

спосіб життя та поняття «здоров'язбережувальні освітні технології» як систему, що створює максимально можливі умови для збереження, зміцнення і розвитку духовного, емоційного, інтелектуального, особистісного та фізичного здоров'я всіх суб'єктів освіти. На думку автора, у цю систему входить використання даних моніторингу стану здоров'я учнів, який проводять медичні працівники, і власних спостережень у процесі реалізації освітньої технології, її корекція відповідно до наявних даних; урахування особливостей вікового розвитку школярів і розробка освітньої стратегії, відповідної особливостям пам'яті, мислення, працездатності, активності учнів цієї вікової групи; створення сприятливого емоційно-психологічного клімату у процесі реалізації технології; використання різноманітних видів здоров'язбережувальної діяльності учнів, спрямоване на збереження і підвищення резервів здоров'я [6]. Здоров'язбережувальні освітні технології, на думку Е. П. Петух, можна розглядати і як технологічну основу здоров'язбережувальної педагогіки, яка є однією з найперспективніших освітніх систем ХХІ століття, і як сукупність прийомів, форм і методів організації навчання школярів без шкоди для їх здоров'я, і як якісну характеристику будь-якої педагогічної технології щодо критерію її дії на здоров'я учнів і педагогів [3].

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Дубогай О. Моніторинг оздоровчо-виховного процесу у молодших школярів. *Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації*: тези допов. IV Міжнар. наук. конф. К., 2000. С. 365.
2. Дубогай О. Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів: метод. посіб. [для вчителів початкової школи та фізичної культури, студентів та батьків]. К.: Оріяни, 2001. 152 с.
3. Підаєв А. В. Діяльність системи охорони здоров'я України в контексті стратегії економічного та соціального розвитку держави на 2002–2011 р. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2003. №1. С. 5–11.
4. Попова О. В. Становлення і розвиток інноваційних педагогічних ідей в Україні у ХХ столітті. Харків: ОВС, 2001. 256 с.
5. Сисоєнко Н. В. Стан здоров'я та особливості адаптації дітей різного віку до умов навчально-виховного процесу в загальноосвітніх закладах нового типу. *Гігієна населених місць*: зб. наук. праць. К., 2002. Вип. 39. С. 270–274.
6. Солодова И. В. Перспективная оценка состояния здоровья школьников (1990–2000 гг.). *Здоров'я школярів на межі тисячоліть*. Харків, 2000. С. 77–78.

### МОДЕЛЮВАННЯ КЛЮЧОВИХ ПАРАМЕТРІВ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В БАСКЕТБОЛІ 3Х3

**Безмилов М. М.**

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту,  
доцент викладач кафедри історії і теорії олімпійського спорту  
Національного університету фізичного виховання і спорту України*

## **Цуй Веньпен**

*здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти  
кафедри кіберспорту та інформаційних технологій  
Національного університету фізичного виховання і спорту України*

Всебічні знання про структуру змагальної діяльності в конкретному виді спорту, факторах її забезпечення та реалізації, створюють передумови для досягнення заданого спортивного результату. Особливої актуальності проблема дослідження структури змагальної діяльності набуває в тих видах спорту які зовсім нещодавно отримали міжнародне визнання та були включені до програми Олімпійських ігор. Розуміння ключових структурних ланок змагальної діяльності, компонентів їх забезпечення та реалізації, створює суттєву перевагу над суперниками, особливо на перших етапах розвитку нового виду спорту [2, с. 4; 3, с. 2575]. Включення баскетболу 3x3 в програму Олімпійських ігор 2020 року в Токіо призвело до підвищення уваги фахівців щодо вивчення різних аспектів побудови процесу підготовки баскетболістів в цьому різновиді баскетболу. Значна кількість робіт авторів присвячені сьогодні питанням дослідження відмінностей структури змагальної діяльності класичного баскетболу та баскетболу 3x3.

