ISSN (online) 2523-4161
SPORTS GAMES
No. 4(42), 2026

Оригінальна наукова стаття DOI: 10.15391/si.2026-4.14

УДК 796.323.2.012.574.44.001.8(045)

Аналіз ефективності штрафних кидків в змагальних умовах баскетболістів на етапі підготовки до вищих досягнень

Полякова А. В., Москаленко Н. В., Приходько В. В., Мітова О. О., Овчаренко С. В.

Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Український державний університет науки і технологій

Анотація

Мета. У статті представлено аналіз проблеми низької реалізації штрафних кидків у баскетболі, особливо у молодих баскетболістів, які перший сезон виступають за команди суперліги. Мета дослідження - проаналізувати ефективність виконання штрафних кидків під час змагальної діяльності у молодих баскетболістів команд суперліги протягом ігрового сезону.

Матеріал і методи. Методологія дослідження: аналіз спеціальної, науково-методичної літератури, аналіз змагальної діяльності, методи математичної статистики.

Результати. Аналіз науково-методичної літератури дозволив підтвердити той факт, що не дивлячись на сучасні підходи та методи тренування баскетболістів, проблема реалізації штрафних кидків все ще існує і потребує постійної уваги з боку фахівців з баскетболу та науковців з біомеханіки та психології спорту. Виявлено відмінності в ефективності штрафних кидків під час змагальної діяльності у баскетболістів експериментальної групи у порівнянні з баскетболістами контрольної, як в середньому по групі, так і за ігровими амплуа (захисники, нападники та центрові). На відміну від попередників наші дослідження були спрямовані на виявлення динаміки ефективності штрафних кидків протягом ігрового сезону та на необхідності розробки методики вдосконалення виконання цього кидка молодими баскетболістами у командах суперліги, які на відмінну від більш досвідчених відрізняються нестабільністю та частіше підпадають під психологічний тиск з боку вболівальників суперника.

Висновки. У ході проведених досліджень виявлено відмінності в ефективності штрафних кидків під час змагальної діяльності у баскетболістів експериментальної групи у порівнянні з баскетболістами контрольної, як в середньому по групі, так і за ігровими амплуа (захисники, нападники та центрові).

Ключові слова: баскетболісти; змагальна діяльність; технічна підготовка; команди суперліги; етап підготовки до вищих досягнень; штрафні кидки.

Abstract

Analysis of Free-Throw Efficiency in Competitive Conditions Among Basketball Players at the Elite Preparation Stage

A. Polyakova, N. Moskalenko, V. Prikhodko, O. Mitova, S. Ovcharenko

Purpose. The article presents an analysis of the issue of low free-throw conversion rates in basketball, particularly among young players competing in Super League teams during their debut season. The aim of the study is to analyze the efficiency of free-throw execution during competitive play among young Super League basketball players throughout the season.

Materials and Methods. Methods and materials: analysis of specialized scientific and methodological literature, analysis of competitive performance, and mathematical statistical methods.

Results. An analysis of scientific and methodological literature confirmed that, despite modern approaches and training methods for basketball players, the issue of free-throw execution persists and requires ongoing attention from basketball specialists as well as researchers in biomechanics and sports psychology. Differences were identified in free-throw efficiency during competitive play between the experimental and control groups, both in terms of group averages and specific playing positions (guards, forwards, and centers). Unlike previous studies, our research focused on identifying the dynamics of free-throw efficiency throughout the season and the need to develop a methodology for improving the execution of this shot by young Super League basketball players; unlike their more experienced counterparts, these players are characterized by inconsistency and are more susceptible to psychological pressure from opposing fans.

Conclusions. The research revealed differences in free-throw efficiency during competitive play between basketball players in the experimental group and those in the control group, both in terms of group averages and by playing position (guards, forwards, and centers).

Keywords: basketball players; competitive activity; technical training; Super League teams; the stage of preparation for greater achievements; free throw in basketball.

