

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МАРІУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЛОЛОГІЇ ТА МАСОВИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я
ЛЮДИНИ

До захисту допустити:
Завідувач кафедри
_____ Осіпцов А.В.
«___» _____ 2020 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
за освітнім ступенем «магістр»
**НА ТЕМУ: ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ
МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ВИКЛАДАННІ
БАСКЕТБОЛУ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

студентки факультету філології та
масових комунікацій
спеціальність 017 Фізична культура і
спорт
освітнього ступеня «Магістр»
Фурман Катерина Юріївна
Науковий керівник:
Максимчук Ірина Анатоліївна
кандидат педагогічних наук, доцент
Рецензент
Пристинський Володимир Миколайович
кандидат педагогічних наук доцент
кафедри теоретичних та методичних
основ фізичного виховання і реабілітації
ДВНЗ «Донбаський державний
педагогічний університет»

Кваліфікаційна робота захищена
з оцінкою _____
Секретар ЕК _____
«___» _____ 20__ р.

Маріуполь - 2020 року

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ	4
ВСТУП	5
РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВИКЛАДАННЯ БАСКЕТБОЛУ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ... 11	11
1.1. Теоретичне значення формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя.....	11
1.2. Значення та проблеми впровадження баскетболу в освітній процес закладів середньої освіти – школи	14
1.3. Потенціал формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти.....	15
1.4. Основні положення технології підвищення педагогічної майстерності вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти....	26
Висновки до першого розділу.....	31
РОЗДІЛ II .МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	33
2.1. Методи дослідження	33
2.2. Організація дослідження	43
РОЗДІЛ III РОЗРОБКА ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ТА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ У ФОРМУВАННІ ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВИКЛАДАННЯ БАСКЕТБОЛУ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ... 45	45
3.1. Аналіз стану традиційної системи фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів в аспекті формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до	

викладання баскетболу	45
3.2. Розробка та впровадження проєктивної моделі функціонування організаційно-педагогічних умов формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти	47
3.3 Організаційно-педагогічні умови формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти:	58
3.4. Перевірка ефективності експериментальної програми реалізації організаційно-педагогічних умов формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти	63
Висновки до третього розділу.....	65
РОЗДІЛ IV ОХОРОНА ПРАЦІ.....	66
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	77
ДОДАТКИ.....	79
ЛІТЕРАТУРА	109

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

ДС – дихальна система

ЗВО – заклад вищої освіти

МТБ – матеріально-технічна база

НС – нервова система

ОРС – опорно-рухова система

рис. – рисунок

ССС – серцево-судинна система

ЗОШ – загальноосвітня школа

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Питання формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти є актуальним так як, баскетбол є дуже функціонально розвиваючим видом спорту, він має велику популярність серед молоді, та може залучити її до здорового способу життя. Саме той факт що цей вид спорту є дуже ефективним в виховному процесі і робить актуальним питання формування професійно-педагогічних здібностей майбутніх вчителів з баскетболу в закладах освіти.

Баскетбол - це поширена та популярна гра у всьому світі. Вона емоційна та видовищна. Саме баскетбол дає можливість розвивати свої фізичні і психологічні якості які допоможуть учню, студенту, вчителю і майбутньому спортсмену в становлення його особистості і виборі подальшої професії. Саме рухливі групові спортивні ігри мають можливість розвинути в учні комплекс якостей які будуть доречними у подальшому житті, а вчитель фізичної культури може отримати необхідний педагогічний досвід і зробити навчальний процес більш різноманітним і різноплановим.

Баскетбол включає в себе різноманітні рухи з м'ячем спеціального характеру, без м'яча-загальнорозвиваючий (біг, ходьба, повороти і.т.д.) Тільки при розвитку фізичних якостей та навичок взаємодії в команді у баскетболі можливо отримувати гідні спортивні результати.

Взаємозв'язок між навичками та технікою гри і фізичними якостями широко використовується у вітчизняній системі виховання і освіти. Для гармонійного фізичного розвитку дошкільників і молодших

школярів проводять рухливі ігри та естафети з елементами баскетболу, а також двосторонні матчі за міні-баскетболу. Школярі середнього і старшого віку мають можливість займатися баскетболом на уроках фізичної культури і в спортивних секціях, також він поширений і в вищих учбових закладах.

Ці фактори роблять очевидною актуальність даної роботи, так як розкривають засоби формування та важливість плавильного розвитку професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури з викладання баскетболу в закладах освіти

Мета і завдання дослідження: полягає в визначенні та науковому обґрунтованні, експериментальній перевірці моделі формування професійної педагогічної підготовки сучасного вчителя фізичної культури з елементами баскетболу в закладах освіти.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати стан формування професійного мислення майбутніх учителів фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти;

2. Виявити професійно-педагогічні навички майбутнього вчителя фізичної культури з викладання баскетболу в закладах освіти;

3. Визначити роль підвищення професійно-педагогічних навичок майбутнього вчителя фізичної культури з викладання баскетболу в закладах освіти;

4. Розробка програми формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти.

Об'єкт дослідження – процес формування професійно-педагогічних здібностей вчителя фізичної культури через викладання баскетболу в закладах освіти

Предмет дослідження - формування професійного мислення майбутніх учителів фізичної культури у процесі викладання баскетболу

в закладах освіти.

Методи та організація дослідження. Аналіз літературних джерел; опитування; анкетування; вивчення та узагальнення педагогічного досвіду; педагогічне спостереження; експертні оцінки; бесіда; педагогічний експеримент; моторно-педагогічні тести; методи математичної статистики.

Дослідження проводилися на базі ЗОШ №52 – Маріупольська загальноосвітня школа I – III з вересня 2019 року по листопад 2020 року.

Окремо треба виділити час карантину в Україні, під час якого також проводилося дослідження. Термін карантину припав на 12 квітня по 22 травня 2020 року.

Дослідження здійснювалися в 3 етапи:

На першому етапі роботи було здійснювався збір та аналіз літературних джерел за темою «Формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти». За період навчання нами було зібрано і проаналізовано 81 літературних джерел.

На другому етапі здійснювалась дослідницько-експериментальна робота щодо реалізації впровадження нових технологій формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури та викладання баскетболу в закладах освіти. Була виявлена роль впровадження нових методів формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури на фізіологічний та психоемоційний стан учнів, розглянуто проблеми та перспективи їх впровадження, була розроблена етапна структура комплексної програми по впровадженню баскетболу у заклади освіти та проводилась експериментальна перевірка ефективності та надійності розроблених програмних та технологічних засад цієї структури.

Третій етап було відведено формулюванню висновків,

узагальненню й аналізу результатів, яку було отримано в процесі дослідницько-експериментальної роботи.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому що вперше розроблена структурні компоненти та модель формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти, Розроблені критерії оцінки сформування позитивної мотивації учнів до активного способу життя через баскетбол;

Було теоретично визначено та експериментально доведено ефективність педагогічних умов формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти.

У роботі було конкретизовано основні поняття проблеми дослідження: «педагогічні здібності», «мотивація до занять баскетболом», «взаємодія педагога та учня».

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні того, що ефективність закладається в тому що покращення методів формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти призведе до поліпшення освітньо-виховного процесу та підготовки учнів за рахунок інноваційних технологій занять, спеціальними новими засобами та формами підвищення професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури через навчання баскетболу. Вона вказує на те що за допомогою баскетболу можливо значно покращити рівень підготовки та професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури під час усього виховного процесу, залучивши до нього основні елементи, вправи, засади форми та засоби які притаманні баскетболу, та баскетбол як засіб впливу під час виховного процесу.

Дати оцінку впливу навчання елементів баскетболу за допомогою

наступних методів:

- проаналізувати допущення що ефективність використання технології баскетболу стане причиною поліпшення освітньо-виховного рівня підготовки професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури в контексті особистості, групи та усієї культури виховного процесу в цілому;
- в процесі дослідження скласти алгоритм роботи та створити модель зв'язку використання технології баскетболу та поліпшення освітньо-виховної, професійної, підготовки професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури, та виявити вплив різноманітності занять баскетболом на зміцненням і збереженням здоров'я учнів.
- виявити та запровадити ефективний педагогічний засіб виміру продуктивності педагогічної діяльності у контексті впровадження баскетболу як способу впливу на виховний процес та підготовку учнів та професійно-педагогічні здібності майбутнього вчителя фізичної культури.
- виділити інноваційну складову баскетболу у підготовки фахівців з фізичної культури. Розкрити іноваційність цього методу в виховному процесі, та розглянути його подальшу актуальність як способу впливу на виховний процес та підготовку студентів вищих навчальних закладів.

Апробація результатів кваліфікаційної роботи. Матеріали Кваліфікаційної роботи доповідались та обговорювались (тема доповіді «формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти»)

на OINFAVOROFTHE “NEWPLAYER” «...manandhisexistenceinthefaceofglobalchanges...»

Результати дослідження опубліковано у матеріалах цієї конференції.

Матеріали роботи доповідалися та обговорювалися 25 червня

2020 року.

Практичне значення одержаних результатів полягає у розробці практичних рекомендацій щодо формування професійної педагогічної підготовки сучасного вчителя фізичної культури з елементами баскетболу в закладах освіти.

Структура кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, чотирьох розділів, загальних висновків, додатків, списку літератури. Текст роботи викладено на 115 сторінках комп'ютерного тексту з них – 76 сторінок основного тексту. Список використаної літератури включає 81 бібліографічних посилання, додатків – 21.

РОЗДІЛ І

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВИКЛАДАННЯ БАСКЕТБОЛУ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

1.1. Теоретичне значення формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя

Педагогічна майстерність вчителя як теоретична проблема педагогіки

У центрі уваги сучасної педагогічної науки і практики знаходяться питання підвищення якості освітньо-виховного процесу. Багато в чому рішення даної проблеми пов'язано з розвитком професійної майстерності вчителя. Феномен педагогічної майстерності в теоретичному і практичному плані розглядається однак ця проблема не є новою для педагогіки, так як передумови дослідження проблеми педагогічної майстерності ми можемо знайти вже у великих мислителів античності [4].

Саме в період античності, з'являється термін «виховне мистецтво» як сукупність якостей вчителя, який володіє майстерністю виховання і навчання. Сократ стверджував, що вчитель повинен не тільки повідомляти готове знання, але його Мистецтво в тому, щоб у дитини прокинулося самостійне мислення. Вчительську місію мислитель вважав важливіше обов'язки батьків. Мистецтво виховання розглядав Аристотель, який вважав, що воно разом з природою робить людину досконалою, прекрасним у всіх відносинах. Виходячи з ідеї розвитку, він вперше в історії педагогіки спробував розробити вікову періодизацію, яку потрібно враховувати в процесі виховання [4].

На думку М. Квінтіліана, в мистецтві навчання велике значення має підготовка вчителя, його знання, методи навчання. Він написав трактат «Про виховання оратора де надав ряд вимог до вчителя. Він вважав що вчитель повинен бути прикладом для учнів і в поведінці і в рівні знань. Він повинен досконально володіти не тільки своїм предметом а й етикетом поведінки і спілкування, для того щоб навчати цьому учнів.

Відомий філософ Плутарх також звертав увагу на роль учителя в процесі навчання. Він вважав, що вчитель повинен мати великий життєвий досвід і бездоганна поведінка [4].

Великий внесок у розвиток проблеми педагогічної майстерності вніс Я.А. Коменський [4].

Все своє життя він присвятив пошуку ефективних методів навчання, вважаючи головним завданням методу - навчити найбільш простим і доступним, коротким і легким шляхом. Вперше Я.А. Коменський широко і конкретно висвітлив питання про педагогічному мистецтві вчителя, яке вимагає гуманного ставлення до дитини, енциклопедичних знань, високої культури. Я. Коменський сформулював новий погляд на вчителя, стверджуючи, що «кращі з людей нехай будуть учителями ...»

Великої майстерності вимагав від педагога Ж.-Ж. Руссо [56]. Педагогічна майстерність має будуватися на глибокому вивченні індивідуальних особливостей дитини. Тільки ці знання дозволяють знайти прийоми виховання, передбачити результати виховного процесу.

Систематичний виклад своєї педагогічної програми Ж.-Ж. Руссо зробив у творі «Еміль, або Про виховання». Ж.-Ж. Руссо був переконаний, що мистецтву виховання можна навчитися. Він вважав, що необхідною умовою мистецтва є талант, обдарованість і здібності вихователя.

Педагог-майстер, по Й.Г. Песталоцці [4], - це вчитель, який постійно самовдосконалюється і рухається вперед. Найбільш важливою рисою педагога, вважав Песталоцці, є любов до дітей, яка іноді може замінити навіть талант і підготовку вчителя. Запропонований педагогом підхід до виховання і навчання дітей мав індивідуальний характер, в той час це було новизною. Ідеї Песталоцці розвинув німецький педагог А. Дістервег.

Якщо Я. Коменський і Й.Г. Песталоцці під педагогічною майстерністю розуміли метод, то А. Дістервег [1] вважав, що педагогічна майстерність - здатність вчителя розвивати активність дітей. Джерелом є не методика, а особистість педагога і безпосередній вплив на дитину.

А. Дістервег обґрунтував розвиває метод навчання, який орієнтований на активність і самостійність учнів. При такому методі вчитель веде заняття в діалогічній формі, коли питання задаються як з боку вчителя, так і з боку учнів. Цей метод вчить дитину вільно мислити («Поганий учитель повідомляє істину, хороший вчить її знаходити») (додаток А)

Дослідженню професійних якостей як однієї з характеристик педагогічної майстерності присвячені праці і зарубіжних дослідників. Так, в роботах А. Маслоу [1], К. Роджерса [1] аналізуються професійні якості, формування яких має включатися в підготовку майбутнього педагога.

В контексті психоаналітичного підходу педагогічна майстерність визначається ступенем психологічної зрілості.

Психологічна зрілість, по теорії К. Юнга [4], є об'єктом впливу на особисте несвідоме, колективне несвідоме і приватне свідоме і виступає (проявляється) в трьох видах виховання.

У вітчизняній педагогіці початок вивчення педагогічного майстерності пов'язано з діяльністю М. Пирогова [4]. У змісті

«Педагогічної майстерності» М. Пирогов виділяв різноманітність засобів навчання та ефективність їх використання. Ступінь майстерності вчителя педагог оцінював за певними принципами і перш за все за такими, як педагогічна творчість, вміння правильно об'єднати і ефективно використовувати наочність і слово, постійно враховувати індивідуальні особливості дітей.

М. Пирогов висував високі вимоги до вчителя, відзначаючи, що висока моральність педагога є основою моральності дитини [1]. (Див. Мал. 4) Пирогову належить ініціатива творення учительських семінарій. Він бачив джерело зростання педагогічного майстерності вчителів в їх колективній творчості (наради, курси, з'їзди).

1.2 Значення та проблеми впровадження баскетболу в освітній процес закладів середньої освіти – школи

Значення впровадження баскетболу в освітній процес закладів середньої освіти – школи.

- Завдяки баскетболу можна підвищити професійний рівень педагогічних навичок вчителя;
- баскетбол-це популярна гра яка може підвищити фізіологічний рівень учнів за рахунок великої енергозатратності та технічності гри;
- баскетбол- це групова гра яка може допомогти учням отримати комунікативні навички, та соціалізувати їх;
- баскетбол може бути інструментом для покращення «клімату» у класі та зробити його більш згуртованим;
- ця гра дає можливість розвинути вольові якості учня, витримку, вміння спілкуватися та інше.
- проблеми впровадження баскетболу в освітній процес закладів середньої освіти – школи:

- баскетбол – гра яка потребує високої кваліфікації тренера;
- техніка гри у баскетбол доволі складна, тому потребує часу для її оволодіння;
- не усі школи мають інвентар та добре обладнанні спортивні зали для гри у баскетбол[5].

1.3 Потенціал формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти

Потенціал формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури полягає у тому що зараз в Україні є велика нестача насамперед професійних вчителів з фізичної культури. Це є великим недоліком сучасної системи виховання майбутніх вчителів, бо саме вони являють собою базу та інструмент формування здорової молоді[5].

Через те що є нестача спеціалістів в цій сфері діяльності стає зрозумілим що це дуже потенціальна сфера для дискусії та повинна бути розглянута в даній роботі.

Професійно-педагогічні здібності майбутнього вчителя фізичної культури складаються з багатьох чинників, основним з них є педагогічна майстерність яка розглядається як комплекс якостей особистості педагога, що забезпечують високий рівень педагогічної майстерності[5].

Провідне місце в складному синтезі властивостей, що визначають педагогічну майстерність вчителя, належить єдності мотиваційно-ціннісної складової (професійно-педагогічної спрямованості) і індивідуально психологічних особливостей (загальних і професійно-педагогічних здібностей) педагогічної майстерності.

Існує досить великий перелік тих особистісних якостей, які забезпечують високий рівень педагогічної майстерності [9].

Цілісність особистості передбачає її структурну єдність, наявність тих системних властивостей, які об'єднують всі інші і є підставою її цілісності. У структурі особистості викладача така роль належить професійно-педагогічній спрямованості, яка, утворює каркас, що скріплює і об'єднує всі основні професійно значущі властивості особистості педагога [4].

Основою професійно-педагогічної спрямованості особистості викладача виступає система її ціннісних відносин до педагогічної діяльності, закріплена в професійно-ціннісних орієнтаціях [4].

Наявність у особистості суспільно і професійно значущих ціннісних орієнтацій забезпечує сумлінне ставлення до справи, спонукає до пошуку, творчості [4].

Відсутність же позитивної орієнтації може стати причиною професійного краху, втрати вже наявного майстерності.

Виконуючи прогностичну, проектуючу, професійно орієнтовану, функцію дозволяють викладачеві вибудувати модель своєї діяльності, яка стає орієнтиром в його саморозвитку і самовдосконаленні [9].

Педагогічна самосвідомість визначає знання про себе як про фахівця, емоційне ставлення до себе як педагогу, самооцінку. При цьому самооцінка, виконуючи регулюючу роль в процесі удосконалення педагогічної майстерності, можлива лише тоді, коли спирається на деякий «неузгодженість» між самооцінкою і ідеальним поданням про вчителя [9].

Таким чином, педагогічна самосвідомість є фільтром якостей особистості, які стають для вчителя значущими в процесі підвищення педагогічної майстерності [9].

Серед величезної кількості якостей особистості, що впливають на підвищення педагогічної майстерності, слід виділити соціальні якості особистості, що забезпечують майстерність педагогічного взаємодії,

інтелектуальні якості, що впливають на успішність когнітивних процесів, і моральні якості, що визначають орієнтири педагогічної діяльності[9].

Виділяють наступні види педагогічних здібностей:

1. Перцептивні навички які включають вміння вчителя бачити настрої учня, його внутрішні почуття і світ. Вміння бачити авторитет для учня та залучати ці знання до процесу виховання.

2. Конструктивні здібності дають можливість педагогу бачити педагогічну ситуацію, аналізувати її та створювати нові, більш вигідні для кожного випадку під час виховного процесу.

В цьому велику роль грає вміння педагога підключати до роботи увагу і розвинутий педагогічний склад мислення.

3. Дидактичні навички дають можливість добре передавати інформацію, адаптуючи її до особливостей вихованців.

Професійна майстерність вчителя фізичної культури включає здатність зробити матеріал не тільки доступним, а й стимулювати самостійність, управляти пізнавальною активністю.

4. Педагогічне мовлення повинно бути зрозумілим для учня, та вчитель повинен проявляти зацікавленість до теми яку він розглядає.

Особливе значення мають культура мови педагога, чітка дикція, емоційність та доступність мовлення, правильність мовлення та вміння підключати експромт. [33].

