодіють технікою міні-баскетболу потрібно переходити до етапу закріплення і подальшого вдосконалення. Мета цього етапу - рухове уміння перевести в навичку. Ця мета вирішується за допомогою таких завдань: домогтися стабільності, автоматизму виконання пересувань, різноманітних дій

з м'ячем. Довести до необхідного ступеня досконалості основні елементи техніки передач, ведення м'яча. На цьому етапі збільшується кількість повторень в звичайних та нових умовах. Слід міняти або ускладнювати правила ігрових ситуацій. З метою вдосконалення кидків та ведення потрібно застосовувати кошики різної висоти, потокове виконання кидків та ведення в поєднанні зі стрибками, передачами та іншими вправами. Також потрібно збільшити швидкість заданих рухів.

Таким чином, в процесі навчання елементам гри в міні-баскетбол ставиться завдання: навчити управляти своїми діями. Процес навчання будується послідовно від простого до складного, в порядку, залежному від вивчення технічних прийомів того чи іншого розділу техніки гри. Проведення фізкультурних вправ сприятливо впливає на придбання дітьми навичок гри в міні-баскетбол. Подальшими діями мають бути - навчання методики гри в міні-баскетбол. Основна увага в навчанні молодших школярів гри в міні-баскетбол спрямована на виховання усвідомленого сприйняття та виконання рухових дій, на формування чіткості при виконанні найбільш істотних елементів руху. У тих випадках, коли елементи рухів, вправи з м'ячем виконуються дітьми невпевнено або дається в новій комбінації, доцільно показати і пояснити їх, враховуючи руховий досвід дітей, можна показувати одночасно з поясненням. Час про час потрібно повертатися до показу добре відомих вправ, так як для вдосконалення руху необхідна точність, чіткість виконання кожного елемента. Таким чином, у міру освоєння рухів доцільно варіювати поєднання наочних і словесних методів навчання, давати показ всього вправи з поясненням; частковий показ з поясненням; опис вправи без показу; установку на уявне відтворення вправу і його опис дітьми, потім показ всього вправи з поясненням окремих сторін. Необхідно також ознайомити дітей з правилами гри, технікою гри. Після розгляду проблем навчання молодших школярів гри в міні-баскетбол, спеціальних занять, вправ по підготовці дітей до навчання гри можна переходити до розгляду умов навчання гри. Для кращого засвоєння елементів гри слід використовувати рухливі ігри, такі, як: "За м'ячем" діти утворюють кілька команд, кожна команда вибирає ведучого. Команди діляться навпіл і стають у колони одна проти одної на відстані 2-3 м. Після сигналу ведучий кидає м'яч стоїть першим у протилежній колоні дитині, а сам біжить слідом за м'ячем. Зловив м'яч також передає його напрооти стоїть і відправляється за м'ячем. Гра закінчується тоді, коли всі гравці повернуться на свої місця, а м'яч - ведучим. Виграє та команда, яка швидше закінчує гру.

**"Злови м'яч"** Діти діляться по троє. Двоє з них розташовуються один проти одного на відстані 3-4 м і перекидають м'яч між собою. Третій стає між ними й намагається піймати м'яч або хоча б торкнутися його рукою. Якщо це вдається, він міняється місцями з тим, хто кинув м'яч. Можна запропонувати дітям перед кидком виконати який-небудь рух: кинути м'яч вгору, вниз, зловити його, вести м'яч на місці і т. д.

