

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ВІДБОРУ ДІТЕЙ У БАСКЕТБОЛІ

CURRENT APPROACHES TO CHOOSING CHILDREN IN BASKETBALL

Рівень результатів у сучасному спорті настільки високий, що для їх досягнення спортсмену необхідно володіти рідкісними морфологічними даними, унікальним поєднанням комплексу фізичних і психічних здібностей, що знаходяться на гранично високому рівні розвитку. Таке поєднання навіть за найсприятливішою побудовою багаторічної підготовки і наявності всіх необхідних умов зустрічається дуже рідко, тому однією із центральних у системі підготовки спортсменів вищої кваліфікації є проблема визначення спеціальних спортивних здібностей до занять баскетболом уже на етапі початкової підготовки.

Головною тенденцією у роботі з учнями групи початкової підготовки є навчальна програма, що передбачає побудову передумов для успішного оволодіння юними спортсменами широким техніко-тактичним арсеналом та досягнення високого рівня різнобічної фізичної підготовленості.

На першому році навчання, на думку багатьох фахівців, фізична підготовка спрямована на різнобічний розвиток дитини, що і зумовить формування стійкого інтересу до занять та дасть змогу оволодіти необхідними ігровими вміннями і навичками. У цей період відбувається формування статури, вдосконалення функцій аналізаторів та вегетативних систем організму, починається становлення навичок гри, продовження попереднього відбору дітей до занять баскетболом, виховується стійкий інтерес до занять баскетболом.

Під час вивчення методичної літератури виявлено, що для успішного здійснення спортивної діяльності людина повинна володіти відповідними задатками для їх подальшого перетворення не тільки у самі загальні здібності, загальні і спеціальні елементи спортивних здібностей, а й, що дуже важливо, у здібності другого порядку. А це означає, що під час спортивного відбору треба чітко уявляти вимоги до конкретного виду спортивною діяльності. Із цього виходить, що конкретними завданнями тренування на етапі початкової підготовки юних баскетболістів є: зміцнення здоров'я, сприяння правильному фізичному розвитку та різнобічний фізичний підготовці; розвиток швидкості, спритності, загальної витривалості, швидкісно-силових якостей, гнучкості; навчання основам техніки пересування по майданчику, ловіння, передачі, ведення м'яча, кидків у кошик.

Ключові слова: юні баскетболісти, початковий етап, спортивне тренування, спортивний відбір, фізична обдарованість.

The level of results in modern sports is so high that to achieve the athlete must have rare morphological data, a unique combination of a complex of physical and mental abilities, which are at extremely high levels of development. This combination is very rare even with the most favorable construction of many years of training and all the necessary conditions. Therefore, one of the central in the system of training athletes of higher qualification is the problem of determining special sports abilities for basketball already at the stage of initial training.

The main tendency in working with the students of the initial training group is a training program, which provides the building of prerequisites for successful mastery of young athletes with a wide technical and tactical arsenal and achievement of a high level of versatile physical fitness.

In the first year of study, according to many experts, physical training is aimed at the versatile development of the child, which will lead to the formation of a strong interest in the classes and will allow you to master the necessary game skills. During this period there is a formation of constitution, perfection of functions of analyzers and vegetative systems of the body, the formation of playing skills, the continuation of pre-selection of children to basketball, a steady interest in basketball.

In the study of methodological literature revealed that for the successful implementation of sports activities, a person must have the appropriate incentives for their further transformation not only into the most general abilities, general and special elements of sports abilities, but also, very importantly - in the ability of the second order. And this means that when selecting sports, it is necessary to clearly state the requirements for a specific type of sports activity. From this it follows that the specific tasks of training at the stage of initial training of young basketball players are: promotion of health, promotion of proper physical development and versatile physical training; development of speed, agility, general endurance, speed-power qualities, flexibility; learning the basics of technique of movement on a field, catching, transfer, ball management, throws in a basket.

Key words: junior basketball players, initial stage, sports training, sports selection, physical talent.

УДК 796.015.5.323.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/23-2.23>

Тітова Г.В.,
канд. пед. наук, доцент,
доцент кафедри спортивних ігор
Південноукраїнського національного
педагогічного університету
імені К.Д. Ушинського

Осіпова І.В.,
канд. пед. наук, доцент,
завідувачка кафедри
фізичного виховання
Південноукраїнського національного
педагогічного університету
імені К.Д. Ушинського

Пастернацький В.В.,
приват-доцент, старший викладач
кафедри фізичного виховання
Південноукраїнського національного
педагогічного університету
імені К.Д. Ушинського

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Постійно зростаючий рівень підготовки кваліфікованих баскетболістів зобов'язує дбати про планомірну підготовку спортивних резервів на рівні сучасних вимог [3].