5. Комунікативні здібності - здібності до спілкування з дітьми, вміння знайти до них правильний підхід, встановити доцільні з педагогічної точки зору взаємини, наявність педагогічного такту. Для розвитку комунікативних здібностей важливу роль відіграє емпатія, тобто здатність емоційно відгукуватися на переживання інших людей.

6. Організаторські здібності – вчитель повинен добре орієнтуватися у групі учнів, вміти швидко організувати навчальний процес, та правильно делегувати обов'язки[9].

Організаторські здібності залежать від цілого комплексу особистісних якостей тренера (Швидкості і гнучкості мислення, рішучості, витримки, наполегливості, вимогливості, почуття відповідальності за виховання дітей і т.п.) [9].

7. Академічні здібності (здібності до наукових досліджень, узагальнення свого досвіду) необхідні тренеру для постійного вдосконалення в області психології і педагогіки, впровадження в свою діяльність науково-дослідних методів роботи [54].

Отже, педагогічна майстерність вчителя фізичної культури відповідно до кластером проявляється в рівні розвитку педагогічних здібностей.

Функція в філософії розуміється як відношення двох груп об'єктів, в якому зміни одного з них відповідає зміна іншого.

Функція може розглядатися з точки зору наслідків (сприятливих, несприятливих), що викликаються зміною одного параметра в інших параметрах об'єкта (функціональність) або з точки зору взаємозв'язку окремих частин в рамках деякого цілого (функціонування).

Для соціальних процесів функція передбачає обов'язок, коло діяльності, призначення, роль [9].

Педагогічні функції розглядає Н.В. Кузьміна [75] як компоненти професійної діяльності вчителя. На думку автора, склад і послідовність дій вчителя, спрямованих на досягнення педагогічних цілей через рішення довгого ряду педагогічних завдань, іє психологічною структурою діяльності. «Функціональні компоненти - це стійкі базові зв'язки основних структурних компонентів, - пише Н.В. Кузьміна, - що виникають в процесі діяльності керівників, педагогів, учнів, вони обумовлюють рух, розвиток, вдосконалення педагогічних систем і внаслідок цього стійкість, їх життєстійкість, виживаність.

У педагогічних системах виділяються гностичний, проектувальний, конструктивний, комунікативний, організаційний і

функціональні компоненти»[9].

Психологічна структура педагогічної діяльності Н.В. Кузьміноїбула доповнена і розвинена А.І. Щербаковим, який виділив інформаційну функцію (обмін інформацією між учителем і учнями шляхом прямого і зворотного зв'язку); виховно-розвиваючу функцію, яка є передумовою єдності виховання, навчання і розвитку (управління перцептивними, розумовими, емоційно-воловими іншими процесами в навчальній діяльності); орієнтаційну функцію (розвиток ціннісних орієнтацій); мобілізаційну функцію (Актуалізація знань і життєвого досвіду учнів); дослідницьку функцію (науковий підхід до вивчення педагогічних явищ) [9].

Педагогічні функції діяльності вчителя фізичної культури визначаються специфікою фізичної культури, оскільки вчитель виконує і функції тренера.

Функції педагогічної діяльності в сферіФКС виділяє Ю.Д. Железняк [48].

1. комунікативні функції: учитель повинен знати своїхучнів, їх пізнавальні інтереси, здібності, нахили, темперамент, ставлення батьків до занять фізичною культурою і спортом; вміти знаходити з вихованцями спільну мову, проводити спеціальні бесіди про моральне обличчя спортсмена, вести культурномасову роботу;

2. організаторські функції включають: функції відбору, навчально-тренувальні функції, функції планування, контролю за навчально-тренувальним процесом, суддівські і секундантські. Функціївідбору припускають наступні знання: основних закономірностей розвитку організму - морфологічних, фізіологічних, психічних, фізичних; модельних характеристик спортсмена; принципів, засобів, форм і методів відбору; спортивної спеціалізації;

Учитель повинен уміти:

– прогнозувати і передбачати спортивні результати;

- проводити відбір в навчально-тренувальні групи спортивної секції.

Навчально-тренувальні функції тренера:

- знання принципів;
- засобів, форм і методів навчання;
- знання спеціальної термінології;
- вміння діагностувати здібності учня;
- риси характеру;
- інтелектуальний рівень;
- ступінь розвитку творчого мислення;
- ставлення до виконання тренувальної роботи;
- вміння навчати найбільш раціональної техніці і тактиці;
- формування та визначених фізичних, психічних якостей.

Ефективність функцій планування визначає знання і прогнозування кінцевої мети підготовки, цілей і завдань її етапів і періодів, а також підбір найбільш підходящих для вирішення поставлених проміжних завдань, засобів і методів [9].

3. функції контролю за навчально-тренувальним процесом;
4. суддівська функція виражається в знанні правил змагань і виконанні при необхідності обов'язків суддів на будь-якій ділянці суддівської роботи;
5. секундантська функція полягає в обов'язки тренера знати своїх учнів, їх позитивні та негативні якості, зовнішні ознаки прояви емоційного стану, ознаки різних передстартових психічних станів і способи управління ними; в умінні створювати оптимальний настрій у спортсмена на виконання вправи;
6. науково-дослідна функція передбачає знання і застосування засобів і методів дослідження; обробку та інтерпретацію отриманих даних з використанням останніх досягнень науки і техніки.

7. гностичні функції спрямовані на реалізацію вчителем своїх професійних обов'язків. Він повинен володіти певними педагогічними здібностями, які визначаються його особистісними якостями і сукупністю знань, умінь і навичок[9].

Таким чином, кластерне опис дозволяє представляти педагогічна майстерність вчителя як комплекс властивостей особистості, забезпечує високий рівень самоорганізації професійної діяльності, сукупність педагогічних здібностей і функцій педагогічної діяльності. Психічних станів і способи управління ними; в умінні створювати оптимальний настрій у спортсмена на виконання вправи.

Таким чином, кластерне опис дозволяє представляти педагогічна майстерність вчителя як комплекс властивостей особистості, забезпечує високий рівень самоорганізації професійної діяльності, сукупність педагогічних здібностей і функцій педагогічної діяльності. Взаємодії за рахунок їх стилю спілкування і особливостей особистості педагога і учня.

Учитель-фасилітатор - педагог, який своєю присутністю і впливом полегшує прояв ініціативи, самостійності учнів, сприяє процесу їх психічного розвитку та забезпечує позитивне міжособистісна взаємодія. [9].

Фундамент (основу) педагогічної майстерності охоплюють такі основні складові: особистість педагога, знання і педагогічний досвід. Учитель вчиться все життя, він знаходиться в постійному розвитку і все трудове життя є дослідником.

Майстерність, як правило, пов'язують з великим досвідом. Функціональна роль наставника реалізується в педагогічну майстерність передачі знань і формування досвіду діяльності.

Педагогічна техніка займає особливе місце в структурі майстерності вчителя. Майстерність володіння педагогічною технікою забезпечує функціональна роль методиста.

Педагогічна техніка - це сукупність навичок, яка необхідна для ефективного застосування системи методів педагогічного впливу на окремих учнів і колектив в цілому (вміння вибрати правильний стиль і тон у спілкуванні, вміння управляти увагою, почуття такту, навички управління і ін.) [9].

Рівень педагогічної майстерності методиста можна визначити, орієнтуючись на наступні критерії:

- стимулювання і мотивація особистості учня в процесі навчання;
- організація навчальної діяльності учня;
- володіння змістом і дидактичної організацією освіти;
- організація і здійснення професійно-педагогічної діяльності в процесі навчання;
- структурно-композиційна побудова уроку (заняття або іншої форми) [9].

Вищий рівень педагогічної майстерності проявляється в процесі реалізації функціональної ролі творця. Щоб стати майстром, перетворювачем, творцем, вчителю необхідно опанувати закономірностями і механізмами педагогічного процесу. Це дозволить йому педагогічно мислити і діяти, отже, самостійно аналізувати педагогічні явища, розчленовувати їх на складові елементи, осмислювати кожну частину в зв'язку з цілим, знаходити в теорії навчання і виховання ідеї, висновки, принципи, адекватність даного явища; правильно діагностувати явище, визначати, до якої категорії психолого-педагогічної понять воно відноситься; знаходити основну педагогічну завдання (проблему) і способи її оптимального рішення [9].

Таким чином, опис ролі структури педагогічної майстерності дозволяє визначити, що діяльність професіонала-майстра слід розглядати як професійно доцільну, індивідуально-творчу і оптимальну. В цьому випадку педагогічне майстерність є якісний рівень професійної діяльності, має творчий характер, орієнтованої на

соціально значимий кінцевий результат (мета) і оптимальний процес його досягнення.

Концептуальні основи розробки організаційно-педагогічних умов, та педагогічної майстерності майбутнього вчителя фізичної культури

Концептуальні основи методів формування структури та бази педагогічної майстерності та творчого мислення вчителя базується на таких термінах, як “концептуальність” та “концепція”, що формують базу для розвитку педагогічної майстерності особистості вчителя з творчим мисленням та високим рівнем володіння предметом, який є основною складовою в діяльності вчителя як професіонала. Концепти це основи тлумачення педагогічної майстерності, та саме вони складають концепцію підготовки майбутнього вчителя у контексті формування в нього основ цього феномену [39].

Концепція формується з таких критеріїв як:

- мета освіти – опанування базових знань, умінь і навичок;
- особлива увага до засвоєння академічних знань та базових дисциплін;
- моральна освіта (теоретичні та практичні знання повинні базуватися на моральних якостях вчителя та учня) ;

Вибір критеріїв є найважливішим етапом у структурі змісті педагогічної майстерності вчителя. критерій виділяє сутнісні характеристики зміни в розвитку об'єкта або знання межі, повноти прояви його сутності в конкретному вираженні[39].

Є.Ю. Тунік аргументовано описує критерії педагогічного майстерності викладача фізичного виховання, до яких відносить:

I. Створення загальних умов ефективності навчально-виховного процесу:

1. Забезпечення загальних умов ефективності заняття: попередні

вказівки за планом заняття (мета, завдання, основні етапи, лаконічні, чіткі), навчальні посібники, експеримент, ТСО, що сприяють швидкому включенню учнів в роботу і забезпечити раціональне початок заняття без пауз, затримок, пошуку інвентарю.

2. Адаптація навчання учнів: відповідність навчання віку, облік індивідуальних особливостей учнів, диференційований підхід до вибору завдань, організація групової роботи як форми взаємодопомоги[39].

II. Компетентність викладача:

1. Володіння навчальним предметом і методами навчання: застосування сучасних (оригінальних) прийомів, методів навчання (новітніх педагогічних технологій).

2. Організація навчальної діяльності, послідовність в досягненні мети уроку, закріплення, підбиття підсумків, інтеграція[39].

III. Техніка пояснення:

1. Розповідь і показ, опора на всі види пам'яті (слухову, зорову, механічну).

2. Додаткове роз'яснення матеріалу нужденним учням.

IV. Навчальний взаємодія:

1. Контроль і корекція діяльності учнів: об'єктивна оцінка діяльності незалежно від особистого ставлення викладача до даного учня, відмова від прямих вказівок і корекції діяльності займаються, спонукання студентів до самооцінки, самокорекції, оцінки якості та корекції діяльності один одного.

2. Використання запропонованих учнями ініціатив, тактовне коригування ідей учнів, їх розробка і використання в навчально-виховного процесу.

V. Створення сприятливого клімату на занятті, що сприяє продуктивної діяльності:

1. Стимулювання інтересу учнів: використання незвичайних,

цікавих аспектів уроку, гумору, прикладів з життя, практичної діяльності.

2. Надання допомоги у виробленні позитивної самооцінки студента: відсутність у мові педагога сарказму, глузування, докорів; заохочення конкретної роботи і конкретних учнів, допомога педагога і підтримка тих учнів, які відчувають труднощі, невпевненість в своїх знаннях і здібностях[39].

VI. Підтримка належної дисципліни на занятті.

Інші критерії педагогічної майстерності можна виділити відповідно до організацією уроку [12].

Так, в організацію уроку Л.Т. Охитіна включає:

- самоорганізацію: (творча робота, вміння налагоджувати психологічний контакт з класом);
- організацію учителем пізнавальної діяльності учнів: (розвиток у себе і у учнів уваги; тренування пам'яті; закріплення загальноприйнятих понять та мислення; розвиток уяви учнів; формування умінь і навичок та закріплення компенсацій).

Інший об'єкт структури аналізу, по Л.Т. Охитіної—організованість самих учнів, тобто .:

- 1) рівень розумового розвитку учнів;
- 2) ставлення учнів до навчання;
- 3) самоорганізація розумової праці;
- 4) здатність до навчання. Автор справедливо наголошує, що навчання має вносити зміни не тільки в інтелектуальну сферу учня, а й в розвиток його особистості[40].

Навчання буде розвиває, якщо учень діє за власним бажанням.

Отже, по Л.Т. Охитіної, педагогічну майстерність вчителя пов'язують з активізацією пізнавальної сфери учнів і оцінюється за наступними питаннями:

- як учитель домагається потрібної винахідливості,

осмисленості, цілісності сприйняття учнями досліджуваних предметів, як допомагає їм відрізнити інвентарні ознаки від варіантних; які установки і в якій формі використовує (переконання, навіювання);

- як домагається стійкості і зосередженості уваги учнів;
- які форми роботи використовує для актуалізації в пам'яті учнів раніше засвоєних знань, необхідних для розуміння нового матеріалу (індивідуальне опитування, співбесіда з класом, вправи на повторення і ін.) [4].

Таким чином, професійну майстерність, здібності вчителя, педагогічний досвід, рівень освіти, кваліфікація, загальнокультурний рівень, ерудиція, професійна стійкість, виключність в роботу, ціннісні орієнтації і т.д. є компонентами педагогічного майстерності. Кожен з названих чинників є структурним елементом щодо самостійної системи, яка формує свої стійкі внутрішні взаємозв'язки і взаємодії, які ми включили в кластерні, рольові або артеріальні структури педагогічного майстерності.

1.4. Основні положення технології підвищення педагогічної майстерності вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти

Аналіз проблеми і чинників, що обумовлюють необхідність розробки технології підвищення педагогічної майстерності, дозволяє виділити основні джерела створення технології:

- соціальне замовлення, сформульований в нормативних документах;
- міжнародний та вітчизняний педагогічний досвід, його традиції і тенденції розвитку; теоретичні концепції, що фіксують сучасний рівень розвитку ідей формування педагогічної майстерності вчителя фізичної культури;
- практичний досвід реалізації моделей, технологій формування фізичної культури особистості.

Уявімо технологію підвищення педагогічної майстерності вчителя у вигляді схеми

Нові вимоги до підготовки фахівців у вищій школі припускають вихід за рамки традиційних академічних структур з монофункціональних спрямованістю освітнього процесу і побудова освітнього простору всфері ФКС, спрямованого на підвищення педагогічної майстерності вчителя [12].

Компетентнісний підхід в даний час займає особливе місце серед інших підходів, визначаючи результативно-цільову спрямованість освіти. На думку А.К. Маркової, «кожен працівник компетентний в тій мірі, в якій виконується їм робота відповідає вимогам, пред'явленим до кінцевого результату даної професійної діяльності; оцінка або вимірювання кінцевого результату - це єдино науковий спосіб судити про компетентність» компетентнісний підхід підсилює практико-орієнтованість традиційного підходу, істотно розширюючи його зміст власне особистісними складовими, направляючи освітній вектор на результат освіти і його реалізацію в професійній діяльності [12].

Смислове ядро компетентнісного підходу утворюють поняття «Компетенція», «компетентність», «професійна компетентність». Як зазначає Н.А. Лизь, різноманіття підходів у визначенні термінів «Компетенція» «компетентність» створює певні проблеми для їх осмислення і розуміння змісту самого компетентнісного підходу [17].

Професійні компетенції - це готовність і здатність доцільно діяти відповідно до вимог справи, методично організовано і самостійно вирішувати завдання і проблеми, а також оцінювати результати своєї діяльності.

Виділяють поняття професійної компетентності, що має нормовану сферу докладання, що склалися зразки результатів діяльності та вимоги до їх якості, і ключовий (Загальноосвітньої) компетентності, яка проявляється як певний рівень функціональної

грамотності. Ці два види компетентності об'єднують досвід, не вільна до набору знань і умінь, цілісність і конкретність сприйняття і ситуації, готовність до отримання нових знань [17].

Розглядаючи напрямки професійно-педагогічної підготовки фахівця з фізичної культури і спорту, зазначає, що професійна компетентність передбачає сукупність особистісних характеристик людини, необхідних для успішного виконання педагогічної діяльності. Проектування професійно-психологічної компетентності має ґрунтуватися на прагненні виявити ключові психологічні характеристики професіонала, що дають йому можливість кваліфіковано діяти в умовах психологічного комфорту і дискомфорту

Тому в створеному просторі професійної компетентності необхідно уявити:

- 1) певне інформаційне поле (теоретичні знання);
- 2) область практичних навичок і умінь (практичний досвід);
- 3) перелік професійно значущих рис особистості (особистісно-діяльнісні якості).

В.Н. Введенський вводить поняття «інтелектуально-педагогічна компетентність ». Це здатність, яка визначає міру професіоналізму, характеризується особливим типом організації предметно-специфічних знань і ефективними стратегіями прийняття рішень найбільш яскраво інтелектуальна компетентність проявляється в професійній діяльності, однак не можна ототожнювати її з професіоналізмом [4].

Інтелектуально-педагогічна компетентність виражається в умінні застосовувати наявні знання для встановлення педагогічно доцільних взаємин, придбання і перетворення знань учнями і самим педагогом, а також для вироблення способів інноваційної діяльності.

Комунікативна компетентність педагога – професійно-значуще, інтегративну якість, основними складовими якого є: емоційна стійкість (пов'язана з адаптивністю) екстраверсія (корелює зі статусом і

ефективним лідерством) здатність конструювати прямий і зворотній зв'язок; мовні вміння вміння слухати і т.д.

Комунікативна компетентність - це, по-перше, особистісне якість вчителя, формується в процесі розвитку і саморозвитку особистості, по-друге, показник інформованості педагога про цілі, сутність, структуру, засоби, особливості педагогічного спілкування, рівня володіння відповідної технологією; індивідуально-психологічних якостей фахівця; прагнення до постійного вдосконалення, комунікативної діяльності, орієнтації на особистість людини як на головну цінність, а також здатності до нестандартного, творчого вирішення завдань і т.д.

Професійне спілкування є серцевиною комунікативної компетентності педагога, воно завжди передбачає спільність, схожість, взаємне прагнення розуміти і приймати іншого, не тільки раціонально порівнювати і реагувати, але і емоційно співпереживати [17].

Інформаційна компетентність педагога включає обсяг інформації (знань) про себе, про що навчаються, про досвід роботи інших педагогів, їх навичок для виконання типових завдань; широкий погляд передбачає вимоги більші, ніж необхідні для окремої роботи, що відповідає кращій існуючій практиці і майбутнім ринкам праці.

Рефлексивний підхід до компетенцій спрямований на відображення існуючої практики і того, що люди можуть робити в даний час. Відповідно до стратегічного підходу, компетенції визначаються передбаченням майбутніх потреб економіки і є стимулюючими, які вимагають напруги сил, спрямованих на більшу, що робиться «тут і зараз». Один з відомих дослідників результатів освіти і компетенцій Стівен Адам говорить про те, що «в певній міру компетенції і компетентності використовуються в зв'язку з результатами навчання»

Регулятивна компетентність педагога передбачає наявність у

нього умінь управляти власною поведінкою. Вона включає: цілепокладання, планування, мобілізацію і стійку активність, оцінку результатів діяльності, рефлексію [32].

