

Рядова Ліліана Олегівна

Кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Національний аерокосмічний університет ім. М. С. Жуковського «Харківський авіаційний інститут»

Сушкевич Маргарита Валеріївна

Національний аерокосмічний університет ім. М. С. Жуковського «Харківський авіаційний інститут»

ГРА В БАСКЕТБОЛ: ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА, ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАНЯТЬ

Надано загальну характеристику баскетболу. Розглянуто історичний аспект виникнення і становлення гри в баскетбол на теренах України. Розкрито ефективність занять даним видом спорту і рухової активності здобувачами закладів вищої освіти. Установлено, що баскетбол є командною грою з м'ячем, мета якої полягає у закиданні більшої кількості м'ячів у кошик суперника. В Україні він є важливою складовою загальнодержавної системи фізичної культури і спорту та відіграє важливу роль у спортивному житті українців. Виявлено позитивний вплив систематичних занять баскетболом на здоров'я, функціональний стан систем і аналізаторів, фізичний розвиток, рівень фізичної підготовленості та працездатності у здобувачів закладів вищої освіти. Ключові слова: баскетбол, гра, здобувачі вищої освіти, здоров'я, спорт, Україна, функціональний стан.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Баскетбол є командною грою, мета якої – закинути більшу кількість м'ячів у кошик суперника [6, 17, 19].

Він характеризується значним напруженням ігрових дій і високою руховою активністю, що сприяють всебічному гармонійному розвитку та формуванню життєво-необхідних умінь й навичок [15].

Низка науковців [8, 10, 12, 14, 16, 19] акцентує увагу на тому, що нині баскетбол є одним з найбільш популярних та ефективних засобів фізичного виховання. За їх даними, сьогодні ним займаються всі верстви населення світу – від дітей у дошкільних закладах освіти до спортсменів-ветеранів.

На думку М. А. Величенко, В. Г. Фотинюка, В. В. Короті, В. М. Тимошкіна [5], баскетбол займає важливе місце серед інших засобів фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Як відмічають фахівці [6, 9, 17, 18], гра в баскетбол є одним з найбільш популярних видів студентського спорту, тому заняття з баскетболу включені в програму фізичного виховання здобувачів у закладах вищої освіти.

На думку фахівців [4, 8, 16, 17, 19], систематичні заняття баскетболом сприяють поліпшенню здоров'я, функціонального стану систем та аналізаторів, формуванню наполегливості, сміливості, ініціативності, креативності мислення у різного вікового контингенту.

Все вище зазначене обумовлює актуальність досліджуваного питання.

Мета дослідження: надати загальну характеристику баскетболу, розглянути історичний аспект виникнення і становлення гри в баскетбол в Україні та розкрити ефективність занять даним видом спорту і рухової активності здобувачами закладів вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Баскетбол – командна спортивна гра, мета якої полягає у закиданні більшої кількості м'ячів у кошик суперника. Його умовно поділяють на два види: масовий та баскетбол вищих досягнень.

Метою масового баскетболу є виявлення талановитої молоді, яка має задатки до швидкого засвоєння спортивної гри, та здатна вийти на рівень високих спортивних досягнень під впливом систематичних занять [1, 17].

На думку В. Б. Горбулі, В. О. Горбулі, О. В. Горбулі [7], Ж. О. Цимбалюк, О. О. Несен, А. В. Мусієнко, І. М. Юрченко [19], оскільки баскетбол є командною грою, де результат боротьби прямо залежить від тактичної майстерності окремих гравців і команди в цілому.

Тактика в баскетболі – визначальний фактор перемоги у грі, це сукупність засобів і способів досягнення найвищого результату, під якою розуміється організація індивідуальних, групових і колективних дій гравців, що реалізуються за допомогою різних систем (організація дій гравців) та комбінацій (узгодження дій гравців) [7].

Впродовж гри безперервно змінюється ігрова ситуація і безпосередній контакт суперників. Прискорення темпу руху і стрибки постійно чергуються з раптовими зупинками та ігровими рухами в повільному темпі. Сукупність ігрових ситуацій вимагають від гравців великого арсеналу рухових умінь і навичок. Значне підвищення рівня фізичної підготовленості проявляється у процесі вдосконаленні цих умінь та надає позитивний вплив на здоров'я [16].

Як відмічають науковці [2, 14, 17], в Україні баскетбол з'явився майже одночасно в усіх регіонах в перші роки ХХ ст.