Рівень результатів у сучасному спорті настільки високий, що для їх досягнення спортсмену необхідно володіти рідкісними морфологічними даними, унікальним поєднанням комплексу фізичних і психічних здібностей, що знаходяться на гранично високому рівні розвитку. Таке поєд-

нання навіть за найсприятливішою побудовою багаторічної підготовки і наявності всіх необхідних умов зустрічається дуже рідко, тому однією із центральних у системі підготовки спортсменів вищої кваліфікації є проблема визначення спеціальних спортивних здібностей до занять баскетболом уже на етапі початкової підготовки [1; 6].

Сучасний баскетбол – гра атлетична. Високий темп ігрових дій, швидка зміна ситуацій, безпосередній контакт із суперником у боротьбі за м'яч, обмеження часу володінням м'ячем, емоційність

та інші особливості баскетболу пред'являють великі вимоги до рухової, функціональної і психічної сфер діяльності спортсмена [1; 3; 6].

Поповнення збірних команд обдарованою і перспективною молоддю дуже тісно пов'язане з методами відбору та комплектування відділень баскетболу у ДЮСШ та СДЮШОР, які покликані забезпечити підготовку кваліфікованих спортсменів, що досконало володіють як технічним, так і тактичним арсеналом гри і необхідними для їх реалізації якостями та психічними властивостями [4].

Особлива складність пошуку обдарованих дітей для спеціалізованих занять баскетболом зумовлюється специфікою ігрової діяльності, що вимагає багатостороннього прояву комплексу спеціальних якостей, від яких залежить можливість успіху в цьому виді спорту. Вона криється в особливостях морфофункціональних, психофізіологічних, техніко-тактичних характеристик [3; 6].

Вплив цих чинників на систему підготовки спортивних резервів і послужив підставою для вибору теми, мети й завдань дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Завдання у групах початкової підготовки органічно пов'язані з головною метою системи багаторічної підготовки спортивних резервів у спортивних школах – підготовкою баскетболістів високої кваліфікації, гармонійно розвинених фізично і духовно (А.Я. Гомельский, 1997 р.; Л.В. Волков, 2002 р.; А.І. Вальтин, 2003 р.; Б. Гатмен, 2007 р.; В. Белаш, 2009 р.).

На думку Л.Ю. Поплавського (2004 р.), В.П. Губи (1996, 1997, 2003, 2007 рр.), конкретними завданнями тренування на етапі початкової підготовки юних баскетболістів є:

1. Зміцнення здоров'я, сприяння правильному фізичному розвитку та різнобічний фізичній підготовці.
2. Розвиток швидкості, спритності, загальної витривалості, швидкісно-силових якостей, гнучкості.
3. Навчання основ техніки пересування по майданчику, ловіння, передачі, ведення м'яча, кидків у кошик.
4. Початкове навчання тактичних дій у нападі та захисті.
5. Пристосування вивчених тактичних дій до ігрових умов.
6. Виконання контрольних нормативів із видів підготовки.
7. Підтримання інтересу до занять баскетболом.
8. Первинний відбір дітей, здібних до занять баскетболом.

Згідно з програмою спортивної підготовки для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву,

основними принципами спортивної підготовки юних спортсменів є:

– комплексність – передбачає тісний взаємозв'язок усіх боків навчально-тренувального процесу (фізичної, техніко-тактичної, психологічної та теоретичної підготовки, виховної роботи та відновлювальних заходів, педагогічного та медичного контролю);

– наступність – визначає послідовність викладу програмного матеріалу по етапах навчання та відповідності його вимогам вищої спортивної майстерності, щоб забезпечити спадкоємність завдань, засобів і методів підготовки, обсягів тренувальних завантажень, зростання показників рівня фізичної та техніко-тактичної підготовленості;

– варіативність – передбачає включення в тренувальний план різноманітного набору тренувальних засобів і зміна навантажень для вирішення однієї або кількох завдань спортивної підготовки.

На думку низки авторів, головними принципами побудови навчально-тренувальної підготовки є універсальність завдань, вибору засобів та методів стосовно всіх учнів, індивідуальний підхід та глибоке вивчення кожного учня [5].