**"У кого менше м'ячів"** Діти утворюють дві рівні команди. Кожна з них бере по кілька м'ячів і розташовується на своїй половині майданчика (майданчик розділена сіткою, підвішеною на рівні 130-150 см). Діти обох команд після сигналу вихователя намагаються перекинути свої м'ячі на майданчик супротивника. Виграє команда, на майданчику якої після другого свистка знаходиться менше м'ячів [1]. Дуже важливим елементом гри являється гра в захисті. Існують дві основні системи захисту: «особиста» і «зонна». Основою являється «особиста», при якій кожен гравець опікує, «тримає» певного гравця команди суперника. Граючи в захисті, гравець повинен слідкувати не тільки за своїм «підопічним», але і бути готовим у будь-яку хвилину прийти на допомогу своєму товаришу по команді. Завдання гравця в захисті полягає в тому, щоб завадити своєму супернику отримати м'яч або забрати його в нього. При «зонному» захисті гравець тримає не окремого гравця суперника, а контролює певну частину майданчика. В нападі також існують два головних види. Найбільш ефективним є швидкий прорив. Перехвативши м'яч у суперника гравці команди стрімко біжать вперед. За рахунок швидкості пересування вони створюють численну перевагу і закидають м'яч в кошик. Підгодувати швидкий прорив можна граючи у захисті. Для цього в команді повинні бути швидкі гравці, які не беруть безпосередню участь під щитом. Під час гри слід беззаперечно виконувати всі її правила. Гравцям дозволяється кидати, ловити м'яч, відбивати його рукою, виривати його із рук суперника. Можна вести м'яч в різних напрямках, використовуючи праву або ліву руку.

Не можна штовхати гравця, затримувати його руками, кричати на майданчику, вступати в суперечку з суддею. Знання правил гри та беззаперечне їх виконання допоможе краще грати та добитися успішного результату [7].

**Висновки.** Отже, дітей молодшого шкільного віку можна навчити основним технічним прийомам, таким як: ведення м'яча, передачі м'яча, ловіння м'яча, кидки м'яча в кошик. Всі ці технічні прийоми діти засвоюють в загальноосвітній школі, а подальше навчання продовжується в ДЮСШ. Проведення ігор з елементами міні-баскетболу позитивно впливає, як на фізичний розвиток, так і на емоційний стан дітей. Тому вивчення та застосування гри міні-баскетбол на уроках фізичної культури є чудовим засобом для підвищення рівня здоров'я та фізичного стану учнів початкових класів.

#### Література

1. Андрощук Н.В. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. / Н.В. Андрощук, А.Д. Леськів, С.О. Лихоношин. – Тернопіль: ТДПУ, 2000. – 168 с.
2. Вільчковський Е.С. Система фізичного виховання молодших школярів. Навчально-метод. посібник./ Е.С. Вільчковський, М.П. Козленко, С.Ф. Цвек. – К.: ІЗМН, 1998. – 232 с.
3. Дереза Т., Іскра В., Кнотовіч Я., Гацько О., Бистра І., Позніхаренко Д. Соціально-психологічна адаптація дітей молодшого шкільного віку засобами ігор. Спортивний вісник Придніпров'я. 2019. №2. С. 60 – 68.
4. Мітова О. Обґрунтування методичного підходу до розробки системи комплексного контролю підготовленості спортсменів в командних ігрових видах спорту (на прикладі баскетболу). Фізична культура, спорт і здоров'я. №4. С. 86 – 93.
5. Чопик Р.В. Методика навчання фізичних вправ молодших школярів у процесі занять баскетболом: автореф. дис...канд. пед. наук: 13.00.02. / Чопик Роман Володимирович. – Київ, 2010. – 22с.

6. <https://allref.com.ua/uk/skachaty/Mini-basketbol?page=1>

7. <https://fbu.ua/>

#### References

1. Androshchuk N.V., Leskiv A.D. & Lykhonoshyn S.O. (2000). Rukhlyvi ihry ta estafety u fizychnomu vykhovanni molodshykh shkoliariv. [Moving games and relay races in physical education of junior schoolchildren]. Ternopil: TDP. (inUkr.)

2. Vilchkovskiy E.S., Kozlenko M.P. & S.F. Tsvek. (1998). Systema fizychnoho vykhovannia molodshykh shkoliariv. Navchalno-metod. posibnyk. [The system of physical education of junior schoolchildren] K.: IZMN. (inUkr.)

3. Dereka T., Iskra V., Knotovich Ya., Hatsko O., Bystra I. & Poznikharenko D. (2019). Sotsialno-psykholohichna adaptatsiia ditei molodshoho shkilnogo viku zasobamy ihor. [Socio-psychological adaptation of children of primary school age by means of games] Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. №2. (inUkr.)