Головним визначальним фактором діяльності є моральні цінності.

Інтелектуально-педагогічну компетентність це розвиток мислення, наукова та професіональна база педагога, його інтелектуальний рівень.

Операціональна компетентність визначається набором навичок, необхідних педагогу для здійснення професійної діяльності: прогностичних, проєктивних, предметно-методичних, організаторських, експертних.

Підготовка фахівця в галузі фізичної культури передбачає формування світогляду, потреби в соціально значущій діяльності [17].

Світогляд - це не тільки система поглядів на об'єктивний світ і місце в ньому людини, а й обумовлені етичними поглядами принципи пізнання професійної діяльності. Будучи способом усвідомлення дійсності, світогляд включає і ідеали як [4] вирішальні життєві і професійні цілі. Світогляд впливає на норми поведінки, на ставлення людини до професії, його спрямованість особистості [17].

Успішність роботи вчителя залежить від особистого характеру вчителя, взаємин з дітьми, словом від педагогічної майстерності. У зв'язку з цим педагогічну майстерність слід розглядати як сукупність певних якостей особистості вчителя, які обумовлюються високим рівнем його психолого-педагогічної підготовленості, здатністю оптимально вирішувати педагогічні завдання (навчання, виховання і розвитку школярів).

Які ж якості особистості притаманні вчителю – майстру:

- знання предмета діяльності,

- прагнення до самоосвіти,
- мотивація до своєї професії,
- любов до дітей,
- вимогливість,
- почуття міри,
- педагогічний такт,
- особистий приклад,
- витримка,
- терпіння,
- щирість,
- спостережливість,
- вміння користуватися голосом.

Майстерність вчителя проявляється в голосі, міміці, тоні жесті. Невміння користуватися голосом межує з непридатністю до педагогічної професії. Занадто гучний голос вчителя впливає на нервовий стан учня. Несподівано дратівливий тон дратує і учнів[17].

Мова педагога повинна бути доступною, виразною, логічною стрункою.

Професійна пильність (прозорливість) полягає в умінні проникати у внутрішній світ свого учня, знаходити з ним спільну мову. Нариватися на конфлікти допомагає це якість. До вище названим якостям кожен учитель може додати і своє, перераховані є необхідними для кожного з нас[17].

Висновки до першого розділу

Таким чином, педагогічна майстерність вчителя фізичної культури є комплексом знань, умінь і навичок, необхідних вчителю для вирішення завдань професійно-педагогічної діяльності.

Педагогічна майстерність в контексті технології стає способом

прояви власного «Я» в професії, самореалізацією особистості вчителя, передбачає творчу активність і доцільне використання методів і засобів фізичного виховання.

Розробка і впровадження нової технології навчання дають змогу вчителю проявити свій педагогічний, творчий потенціал, та урізноманітнити процес навчання. [66].

РОЗДІЛ II

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Аналіз літературних джерел - цей метод використовувався нами для дослідження основних питань пов'язаних з проблемами впровадження баскетболу у заклади вищої освіти. В результаті проведення аналізу літературних джерел нами були досліджені наступні питання: «Значення впровадження баскетболу до вищого навчального закладу», «Проблеми та перспективи розвитку баскетболу як нетрадиційного виду спорту у вищих навчальних закладах», «основні елементи баскетболу та їх вплив на фізіологічний аспект студентів», «як баскетбол впливає на психоемоційний стан студентів». Визначили необхідність пошуку засобів і методів для впровадження баскетболу.

Анкетування - технічний засіб конкретного соціального дослідження, складання, поширення і вивчення анкет. Нами анкетування проводилося з метою виявлення потенціального розвитку баскетболу у закладах вищої освіти.

При підготовці до проведення експерименту необхідно вяснити ряд питань, від яких в певній мірі залежить успішність досягнення поставленої задачі. З цією метою складають анкету для збору апріорної інформації та ведуть журнал(протокол) експерименту по якому потім даний експеримент можна відтворити [3].

Педагогічне спостереження - метод, за допомогою якого здійснюється цілеспрямоване сприйняття будь-якого педагогічного явища для отримання конкретних фактичних даних. воно носить

споглядальний, пасивний характер, не впливає на процеси, що вивчаються, що не змінює умов, в яких вони протікають, і відрізняється від побутового спостереження конкретністю об'єкта спостереження, наявністю спеціальних прийомів реєстрації спостережуваних явищ і фактів. Наше педагогічне спостереження було направлено на аналіз основних спеціальних елементів, для того, щоб виявити вплив баскетболу на фізіологічний та психоемоційний стан студентів[3].

Педагогічне дослідження – це такий вид експерименту який має чітку направленість на педагогічну ситуацію, реальну або штучно відтворену. Він має на меті поліпшити процес навчання, з виявити, підтвердити та закріпити нові засоби та методи навчання. Узагальнити більш старі методи навчання та зробити їх більш дієвими у сучасному світі. Суть педагогічного експерименту полягала в впровадженні в дисципліну фізичної культури університету нового аспекту – баскетболу[3].

Для вияву спеціальної підготовленості учнів при грі у баскетбол застосовували комплекс контрольних тестів для учнів:

1. Швидкість бігу
2. Стрибучість
3. Серійна стрибучість
4. Швидкісна техніка
5. Швидкість і спритність захисних пересувань
6. Спеціальна витривалість
7. Стабільність штрафних кидків
8. Стабільність середніх і дальніх кидків
9. Точність довгої передачі у відрив [12].

Швидкість бігу: Учень виконує прямолінійний ривок на 20 м, стартуючи за сигналом через лицьову лінію майданчика в баскетбольній стойці. Виконується 3 спроби з інтервалами 15 с. Час

фіксується до десятих часток секунди. Визначається кращий час в трьох спробах.

Стрибучість: Учень дістає найвищу точку на вимірювальній планки, укріпленої на щиті (якщо буде потреба опущеною на 20-30 см нижче кромки щита), роблячи 4 стрибка поспіль без пауз і підшукувань:

- стрибок з розбігу поштовхом однією ногою з будь-якої точки трапеції

- стрибок з місця з роботою рук

- два стрибки з місця з витягнутими вгору руками

Виконується 3 спроби з інтервалом 15 секунд. Фіксується з точністю до одного сантиметра кращий результат кожного стрибка, досягнутий в будь-якій з цих спроб.

Серійна стрибучість: Учень долає розташовані по колу перешкоди (наприклад, легкоатлетичні бар'єри, натягнуті гумові тяжі і т. п.) Висотою 50 см. Всього долаючи 3 кола без пауз і підшукувань на час (вимірюється від стартового сигналу до моменту приземлення після останнього стрибка). гравцеві надається одна спроба[12].

Швидкісна техніка: Учень виконує обведення змією трьох перешкод розміром 0,5м на 0,5м і висотою не менше 1 метра, прямолінійно розташованих уздовж площадки в центрі штрафних кидків і середньої лінії, закінчуючи її кидком в кошик [12].

Ведення починає через лицьової лінії під щитом, обводить перешкоди, ведучи м'яч правою рукою і кидає в кільце з під щита довільним способом, тут же бере інший м'яч, що лежить поза майданчиком, на відстані 0,5 м за лицьовою лінією під щитом і продовжує тест в зворотну сторону, ведучи м'яч лівою рукою,

закінчуючи кидком з-під щита або кільця (час вимірюється з точністю до однієї десятої секунди). Гравцеві даються дві спроби з інтервалом 30 с, фіксується найкращий час однієї з них; в разі неточного кидка спроба анулюється (в період відпочинку наступний учень може виконати чергову спробу).

Швидкість і спритність захисних пересувань: Учень з баскетбольної захисної стійки послідовно, без пауз виконує ривки з вихідної точки 1, в точки 2, 3, 4, 5 і 6 обов'язково завдаючи ударів рукою по набивним м'ячами, які лежать в цих точках, повертається кожен раз в точку 1, також завдаючи удару по набивні м'ячу, причому ривки з точки 1 в точки 2, 3, 4 виконують особою вперед, повернення в точку 1 - спиною вперед, а з точки 1 в точки 5, 6 і назад - боком, приставними кроками. Секундомір зупиняється в момент удару гравцем по м'ячу в точці 1 при поверненні з точки 6.

Гравцеві даються дві спроби, з інтервалом відпочинку 30 секунд.[12].

Спеціальна витривалість: Човниковий біг - п'ять разів уздовж площадки від щита до щита, щораз обов'язково торкаючись кільця або щита. У момент торкання включається або вимикається секундомір. Виконуються 3 спроби з інтервалами 30 секунд[12].

Стабільність штрафних кидків: Учень виконує тридцять кидків серіями по три кидки поспіль в повній відповідності з правилами гри по черзі в обидва щита, пересуваючись від щита до щита з веденням. Після перших двох кидків м'яч гравцеві подає партнер, після третього він підбирає його сам. Загальний ліміт часу на тест - 3 хвилини огляду на сумарну кількість очок, причому за перше потрапляння з трьохкидків нараховується два очка, за інші по одному. У разі

перевищення ліміту часу, тест анулюється. Тест можуть проводити одночасно два гравці, починаючи його у протилежних щитів [12].

Стабільність середніх і дальніх кидків: Учень послідовно виконує кидки з десяти різних за дальністю точок (4,5 і 6,25 м від проекції центра кільця) .Баскетболісти все кидки обов'язково виконують в стрибку. Після кожного кидка учень виходить до щита, підбирає м'яч, переходить з веденням на наступну точку і виконує черговий кидок[12].

Точки розташовуються симетрично по обидва боки щита на лінії, паралельної лицевій і проходить через проекцію центру кільця, а також на лініях під кутом 45 і 90 градусів.

Кидки виконуються протягом 4 хвилин. Із завданням оптимізувати їх швидкість і точність. З огляду на сумарну кількість очок, причому на кожне попадання з 6,25 м (з точок 2, 3, 6, 8, 10) нараховується три очка, за інші - по два [12].

Точність далекої передачі м'яча у відрив: Гравець, розташовуючись за лінією штрафного кидка, направляє м'яч в щит, виходить дощиту, опановує відскоком і відразу ж направляє правої (або найсильнішої) рукою в мішень розміром 1,5 X 1,5 м на висоті один метр над рівнем майданчика, розташованого на продовженні протилежної лінії штрафного кидка в двох метрах від правої бічної лінії, а потім в таку ж мету, розташовану на середньої лінії майданчика в двох метрах від лівої бокової лінії, лівої або найслабшою рукою. Фіксуються кількість влучень м'яча в мішень з 10 передач правою та 10 передач лівою рукою [3].

Педагогічне тестування – це така специфічна форма вимірювання різних фізичних здібностей учнів, яка має фундамент в виді педагогічних тестів. Таке педагогічне тестування включає в себе саму

підготовку тестів, проведення тестування та обробку результатів. У роботі були задіяні педагогічні тести з специфічним направленням на баскетбол. Завдання тестування були зроблені з урахуванням специфіки баскетболу.

Методи оцінки функціонального стану. Проводилися такі методи як:

- вимір ЧСС;
- АТ сист;
- АТ діаст;
- ЖЕЛ;
- Проба Штанге;
- Проба Генчі [3].

Частота серцевих скорочень (ЧСС) - це кількість ударів серця в мінуту. Щоб виміряти свій пульс у стані спокою, потрібно покласти пальці на зап'ясті, шию або скроню, включити секундомір і порахувати кількість ударів за 10 секунд, а потім помножити це значення на шість[3].

АТ вимірюється тонометром за методом Н.С. Короткова на правій руці в положенні сидячи після 5-10-хвилинного відпочинку. Манжету накладають на середину оголеного плеча на 1-2 см вище ліктьового згину. Рука обстежуваного повинна бути зручно розташована на столі і повернута долонею вгору. Момент появи тонів відповідає систолі тиску, а зникнення їх - діастолі. Більш ефективним є використання сучасних електронних тонометрів[3].

Вимірювання ЖЄЛ проводять сухим або повітряним спірометром. Найбільш зручний для дослідження сухий спірометр, який представляє собою невелику коробочку зі шкалою з поділками, стрілкою і трубкою для видиху, на яку одягається мундштук.

Дослідження проводять три рази, відзначаючи кращий результат. За показниками спірометрії можна до певної міри судити і про функції ССС [3].

Проба Штанге - затримка дихання на вдиху. Час затримки дихання на вдиху вимірюють після 3-5-хвилинного відпочинку. Тестований в положенні стоячи робить три глибокі вдихи і на неповному 4-м вдиху затримує дихання, затиснувши ніс пальцями. За секундоміром визначають час затримки дихання. При втомі час затримки різко знижується [3].

Проба Генчі - затримка дихання на видиху. При хорошому функціональному стані дихання затримується на видиху до 45-60 секунд і більше. При втомі час затримки дихання різко зменшується. Інтервал між вимірами часу затримки дихання на вдиху і видиху не менше 5-7 хв. [3].

Для детального дослідження проводять аналіз фізичної підготовленості експериментальної і контрольної груп та данні вносять в таблиці. [3].

Методи математичної статистики – отримані результати дослідження оброблялися методами математичної статистики.

Виконувався розрахунок рівня фізичного навантаження учнів за наступною формулою:

$$W_1 = (m \cdot k) : 2, W_2 = m : 2(2.1)$$

де

W_1 – потужність першого навантаження;

m – вага тіла;

k – коефіцієнт

W_2 – потужність другого навантаження[3].

Експеримент – це комплексний метод дослідження, при якому відбувається активний вплив на досліджуване явище шляхом створення спеціальних умов(введення експериментальних факторів), що відповідають меті дослідника.

Виділяють такі основні фактори експерименту:

- незалежні змінні (експериментальні фактори);
- залежні змінні.

Незалежна змінна (експериментальний фактор) – це змінний фактор в експерименті, унікальна методика впливу, яка повинна проявити свою ефективність або не ефективність у виховному процесі.

Залежна змінна – це той елемент експерименту на який здійснюється вплив, те що повинно змінитися під впливом експериментальної методики.

Багатофакторними експериментами називають ті які мають багато незалежних змінних[3].

Класичний експеримент включає в себе такі етапи як:

I. Констатуючий: включає в себе постановку мети експерименту та визначає залежні і незалежні змінні. Формується ціль, мета, гіпотеза експерименту, розробляється методична частина експерименту (засоби та методи які будуть включені до експерименту), формують контрольну та експериментальну групу.

II. Формуючий. Розробляється експериментальна програма, та способи її провадження в експериментальні групи.

III. Контрольний. Відбувається процес порівняння даних отриманих з контрольних та експериментальних груп.

Усі деталі експерименту, та його результати подаються в вигляді таблиць, графіків, гістограм та інше.

Для того щоб провести експеримент треба створити оптимальні умови для його виконання. Ці оптимальні умови експерименту мають назву експериментальна ситуація, та створюються для того щоб гарантувати факт того що якщо експеримент буде невдалим було зрозуміло що це не через якісь навколишні чинники експеримент не вдався, а тільки через те що досліджена методика проявила себе як неефективна[3].

Результати експерименту повинні бути чітко унормовані у журналі або протоколі експерименту де будуть чітко вказані такі данні як:

- мета, цілі, гіпотеза експерименту;
- етапи експерименти;
- засоби і методи експерименту;
- кількість учасників експерименту;
- висновки по проведеній роботі.

У протоколі має бути відзначено які методи фіксування даних експерименту застосовувалися, термін виконання та його основні результати.

Якщо контрольна і експериментальна групи різняться між собою на початок експерименту, то проводити експеримент не можна.

В розумінні суті й призначення педагогічного експерименту серед науковців немає єдності. Одні вважають, що він має проводитися в звичних умовах діяльності навчально-виховних закладів, інші – що в

експерименті має перевіритися щось нове, що не входить до природних умов навчання і виховання[3].

Основне призначення будь-якого експерименту в науці – підтвердження або відхилення гіпотези, покладеної в його основу. Хоча, на жаль, у дослідженнях експеримент чомусь розглядають лише як засіб підтвердження гіпотези і в ході вивчення прагнуть дибитися "підтвердженням гіпотези" за всяку ціну, навіть за рахунок нехтування фактами, які не "бажають" її підтверджувати[3].

Аналіз різних досліджень показує, що кращі результати дає педагогічний експеримент, що складається з таких частин:

- невеликого за обсягом і статистичною вибіркою експерименту, який служить для перевірки ідей і моделі навчально-виховного процесу (іноді його називають камерним);

- коректування ідеї, гіпотези та етапів моделі процесу виховання: вдосконалення дослідницької документації за рахунок вилучення з неї елементів невизначеності, неоднозначних тлумачень тощо;

- масового педагогічного експерименту.

Як правило, камерний педагогічний експеримент проводиться в кількох класах чи групах, а масовий охоплює значно більшу кількість учнів. При його проведенні важливо забезпечити рівність умов в експериментальних і контрольних класах чи групах. Більше того, при дослідженнях проблем навчання часто навмисно контрольними беруть класи чи групи з дещо вищою успішністю.

У ході експерименту важливо використовувати різні технічні засоби й приладдя для об'єктивного фіксування ходу і результатів педагогічного експерименту[3].

2.2. Організація дослідження

Дослідження проводилися на базі ЗОШ №52 – Маріупольська загальноосвітня школа I – III з вересня 2019 року по листопад 2020 року.

Окремо треба виділити час карантину в Україні, під час якого також проводився підрахунок статистичних даних. Термін карантину припав на 12 квітня по 22 травня 2020 року.

Дослідження включало в себе чотири етапи:

На I етапі (03.09.19-30.10.19) роботи нами здійснювався:

1. Збір та аналіз літературних джерел за темою «Формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти».

2. Було зібрано і проаналізовано 80 літературних джерел.

На II етапі (01.11.19-11.04.20) здійснювалась:

1. дослідницько-експериментальна робота щодо реалізації впровадження баскетболу у заклади середньої освіти

2. була виявлена роль впровадження баскетболу в фізіологічний та психоемоційний стан студентів,

3. була виявлена роль формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти

4. були розглянуті проблеми та перспективи впровадження баскетболу у школи була та розроблена комплексної програми по впровадженню баскетболу у школи

5. було розроблено і проведено експериментальну перевірку ефективності та надійності розроблених програмних та технологічних засад нової структури впровадження баскетболу у середні навчальні заклади.

6. відбувалося відпрацювання техніки гри у баскетбол, вивчення правил гри, та її основних положень.

7. відбувалося відпрацювання навички гри у команді шляхом поділення експериментальної групи на дві частини та проведення змагань по спрощеним правилам.

На III етапі (12.04.20-22.05.20) було виконано:

1. третій етап включав в себе дистанційне навчання. Кожен учасник експериментальної групи відпрацьовував техніку гри самостійно, індивідуально в домашніх умовах

2. проводилося узагальнення та аналізу результатів, які було отримано в процесі дослідницько-експериментальної роботи на I та II етапі.

На IV етапі (01.09.20-30.10.20) було виконано:

1. на цьому етапі було впроваджено модель проведення змагання з баскетболу, експериментальна група була поділена на дві команди по 15 чоловік;

2. над I і II групою було повелено фізіологічні тести (вимір ЧСС, АТ сист., АТ диаст., ЖЕЛ, Проба Штанге, Проба Генчі).

Методом анкетування було відібрано 60 учнів, 30 (експериментальна група) та 30 (контрольна група) В цих групах було по 15 хлопців та по 15 дівчат. На експериментальну групу відбувався вплив, а на контрольну – ні. Перед проведенням експерименту обидві групи I і II пройшли фізіологічні тести.

РОЗДІЛ ІІІ

РОЗРОБКА ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ТА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ У ФОРМУВАННІ ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВИКЛАДАННЯ БАСКЕТБОЛУ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

3.1. Аналіз стану традиційної системи фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів в аспекті формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу

Дуже часто фізичний розвиток школярів під час занять у школі не має креативного індивідуального підходу. Що знижує ефективність позитивного впливу фізичних вправ для учня. Його фізичні характеристики можуть не тільки не покращуватися, а й знизитися з часом.