Головною тенденцією у роботі з учнями групи початкової підготовки є навчальна програма, що передбачає побудову передумов для успішного оволодіння юними спортсменами широким техніко-тактичним арсеналом та досягнення високого рівня різнобічної фізичної підготовленості [7].

На першому році навчання, на думку багатьох фахівців, фізична підготовка спрямована на різнобічний розвиток дитини, що і зумовить формування стійкого інтересу до занять та дасть змогу оволодіти необхідними ігровими вміннями і навичками. У цей період відбувається формування статури, вдосконалення функцій аналізаторів та вегетативних систем організму, починається становлення навичок гри, продовження попереднього відбору дітей до занять баскетболом, виховується стійкий інтерес до занять баскетболом [2; 4; 5].

Основну увагу приділяють фізичній і технічній підготовці баскетболістів, варіюючи засоби різнобічного впливу на організм. Цими засобами є вправи легкоатлетичні, акробатичні та гімнастичні, різні спортивні і рухливі ігри. Особливе місце займають вправи з м'ячем, за допомогою яких учні вчать володіти м'ячем у часі та просторі [7].

Завданням технічної підготовки є оволодіння основними прийомами гри. Основою технічної підготовки є виховання здатності виконувати вивчені прийоми гри у комбінації один з одним та за різнобічних способів пересувань [2; 3].

Завдання тактичної підготовки – це формування і розвиток тих здатностей, що є основою тактичного мислення і тактичних дій, оволодіння

індивідуальними діями у поєднанні з вивченням прийомів техніки гри [2; 6]. Для цього використовуються рухливі ігри та ігровий метод навчання [3].

У навчально-тренувальному процесі тренер використовує три групи методів: словесні, наочні, практичні.

Основна форма занять фізичними вправами для початківців – академічна. Мета їх – вирішення завдань ЗФП, навчання основам техніки [2]. Академічне заняття складається з трьох частин: ввідно-підготовчої, основної та заключної. (А.А. Тер-Ованесян, 1992 р.; Ю.М. Портнов, 1997 р.; Л.П. Матвеев, 1999 р.; Н.Г. Озолин, 2004 р.).

Завдання ввідно-підготовчої частини – організація учнів, пояснення завдань тренування і виконання спеціально підібраних вправ, вправ, спрямованих на концентрацію уваги і підняття емоційного стану дітей; підготовка до виконання завдання основної частини тренування: виконання спеціальних вправ, спрямованих на фізичну і функціональну підготовку організму до майбутньої роботи.

Вводно-підготовча частина тренування ділиться на загальну і спеціальну. Вона складається з двох частин: загально-підготовчої та спеціально-підготовчої. Загальну (вступну) частину тренування потрібно починати з природних видів руху (ходьба, біг, різновиди пересування, стрибки та ін.). Основний дидактичний принцип: від легкого до важкого, від простого до складного і від відомого до невідомого. Спеціальну (підготовчу) частину за своїм змістом потрібно узгоджувати із завданнями та головною частиною тренування. У ній застосовуються спеціальні вправи, які є підготовкою для вирішення головного завдання, а також для часткового вирішення завдань різнобічного фізичного розвитку та виховання фізичних якостей. У цій частині також використовуються різноманітні вправи, які сприяють розвитку швидкісних, швидкісно-силових та координаційних здібностей. На цьому етапі підготовки ця частина займає не менше 40–45% загального часу учбово-тренувального заняття [6].

Основна частина тренування. Сама назва говорить, що це найважливіша частина тренування. Тематика цієї частини тренування визначає тип тренування, величину застосовуваного навантаження, метод тренування та ін. На цьому етапі вона займає більшу частину тренування (близько 55–50%), і, що найважливіше, у ній вирішуються головні завдання: фізична, техніко-тактична, ігрова підготовка.

Завдання заключної частини тренування. Ця частина триває близько 5% загального часу. Фізіологічне завдання цієї частини – почати процес відновлення, поступовий «вихід» спортсмена з тренування шляхом заспокоєння всіх функцій організму.

Особлива увага приділяється різноманітності рухливих ігор під час тренування юних баскетбо-

лістів [4; 5]. Рухливі ігри на етапі початкової підготовки дають змогу вирішувати такі завдання тренування:

- визначення рухових якостей гравців: їх швидкість, витривалість, стрибучість, силу, координацію;

- визначення типологічних і психологічних якостей: мислення, швидкість реакції, працьовитість, бійцівські якості, вміння терпіти, колективізм і т. д.;

- засвоєння, розвиток або закріплення певних навичок пересувань, найпростіших взаємодій, володіння м'ячем;

- підвищення емоційності тренування;

- розминка.