У 1920 р. баскетбол як самостійний предмет вводиться у фізкультурних закладах освіти [8, 12].

У Чернігові в 1922 р. почали грати в баскетбол при Чернігівському військово-спортивному клубі «Спартак». В цьому ж році проведено першість міста серед жіночих команд, у якій взяли участь 4 команди. Команда «Вікторія» посіла перше місце. Майже одночасно баскетбол культивується в Одесі, Харкові, Києві, Умані (1923 р.) та в інших містах [8, 14].

Фахівці [2, 8, 12] зазначають, що баскетбол швидко поширювався і в інших містах України на великих підприємствах, заводах, фабриках.

За даними авторів [2, 8, 16], 28 жовтня 1923 р. в Одесі був зіграний перший офіційний баскетбольний матч в залі першого державного спортивного клубу «Криті ринки» між командами трудшколи й інтернату Червоного Хреста.

Після публікації уніфікованих правил у травні 1923 р. в журналі «Вісник фізичної культури» гра в баскетбол ставала все більш популярною. Факт появи перших команд означав, що почав розвиватися новий вид спорту – баскетбол [2, 8, 12, 14, 17].

У січні 1924 р. в Одесі нарадою представників баскетбольних команд був вибраний Комітет ліги. На початку лютого пройшли матчі серед 12-ти чоловічих, 3-х жіночих та 5-ти підліткових команд [16].

У січні 1924 р. було затверджено положення про проведення II Всеукраїнської спартакіади. У положенні, опублікованому в номері журналі «Вісник фізичної культури», баскетбол було введено, як окремий вид спорту, до офіційної частини змагань.

У Харкові в 1924 р. на II Всеукраїнській спартакіаді були проведені змагання чоловічих команд. В них прийняли участь 4 команди [8, 12, 12].

Всеукраїнський спортивно-технічний комітет влітку 1925 р. затвердив правила гри і устаткування майданчиків, це сприяло проведенню перших Всеукраїнських ігор з баскетболу в Одесі з 2-6 лютого 1927 р. В них прийняли участь шість чоловічих команд (м. Київ, м. Одеса, м. Полтава, м. Кременчук, м. Тульчин, м. Харків) та дві жіночі команди (м. Одеса, м. Бердичів). Першими чемпіонами України стали жіноча і чоловіча команди Одеси [8, 12].

В. М. Пасічник [14] зазначає, що у 1927 р. були видані українською мовою перші правила гри, посібники, які були досить корисними на початку становлення української школи баскетболу.

Харків у 1930-х роках став головним методичним центром українського спорту. У 1930 р. в місті було відкрито інститут фізичної культури. На базі інституту діяли шестимісячні курси підготовки керівників фізкультури. До програми курсів був включений і баскетбол [8, 12].

Першості України з 1934 р. проводяться регулярно. У квітні 1934 р. було проведено другий чемпіонат України. Більшість команд, що взяли участь у чемпіонаті, формувалися з молодих гравців. Чоловіча та жіноча команди Одеси виявилися найсильнішими. Друге місце зайняли команди Києва.

З 1937 р. першість України проходила серед клубних команд. Переможцем стала київська жіноча команда «Динамо», яка до сьогодні залишається лідером національного баскетболу.

У міжнародних змаганнях команди України вперше взяли участь у 1954 р. Жіноча команда товариства «Медик» з рахунком 50:49 перемогла молодіжну збірну Китаю. А жіноча команда «Динамо» (Київ) перемогла збірну Китаю з рахунком 59:41 [8, 12, 14].

Завдяки плідній роботі з підготовки резерву в Україні у 50-ті роки з'явилася нова формація серед чоловіків, це стало початком успіхів українського баскетболу на міжнародній арені.

З 1960-х років київський «Будівельник» впродовж чотирьох десятиліть була базовою командою для формування збірної України (команда формувалася з 1944-1961 рр. на базі студентів Київського інституту фізичної культури під назвою «СКІФ»). Також успішно виступали баскетболісти Київського клубу СКА [8, 12].

О. А. Ефімов, І. П. Помещикова [8], В. М. Пасічник [14] відмічають, що національна збірна жіноча команда незалежної України вперше виграла звання чемпіона Європи у 1995 р.

Як зазначають О. А. Ефімов, І. П. Помещикова [8], О. О. Мітова, В. В. Грюкова [12], збірна команда під керівництвом В. Рижова вперше взяла участь в олімпійському турнірі в Атланті-1996 та зайняла почесне 4-те місце.