Баскетбол, як командна гра дає змогу поліпшити стан фізичного розвитку дітей, соціалізувати їх, підключити творче педагогічне мислення вчителя, та покращити стан здоров'я учнів. Видовищний та багатоплановість баскетболу як виду спорту дає змогу учням зрозуміти свої сильні та слабкі сторони тому впровадження баскетболу у школи має широкий позитивний вплив на навчальний процес. [5].

Баскетбол –це спортивна гра у якій дуже важливо оволодіти правильною технікою володіння м'ячем тому важливо навчити учнів спочатку простим вправам з ним, залучити їх до простих елементів гри, зацікавити, а вже потім розучувати складні техніки та правила роботи у

команді. Важливо навчити дітей «не боятися» м'яча та вільно їм володіти як інструментом гри [5].

Сучасний рівень фізичного розвитку школярів знаходиться на дуже низькому рівні для цього є цілий ряд причин:

- технічний розвиток, комп'ютери та розважальні гаджети стали причиною зниження загальної рухливості дітей, що призводить до ослаблення їх фізичного стану;
- низький рівень економічного розвитку країни призвів до того що школи отримують недостатнє фінансування для розвитку своєї спортивної бази;
- маленький рівень популяризації активного способу життя робить його менш популярним серед дітей;
- маленька база професійних вчителів фізичної культури призводить до неефективності, а іноді і школи фізичної культури у школах;
- відсутність пропаганди здорового способу життя у засоби масової інформації;
- наявність великої кількості альтернатив спорту серед малорухомих розваг, таких як комп'ютерні ігри, кіно, література, соціальні мережі та інше.

Саме баскетбол через свою загальну популярність, високу спортивну енергозатратність та відносно не дороге обладнання може стати ефективним способом покращення професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти [5].

3.2. Розробка та впровадження проєктивної моделі функціонування організаційно-педагогічних умов формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти

Розробка та впровадження проєктивної моделі функціонування організаційно-педагогічних умов формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти проводилися на базі ЗОШ №52 – Маріупольська загальноосвітня школа I – III з вересня 2019 року- жовтень 2020 року.

Окремо треба виділити час карантину в Україні, під час якого також проводився підрахунок статистичних даних. Термін карантину припав на 12 квітня по 22 травня 2020 року (додаток Б).

Дослідження складалося з таких етапів як:

На I етапі (03.09.19-30.10.19) роботи проводилися такі дії як:

1. збір та аналіз літературних джерел за темою «Формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти»;
 2. було зібрано і проаналізовано 80 літературних джерел;
 3. було проведено анкетування (додаток В), відібрана I (експериментальна) та II (контрольна) групи; та проведені контрольні фізіологічні тести (додаток Г);
4. Виконувався спрощений комплекс вправ з баскетболу (додаток Д).

На II етапі (01.11.19-11.04.20) проводилися такі дії як:

1. дослідницько-експериментальна робота щодо реалізації впровадження баскетболу у заклади середньої освіти;
2. була виявлена роль впровадження баскетболу в фізіологічний та психоемоційний стан студентів;

3. була виявлена роль формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти;

4. були розглянуті проблеми та перспективи впровадження баскетболу у школи була та розроблена комплексної програми по впровадженню баскетболу у школи;

5. було розроблено і проведено експериментальну перевірку ефективності та надійності розроблених програмних та технологічних засад нової структури впровадження баскетболу у середні навчальні заклади;

6. відбувалося відпрацювання техніки гри у баскетбол, вивчення правил гри, та її основних положень (додаток Е);

7. відбувалося відпрацювання навички гри у команді шляхом поділення експериментальної групи на дві частини та проведення змагань по спрощеним правилам.

На III етапі (12.04.20-22.05.20) проводилися такі дії як:

1. третій етап включав в себе дистанційне навчання. Кожен учасник експериментальної групи відпрацьовував техніку гри самостійно, індивідуально в домашніх умовах (додаток Ж);

2. проводилося узагальнення та аналізу результатів, які було отримано в процесі дослідницько-експериментальної роботи на I та II етапі.

На IV етапі(01.09.20-30.10.20) було проводилися такі дії як:

1. відпрацювання техніки гри у баскетбол за комплексом вправ (додаток З);;

2. над I і II групою було повелено фізіологічні тести (вимір ЧСС, АТ сист., АТ диаст., ЖЕЛ, Проба Штанге, Проба Генчі) ;

В експерименті приймали участь дві групи по 30 чоловік, серед яких було 15 хлопчиків та 15 дівчат. Загальна кількість учасників складає 60 учнів (додаток И);

Програма (додаток К); та модель (додаток Л); дослідження має складну структуру та включає в себе різноманітні комплекси вправ для кожного етапу дослідження, загальних висновків дослідження

Експериментальна група - це група випробовуваних, безпосередньо піддається експериментальному впливу в процесі дослідження, тобто група, з якою безпосередньо працює експериментатор.

Контрольна група поміщається в ті ж умови, що й експериментальна, за винятком того, що випробовувані в ній не піддаються експериментальному впливу На рисунку 3.1 наведено які типи груп включено у експеримент.

Дослідження проводилися на базі ЗОШ №52 – Маріупольська загальноосвітня школа I – III з вересня 2019 року- листопад 2020 року.

Окремо треба виділити час карантину в Україні, під час якого також проводився підрахунок статистичних даних. Термін карантину припав на 12 квітня по 22 травня 2020 року.

Головна мета експерименту це перевірити виявити вплив нового підходу до навчання фізичної культури через баскетбол. Впровадження нової методики навчання, та її вплив на професійно-педагогічні навички педагога, та фізичний розвиток учнів.

Основна новаторська ідея закладається в тому що баскетбол викладається вчителем з уклоном на індивідуальний підхід. Спочатку учням роз'яснюють технічні особливості гри та демонструють техніку баскетболу, а потім для кожного пояснюються важкі моменти з

урахуванням потреб кожного, окремого, учня. Важливо зазначити що особливу увагу під час навчання виділяють на розвиток усіх фізичних характеристик учнів. Широко використовуються загальнорозвиваючі вправи та дихальні вправи.

Велике значення під час проведення експерименту має і міжособистісні відносини у колективі учнів, та їх відношення до вчителя. Потім слід навчити дітей правильно тримати м'яч обома руками на рівні грудей, пальці повинні бути розставленими, кисті лежати ззаду - збоку, м'язи рук розставлені. Важливо навчити дітей приймати і надалі зберігати основну стійку баскетболіста.

Перш за все учнів треба навчити таким елементам як:

- правильно стояти;
- тримати м'яч;
- пересуватися по майданчики;
- ловити м'яч обома руками;
- передачі м'яча двома руками від грудей з місця;
- використання м'яча у різних ситуаціях під час гри, імпровізація (додаток М)[17].

На перших порах при передачі м'яча більшість дітей намагається штовхати його обома руками, широко розводячи лікті в сторону. В процесі навчання передачі м'яча необхідно нагадувати дітям, що лікті слід опустити близько 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 семирічного віку були доступні ведення м'яча з високим відскоком. При цьому дитина навчиться 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 і зі зміною напрямку [17].

Одною з самих розповсюджених помилок серед учнів є неправильна подача м'яча розслабленою долонею, без включення у цей процес передпліччя. Після систематичних тренувань цей недолік зникає, і виникає новий правильний стереотип руху.

Дуже важливим є те що треба одразу навчати учнів правильності виконання спортивних рухів для того щоб не виникало неправильного рухового стереотипу.

Передачі м'яча і кидки його в кошик є подібними 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, що не виводили лікті в сторони [17].

Для покращення сприйняття інформацій треба залучати дітей і до активного запам'ятовування через гру по спрощеним правилам. Це допоможе дітям швидше вивчити основні елементи гри та вчить командній взаємодії

Треба зауважити що важливим є і етап поглибленого вивчення елементів гри у баскетбол. Повільне та уважне вивчення основних рухів у баскетболі допоможе опорно руховому апарату більш точно та ефективно вивчити рухові елементу баскетболу, закріпити їх та розвинути максимальну ефективність їх виконання, закріпивши точний руховий стереотип.

Широко застосовують гру для оволодіння технікою володіння м'ячем яка включає такі основні елементи як:

- техніку кидання м'яча;
- кидання партнеру команди;
- кидання в стіну;
- в ціль, кидання в кільця [17].

Після закріплення школярем техніки баскетболу треба продовжити її подальше вдосконалення та перевести рухове вміння на більш високий рівень – навик.

Треба закріпити такі рухові вміння як:

- техніки передач м'яча;
- ведення м'яча;
- ведення м'яча;

Для закріплення навичку треба ускладнювати процес навчання, робити його більш різноплановим та складним, збільшувати кількість повторів та робити їх більш варіативними, змінювати порядок виконання цих елементів, змішувати їх між собою, розвивати у учня творчий підхід у можливостях використання цих рухів, давати можливість учню імпровізувати але слідкувати за праведністю виконання елементів гри. [17].

Таким чином основним під час навчання гри у баскетбол завданням є навчити учнів самостійно управляти своїми діями, розвивати у себе самостійне бачення процесу гри. Навчання повинно проходити від простого к складному, та повинно урахувати індивідуальні можливості та здібності учнів. [60].

Методи і форми навчання школярів гри в баскетбол

1. Процес навчання спрямований на оволодіння правилами та технікою гри у баскетбол [17].
2. Включає в себе оволодіння широкого колу знань про гру, проведення пізнавальних уроків про історію баскетболу, його вплив на

сучасний світ та інші фактори які допоможуть залучити дітей до гу баскетбол.

3. Важливу роль грає також і розвиток фізичного рівня учнів також моральних якостей учнів, але основним є формування спеціальних умінь і навичок, якими учні повинні оволодіти та вміти користуватися.

4. Основним є перетворення рухового стереотипу у навичку, саме це є найважливішою ціллю для вчителя, треба розуміти що це довгий процес який повинен проходити поступово по системі: від простого до складного, та бути зрозумілим для учня. [5].

Навчання техніці та методам гри та відпрацювання індивідуальної техніки гри завжди повинно йти паралельно та не заважати один одному. Індивідуальна техніка гри повинна бути також правильною та ефективною. Основним її плюсом є те що вона може бути несподіванкою для суперника. [47].

Важливо пам'ятати що спочатку вивчають прийоми нападу а після них прийоми захисту.

Прийнято виділяти етапи формування рухової навички:

1. формування початкового вміння, коли учень опанує основами руху, його структурою;
2. уточнення системи рухів;
3. вдосконалення досвіду.

Особливо важлива на кожній стадії послідовність постановки педагогічних завдань, необхідно щоб, перш за все:

- освоїли початкове положення, з якого виконуються руху;
- знали, які частини тіла беруть участь в цих рухах, і які їхні напрямки, амплітуда, узгодженість у часі і в просторі;

- виконували рух за оптимальними амплітудам в зручному темпі;
- зберігали точну структуру руху і освоїли його деталі;
- приступили до вдосконалення рухів [47].

При вивченні сполучень прийомів основну увагу приділяють зв'язкам, якщо прийоми поєднуються за принципом ланцюжка, коли один прийом слід за іншим. У зв'язці вивчають перехід від одного прийому до іншого, де видозмінюються кінцеві руху попереднього прийому і початкові наступного.

При оволодінні руховими діями, в яких прийоми поєднуються не послідовно, а одночасно, коли один стає фоном іншого (наприклад, передача м'яча під час бігу), вивчають узгодженість розучених раніше за фазами рухів, часто для цієї мети використовують підводячи вправ [47].

При освоєнні тактики гри ставлять цілі:

- навчити доцільному використанню вивчених прийомів і взаємодії з іншими гравцями в залежності від обстановки;
- навчити вмінню створювати найбільш вигідні ситуації для іншого гравця, що дозволяють йому діяти більш ефективно [5].

Вивчаючи будь-який прийом техніки або тактична взаємодія, необхідно послідовно переходити від одних педагогічних завдань до інших, ґрунтуючись на фізіологічній природі формування рухових навичок.

Ознайомлення з прийомом. Воно починається зі створення уявлення про нього. Учні повинні мати перед собою зразок, який слід відтворити. Для цього їм потрібно не тільки подати відомості про прийом, про його місце і значення в грі, а й дати можливість отримати

перші рухові відчуття, що виникають при виконанні рухів. У завдання навчання на даному етапі входить:

- 1) виявлення знань учня про вивчається предмет, а також відчуттів, наявних в його руховому досвіді;
- 2) повідомлення попередніх відомостей про досліджуваному прийомі - його місце і значення в грі, основне призначення та найбільш ефективно застосування і т.п.
- 3) створення зорового і рухового уявлення про правильні рухи і їх послідовності [12].

Ці завдання вирішуються за допомогою наочного і словесного методів і самостійного виконання вправ.

Залежно від досліджуваного матеріалу і завдань навчання можна використовувати, схеми, фото, відеомагнітофонні записи і т.п.

Основна увага в навчанні молодших школярів гри в баскетбол направлено на виховання усвідомленого сприйняття і 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, з огляду на руховий досвід дітей, можна показ проводити одночасно з поясненням.

Під час демонстрування елементів гри треба пам'ятати що учень має не тільки бачити як виконується рух, а й чути коментарі вчителя для більш гарного запам'ятовування.

Педагогічні умови навчання школярів гри в баскетбол.

Ігровий метод навчання для закріплення навичок гри у баскетбол є одним з найефективніших методів які може застосовувати вчитель.

Особливо такий спосіб закріплення матеріалу актуальний для дітей молодшого віку, але при цьому рекомендується застосовувати спрощені провела гри з поступовим їх ускладненням.

З раннього дитинства гра є основним видом діяльності; і в молодшому шкільному віці, діти ще не вирости з гри; хоча основний їх діяльністю ставати вчення. Для них характерна яскравість і безпосередність сприйняття, легкість входження в образи, діти легко втягуються в будь-яку діяльність, особливо ігрову, самостійно організовуються в групову гру, продовжують ігри з предметами [3].

Дуже важливо підкріплювати це прагнення дітей, воно дає змогу перетворити процес навчання в більш просту форму опанування нового матеріалу. Діти, під час такого навчання більш охоче залучаються до процесу навчання та запам'ятовують новий матеріал набагато краще.

Ігрова форма дає змогу дітям покращити свої соціальні навички, проявити емпатію, розвинути вміння спілкуватися та працювати в команді. Важливо зазначити що баскетбол це командна гра яка може допомогти дітям покращити свої навички спілкування, розвинути здібності до командної роботи та роботи екстремальних ситуаціях

Саме командні види спорту допоможуть учню розвинути здібності які допоможуть йому у подальшому житті, саме він дає змогу розвинути ті здібності що можуть бути неактивними при інших обставинах, покращити фізичний та психічний стан учня. [3].

Командний вид спорту може допомогти вчителю впливати на взаємовідносини між учнями. Може покращити мікроклімат у групі, та поліпшити процес навчання через урегулювання конфліктів.

Ігрова форма проведення заняття є основною методикою навчання молодших школярів гри в баскетбол. Заняття повинно

проходити як цікава гра. Не можна допускати монотонності, нудьги. Самі рухи повинні доставляти дитині задоволення; тому важливо, щоб заняття містило цікаві для дітей рухові завдання, ігрові образи. У педагогічній практиці найбільш поширені види занять, в яких ігри та вправи поєднуються. Заняття з навчання гри в баскетбол відрізняються різноманіттям форм проведення. На початковому етапі навчання іноді доцільно застосовувати вільні дії і улюблені ігри дітей (з м'ячем), користуючись наявними різноманітним обладнанням на майданчику. Можна запропонувати наступні ігри: «За м'ячем», «Злови м'яч», «Кого назвали, той ловить м'яч», «Боротьба за м'яч», «У кого менше м'ячів», «М'яч ведучому», «М'яч у повітрі», «Передав - сідай »,« перестрілка » [47].

Таким чином, баскетбол дає змогу вчителю покращити взаємовідносини учнів у колективі, може дати змогу учням і вчителю проявити свої творчі здібності, покращити виховний процес, та розвинути фізичні та психологічні якості учнів. Навіть не комунікативні учні, під час гри, мають змогу розкрити свій потенціал у групі, дасть їм впевненість у собі і своїх силах. Баскетбол може стати методом розвинення не тільки фізичних в й психічних якостей учня, може стати методом підвищення самооцінки учневі та допомогти у становленні їх як особистостей.

Наскільки цікаво захоплено буде гра, настільки згуртовані, якісніше будуть грати в баскетбол діти.

Також важливо залучати до роботи з дітьми батьків; співпраця педагогів і батьків при навчанні баскетболу - важлива умова навчання дітей гри в баскетбол [47].

3.3 Організаційно-педагогічні умови формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти:

Тренування проходять три рази в неділю по півтори години.

Головною відмінністю експериментальної гіпотези від традиційної є те що вона спрямована на індивідуальні потреби кожного учня та враховує слабкі і сильні сторони кожного учня в експериментальній групі[5].

Контрольна група не підлягає експериментальному впливу, хоча і знаходиться в однакових умовах з експериментальною групою вона служить порівнянням з остаточними результатами проведеної роботи.

Експеримент має вказати на те як такий підхід у навчанні впливає на педагогічні якості вчителя, та фізичні якості учнів.

Майданчик і розміри ліній:

- 1) Ігровий майданчик має плоску прямокутну тверду поверхню без будь-яких перешкод.
- 2) Розміри, виміряні від внутрішнього краю обмежувальних ліній. Його розмір 26 метрів в довжину і 14 метрів у ширину.

Стеля: висота стелі або відстань до найнижчого предмета над ігровим майданчиком - 7 метрів[5].

Освітлення: ігрова поверхня рівномірно і достатньо освітлена. Джерела світла там, де вони не заважають учням і суддям, пояснюючи школярам правила гри в баскетбол, почніть з самого простого: в баскетбол грають дві команди з п'яти гравців на полі (інші знаходяться в запасі - не більше 7 чоловік від команди, а змінюватися можна в будь-який час). Головна мета гри - закинути баскетбольний м'яч в корзину команди-суперника і перешкодити це зробити іншій команді.

Зазвичай весь матч складається з чотирьох частин по 10 хвилин кожна, але оскільки урок фізкультури - всього 40 хвилин, зазвичай дається менший час для гри. Але за всіма правилами перерву між кожною частиною - 2 хвилини, а після другої частини - 15 хвилин, і в цьому перерві команди зобов'язані змінюватися кошиками.

Традиційно гра починається зі спірного кидка, де капітани команд відбивають м'яч, підкинутий суддею, в сторону своїх гравців і кошики противника, щоб взяти початок гри в свої руки.

Важлива техніка пересування з м'ячем по полю: обов'язково потрібно бігти з м'ячем, б'ючи ним в підлогу, а спеціально бити по ньому ногою або кулаком - це порушення[5].

Але це ще не все: зараховуються не кількість кидків в кошик, а бали, які залежать від того, з якої ділянки баскетбольного поля покинутий м'яч. Так за м'яч, закинтий в кошик з ближньої та середньої площадки - 2 очка, далі коричневої «3-х очкової» лінії - 3 очка (зазвичай це відстань близько 7 метрів), штрафний - одне.

Правила гри свідчать, що команда-переможець - та, що із закінченням часу гри набрала найбільшу кількість очок. Якщо в кінці гри у команд набралось однакову кількість балів, даються додаткові 5 хвилин - «овертайм», якщо за ці п'ять хвилин ситуація не змінилася, проводиться наступне додатковий час і так, поки переможець матчу не виявиться.