Джон Вуден писав, що тренер, який уміє правильно спланувати тренувальні заняття і підібрати необхідні вправи для максимально ефективного вирішення завдань, величезною мірою збільшує можливість досягнення успіху. Час і тривалість занять можуть залежати від багатьох чинників, але тренер повинен завжди пам'ятати, що не існує альтернативи роботі і шлях до успіху не можна штучно скорочувати. Ретельно організовуючи тренувальне заняття після всебічного обмірковування цілей, яких тренер сподівається на ньому досягти, він досягне більшого, ніж на погано організованому тренуванні великої тривалості [1; 2].

Мета статті. Мета роботи – визначити потенціал спортивних здібностей спортсменів на першому етапі багаторічного тренування й обґрунтувати методику підвищення ефективності підготовки кваліфікованих резервів у баскетболі.

Виклад основного матеріалу. Для вирішення завдань цієї роботи була застосована технологія учбово-тренувального процесу, суть якої у такому: задля ефективного управління підготовкою юних спортсменів перш за все треба визначити мету, як довгострокову, так і короткострокову. Стосовно до нашої довгострокової мети, то вона спрямована на підготовку висококваліфікованих спортивних резервів із баскетболу. Наступними пунктами цієї технології є:

- 1) якісна система відбору дітей, відповідно до вимог певного виду спорту;

- 2) визначення їхніх потенційних здібностей та співставлення отриманих показників із модельними характеристиками;

- 3) розроблення документації планування з урахуванням рухових здібностей відповідного контингенту учнів;

- 4) організація учбово-тренувального процесу;

- 5) система контролю та визначення динаміки змін.

Перший етап ЗФП у віці 8–9 років винятково сприятливий для розвитку основних фізичних якостей баскетболістів, передусім швидкості, спритності, а також загальної витривалості.

Придбаються на цьому етапі навички, які закріплюють і створюють основу рухів, характерних для ігрової діяльності. Однак необхідно враховувати, що в баскетбольні групи для перспективної підготовки до досягнення високої спортивної майстерності відбирають дітей, що мають певні соматичні та морфофункціональні особливості. Перш за все це високорослі діти. Вони відстають від менш рослих і за темпами статевого дозрівання, і за наростанням фізичних здібностей. Тим більше уваги треба приділити на етапі початкової підготовки для створення фундаменту різнобічної фізичної підготовленості [1; 7].

Отже, швидкісні якості потрібно розглядати й оцінювати не у відриві від їх ситуаційної цінності, а лише в тісному зв'язку з технікою, індивідуальною та колективною тактикою [3; 5; 6].

Поняття «швидкість» включає у себе й інші якості: якість антиципації (передбачення) дій суперника і своїх товаришів по команді й якість швидких та дотепних дій на базі передбачуваного розвитку ситуації. Із цього випливає, що швидкість специфічних рухів пов'язана зі швидкістю, легкістю і рухливістю розвитку асоціативних процесів у мозку, або, просте кажучи, зі швидкістю мислення, швидкістю задуму і швидкістю перетворення задуманого образу (уявлення, картини руху) у моторний образ (виконання) [1; 2].

Кінцева мета розвитку швидкості – це вдосконалення ігрової швидкості. Для цього доцільно використовувати різні спортивні ігри зі швидкою зміною ситуації і високою швидкістю польоту м'яча (настільний теніс, теніс, бадмінтон і т. д.) [3; 4].

Складна система дій і взаємодій досягається завдяки швидкому і точному перерозподілу м'язового тону. Координацію рухів слід розглядати як конституціональну якість, тоді як достатньо обмежені можливості тренування знаходяться між такими двома екстремальними станами:

1) солідним навчанням, причому в період першої фази роботи з початківцем його конституціональні потенціали можуть бути розвинені до вищих меж його можливостей;

2) унаслідок неадекватного проведеного навчання техніці природні (навіть солідні) потенціали можуть бути дуже сильно знижені.

Солідна конституціональна основа не дає ніяких переваг юному гравцеві, якщо він помилково навчався і помилково засвоїв певні моторні зразки [5].