4. Mitova O. (2017). Obhruntuvannia metodychnoho pidkhodu do rozrobky systemy kompleksnoho kontroliu pidhotovlenosti sportsmeniv v komandnykh ihrovyykh vydakh sportu (na prykladi basketbolu). [Substantiation of the methodical approach to development of system of the complex control of readiness of athletes in team game sports (on an example of basketball)] Fizychna kultura, sport i zdorovia. №4.83-86. (inUkr.)

5. Chopyk R.V. (2010). Metodyka navchannia fizychnykh vprav molodshykh shkoliariv u protsesi zaniat basketbolom [Methods of teaching physical exercises to junior schoolchildren in the process of playing basketball] (Candidates thesis). Kyiv. (inUkr.)

6. <https://allref.com.ua/uk/skachaty/Mini-basketbol?page=1>

7. <https://fbu.ua/>

### III. ОЛІМПІЙСЬКИЙ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ

UDK: 796.071.43(65):159.923

Zerf Mohammed, Abd-el-Kader Benchehida,  
Kada Belkebiche, Mohamed Arab Kerroum

Research Laboratory Optimization of Programs in Physical and Sporting Activity Institute of Physical Education and Sport University of Mostaganem, Algeria,

#### WORKED CONDITIONS AND THEIR IMPACTS ON THE SELF-CONCEPT DIMENSIONS AMONG ALGERIAN COACHES

#### УМОВИ ПРАЦІ ТА ЇХ ВПЛИВ НА АСПЕКТИ САМООЦІНКИ АЛЖИРСЬКИХ ТРЕНЕРІВ

*This study aims to identify the influence of working conditions on the self-concept dimensions among Algerian coaches. Reviewed in this study across the scale developed by Raj Kumar Saraswat approaching the concepts (physical, social, temperamental, educational, moral and intellectual). Applied on samples of 50 Coach's male and women, Algerian Confederacy, same graduate, age chronology and work practice. Establishing on the responses of the samples and statistics followed. Our result shows significant differences between our two Algerian gender coaches. Registered in morality and the temperament in the benefits of males. Interpret by Algerian studies owed to working conditions as a risk, anxiety disorder for women regarding the inevitable aggression, physical or verbal in our stadium. Evidence guiding researchers to call our offices the revisions of the Algerian women's status coaching challenged under approach, which advantages Algerians women coaches to enhance the utilization of their potential creative aptitudes and capacities.*

**Keywords:** gender, worked conditions, Algerian coaches.

*Означене дослідження має на меті виявити вплив умов праці на аспекти самооцінки серед алжирських тренерів. Розглянута в цьому дослідженні шкала, розроблена Радж Кумаром Сарасват, стосується низки концепцій (фізичної, соціальної, темпераментної, освітньої, моральної та інтелектуальної). Застосовано на прикладі тренерів Алжирської Конфедерації, серед яких 50 чоловіків та жінок, які закінчили спільний ВУЗ, мають однаково вікову хронологію та трудову практику. Результати базуються на основі відповідей зразків та подальшої статистики. Наш результат показує суттєві відмінності між алжирськими тренерами (чоловіками та жінками) з гендерних питань. Моральні та особистісні якості преважують у чоловіків. Алжирські дослідження інтерпретують тривожний розлад жінок, фізичну чи словесну агресію під час тренувань саме через несприятливі умови праці. Докази, що побуджують наших дослідників звернутися до відповідних установ з метою перевірки статусу тренера алжирських жінок, покликані підходом, який дає можливість алжирським тренерам-жінкам більш ефективно використовувати їх потенційні творчі здібності та можливості.*

**Ключові слова:** стаття, умови праці, алжирські тренери.

**Introduction** Sport serves as a potential role in alleviating a wide range of social problems for all ages and social categories. Inspected by this study through sports competition that can help reduce or increase of aggressiveness. Concluded by numerous studies via violence and aggression that represent an inevitable part of sports competition. Indicted as a society defeat, failure, and humiliation piloting to the inevitable aggression, physical or verbal(John H. K, 2004). Inspected through the