У Барселоні на XXV іграх Олімпіади у 1992 р. українські спортсменки завоювали золоті олімпійські медалі.

Після здобуття Україною статусу незалежної країни, національний баскетбол вийшов на міжнародну арену [8].

У 1991 р. було проведено установчу конференцію Федерації баскетболу України, президентом обрано Бориса Корбана. У 1992 р. в Дніпрі, відбулася позачергова сесія Федерації баскетболу України, на якій були внесені зміни до Статуту та обрано нового президента – М. К. Осипова.

Офіційна дата створення Федерації баскетболу України – 28 лютого 1992 р.

10 липня 1992 р. ФІБА визнала Федерації баскетболу України своїм новим членом.

У 1992 р. було проведено 1-й Чемпіонат, в якому прийняло участь 8-м чоловічих та 7-м жіночих команд. У 2-му Чемпіонаті 1992-1993 рр. прийняли участь вже 36-ть чоловічих та 18 жіночих команд. 3-й та 4-тий Чемпіонати зібрали таку ж саму кількість колективів.

З 5-того Чемпіонату у жінок змагання розділилися на дві окремі ліги – вища та перша. В чоловічому чемпіонаті створено вищу, першу та другу ліги. Під час становлення України баскетбол зазнав як злетів так і падінь. Федерації баскетболу України працювала над підвищенням техніко-тактичного рівня баскетбольних команд, що сприяло виникненню ідеї створення Всеукраїнської Юнацької Баскетбольної Ліги (ВЮБЛ) у 2002 р.

У 2006-2007 рр. Федерація ініціювала створення Студентської Ліги, 2005 р. – Аматорської Ліги. У 1-му Чемпіонаті взяло участь 75-ть команд.

У 2008 р. було створена Українська Баскетбольна Ліга (УБЛ), президентом Ліги був обраний М. Ю. Бродський. Нова УБЛ реалізує два нових проекту: «Фінал чотирьох УБЛ» та «Матч зірок УБЛ». Завдяки популярності Ліги у 19-му Чемпіонаті України було представлено 338-м команд, які брали участь у вищій, першій та другій лігах.

Популяризації гри сприяв розвиток вуличного баскетболу 3х3. У 2006 р. була створена окрема федерація під назвою – «Федерація вуличного баскетболу». У 2013 р. була перейменована на «Федерацію баскетболу 3х3 України» або «ФБУ 3х3».

Великий успіх у баскетболі 3х3 було досягнуто жіночою збірною командою України: срібло Європейських ігор; срібло у Чемпіонаті світу в Китаї – 2016 р., за що вона отримала нагороду «Команда року»; бронзу у Чемпіонаті світу у Німеччині – 2017 р.; бронза Чемпіонату Світу – 2018 р.

Чоловіча збірна України з баскетболу 3х3 показала високі результати у 2017 р. – бронза Чемпіонату Європи. Також команда є багаторазовим учасником Кубка європейських чемпіонів та чемпіонату світу. Сьогодні Україна займає 8-ме місце в світі у загальній класифікації та 5-те місце у Європі.

У світі чоловіча збірна України з баскетболу займає 12 місце та 7 місце у Європі; жіноча команда – 8 місце в світі та 5 місце у Європі [2].

Київський «Будівельник» займає почесне місце серед українських команд. У минулому він одержував титул першості шість разів поспіль [16].

У чисельних працях [4, 10, 11, 12, 13, 16] зазначено, що заняття баскетболом є ефективним засобом фізичного виховання студентської молоді у закладах вищої освіти.

У навчально-тренувальному процесі основними завданнями є: опанування спеціальними знаннями, вміннями та навичками; виховання необхідних рухових, морально-вольових, інтелектуальних якостей; зміцнення здоров'я та підвищення рівня фізичної працездатності та подальше підвищення спортивної кваліфікації [3].

Як стверджують А. О. Аркуша зі співавторами [1], систематичні заняття баскетболом позитивно впливають на стан здоров'я; сприяють поліпшенню функціонального стану травної, серцево-судинної, дихальної систем та функцій зорового, слухового, вестибулярного, тактильного, рухового аналізаторів; вихованню морально-вольових якостей, підвищенню рівня фізичної підготовленості у здобувачів вищої освіти.

М. А. Величенко, В. Г. Фотинюк, В. В. Коротя, В. М. Тимошкін [5] вважають, що під впливом занять баскетболом у здобувачів вищої освіти спостерігається удосконалення фізичного розвитку, підвищення рівня фізичної підготовленості та працездатність.