У школярів молодших класів швидко збільшується витривалість до статичних зусиль, і приріст її вище, ніж в учнів середніх і старших класів. Але діти початкових класів ще не можуть підтримувати зусилля на високому рівні, оскільки вони не вміють точно диференціювати ступінь м'язового напруження. З 8 до 11 років витривалість м'язів збільшується приблизно на 77%, розгиначів тулуба – на

85%, розгиначів передпліччя – на 41%. Для виховання статичної витривалості у дітей цього віку можна застосовувати вправи до вільно тривалого утримання певних поз (виси і упори, рівноваги, стійки на носках) [2].

Дуже важливо своєчасно почати розвивати механізми енергозабезпечення. Якщо цю роботу проводити з дітьми 8–9 років і здійснювати на основі поступовості, систематичності і послідовності, вона дасть бажаний результат.

На етапі початкового навчання основна увага приділяється поступовому збільшенню обсягу виконуваних навантажень за невисокої інтенсивності. Вправи підбираються з числа тих, які добре знайомі дітям із занять фізкультурою в школі. Це тривала ходьба та біг із помірною інтенсивністю, пересування на лижах, катання на ковзанах, плавання і особливо рухливі ігри. Використовується рівномірний, ігровий та змінний методи підготовки [3].

Сьогодні здібності дітей до занять баскетболом вивчають за допомогою педагогічних, фізіологічних, психологічних, медико-біологічних методів досліджень [3–5].

Високорослі діти завжди були для тренерів найцікавішими кандидатами в баскетболісти, тому під час відбору дітей для занять баскетболом необхідно вивчити їхні ростові показники [3].

Уже не одне десятиліття проблема орієнтації та відбору спортсменів привертає пильну увагу вчених і практиків [1; 3].

Накопичено значні експериментальні дані, що характеризують істотні аспекти відбору в ігрових видах спорту. Сьогодні проводяться дослідження актуальних питань початкового відбору та спортивної орієнтації, але, як стверджують сучасні дослідження [6; 7], незважаючи на це, існуючі нині форми і методи відбору та спортивної орієнтації дітей далекі від досконалості, немає чіткої системи відбору, науково обґрунтованих об'єктивних критеріїв, на підставі яких можна з певною впевненістю передбачити спортивну долю юного спортсмена. Об'єктивна оцінка рівня розвитку фізичної підготовленості дітей 8–9 років дає змогу з високим ступенем імовірності визначити їх перспективність для спеціалізованих занять баскетболом. Розроблена методика дає змогу отримати досить достовірну інформацію про комплексну оцінку рухових здібностей дітей 8–9 років під час початкового відбору для занять баскетболом [2; 6].

Визначення спортивної придатності здійснюється за такими показниками:

1. Оскільки спортивні здібності багато в чому залежать від спадково зумовлених ознак, які характеризуються консервативністю, то під час їх прогнозування слід звертати увагу насамперед на ті відносно мало мінливі ознаки, які зумовлюють успішність майбутньої спортивної діяльності.

2. Під час оцінки діяльності юних спортсменів треба орієнтуватися на рівень показників вищих досягнень (тобто наявність потенційних можливостей для виходу в майбутньому на рівень вищих досягнень).

3. Вивчення спадкоємних консервативних ознак під час визначення спортивних здібностей необхідне для тих показників, які можуть суттєво змінюватися під впливом тренування. При цьому для підвищення ступеня точності прогнозу необхідно приймати до уваги як темпи росту, так і їх вихідний рівень.

4. Структура спортивної діяльності досить складна і різноманітна, тому під час визначення здібностей необхідне комплексне обстеження всіх суттєвих для даного виду спорту чинників, від яких залежить успішна діяльність.

5. Визначення спортивної придатності повинне здійснюватися на основі застосування педагогічних, медико-біологічних, психологічних і соціологічних методів дослідження [2].

У спорті спадкова норма реакції у вигляді резервних можливостей організму набуває особливого значення. На думку акад. М.М. Амосова, «здоров'я людини визначається резервними можливостями організму, які набуваються в процесі тренування». З одного боку, існують сенситивні періоди розвитку РЗ, а з іншого – тренування цих здібностей жорстко лімітоване часовим терміном у 6–8 років і зумовлюється специфічними вимогами конкретної діяльності. Задатки, суттєво впливаючи на формування здібностей та їх розвиток, поряд із тим не визначають обдарованість до певної діяльності.

Високий рівень розвитку здібностей є характерною особливістю спортсменів високого класу. Цей рівень досягається, як правило, на базі значних природжених даних завдяки спеціалізованим тренувальним впливам. Кожний вид спортивної спеціалізації має певні особливості і свою специфічну структуру спортивних здібностей (СЗ).