У баскетболі нерідкі порушення, за які суддя (викладач фізкультури) може оштрафувати цілу команду і фолі конкретного учасника[5].

Найчастіші порушення правил у школярів - це:

«Аут» - коли м'яч потрапляє за обмежувальну лінію баскетбольного майданчика;

«Пробіжка» і «пронос м'яча» - один з гравців, який веде м'яч, робить 3 кроки підряд, не б'ючи при цьому м'яч рукою об підлогу, або зовсім біжить з м'ячем в руках;

«Порушення 3-х секунд» - учень знаходиться більше трьох секунд під кошиком противника, при цьому не володіючи м'ячем;

«Порушення 5-ти секунд» - учень з м'ячем не передає м'яч іншому гравцеві або не пускає в кошик супротивника більше п'яти секунд;

«Порушення 8-ми секунд» - команда протягом восьми секунд не виводить м'яч в зону противника;

«Порушення 24-х секунд» - команда володіє м'ячем, але не закидає його в зону кільця противника протягом двадцяти чотирьох секунд.

«Повернення м'яча» - команда під час нападу, яка знаходиться в зоні противника, повертає його назад в свою тилову зону - це порушення[5].

Баскетбол - одна з найпопулярніших ігор серед школярів: як і будь-яка командна гра, вона об'єднує хлопців, робить їх більш дружними, допомагає навчитися відчувати команду і себе в ній. Тут ми коротко розглянемо правила гри в баскетбол для школярів.

У першій частині експерименту який проводився у межах з вересням 2019року по жовтень 2019 року вчитель проводить анкетування та фізіологічні проби та комплекс контрольних тестів для учнів з баскетбольним направленням для того щоб визначити рівень фізичної підготовки учнів з кожної групи.Потім

відбувалося демонстрування техніки гри у баскетбол, та учні її відпрацьовували, при цьому робився уклон на фізичні характеристики учнів. Ті хто був більш швидким та витривалим відпрацьовували прийоми нападу. Спритні та уважні учні робили уклон на відпрацювання прийомів захисту.

Початкове навчання прийомів гри. При навчанні кожного прийому техніки важливо розглядати його по фазах. Основну увагу необхідно концентрувати спочатку на основній фазі руху, а вже потім на деталях.

При вивченні будь-якого прийому повинна зберігатися певна послідовність формування техніко-тактичної дії:

- 1) ознайомлення з прийомом техніки гри за допомогою методів демонстрації і розповіді;
- 2) вивчення прийому в спрощених умовах за допомогою методів (в цілому і по частинах);
- 3) удосконалення прийому в умовах, наближених до ігрових;
- 4) застосування прийому в грі.

При ознайомленні необхідно подати відомості про прийом або дії, які вивчають за допомогою наочних методів і скласти загальне зорове і рухове уявлення про них. При повторних показах, доповнених демонстрацією наочних посібників (кінограм, фотографій, схем, відеофільмів тощо), акцентувати увагу на найважливіших деталях. Показ супроводжується розповіддю про місце і значення прийому або дії в грі, а також найраціональнішому його застосуванню в окремих ігрових ситуаціях. Для отримання елементарного рухового уявлення додається одна-дві спроби[5].

Навчання в спрощених умовах передбачає відсутність зайвих відволікань для засвоєння структури руху. Успіх залежить від вибору загальнопідготовчих і спеціально-підготовчих вправ.

Для спрощення умов або для виконання прийому в складніших умовах при вивченні прийомів гри змінюють вихідне положення, відстань, напрям, швидкість руху, вводять перешкоди.

Основною в заняттях баскетболом є гра, де і вдосконалюється виконання прийомів.

Послідовність вивчення прийомів повинна бути такою, щоб поступове введення їх у гру ускладнювало одноборство. При вивченні прийомів у нападі раціонально починати вивчення в захисті. Вивчають прийоми гри паралельно, але не більше ніж на двох-трьох заняттях.

Прийоми захисту вивчають у такій послідовності:

- 1) виривання м'яча;
- 2) вибивання м'яча;
- 3) перехоплення м'яча;
- 4) накривання й відбивання м'яча;
- 5) опануванням'ячем, що відскочив від щита[5].

Така послідовність навчання прийомів захисту відповідає змісту, структурним особливостям і самій логіці гри в баскетбол.

Виривання. Для оволодіння цим прийомом необхідно насамперед звертати особливу увагу на стійку і неприпустимість ненадійного захоплення м'яча. Далі вдосконалюють швидкість захоплення і різкий рух руками стоячи на місці і з попередніми зближенням з нападником.

Застосовують такі вправи:

1. Учні стоять в парах обличчям один до одного. Один володіє м'ячем,

інший повинен підійти, раптово захопити м'яч і вирвати його з рук суперника.

2. Те саме. Перший виконує повороти з м'ячем. Інший обирає момент, зближується, захоплює і вириває м'яч.

3. Те саме. Перший кидає м'яч у стіну (щит), ловить його в стрибку і, приземлюючись, виконує повороти. Інший обирає момент для захоплення й виривання.

Останній етап експерименту проходив в межах з вересня 2019 року по жовтень 2020 року. В цей етап експерименту відпрацьовується робота в команді, та правила гри в баскетбол та підводилися підсумки експерименту.

Окремо треба виділити час карантину в Україні, під час якого проводилися статистичні розрахунки проміжних результатів експерименту.

3.4. Перевірка ефективності експериментальної програми реалізації організаційно-педагогічних умовформування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти

Перший етап експерименту почався з вересня 2019 року по жовтень 2019 року.

Перед експериментом 2 вересня 2019 року учні ЗОШ №52 пройшли анкетування, за яким було відібрано 30 учнів в експериментальну групу та 30 у контрольну групу, які склалися з 15 хлопчиків та 15 дівчат (додаток Н).

Для детального дослідження 3-4 вересня був проведений аналіз фізичної підготовленості I (експериментальної) і II (контрольної).

Були зібрані такі данні як:

1. Показники фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після першого етапу експерименту(додаток П).
2. Показники фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після першого та другого етапу експерименту (додаток Р).
3. Показники фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після першого, другого та третього етапу експерименту (додаток С).
4. Показники фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після експерименту (додаток Т).
5. Середньостатистичні характеристики показників функціонального стану учнів до і після експерименту (додаток У).
6. Загальні показники зростання фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після експерименту (додаток Ф).

Впродовж першого та четвертого етапу експерименту учні виконували комплекс вправ:

Комплекс кругового тренування складається з 9 вправ. Всі вправи, включені в комплекс, носять швидко-силовий характер. Частина вправ подібні а структурою рухів з ігровими діями баскетболістів

Комплекс кругового тренування включався в основну частину заняття після загальної розминки і самостійного виконання

спортсменами вправ зістретчингу. Тренувальні заняття із застосуванням кругового методу проводилися один раз на тиждень, по вівторках, що відповідає тижневого тренувального циклу команди. Кругова тренування проводилася інтервальним способом. Час роботи на станції і час на перехід, і відпочинок - 30 секунд. Кількість кіл - два. Відпочинок між колами - 4 хвилини. В цей час спортсмени виконували штрафні кидки серіями на точність попадань. Загальний час, витрачений на кругову тренування, склало 21 хвилину.

Пульс підраховується перед початком кожного кола, відразу ж після його проходження і потім ще раз через дві хвилини протягом 10 секунд за сигналом викладача.

Якість виконання цих вправ оцінювалась на початку першого та четвертого етапу експерименту результати оцінювання за такою системою наведеною у таблиці(додаток X)[31].

Станом на 29 жовтня 2020 року було проведено повторне анкетування для того щоб учасники експерименту виказали свою думку по результатам експерименту(додаток Ц).

Чи сподобався вам баскетбол, та хотіли би ви в подальшому розвиватися у цьому виді спорту?

Висновки до третього розділу

Таким чином, результати дослідження вказують на те що впроваджена система занять з баскетболу є ефективним способом для покращення фізичного стану учнів, розвитку їх психо-емоційних якостей та фізіологічних характеристик. Баскетбол є дієвим методом для розвитку професійних здібностей вчителя, творчого мислення та педагогічного майстерства.

РОЗДІЛ IV

ОХОРОНА ПРАЦІ

Охорона праці - це система правових, соціально-економічних, організаційно-технічних, санітарно-гігієнічних і лікувально-профілактичних заходів і засобів, спрямованих на збереження життя, здоров'я і працездатності людини в процесі трудової діяльності [6].

Основні поняття фізичної культури

Фізична культура-органічна складова частина загальної культури суспільства і особистості, вид соціальної діяльності людей, спрямований на зміцнення здоров'я і розвиток їх фізичних здібностей, на підготовку до життєвої практики.

Фізкультурник -людина, систематично займається доступними фізичними вправами для зміцнення свого здоров'я, гармонійного розвитку та фізичного вдосконалення [16].

Фізичний розвиток - це біологічний процес становлення і застосування форм і функцій людського організму, що відбувається під впливом спадковості, умов життя і виховання.

Програма фізичного виховання передбачає вивчення учнями теоретичних тим і оволодіння рядом практичних фізичних вправ з різних видів спорту [16].

Уроки фізкультури, на відміну від більшості інших шкільних занять, можуть бути дуже травмонебезпечними в зв'язку з високою руховою активністю учнів, і тому потребують особливого дотримання заходів безпеки і охорони праці.

Щоб бути допущеним до проведення уроків фізкультури, викладач, крім професійних навичок, повинен мати знання в області нормативів і державних актів з охорони праці на заняттях. На викладача лежить відповідальність за життя і здоров'я що займаються у нього в даний час учнів [16].

Перед початком занять викладач зобов'язаний перевірити спортзал та інвентар на предмет справності та відповідності санітарно-гігієнічним нормам, зробити інструктаж серед учнів на предмет безпечної поведінки на уроках фізичної культури, а також про порядок і послідовності проведення вправ. Весь інвентар та снаряди повинні бути ретельно перевірені, закріплені і підготовлені для використання. Інструктаж додатково проводиться кожного разу, коли змінюються умови проведення занять, наприклад, при переході на зимові види спорту або з спортивного залу на відкриті майданчики, а також на перших заняттях першої і третьої чверті.

Для того щоб бути допущеними до занять фізичною культурою, учні повинні бути одягнені в спортивний одяг і взуття, що дозволяє звести наявність ситуацій, що загрожують здоров'ю до мінімуму. На майданчику або в залі, в зоні проведення занять не повинно знаходитися нічого з інвентарю, що не використовувалося б на поточному занятті, виключаючи стаціонарні спортивні снаряди [29].

Учні повинні бути навчені безпечним прийомам виконання вправ і дотримуватися всіх заходів безпеки, що вимагаються в даних умовах. При проведенні занять, учитель повинен мати уявлення про фізичний стан і особливості здоров'я кожного учня і страхувати їх в особливо відповідальних ситуаціях.

Якщо учень скаржиться на нездужання або перевтома, він повинен бути негайно направлений в медичний пункт або до лікаря для виявлення причин даного стану і вжиття відповідних заходів. Якщо на заняттях

фізкультурною стався нещасний випадок, викладач зобов'язаний надати першу допомогу, викликати лікаря або допомогти з доставкою до найближчої лікувальної установи [28].

Після закінчення занять весь інвентар повинен бути прибраний в призначене для цього місце, а учні - покинути місце занять і переодягнутися в роздягальні зі спортивної форми в звичайний одяг.

Загальні вимоги безпеки

1. До роботи допускаються особи, які досягли 18 років, обох статей, що пройшли медогляд,

які мають відповідну педагогічну освіту.

2. Учитель повинен:

Знати посадові обов'язки та інструкції з ОП

- пройти вступний інструктаж і інструктаж на робочому місці
- в роботі керуватися правилами внутрішнього розпорядку
- режим праці та відпочинку визначається графіком роботи вчителя
- відноситься до неелектротехнічними персоналу і мати 2-ю кваліфікаційну групу допуску з електробезпеки [16].

3. Травмонебезпечність в спортивному залі:

- заняття на несправних спортивних снарядах
- При виконанні вправ на забруднених або вологих снарядах
- При виконанні вправ без страховки
- При виконанні вправ без використання гімнастичних матів
- При порушенні інструкцій по проведенню ігрових занять і з лижної підготовки

4. Не допускати проведення в спортивному залі позакласних непрофільних заходів

5. У спортивному залі повинні бути вогнегасники і укомплектована аптечка для надання першої допомоги постраждалим.

- випадки травматизму повідомляти адміністрації школи, брати участь в розслідуванні нещасних випадків

Нести адміністративну відповідальність за порушення вимог інструкцій з ОП.

II. Вимоги безпеки перед початком роботи

- 1) перевірити справність електроосвітлення, спортивних снарядів і обладнання
- 2) Міцний закріпити використовувані спортивні снаряди та обладнання
- 3) не допускати знаходження в спортзалі учнів, а також сторонніх осіб, без учителя
- 4) Провітрити приміщення спортзалу
- 5) Слідкуйте за своєчасною вологим прибиранням (через кожні 2 години занять) і порядком.

III. Вимоги безпеки під час роботи

- 1) Розробити інструкції з техніки безпеки для учнів під час занять різними видами спорту: волейбол, футбол, баскетбол, стрілянина, легка атлетика, гімнастика, лижі.
- 2) не допускати до занять дітей з явно вираженими ознаками захворювання
- 3) Допускається на заняття учнів тільки в спортивній формі
- 4) Провести інструктаж по ТБ з учнями (вступний, поурочні, тематичний)
- 5) вести постійний контроль за індивідуальними дозуваннями фізичних навантажень
- 6) Дотримуватися особистої гігієни

- 7) організувати страховку при виконанні навчальних вправ
- 8) Слідуйте за дотриманням порядку і дисципліни
- 9) не залишати учнів без нагляду під час занять [28].

IV. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях

- 1) у разі виникнення аварійних ситуацій, що загрожують життю і здоров'ю дітей, вжити заходів до їх термінової евакуації, згідно плану
- 2) повідомити про те, що сталося адміністрації і приступити до їх ліквідації
- 3) у разі травматизму надати першу допомогу постраждалим
 - При раптовому захворюванні учня викликати медпрацівника

V. Вимоги безпеки після закінчення роботи

- 1) Після закінчення занять перевірити по списку склад учнів
- 2) Прибрані спортінвентар в окреме приміщення
- 3) привести в порядок своє робоче місце
- 4) вимкнути електроосвітлення та закрити спортзал на ключ
- 5) про всі недоліки, виявлені під час проведення навчальних занять, повідомити адміністрацію [16].

I. Загальні вимоги безпеки до учня

Учень повинен:

- пройти медичний огляд і займатися в тій медичній групі, до якої він відноситься за станом здоров'я;
- мати охайну спортивну форму (труси, майку, футболку, спортивний костюм, трико, чисту взуття: кеди, кросівки), відповідну погодних умов і темі проведення заняття;
- виходити з роздягальні на першу вимогу вчителя;
- після хвороби надати вчителю довідку від лікаря;
- бути присутнім на уроці в разі звільнення лікарем після хвороби;

- дбайливо ставитися до спортивного інвентарю та обладнання і використовувати його за призначенням;
- мати коротко стрижені нігті;
- знати і виконувати інструкцію з вимог безпеки.
- Учням не можна:
- різко відкривати двері і виснути на них, вимикати світло, чіпати плафони в роздягальні, спортивному залі;
- вставляти в розетки сторонні предмети;
- пити холодну воду до і після уроку;
- займатися на просохли майданчику, слизькому і нерівному ґрунті.

II. Вимоги безпеки перед початком занять

Учень повинен:

- 1) переодягнутися в роздягальні, надіти на себе спортивну форму і взуття;
- 2) зняти з себе предмети, які становлять небезпеку для інших займаються (сережки, годинник, браслети і т. д.);
- 3) прибрати з кишень спортивної форми колючі та інші сторонні предмети;
- 4) під керівництвом вчителя приготувати інвентар і обладнання, необхідні для проведення заняття;
- 5) дозволу вчителя виходити на місце проведення заняття;
- 6) по команді вчителя встати в лад для загального шиккування.

а. III. Вимоги безпеки під час занять

Учень повинен:

- 1) уважно слухати і чітко виконувати завдання вчителя;
- 2) брати спортивний інвентар і виконувати вправи з дозволу вчителя;
- 3) під час пересувань дивитися вперед, дотримуватися достатні інтервал і дистанцію, уникати зіткнень;

- 4) виконувати вправи з справним інвентарем і займатися на справному обладнанні.

Учням не можна:

- 1) залишати місце проведення заняття без дозволу вчителя;
- 2) штовхатися, ставити підніжки в строю і русі;
- 3) залазити на баскетбольні ферми, виснути на кільцях;
- 4) жувати жувальну гумку;
- 5) заважати і відволікати при поясненні завдань і виконанні вправ;
- 6) виконувати вправи з вологими долонями;
- 7) різко змінювати напрямок свого руху [16].

IV. Вимоги безпеки при нещасних випадках і екстремальних ситуаціях

Учень повинен:

- 1) при отриманні травми або погіршенні самопочуття припинити заняття і довести до відома вчителя фізкультури;
- 2) за допомогою вчителя надати травмованому першу медичну допомогу, при необхідності доставити його в лікарню або викликати «швидку допомогу»;
- 3) при виникненні пожежі в спортзалі негайно припинити заняття, організовано, під керівництвом вчителя покинути місце проведення заняття через запасні виходи згідно з планом евакуації;
- 4) за розпорядженням вчителя довести до відома адміністрацію навчального закладу і повідомити про пожежу в пожежну частину.

V. Вимоги безпеки після закінчення занять

Учень повинен:

- 1) під керівництвом вчителя прибрати спортивний інвентар у місця його зберігання;
- 2) організовано покинути місце проведення заняття;

- 3) переодягнутися в роздягальні, зняти спортивний костюм і спортивне взуття;
- 4) вимити з милом руки.
- 5) Пожежна безпека в охороні праці
- 6) Ця Інструкція поширюється на територію й усі приміщення навчального закладу, встановлює вимоги пожежної безпеки, порядок дій у разі виникнення пожежі та є обов'язковою для вивчення й виконання всім його персоналом і учнями.
- 7) Вимоги пожежної безпеки
- 8) Весь персонал навчального закладу під час прийняття на роботу і за місцем праці повинен проходити протипожежний інструктаж і перевірку знань з питань пожежної безпеки не рідше одного разу на рік за затвердженою програмою.
- 9) У навчальних класах і кабінетах слід розміщати лише необхідні для забезпечення навчально-виховного процесу (навчальних та позаурочних занять) меблі, прилади, моделі, речі, приладдя тощо, які повинні зберігатись у шафах, на стелажах або на стаціонарно встановлених стояках.
- 10) Після закінчення занять усі пожежовибухонебезпечні речовини та матеріали слід прибирати з навчальних класів, кабінетів, майстерень у спеціально виділені та обладнані приміщення.
- 11) Кількість парт (столів) у навчальних класах і кабінетах не повинна перевищувати граничної нормативної наповнюваності класних груп, установленої Міністерством освіти і науки України, а також показників, установлених чинними будівельними нормами.
- 12) Двері горища, електрощитової, підвалу слід утримувати замкненими. На дверях указувати місце зберігання ключів. Вікна горища та підвалу мають бути засклені.

- 13) Експлуатувати електромережі, електроприлади та іншу електроапаратуру допускається тільки у технічно справному стані, враховуючи рекомендації підприємств-виробників.
- 14) У разі виявлення пошкоджень електромереж, вимикачів, розеток, інших електроприладів слід негайно знеструмити їх та вжити необхідних заходів щодо приведення їх до пожежобезпечіного стану.
- 15) Евакуаційні шляхи та виходи повинні завжди утримуватися вільними, нічим не захащеними.
- 16) Усі працівники навчального закладу зобов'язані вміти користуватися вогнегасниками, іншими первинними засобами пожежогасіння, знати місця їх розташування.
- 17) Після закінчення занять у класах, майстернях, кабінетах і лабораторіях учителі, викладачі та інші працівники закладу чи установи повинні оглянути приміщення, усунути виявлені недоліки і зачинити приміщення, знеструмивши електромережу [28].