Висновки. Баскетбол є командною грою з м'ячем, мета якої полягає у закиданні більшої кількості м'ячів у кошик суперника. В Україні він є важливою складовою загальнодержавної системи фізичної культури і спорту та відіграє важливу роль у спортивному житті українців.

Систематичні заняття баскетболом позитивно впливають на здоров'я, функціональний стан систем і аналізаторів, фізичний розвиток, рівень фізичної підготовленості та працездатності у здобувачів закладів вищої освіти.

Джерела

1. Аркуша А. О., Королінська С. В., Ізмайлова Н. І., Слюсаренко О. О., Недорубко С. А., Зелененко Н. О. Основи техніко-тактичної підготовки в баскетболі: навч. посіб. Харків: НФаУ, 2013. 103 с.
2. Балацька Л. В., Головачук В. В. Особливості розвитку історичних етапів баскетболу в Україні. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка.* Київ: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 2 (130) 21. С. 26-29.
3. Бессарабов М. С. Загальні основи методики тренування та спортивної підготовки в баскетболі: навч. посіб. Запоріжжя: ЗДМУ, 2015. 109 с.
4. Бойко Я. С., Кравчук Є. В. Конспект лекцій з дисципліни «Баскетбол» (для студентів усіх спеціальностей Академії з дисциплін «Фізичне виховання», «Фізична культура»). Харків: Харк. нац. акад. міськ. гос-ва. ХНАМГ, 2009. 39 с.
5. Величенко М. А., Фотинюк В. Г., Коротя В. В., Тимошкін В. М. Фізичне виховання. Баскетбол: практикум. Київ: НАУ, 2014. 69 с.
6. Горбуля В. О., Горбуля В. Б., Горбуля О. В. Дослідження технічної підготовки баскетболістів команди запорізького національного університету. *Вісник Запорізького національного університету.* 2012. № 2 (8). С. 217-226.

7. Горбуля В. Б., Горбуля В. О., Горбуля О. В. Баскетбол: тактика гри та методика навчання: навч.-метод. посіб. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2017. 90 с.
8. Ефімов О. А., Помещикова І. П. Основи баскетболу: навч. посіб. Харків: ХДАФК, 2011. 108 с.
9. Кисіль В. М., Сотник О. В. Методичні вказівки до дисципліни «Фізичне виховання» розділ: «Баскетбол. Індивідуальні дії гравців в нападі та захисті» для студентів денної форми навчання спортивних секцій та груп спортивного вдосконалення з баскетболу. Рівне: НУВГП, 2015. 35 с.
10. Ковальов В. О., Остроухов О. В. Техніка виконання основних рухів та прийомів у баскетболі: метод. реком. Кропивницький: ЦНТУ, 2020. 22 с.
11. Лаврін Г. З. Технологія навчання кидка м'яча двома руками від грудей в баскетболі. Теорія та методика фізичного виховання. 2012. № 10. С. 43-49.
12. Мітова О. О., Грюкова В. В. Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання. Дніпропетровськ: Інновація, 2016. 110 с.
13. Основи технічної підготовки з баскетболу на факультативних заняттях: метод. вказівки / уклад. О. І. Підлужняк, О. А. Колос, А. Ю. Горбатий. Вінниця: ВНТУ, 2018. 33 с.
14. Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу: навч. посіб. Львів: ЛДУФК, 2015. 78 с.
15. Продан О. О., Фунтікова Н. О. Методика навчання баскетболу та організація баскетбольної підготовки в умовах загальноосвітнього навчального закладу. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2014. Вип. 31. С. 140.
16. Тучинська Т. А., Руденко Є. В. Баскетбол : навч.-метод. посіб. Черкаси: ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2015. 100 с.
17. Фізичне виховання: секційна форма організації навчального процесу (розділ «Баскетбол»): навч. посіб. / уклад. Д. О. Миргород, О. В. Церковна. Харків: Нац. ун-т «Юрид. акад. України ім. Ярослава Мудрого», 2012. 84 с.
18. Філенко Л. В., Церковна О. В. Інформаційно-комунікаційні технології вивчення елементів баскетболу у процесі фізичного виховання студентів. *Спортивні ігри*. 2019. № 4 (14). С. 110-120.
19. Цимбалюк Ж. О., Несен О. О., Мусієнко А. В., Юрченко І. М. Баскетбол та його різновиди у фізичній культурі дітей: навч.-метод. посіб. Харків: ХНПУ, 2022. 114 с.