У практичній діяльності для вимірювання СЗ служить комплекс тестів, які повинні відповідати основним вимогам спортивної метрології: надійності, валідності та об'єктивності [3; 6].

Проблема відбору юних спортсменів повинна розроблятися комплексно, на основі педагогічних, медико-біологічних, психологічних, соціологічних методів дослідження. Педагогічні методи дослідження дають змогу оцінити рівень розвитку фізичних якостей, координаційних здібностей, а також рівень спортивно-технічної майстерності юних спортсменів. На основі медико-біологічних методів дослідження виявляються морфо-функціональні особливості, стан аналізаторних систем організму, рівень фізичного розвитку спортсмена. За допомогою психологічних методів дослідження визначаються здібності психіки спортсменів,

що роблять вплив на вирішення індивідуальних і колективних завдань у ході спортивної боротьби [2; 4].

На думку низки авторів, спортивний відбір – це комплекс заходів, що дають змогу визначити високу ступінь схильності (обдарованості) людини до того чи іншого роду спортивної діяльності (виду спорту) [1; 3].

Досягнення високих результатів у будь-якому виді діяльності, у тому числі і в спортивній, вимагає найвищих форм прояву здібностей – обдарованості, таланту, тому у визначення понять «спортивний відбір» та «спортивна орієнтація» доцільно включити поняття «обдарованість» [1]. Так, проф. В.М. Платонов та Л.Ю. Поплавський розглядають спортивний відбір як процес пошуку найбільш обдарованих людей, здатних досягти високих результатів у конкретному виді спорту. Обдарованість трактується як таке об'єднання здібностей, яке забезпечує найвищий рівень діяльності [6].

Висновки. Згідно з поставленою метою роботи та завданнями, на початку був виявлений вихідний рівень на етапі початкової підготовки. У ході дослідження нами опрацьовано низку літературних джерел та визначено, що сьогодні великою проблемою є підготовка висококваліфікованих спортивних резервів із баскетболу. Розуміючи важливість проблеми, багато авторів методичної літератури, наукові робітники сфери фізичного виховання та спорту пропонують свої шляхи виходу з даної ситуації, діляться своїм багатим досвідом роботи.

Ознайомилися з тим, яка робота проводиться зі спортивного відбору та спортивної орієнтації з баскетболу, які методики впроваджуються та реалізуються для визначення здібностей до занять баскетболом на етапі початкової підготовки в умовах сьогоденної ДЮСШ та СДЮШОР. Розроблено послідовність дій для реалізації мети, поставленої перед роботою.

Під час вивчення методичної літератури виявлено, що для успішного здійснення спортивної діяльності людина повинна володіти відповідними задатками для їх подальшого перетворення не тільки на самі загальні здібності, загальні і спеціальні елементи спортивних здібностей, а й, що дуже важливо, у здібності другого порядку. А це означає, що під час спортивного відбору треба чітко уявляти вимоги до конкретного виду спортивної діяльності. Із цього випливає, що конкретними завданнями тренування на етапі початкової підготовки юних баскетболістів є: зміцнення здоров'я, сприяння правильному фізичному розвитку та різнобічній фізичній підготовці; розвиток швидкості, спритності, загальної витривалості, швидкісно-силових якостей, гнучкості; навчання основ техніки пересування по майданчику, ловіння, передачі, ведення м'яча, кидків у кошик.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Баскетбол. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Москва : Советский спорт, 2004. 100 с.
2. Белаш В. Подготовка баскетболистов младшего возраста : учебно-методическое пособие. Николаев : Илион, 2009. 240 с.
3. Вальтин А.И. Проблемы современного баскетбола. Киев, 2003. 150 с.
4. Волков Л.В., Павлова Т.В. Общая спортивная одаренность: структура и критерии оценки в системе спортивного отбора мальчиков 7, 8 и 9-летнего возраста. *Теория і практика фізичного виховання*. 2008. № 1. С. 487–494.
5. Волков Л.В. Спортивна підготовка молодших школярів. Київ : Освіта України, 2010. 388 с.
6. Гатмен Б., Финнеган Т. Все о тренировке юного баскетболиста / пер. с англ. Т.А. Бобровой. Москва : Астрель, 2007. 303 с.
7. Губа В.П., Фомин С.Г., Чернов С.В. Особенности отбора в баскетболе. Москва : ФиС, 2006. 160 с.