У навчальному закладі не дозволяється:

- розміщувати людей у мансардних приміщеннях, а також на поверхах (будівлях), не забезпечених двома виходами;
- здійснювати перепланування приміщень з порушенням будівельних норм і правил;
- використовувати горючі матеріали для обробки стін і стель шляхів евакуації(рекреацій, сходових кліток, фойє, вестибюлів тощо);
- установлювати ґрати, жалюзі та подібні їм незнімні сонцезахисні, декоративні та архітектурні пристрої на вікнах приміщень, де перебувають учасники навчально-виховного процесу, сходових клітках, у коридорах, холах та вестибюлях;
- знімати дверні полотна в отворах, що з'єднують коридори зі

СХОДОВИМИ

клітками;

- забивати двері евакуаційних виходів;
- застосовувати з метою опалення нестандартні (саморобні) нагрівальні пристрої;
- використовувати електроплитки, кип'ятильники, газові плити тощо для приготування їжі та трудового навчання за винятком спеціально обладнаних приміщень;
- захаращувати шляхи евакуації;
- установлювати дзеркала та влаштовувати фальшиві двері на шляхах евакуації;
- влаштовувати на шляхах евакуації пороги, виступи, турнікети, розсувні, підйомні двері та інші пристрої, що перешкоджають евакуації людей;
- здійснювати вогневі, електрогазозварювальні та інші види пожежонебезпечних робіт у будівлях у разі наявності в їх приміщеннях людей;
- обгортати електричні лампи папером, матерією та іншими горючими матеріалами
- застосовувати для освітлення свічки, гасові лампи і ліхтарі;
- виконувати прибирання приміщень, очищення деталей і обладнання за допомогою легкозаймистих і горючих рідин;
- здійснювати відігрівання труб системи опалення, водопостачання, каналізації тощо із застосуванням відкритого вогню (з цією метою використовують гарячу воду, пару чи нагрітий пісок);
- зберігати на робочих місцях і в шафах, а також

залишати в кишенях спецодягу використані обтиральні матеріали;

– залишати без нагляду ввімкнені в мережу лічильні і друкарські, радіоприймачі, телевізори та інші електроприлади [16].

Відповідальний за пожежну безпеку навчального закладу призначається наказом директора навчального закладу.

Обов'язки та дії працівників у разі виникнення пожежі

Кожен працівник гімназії, який виявив пожежу або її ознаки (задимлення, запах горіння або тління різних матеріалів, підвищення температури в приміщенні тощо), зобов'язаний:

1. негайно повідомити про це за телефоном до пожежної частини (пр.
2. цьому слід чітко назвати адресу -об'єкта, місце виникнення пожежі, атакож свою посаду та прізвище);
3. задіяти систему оповіщення людей про пожежу, розпочати самому і залучити інших осіб до евакуації людей з будівлі до безпечного місця згідно з планом евакуації;
4. сповістити про пожежу керівника закладу, установи і організації або працівника, що його заміщує;
5. організувати зустріч пожежних підрозділів, вжити заходів до гасіння пожежі наявними в установі засобами пожежогасіння.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

У роботі була розглянута проблема формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури методом викладання баскетболу в закладах освіти.

1. Було проаналізувати стан формування професійного мислення майбутніх учителів фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти. Була підкреслена важливість розвитку педагогічних здібностей вчителя, виявлені основні засоби для покращення педагогічного процесу, та розвитку творчого підходу вчителя до виховання учнів. Особлива увага приділялася індивідуальному підходу до кожного учня та залучання творчого мислення педагога під час робочого процесу.

2. Також у процесі проведення наукового дослідження нами було виявлено професійно-педагогічні навички майбутнього вчителя фізичної культури через викладання баскетболу в закладах освіти. Було виведено та обґрунтовано нову методику освоєння баскетболу як командної гри.

3. У роботі була визначена роль підвищення професійно-педагогічних навичок майбутнього вчителя фізичної культури з викладання баскетболу в закладах освіти. Була підтверджена важливість модернізації виховного процесу через нові засоби викладання техніки гри в баскетбол. Під час роботи була виявлена важливість теоретичних знань для студентів які навчаються на спеціальності 017 Фізична культура і спорт, та важливість подальшого розвитку під час вчительської практики.

4. У процесі нашого дослідження експериментально була розроблена модель «Структурно-функціональна модель формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти» розроблена програма формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури

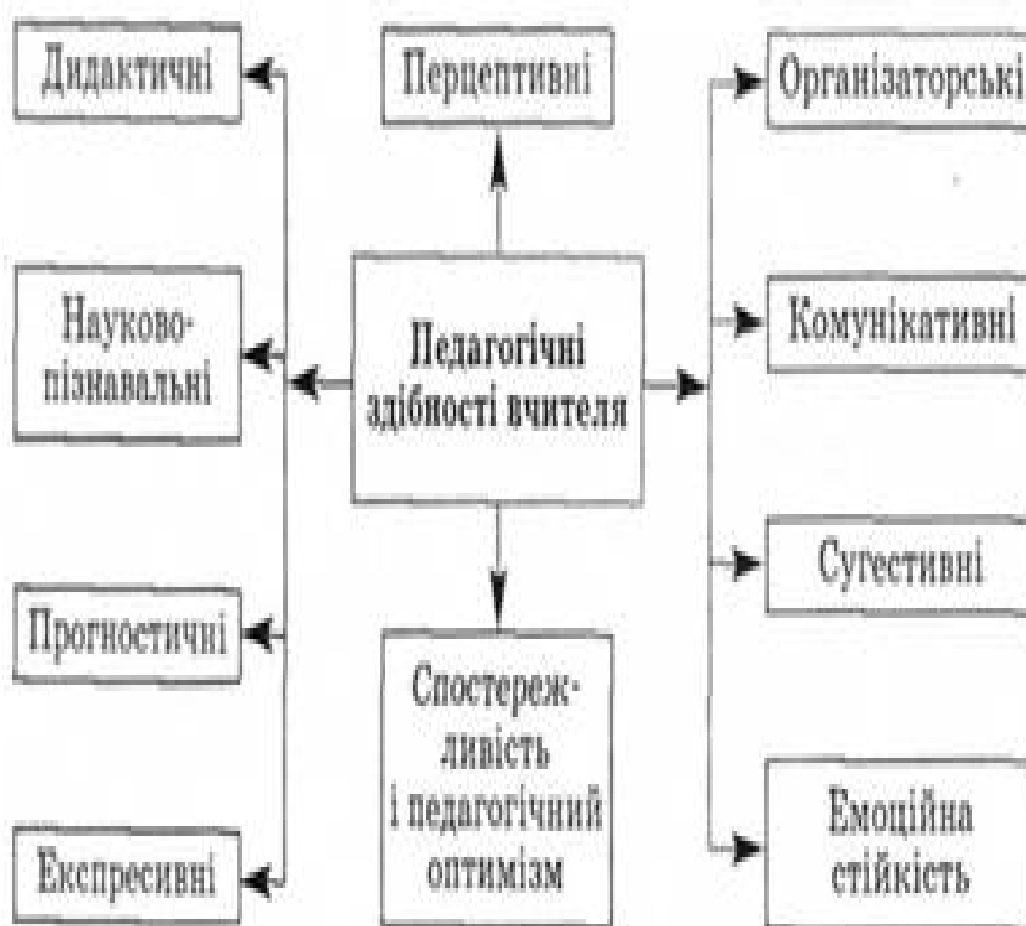
до викладання баскетболу в закладах освіти

Науковий експеримент вказав на позитивний вплив нової розробленої методики для учнів. Новий підхід до навчання підвищив фізичні показники учнів, та надав можливість вчителю проявити свій потенціал.

ДОДАТКИ

Додаток А

Педагогічні здібності вчителя



Додаток Б

Етапи дослідницької програми програми

№ ЕТАПУ	Дати етапів дослідження	Зміст етапів дослідження
I	03.09.19-30.10.19	Збір літератури по темі дослідження та формування програми експерименту, його способів впровадження у навчальний процес школи. Серед учнів ЗОШ 52 № було проведено анкетування, та сформовано I (експериментальну) та II (контрольну) групи. Обидві групи пройшли фізіологічні тести (вимір ЧСС, АТ сист., АТ диаст., ЖЕЛ, Проба Штанге, Проба Генчі) Було проведене відпрацювання простих елементів гри у баскетбол (техніка пересувань, техніка оволодіння м'ячем і протидії)
II	1.11.19-11.04.20	Відпрацювання техніки гри у баскетбол, вивчення правил гри, та її основних положень. Відпрацювання навички гри у команді шляхом поділення експериментальної групи на дві частини та проведення змагань по спрощеним правилам.
III	12.04.20-22.05.20	Цей етап включав в себе дистанційне навчання. Кожен учасник експериментальної групи відпрацьовував техніку гри самостійно, індивідуально в домашніх умовах
IV	1.09.20-30.10.20.	Цей етап було відведено для проведення змагань з баскетболу, експериментальна група була поділена на дві команди по 15 чоловік; на них було проведено фізіологічні тести (вимір ЧСС, АТ сист., АТ диаст., ЖЕЛ, Проба Штанге, Проба Генчі).

Додаток В

Зразок анкети I етапу дослідження

1. Готові ви чи ні прийняти участь у дослідженні для виявлення перспектив і проблем впровадження баскетболу до середнього навчального закладу?

Варіанти відповідей

Дівчата

Хлопці

Так, я згоден

Не знаю що це таке

Ні, мені це не цікаво

Всього:

2. Чи є для вас цікавою гра у баскетбол?

Варіанти відповідей

Дівчата

Хлопці

Так

Мені це не цікаво

Не знаю що це таке

Всього:

3. Чи відвідує ви позашкільні секції з будь-якої командної гри?

Варіанти відповідей

Дівчата

Хлопці

Так

Мені це не цікаво

Є таке бажання

Всього:

4. Чи готові ви будете брати участь в спеціальних змаганнях з баскетболу?

Варіанти відповідей

Дівчата

Хлопці

Так

Ні, я не сможу

Я спробую в наступному році

Всього:

5. Чи ведуть ваші батьки активний спосіб життя, і залучають вам до спільних занять спортом?

Варіанти відповідей

Дівчата

Хлопці

Так

Ні

Так, але рідко

Всього:

Додаток Г

Показники фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту

Таблиця Г. 1

Показники	Експериментальна група	Контрольна група
	n=50	n=50
Біг 100 м		
Стрибок в довжину з місця, м		
Нахил тулуба вперед сидячи, см		
Піднімання тулуба за 1 раз		
Віс на зігнутих руках, с		
Статична витривалість м'язів спини, с		
12-хв тест ходьби, м		

Рівень фізичного здоров'я студентів по системі Г.Л. Апанасенко до експерименту

Таблиця Г.2

Рівень ФЗ	Контрольна група	Експериментальна група
Низький		
Нижче середнього		
Середній		
Вище середнього		
Високий		

Середньостатистичні характеристики показників функціонального стану студентів до експерименту

Таблиця Г. 3

Показники	Експериментальна група	Контрольна група
ЧСС в спокої,		
АТ сист., Мм рт.ст.		
АТ диаст., Мм рт.ст.		
ЖЕЛ, л		
Проба Штанге, з		
Проба Генчі, з		

Додаток Д

Комплекс вправ для I етапу дослідження

Таблиця Д.1

КОМПЛЕКС ВПРАВ ДЛЯ I ЕТАПУ ДОСЛІДЖЕННЯ					
№	Вихідне положення	Кількість повторів	Темп	Зміст вправи	Методичні рекомендації
ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, руки вздовж тулуба	3-5 разів	повільний	розведення рук через сторони вгору-вдох, повернення в в.п.-видих	вдох-через нос, видих-через рот
2	в.п. стоячи, руки на поясі	10-12 р. на кожную сторону	середній	нахили тулубу вправо-вліво, назад-вперед	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
3	в.п. стоячи, руки на поясі	5 хв.	середній	ходьба по колу з переходом з п'ятки на носок	дихання не затримувати
ОСНОВНА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, в руках скакалка	2 хв.	середній	стрибки зі скакалкою в русі.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
2	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	2 хв.	середній	«Човниковий» біг спиною вперед.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
3	в.п. учні стоять в колоні по одному. Гравцям	5 хв.	середній	учням по черзі необхідно пролізти під ногами всієї команди).	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
4	в.п. стоячи, руки вздовж тулуба	5 хв.	середній	«човниковий» біг: непарні учні в команді розставляють кубики на відстані 6, 9 і 12 м, парні збирають їх).	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
5	в.п. стоячи, руки вздовж тулуба, стояти в парі	5 хв.	середній	пересування в парах, перестрибуючи через спину нахилого партнера).	дихання не затримувати та слідкувати за технікою

Продовження табл.Д.1

6	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем	5 хв.	середній	тримати м'яч над головою, відпустити його за спину, повернутися і зловити.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
7	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем	5 хв.	середній	Передача м'яча на малій відстані між партнерами в максимальному темпі.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
8	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем	5 хв.	середній	Біг по колу за годинниковою стрілкою, передаючи м'яч сусідові; за сигналом змінити напрямок руху.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
9	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем	5 хв.	середній	(вчитель підкидає м'яч вгору, називає будь-яке з імен гравців (в цей час гравці розбігаються), кричить: «Стоп!»). Той, чиє ім'я назвали, повинен зловити м'яч і, не сходячи з місця, спробувати потрапити м'ячем в ближнього гравця)	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
10	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем	5 хв.	середній	кидання м'яча в стінку та ловлю його	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, руки на поясі	5 хв.	середній	ходьба по колу з переходом з п'ятки на носок	дихання не затримувати
2	в.п. стоячи, руки на поясі	10-12 р. на кожен сторону	середній	нахили тулубу вправо-вліво, назад-вперед	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
3	в.п. стоячи, руки вздовж тулуба	3-5 разів	повільний	розведення рук через сторони вгору-вдох, повернення в в.п.-видих	вдох-через нос, видих-через рот

Додаток Е

Комплекс вправ для II етапу дослідження

Таблиця Е.1

КОМПЛЕКС ВПРАВ ДЛЯ II ЕТАПУ ДОСЛІДЖЕННЯ					
№	Вихідне положення	Кількість повторів	Темп	Зміст вправи	Методичні рекомендації
1	в.п. стоячи, руки вздовж тулуба	3-5 разів	ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА	розведення рук через сторони вгору-вдох, повернення в в.п.-видих	вдох-через нос, видих-через рот
2	в.п. стоячи, руки на поясі	10-12 р. на кожную сторону	середній	нахили тулубу вправо-вліво, назад-вперед	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
3	в.п. стоячи, руки на поясі	5 хв.	середній	ходьба по кругу з переходом з п'ятки на носок	дихання не затримувати
ОСНОВНА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, в руках м'яч	2 хв.	середній	ведення м'яча з обведенням фішок, обручів.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
2	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	2 хв.	середній	ведення м'яча - стрибаючи на одній нозі вперед.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
3	в.п. стоячи, в руках м'яч	5 хв.	середній	ведення м'яча на стіні однієї рукою і по черзі двома руками.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
4	в.п. стоячи, в руках м'яч	5 хв.	середній	ведення м'яча у парах назустріч один одному від бічних ліній майданчика, в центрі помінятися	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
5	в.п. стоячи, в руках м'яч	5 хв.	швидкий	ведення м'яча під час «човникового» бігу. у напрямку, вказаному вчителем жестом, зупинка за сигналом.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою

Продовження табл.Е.2

6	в.п. сидячи	5 хв.	середній	ведення м'яча	дихання не
----------	-------------	-------	----------	---------------	------------

	на гімнастичній лавці			идячи на гімнастичній лавці, з просуванням вперед.	затримувати та слідкувати за технікою
7	в.п. стоячи, в руках м'яч	3хв.	швидкий	естафета «Змія» (ведення м'яча «змійкою» між кеглями в парах, тримаючись вільними руками).	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
8	в.п. стоячи, в руках м'яч	3хв.	швидкий	Естафета «Поїзд» (перший гравець обводить м'яч навколо стійки, повертається назад, до нього приєднується другий, далі вони продовжують ведення удвох, потім втрьох і т. Д.).	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, руки на поясі	5 хв.	середній	ходьба по колу з переходом з п'ятки на носок	дихання не затримувати
2	в.п. стоячи, руки на поясі	10-12 р. на кожному боці	середній	нахили тулубу вправо-вліво, назад-вперед	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
3	в.п. стоячи, руки вздовж тулуба	3-5 разів	повільний	розведення рук через сторони вгору-вдох, повернення в в.п.-видих	вдох-через нос, видих-через рот

Додаток Ж

Комплекс вправ для дистанційного тренування з баскетболу

Таблиця Ж.1

КОМПЛЕКС ВПРАВ ДЛЯ ДИСТАНЦІЙНОГО ТРЕНУВАННЯ З БАСКЕТБОЛУ.					
№	Вихідне положення	Кількість повторів	Темп	Зміст вправи	Методичні рекомендації
ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, руки вздовж тулуба	3-5 разів	повільний	розведення рук через сторони вгору-вдох, повернення в в.п.-видих	вдох-через нос, видих-через рот
2	в.п. стоячи, руки на поясі	10-12 р. на кожную сторону	середній	нахили тулубу вправо-вліво, назад-вперед	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
3	в.п. стоячи, руки на поясі	5 хв.	середній	ходьба по колу з переходом з п'ятки на носок	дихання не затримувати
ОСНОВНА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, руки на поясі	5 хв.	середній	Стрибки в кроці з ноги на ногу через лінії на відрізках прямої 10 – 20м.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
2	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	середній	Стоячи ноги нарізно, передача м'яча навколо себе.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
3	в.п. стоячи, руки вздовж тулуба	5 хв.	середній	Переходити через упор присівши, в упор лежачи з наступним поверненням в основну стійку.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
4	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	середній	Ведення м'яча на місці, навколо себе із зоровим контролем за м'ячем та без нього.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою

Продовження табл.Ж.2

5	в.п. стоячи, руки вздовж	5 хв.	швидкий	Із високого старту човниковий біг з	дихання не затримувати та
----------	--------------------------	--------------	---------	-------------------------------------	---------------------------

	тулуба			прискоренням на відрізках 20 м з повторенням 4 – 6 разів.	слідкувати за технікою
6	в.п. сидячи на ступі, руки перед собою з еспандером в руках	5 хв.	швидкий	Зжимання і розжимання кистевого еспандеру одночасно двома руками.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
7	в.п. стоячи, руки перед собою з тенісним м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	Стоячи боком до баскетбольного щита на відстані 8-10 м, метання тенісного м'яча на дальність відскоку з наступною ловлею і повторенням вправи.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
8	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	Кидки м'яча в кільце з близьких точок однією рукою від плеча.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
9	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	Крокування з м'ячем без відриву носка ноги, торкаючи їм кутка стіни справа і зліва.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
10	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	Із низького присіду переміщення «гусячим кроком» вперед, або по колу.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
11	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	Верхня передача м'яча двома руками і його ловіння після відскоку від стіни.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
12	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	Кидок м'яча в кільце в стрибку після удару м'яча об підлогу з виконанням двох стрибкових кроків.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
13	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	Лежачи на животі, тенісний м'яч в правій руці, почергове підкидання і ловіння тенісного м'яча.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою

Продовження табл.Ж.3

14	в.п. стоячи,	5 хв.	швидкий	Ведення м'яча з	дихання не
----	--------------	-------	---------	-----------------	------------