Під час змагальної діяльності баскетболісти виконують велику кількість різноманітних техніко-тактичних дій, кожне з яких може вплинути на перебіг спортивного поєдинку [1, с. 41]. Важливим завданням, на наш погляд, є систематизація та дослідження особливостей реалізації техніко-тактичних дій баскетболістами високого класу в баскетболі 3x3 та визначення тих методичних положень які потрібно враховувати під час моделювання різних структурних компонентів змагальної діяльності гравців та команди.

Чіткі модельні кількісні та якісні показники техніко-тактичної діяльності, на наш погляд, є важливою складовою ефективного управління підготовкою спортсменів в баскетболі 3x3 [4, с. 93]. Вони забезпечують необхідні передумови для оптимізації тренувального процесу та підвищення ефективності змагальної діяльності.

В баскетболі 3x3 процес створення моделей ускладнюється тим, що результат в матчі обумовлений впливом великої кількості факторів (індивідуальні особливості та вік гравця, прояв провідних сторін підготовленості, роль у команді та ін.).

Важливим методичним положенням, яке необхідно враховувати під час створення модельних характеристик, є вивчення динаміки змін показників змагальної діяльності у спортсменів високої кваліфікації на найбільш престижних міжнародних змаганнях протягом тривалого часу. Постійне збільшення рівня реалізації техніко-тактичних дій, наприклад, від одних змагань до інших, значно ускладнює інформативність створених раніше моделей.

Одним із ключових методичних положень під час розробки та подальшого використання модельних характеристик техніко-тактичної діяльності в баскетболі 3x3 має бути врахування рівня спортивної майстерності команди-суперниці з якою велася очна боротьба.

Важливим методичним положенням, яке потрібно враховувати під час створення модельних характеристик техніко-тактичної діяльності баскетболістів, на

думку багатьох фахівців, є врахування реального ігрового часу який було проведено спортсменом на майданчику в конкретному матчі.

Також, під час моделювання та оцінювання техніко-тактичної діяльності баскетболістів, потрібно враховувати вік гравця. В баскетбольній команді високого класу можуть виступати спортсмени різного віку (від 19 до 40 років). Звичайно, в найбільш відповідальних змаганнях до складу команди залучаються найбільш досвідчені та підготовлені баскетболісти середній вік який сьогодні становить від 25 до 32 років.

Моделювання змагальної діяльності спортсменів в баскетболі 3x3 методично складний та багатофакторний процес який потребує врахування багатьох важливих положень та специфіки змагальної діяльності у цьому відносно новому різновиді баскетболу який нещодавнім рішенням МОК був включений в програму Олімпійський ігор сучасності. Всебічне дослідження структури змагальної діяльності висококваліфікованих спортсменів, визначення провідних компонентів в системі забезпечення і реалізації змагальної діяльності, є принципово важливим завданням на даному етапі становлення та розвитку баскетболу 3x3.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Мусієнко А. В., Несен О. О., Цимбалюк Ж. О. Аналіз показників техніко-тактичних дій у баскетболі 3x3. *Спортивні ігри*. 2023. № 1(27). С. 40–50.
2. Холопов В, Безмилов М. Особливості реалізації стандартних положень під час розіграшу м'яча з позиції «check-ball» командами високої кваліфікації в баскетболі 3 × 3. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2020. № 4. С. 43–52.
3. Andrianova R, Guimaraes, Fedoseev D, Isakov M. Specific features of 3×3 basketball: factor analysis of the key performance indicators and their impact on game performance in the elite leagues. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, Vol. 22 (10). P. 2575 – 2581.
4. Erculj F, Vidic M, Leskošek B. Shooting efficiency and structure of shooting in 3x3 basketball cooperated to 5v5 basketball. *International journal of Sports Science & Coaching*. 2019. Vol. 15 (1). P. 91–98.

### ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ШКОЛЯРІВ

#### **Боровець О. В.**

кандидат біологічних наук, доцент,  
доцент кафедри здоров'я людини та фізичної терапії  
Приватного вищого навчального закладу  
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет  
імені академіка Степана Дем'янчука»

#### **Сірман О. В.**

кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри здоров'я людини та фізичної терапії  
Приватного вищого навчального закладу  
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет  
імені академіка Степана Дем'янчука»