	руки перед собою з м'ячем в руках			пересуванням уперед, з чергуванням ведення з двома стрибковими кроками з м'ячем в руках.	затримувати та слідкувати за технікою
15	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	Передача двома руками м'яча від грудей в стіну і ловіння його після відскоку.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, руки вздовж тулуба	3-5 разів	повільний	розведення рук через сторони вгору-вдох, повернення в в.п.-видих	вдох-через нос, видих-через рот
2	в.п. стоячи, руки на поясі	10-12 р. на кожну сторону	середній	нахили тулубу вправо-вліво, назад-вперед	вдо-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
3	вв.п. стоячи, руки на поясі	5 хв.	середній	ходьба по колу з переходом з п'ятки на носок	дихання не затримувати

Додаток 3

Комплекс вправ для IV етапу дослідження

Таблиця 3.1

КОМПЛЕКС ВПРАВ ДЛЯ IV ЕТАПУ ДОСЛІДЖЕННЯ					
№	Вихідне положення	Кількість повторів	Темп	Зміст вправи	Методичні рекомендації
ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, руки на поясі	3-5 разів	повільний	повороти тулубу вправо в ліво з видихом на повороті	вдох-через нос, видих-через рот
2	в.п. стоячи, руки на поясі	10-15 р. на кожну сторону	повільний	нахили тулубу вправо-вліво, назад-вперед з видихом на повороті	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
3	в.п. стоячи, руки на поясі	10-15 р. на кожну сторону	середній	підймання берда з згинанням ноги у колінному суглобі	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
4	в.п. стоячи, руки на поясі	1	середній	стрибки з одної ноги на іншу	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
5	в.п. стоячи, руки на поясі	5 хв.	середній	ходьба по колу з переходом з п'ятки на носок	дихання не затримувати
ОСНОВНА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, в руках м'яч	3 хв.		передача м'яча в стрибку в парі, розташовуючись по обидва боки від щита.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
2	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	2 хв.	швидкий	підбір м'ячів в парі (гравці намагаються підібрати і закинути м'яч в кільце).	дихання не затримувати та слідкувати за технікою

Продовження табл.3.2

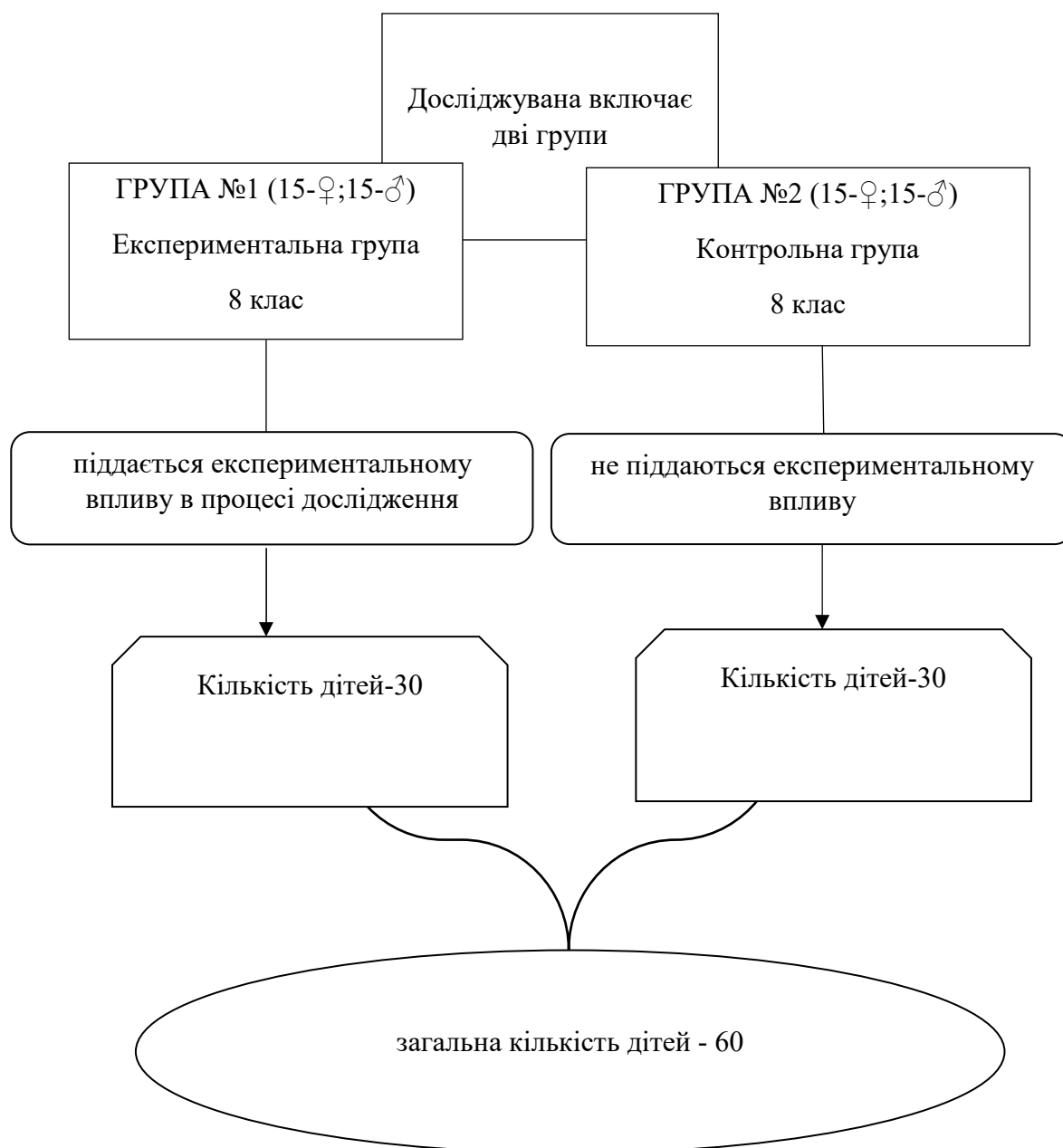
	в.п. стоячи, в руках м'яч	5 хв.	швидкий	Рухлива гра «Боротьба за м'яч» (гравці стоять в колах і передають м'яч один одному. Кілька провідних пересуваються між колами і намагаються перехопити м'яч. Той, хто спіймав м'яч, оголошує зміну кіл. Той, хто залишився без кола, стає ведучим).	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
4	в.п. стоячи, в руках м'яч	5 хв.	швидкий	ведення м'яча у парах назустріч один одному від бічних ліній майданчика, в центрі помінатися	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
5	в.п. стоячи, в руках м'яч	5 хв.	швидкий	ведення м'яча під час «човникового» бігу. у напрямку, вказаному вчителем жестом, зупинка за сигналом.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
6	в.п. стоячи, в руках м'яч	5 хв.	швидкий	Рухлива гра «Позбудься м'яча» (гравців об'єднують в дві команди, які стають на різних сторонах майданчика, де знаходяться м'ячі. Завдання гравців - перекинути всі м'ячі на майданчик суперника).	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
7	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	Кидки м'яча в кільце з близьких точок однією рукою від плеча.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
8	в.п. стоячи, руки перед собою з тенісним м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	стоячи боком до баскетбольного щита на відстані 8-10 м, метання тенісного м'яча на дальність відскоку з наступною ловлею і повторенням вправи.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
9	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	5 хв.	швидкий	кидки м'яча в кільце з близьких точок однією рукою від плеча.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
10	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	3 хв.	швидкий	пробігаючи поруч, взяти м'яч з рук вчителя, виконати кидок після подвійного кроку.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою

Продовження табл.3.3

11	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	3 хв.	швидкий	ведення, подвійний крок, замість кидка передача м'яча партнеру.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
12	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	3 хв.	швидкий	кидки в кільце в парах, трійках, четвірках після подвійного кроку.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
13	в.п. стоячи, руки перед собою з м'ячем в руках	3 хв.	швидкий	ведення, передача назад партнеру, який виконує подвійний крок і кидок в кільце.	дихання не затримувати та слідкувати за технікою
		15 хв.	швидкий	змагання команд (гравці атакують різні кільця після ведення і подвійного кроку, враховуючи вголос командні попадання).	слідкувати за технікою
ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА					
1	в.п. стоячи, руки на поясі	3-5 разів	повільний	повороти тулубу вправо в ліво з видихом на повороті	вдох-через нос, видих-через рот
2	в.п. стоячи, руки на поясі	10-15 р. на кожну сторону	повільний	нахили тулубу вправо-вліво, назад-вперед з видихом на повороті	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
3	в.п. стоячи, руки на поясі	10-15 р. на кожну сторону	середній	підймання берда з згинанням ноги у колінному суглобі	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
4	в.п. стоячи, руки на поясі	1	середній	стрибки з одної ноги на іншу	вдох-через нос, видих-через рот при поверненні в в.п.-вдох
5	в.п. стоячи, руки на поясі	5 хв.	середній	ходьба по кругу з переходом з п'ятки на носок	дихання не затримувати

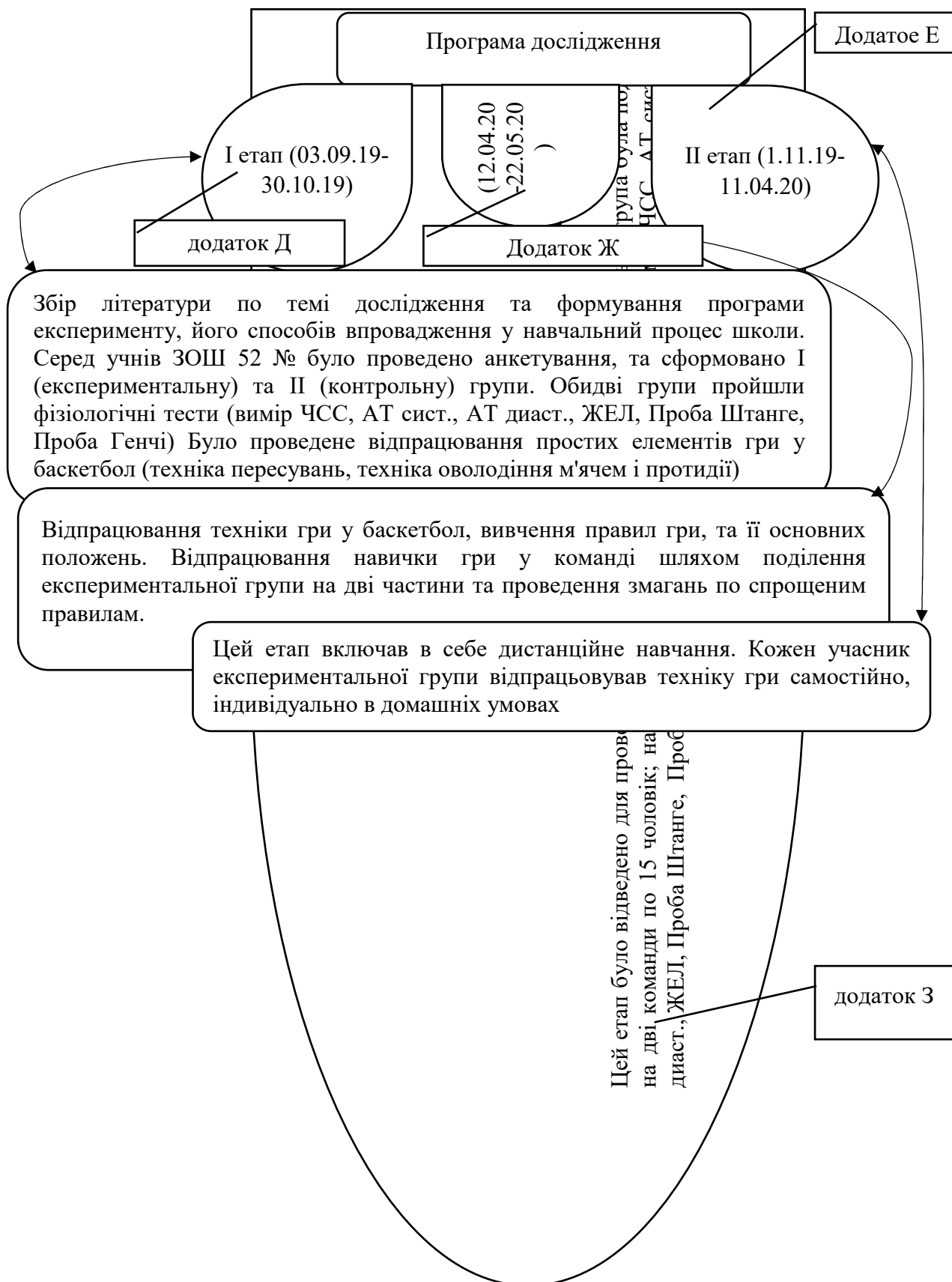
Додаток И

Типи груп в дослідженні



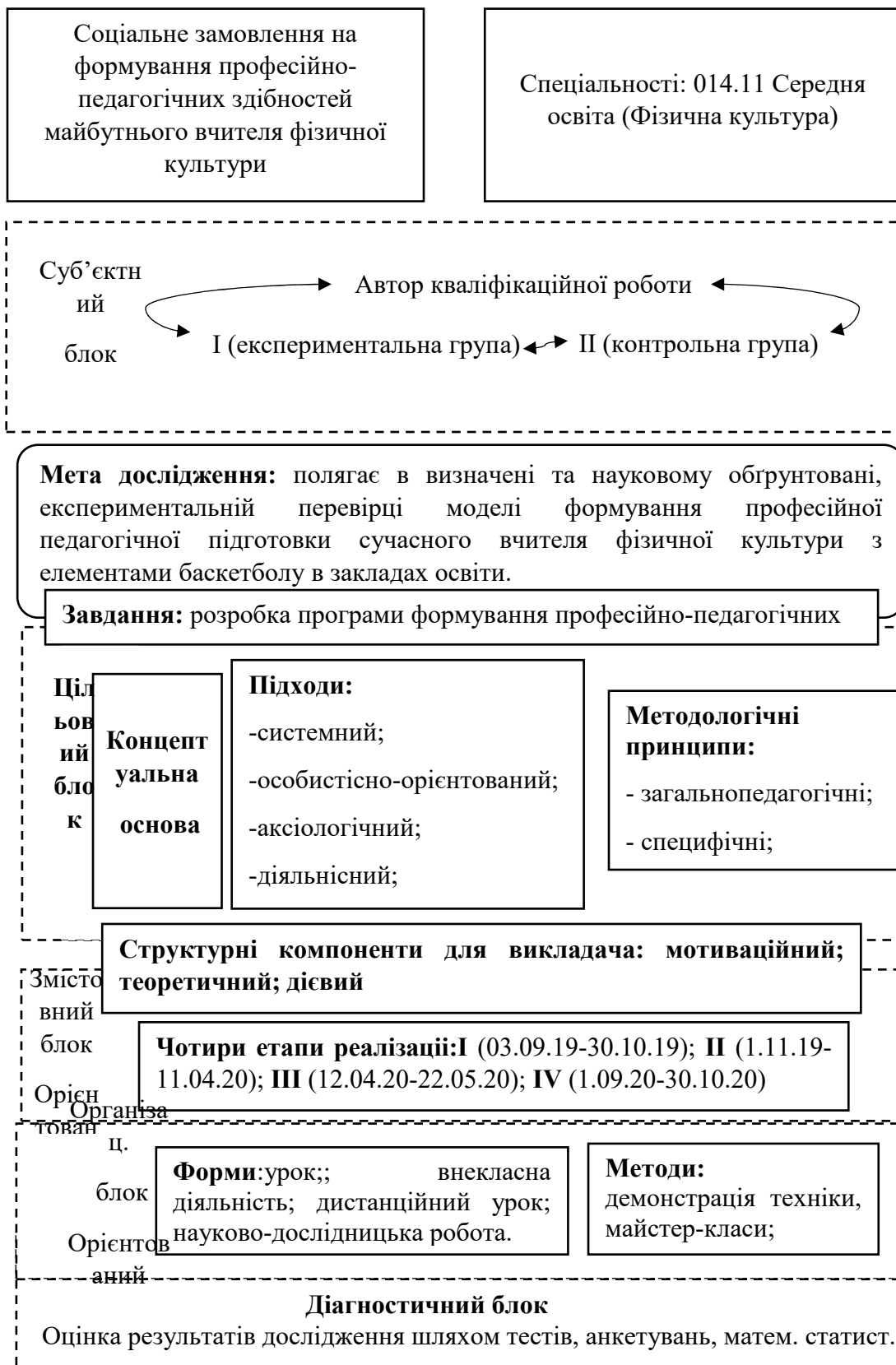
Додаток К

Програма дослідження



Додаток Л

Структурно-функціональна модель формування професійно-педагогічних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури до викладання баскетболу в закладах освіти



Додаток М
Основні техніки захисту

Таблиця М.1

Техніки захисту		
№	техніка пересувань	техніка оволодіння м'ячем і протидії
1	стійка	вибивання
2	ходьба	відбиття
3	біг	накривання
4	стрибки	перехоплення
5	зупинки	виривання
6	повороти	взяття відскоку

Додаток Н

Результати анкетування I етапу дослідження

1. Готові ви чи ні прийняти участь у дослідженні для виявлення перспектив і проблем впровадження баскетболу до середнього навчального закладу?

Варіанти відповідей	Дівчата	Хлопці
Так, я згоден	23	75
Не знаю що це таке	42	85
Ні, мені це не цікаво	15	47
Всього:	31	11

1. Чи є для вас цікавою гра у баскетбол?

Варіанти відповідей	Дівчата	Хлопці
Так	22	53
Мені це не цікаво	43	35
Не знаю що це таке	26	53
Всього:	47	64

2. Чи відвідує ви позашкільні секції з будь-якої командної гри?

Варіанти відповідей	Дівчата	Хлопці
Так	18	22
Мені це не цікаво	43	24
Є таке бажання	64	65
Всього:	26	44

3. Чи готові ви будете брати участь в спеціальних змаганнях з баскетболу?

Варіанти відповідей	Дівчата	Хлопці
Так	36	16
Ні, я не сможу	86	32
Я спробую в наступному році	43	67
Всього:	16	78

4. Чи ведуть ваші батьки активний спосіб життя, і залучають вам до спільних занять спортом?

Варіанти відповідей	Дівчата	Хлопці
Так	45	65
Ні	35	47
Так, але рідко	33	13
Всього:	43	26

Додаток П

Показники фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після першого етапу експерименту

Таблиця П.1

Показники	Етапи тестування	Експериментальна група		Контрольна група		Достовірна різниця
		n=50	P1	n=50	P2	
Біг 100 м	до	17,3±0,04	<0,05	18,1±0,1	>0,05	<0,05
	I етап	19,1±0,1		18,0±0,03		<0,05
Стрибок в довжину місця, м	до	1,66 ±0,02	<0,05	1,60±0,02	>0,05	>0,05
	I етап	1,65±0,16		1,61±0,02		>0,05
Нахил тулуба вперед сидячи, см	до	6±0,5	<0,05	6,5±0,5	>0,05	>0,05
	I етап	8±0,6		6,9±0,4		>0,05
Піднімання тулуба за 1 раз	до	29±0,4	<0,05	28±0,4	<0,05	>0,05
	I етап	35±0,5		30±0,6		>0,05
Віс на зігнутих руках, с	до	25±0,4	<0,05	25±0,3	<0,05	>0,05
	I етап	32±0,5		27±0,5		>0,05
Статична витривалість м'язів спини, с	до	42,5±0,6	<0,05	42,9±0,5	>0,05	> 0,05
	I етап	50±0,6		45±0,6		>0,05
12-мин тест ходьби, м	до	1658±11,2	<0,05	1642±19,0	>0,05	>0,05
	I етап	1865±25,3		1680±18,7		>0,05

Додаток Р

Показники фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після першого та другого етапу експерименту

Таблиця Р.1

Показники	Етапи тестування	Експериментальна група		Контрольна група		Достовірна різниця
		n=50	P1	n=50	P2	
Біг 100 м	до	18,3±0,04	<0,05	18,1±0,1	>0,05	<0,05
	I етап	18,1±0,1		18,0±0,03		<0,05
	II етап	17,8±0,1		17,9±0,03		<0,05
Стрибок в довжину місця, м	до	1,61 ±0,02	<0,05	1,60±0,02	>0,05	>0,05
	I етап	1,65±0,16		1,61±0,02		>0,05
	II етап	1,68±0,16		1,61±0,02		<0,05
Піднімання тулуба за 1 раз	до	29±0,4	<0,05	28±0,4	<0,05	>0,05
	I етап	35±0,5		30±0,6		>0,05
	II етап	37±0,5		33±0,6		<0,05
Віс на зігнутих руках, с	до	25±0,4	<0,05	25±0,3	<0,05	>0,05
	I етап	32±0,5		27±0,5		>0,05
	II етап	35 ±0,5		30±0,5		<0,05
Статична витривалість м'язів спини, с	до	42,5±0,6	<0,05	42,9±0,5	>0,05	> 0,05
	I етап	50±0,6		45±0,6		> 0,05
	II етап	55±0,6		46±0,6		<0,05
12-мин тест ходьби, м	до	1658±11,2	<0,05	1642±19,0	>0,05	>0,05
	I етап	1865±25,3		1680±18,7		>0,05
	II етап	1937±25,3		1693±18,7		<0,05

Додаток С

Показники фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після першого, другого та третього етапу експерименту

Таблиця С.1

Показники	Етапи тестування	Експериментальна група		Контрольна група		Достовірна різниця
		n=50	P1	n=50	P2	
Біг 100 м	до	18,3±0,04	<0,05	18,1±0,1	>0,05	<0,05
	I етап	18,1±0,1		18,0±0,03		<0,05
	II етап	17,8±0,1		17,9±0,03		<0,05
	III етап	17,6±0,1		17,9±0,03		<0,05
Стрибок довжину місця, м	до	1,61 ±0,02	<0,05	1,60±0,02	>0,05	>0,05
	I етап	1,65±0,16		1,61±0,02		>0,05
	II етап	1,68±0,16		1,61±0,02		<0,05
	III етап	1,69±0,16		1,62±0,02		<0,05
Нахил тулуба вперед сидячи, см	до	7±0,5	<0,05	6,5±0,5	>0,05	>0,05
	I етап	9±0,6		6,9±0,4		>0,05
	II етап	10±0,6		7,1±0,4		>0,05
	III етап	10±0,6		7,5±0,4		<0,05
Піднімання тулуба за 1 раз	до	29±0,4	<0,05	28±0,4	<0,05	>0,05
	I етап	35±0,5		30±0,6		>0,05
	II етап	37±0,5		33±0,6		<0,05
	III етап	40±0,5		35±0,6		<0,05

Продовж. таблиці С.2

Віс зігнутих руках, с	до	25±0,4	<0,05	25±0,3	<0,05	>0,05
	I етап	32±0,5		27±0,5		>0,05
	III етап	39 ±0,5		33±0,5		<0,05
Статична витривалість м'язів спини, с	до	42,5±0,6	<0,05	42,9±0,5	>0,05	> 0,05
	I етап	50±0,6		45±0,6		> 0,05
	II етап	55±0,6		46±0,6		<0,05
	III етап	64±0,6		47±0,6		<0,05
12-мин тест ходьби, м	до	1658±11,2	<0,05	1642±19,0	>0,05	>0,05
	I етап	1865±25,3		1680±18,7		>0,05
	II етап	1937±25,3		1693±18,7		<0,05
	III етап	2006±25,3		1704±18,7		<0,05

Додаток Т

Показники фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після експерименту

Таблиця Т.1

Показники	Етапи тестування	Експериментальна група		Контрольна група		Достовірна різниця
		n=50	P1	n=50	P2	
Біг 100 м	до	18,3±0,04	<0,05	18,1±0,1	>0,05	<0,05
	після	17,1±0,1		17,8±0,03		<0,05
Стрибок в довжину місця, м	до	1,61 ±0,02	<0,05	1,60±0,02	>0,05	>0,05
	після	1,71±0,16		1,62±0,02		<0,05
Нахил тулуба вперед сидячи, см	до	7±0,5	<0,05	6,5±0,5	>0,05	>0,05
	після	11±0,6		8±0,4		<0,05
Піднімання тулуба за 1 раз	до	29±0,4	<0,05	28±0,4	<0,05	>0,05
	після	42±0,5		37±0,6		<0,05
Віс на зігнутих руках, с	до	25±0,4	<0,05	25±0,3	<0,05	>0,05
	після	41 ±0,5		35±0,5		<0,05
Статична витривалість м'язів спини, с	до	42,5±0,6	<0,05	42,9±0,5	>0,05	>0,05
	після	68±0,6		48±0,6		<0,05
12-мин тест ходьби, м	до	1658±11,2	<0,05	1642±19,0	>0,05	>0,05
	після	2119±25,3		1724±18,7		<0,05

Додаток У

Середньостатистичні характеристики показників функціонального стану учнів до і після експерименту

Таблиця У.1

Показники	Група	Статистичні характеристики				
		ЕГ	КГ	С	Т	Р
ЧСС в спокої,	ЕГ	68±11,99	>0,05	76±6,97	8±4,97	<0,05
	КГ	2±10,75		77±5,59	5±5,13	<0,05
АТ сист., Мм рт.ст.	ЕГ	132±13,6	>0,05	106±7,2	4±5,4	>0,05
	КГ	134±12,1		123±8,2	2±3,9	>0,05
АТ диаст., Мм рт.ст.	ЕГ	75±7,9	>0,05	78±5,9	2±1,5	>0,05
	КГ	77±9,5		74±6,7	1±2,9	>0,05
ЖЕЛ, л	ЕГ	2,65±0,6	>0,05	4,35±0,7	0,4±0,9	>0,05
	КГ	2,76±1,7		2,19±1,0	0,25±0,1	<0,05
Проба Штанге, с	ЕГ	47±13,7	>0,05	70±13,1	18±1,3	>0,05
	КГ	53±14,6		60±17,3	7±2,8	<0,05
Проба Генчі, с	ЕГ	27±7,6	>0,05	39±6,2	12±2,51	<0,05
	КГ	29±8,7		37±6,8	4±1,5	>0,05

Додаток Ф

Загальні показники зростання фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної груп до експерименту та після експерименту

Таблиця Ф1

№	Експериментальна група на першому етапі дослідження		Експериментальна група на останньому етапі дослідження		№	Контрольна група на першому етапі дослідження		Контрольна група на останньому етапі дослідження	
	♂	♀	♂	♀		♂	♀	♂	♀
1	32%	21%	81%	21%	1	33%	33%	35%	35%
2	43%	24%	81%	21%	2	39%	35%	44%	39%
4	39%	43%	72%	21%	4	42%	37%	49%	40%
5	45%	33%	82%	21%	5	49%	43%	56%	56%
6	44%	22%	89%	21%	6	42%	33%	53%	39%
7	42%	32%	84%	21%	7	32%	21%	41%	27%
8	49%	33%	89%	21%	8	46%	24%	54%	30%
9	62%	33%	94%	21%	9	45%	43%	51%	48%
10	35%	24%	73%	21%	10	46%	33%	55%	37%
11	32%	43%	69%	21%	11	45%	32%	55%	41%
12	46%	33%	95%	21%	12	47%	33%	54%	37%
13	45%	35%	96%	21%	13	49%	21%	52%	26%
14	47%	37%	98%	21%	14	62%	24%	69%	28%
15	48%	38%	98%	21%	15	35%	43%	42%	50%

Додаток X

Оцінка виконання стандартного комплексу

Таблиця X.1

№ п/п	Допущені помилки	Оцінка
1	Виконання без помилок	5 балів
2	Груба помилка або 1-2 негрубі помилки	4 бала
3	2 грубі помилки	3 бала
4	3 грубі помилки	2 бала
5	4-5 грубих помилок	1 бал

Загальні бали за виконання комплексу вправ

Таблиця X.2

№	Експериментальна група на першому етапі дослідження		Експериментальна група на останньому етапі дослідження	
	♂	♀	♂	♀
1	4	3	5	4
2	4	3	5	4
4	4	3	5	4
5	3	3	4	4
6	3	3	5	4
7	4	4	5	5

Продовження табл.Х.2

8	3	3	5	4
9	3	3	4	4
10	2	3	4	4
11	3	4	4	4
12	3	3	4	4
13	4	3	5	4
14	3	3	5	4
15	4	3	5	4

Додаток Ц

Результати анкетування IV етапу дослідження

1. Чи сподобався вам баскетбол, та хотіли би ви в подальшому розвиватися у цьому виді спорту?

Відповіді	Експериментальна група	Контрольна група
Так	44	38
Ні	6	12

2. На вашу думку баскетбол показав себе як ефективна система фізичного виховання у школі?

Відповіді	Експериментальна група	Контрольна група
Так	43	40
Ні	7	10

3. Чи є у вас рекомендації для підвищення ефективності впровадження баскетболом до системи фізичного виховання?

Відповіді	Експериментальна група	Контрольна група
Збільшити складність вправ під час уроку	22	25
Зменшити складність вправ під час уроку	20	20
Задіяти більше інвентарю під час уроку	45	37
Задіяти більше різних методик і засобів баскетболу під час уроку	40	39
Дати можливість виступати на міських змаганнях і заходах під час уроку	25	10

ЛІТЕРАТУРА

1. Амонашвили Ш. А. Размышления о гуманной педагогике. — М.: Изд. Дом Амонашвили, 1995 г. 496 с.
2. Амосов Н.М., Мурахов И.В. Сердце и физические упражнения. - К.: "Здоров'я", 1985. - 80 с.
3. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. — М: ФиС, 1978. — 222 с.
4. Баранов С.П., Болотина Л.Р., Слостенин В.А., Педагогика. М., Просвещение, 1987 стр.14-15
5. Баскетбол учебник для физкультурных институтов. Под ред. Н.В. Семашко. "Физкультура и спорт", 1976г.
6. Безопасность жизнедеятельности/Под ред. Э.А. Арустамова. – М., 2000.
7. Белов С.В., Морозова Л.Л., Сивков В.П. Безопасность жизнедеятельности. – М.: Высшая школа, 2001.
8. Беретт Н. Ю. "Энциклопедия спорта", М.: 1999г.
9. Беспалько В. П. Слагаемые педагогической технологии. — М.: Педагогика, 1989 г.
10. Брудный Д. Л. Учитель: статьи, документы. – М.: Политическая литература. 1991. С.111, 216, 222.
11. В.К. Балыевич. "Физическая культура для всех и для каждого". Москва. ФиС. 1988р.
12. В.М. Качашкин. "Методика физического воспитания". Москва. Просвіта. 1989р.
13. Введение в теорию физической культуры: Учеб. пособие для ИФК // Под общ. ред. Л. П. Матвеева. – М.: ФиС, 1983.
14. Видрин В.М. Введение в специальность. - М.: „Физическая культура и спорт”, 1974. - 159 с.

15. Всемирный научный конгресс "Спорт в современном обществе": сборн. – М.: ФиС, 1980.
16. Гандзюк М.П., Желібо Є.П., Халімовський М.О. Основи охорони праці: Підручник. 5-е вид. / За ред. М.П. Гандзюка. - К.: Каравела, 2011. - 384 с.
17. Головин В.А., Масляков В.А., Коробков А.Д. и др. Физическое воспитание. М.: Высшая школа, 1991. - 391 с.
18. Гомельский А.. Я. "Все о баскетболе", М.:2000г.
19. Горшкова В. В. Гуманитарная природа образовательных технологий в межсубъектной педагогической реальности. — Вл-к, 1999 г.— стр. 83—85.
20. Гриненко М.Ф. Саноян Г. Г. Труд, здоровье, физическая культура. – М.: ФиС, 1974.
21. Гуманистические воспитательные системы вчера и сегодня/Подобщ. ред. Н. Л. Селивановой. — М.: Пед. об-во России, 1998 г.—336 с.
22. Гуменюк Н. П., Клименко В. В. Психология физического воспитания и спорта. - К.: Вища школа, 1985.
23. Данилина Л. Н., Плахтиенко В. А. Проблемы психической надежности в спорте. - М.: ГЦОЛИФК, 1980.
24. Джамгаров Т. Т. Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений / В сб. Психология и современный спорт. - М.: ФиС, 1982.
25. Джамгаров Т. Т., Пуни А. Ц. Психология физического воспитания и спорта. - М.: ФиС, 1979.
26. Дойзер Э. Здоровье спортсмена. - М.: ФиС, 1980.
27. Жданова О. та ін. Організація та методика оздоровчої фізкультури і рекреаційного туризму. – Луцьк, 2000.

28. Жидецкий В. Ц., Джигирей В. С., Мельников О. В. Основы охорони праці. – Вид. 3-є, доп. – Львів: Афіша, 2000. – 350 с.
29. Иващенко Л.Я., Страпко Н.П. Самостоятельные занятия физическими упражнениями. – К.: Здоров'я, 1988. – 160 с.
30. Ильин Е. П. Психология физического воспитания. - М.: Просвещение, 1987.
31. Использование тренажеров в оздоровительных целях / Шелюженко А.А., Душанин С.А., Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я. – К.: Здоров'я, 1984. – 136с.
32. Каганов Л.С. Развиваем выносливость – М.: Знание, 1990 (Новое в жизни, науке, технике. Серия "Физкульт. и спорт". – №5.) – 98 с.
33. Караковский В. А., Новикова Л. И., Селиванова Н. Л. Воспитание? Воспитание... Воспитание! — М.: Новая школа, 1996 г. — 160 с.
34. Кларин М. В. Технология обучения: идеал и реальность. — Рига, «Эксперимент», 1999 г.—180 с.
35. Климов Е. А. Введение в психологию труда: Учебник для ВУЗов. – М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1998. – 350 с.
36. Коджаспирова Г.М., Коджаспиров А.Ю. Педагогический словарь. М., 2001 стр.32
37. Коломейцев Ю. А. Взаимоотношения в спортивной команде. - М.: ФиС, 1984.
38. Кретти Б. Дж. Психология в современном спорте. - М.: ФиС, 1978.
39. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. — К., 1999. — 230 с.
40. Кузьмина Н. В. Методы исследования педагогической деятельности. — Л.: ЛГУ, 1970 г.
41. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия: Пер. сангл. – 2-е изд., доп. и перераб. – М.: Физкульт. и спорт, 1989. – 224 с.

42. Курдюмова И. М., Калиниченко Н. И. Профессионально-развитие педагогов: опыт московской школы // Педагогика. 1998. № 3.
43. Куренной А.М. Правовое регулирование охраны труда // Практический журнал для руководителей и менеджеров, №7 – 2001.
44. Линец М.М., Андрієнко Г.М. Витривалість, здоров'я, працездатність. – Львів, 1993. – 132 с.
45. Лозинский В.С. Учитесь быть здоровыми. – К.: Центр здоровья, 1993.-160 с.
46. Лоу Б. Красота спорта. М.: Радуга, 1984.
47. М.Д. Ріпа. “Физическая культура и спорт”. Москва. Просвіта. 1985р.
48. Макаренко А. С. О воспитании // Пед. соч.: В 8 т. М., 1983. Т. 5.
49. Марищук В. Л. и др. Методики психодиагностики в спорте. - М.: Просвещение, 1990.
50. Масляков В.А., Матяжов В.С. Массовая физическая культура в вузе. - М.: Высшая школа, 1991. - 240 с.
51. Матвеев А.П., Новиков А.Д. Теория и методика физического воспитания. - М.: „Физическая культура и спорт”, 1976. - 304 с.
52. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки. Гл. I. М., ФиС, 1977.
53. Матвеев П.П. Теория и методика физической культуры /Общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры: Учеб. для ин-тов физ. культуры – М.: Физкульт. и спорт, 1991. – 543 с.
54. Методология построения должных норм физической подготовленности. Сост. Е. Я. Бондаревский и др. – М.: ВНИИФК, 1983.

55. Мильнер Е.Г. Формула жизни: Медико-биологические основы оздоровительной физической культуры. – М.: Физкульт. и спорт, 1991. – 112 с.
56. Муравов И.В. Возможности организма человека. - М.: Знание, 1988. - 96 с. (Новое в жизни, науке, технике. Серия „ФиС”: № 89).
57. Муравов И.В. Здоровье, трудоспособность и физическая культура. - К.: Знание УССР, 1985. - 48 с. (Серия VII „Педагогика”: № 8).
58. Муравов И.В. Оздоровительные эффекты физической культуры и спорта. К.: „Здоров'я”, 1989. - 267 с.
59. Організм і особистість. Діагностика та керування / А.Магльований, В.Белов, А.Котова. – Львів: Медична газета України, 1998. – С. 250.
60. Педагогика: учеб. пособие для студентов фак. педагогики и методики нач. Обучения пед. Ин-тов. / под ред. С. П. Баранова и др. - М.: Просвещение, 1976. – 352
61. Пирогова Е.А. Совершенствование физического состояния человека. – К.: Здоров'я, 1989. – 168 с.
62. Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я., Страпко Н.П. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека. – К.: Здоров'я, 1986. – 152 с.
63. Подласый И.П. Педагогика начальной школы. М., ВЛАДОС, 2004 стр.378-393
64. Райнпрехт Х. Воспитание без огорчений. М., 2000 – 382с.
65. Робер М. Л., Тильман Ф. Психология индивида и группы. М.: 1988 - 278с.
66. Савченко-Бельский Н.А., Трусков Ю.Ф. О культуре физической. - М.: Знание, 1985. - 64 с. (Новое в жизни, науке, технике. Серия „ФиС”: № 3).
67. Спорт и образ жизни: сборн. – М.: ФиС, 1979.
68. Спортивные и подвижные игры” под общей редакцией доцента П.А. Чумакова, “Физическая культура и спорт”, М.:1970г.

69. Спортивные игры. Учебник для физ. ин-тов. Под ред. Портных Ю. И.М. 1975г.:
70. Столбов В.В. “История физической культуры и спорта”.-М.:1972г.
71. Столяренко Л.Д. Основы психологии. 5-е изд., Ростов н/Д: Феникс, 2002 стр.498
72. Теория спорта // Под ред. В. Н. Платанова. – К.: Вища школа, 1987.
73. Теория спорта: учебник для ИФК. – К.: Вища школа, 1987.
74. Управление физическим состоянием организма.
Тренирующая терапия / Хутиев Т.В., Антомонов Ю.Г., Котова А.Б., Пустовойт О.Г. – М.: Медицина, 1991. – 256 с.
75. Фадеева Е.И. Тайны имиджа. М., 2002. С.4,5,8,98,102-104.
76. Физическая культура и спорт”-под редакцией доктора педагогических наук Ю.Д. Железняк, профессора Ю.М. Портнова, М.:2003г.
77. Физкультура и Спорт малая энциклопедия (Гусевой Г.В., Кондрашовой Н.М., Милютин В.П., 1992г)
78. Харламов И.Ф. Педагогика. М., 1997 стр.462-474
79. Шевченко Н.Г. Основы безопасности жизнедеятельности. – М.: Инфра-М, 2004.
80. Шепель В. М. Имиджология: Секреты личного обаяния. – М.: ЮНИТИ, 1994. С. 230.
81. Шиян О. М. Аутопедагогическая компетентность учителя // Педагогика. 1999. N 1.