Вступ

Техніка баскетболу дуже стрімко розвивається про що свідчить поява нових різновидів виконання технічних прийомів й кидків зокрема (Безмилов & Шинкарук, 2020; Корягін та ін., 2021; Нагорна, 2024).

Не винятком є і розвиток техніки виконання штрафних кидків, який на першому етапі розвитку гри виконувався двома руками знизу, а в сучасному баскетболі переважно однією рукою від плеча, але кожному баскетболістові, навіть високої кваліфікації, притаманна своя техніка виконання. Це пов'язано в переважній більшості випадків із антропометричними відмінностями та змагальним досвідом гравців (Безмилов & Ханьпен, 2024; Мітова, 2004; Мітова & Шевяков, 2023).

Фахівцями з баскетболу відзначається, що однією з невирішених проблем сучасного баскетболу залишається низька реалізація штрафних кидків (Кудімов, 2004; Кудімов, 2006; Мітова, 2006). Безумовним фактором низької ефективності зі штрафної лінії є психологічне напруження, відповідальність за результат гри у ключові моменти

© 2026 Автор(и)

Ця стаття є статтею відкритого доступу, яка розповсюджується відповідно до умов Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY) License (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

наприкінці матчу (Безмилов & Шинкарук, 2020). А чи можна виправдати невлучність у кошик на початку гри, поганою розминкою чи заниженою значущістю одного очка, бо попереду ще багато часу, щоб змінити рахунок, неідеальною технікою виконання штрафних кидків, але ж у команди вищого рангу нашої країни – відбираються кращі гравці, тому і техніка виконання у них повинна бути кращою.

У дослідженнях О. Мітової та Д. Боцуляка (2025) зазначається, що у командах суперліги України сезону 2024-2025 рр. співвідношення молодих та досвідчених гравців. За команди грають 71 (73,64%) досвідчених 21 та понад років та 29 (26,36%) – молодих гравців 16-20 років.

Фахівцями Чжан Ці та Безмилов М. М. (2024) зазначається, що молоді гравці у баскетболі суттєво відрізняються за антропометричними, психофізіологічними та психологічними характеристиками, їм притаманна нестабільність виконання техніко-тактичних дій, велика кількість втрат м'яча, низький відсоток реалізації штрафних кидків та низька загальна ефективність змагальної діяльності під час офіційних матчів. Тому саме цей контингент баскетболістів, які знаходяться на етапі підготовки до вищих досягнень (Платонов, 2021), підпадає під більш прискіпливу критику з боку тренерів за невлучні штрафні кидки, які виконуються у стандартному положенні без супротиву (Мітова & Боцуляк, 2025).

Дослідження реалізації кидків у баскетболі та вивчення чинників, які впливають на їх влучність під час змагальної діяльності є однією з актуальних проблем баскетболу (Кравченко, 2025, Помещикова та ін., 2025). Питанням вдосконалення кидків в баскетболі займалися (Корягін та ін., 2021; Кудімов, 2004, 2006; Мітова, 2006) та інші вітчизняні та іноземні науковці, але на нашу думку вкрай необхідно тренерам замислюватись над пошуком нових підходів, засобів та методів підвищення ефективності саме штрафних кидків, виконанням яких закінчується багато атак при нерівності суперників в зв'язку з порушеннями правил у захисті та які є визначальними за умови рівності команд.

Вище зазначене свідчить, що аналіз відсотку влучання штрафних кидків під час змагальної діяльності баскетболістів є достатньо актуальним питанням для вдосконалення загальної результативності молодих гравців у командах суперліги.

Мета дослідження – проаналізувати ефективність виконання штрафних кидків під час змагальної діяльності у молодих баскетболістів команд суперліги протягом ігрового сезону.

Матеріал і методи

Методи дослідження – аналіз спеціальної, науково-методичної літератури, аналіз змагальної діяльності, методи математичної статистики.

Аналіз і узагальнення спеціальної літератури, документальних матеріалів, інформації, розміщеної в мережі Інтернет, дозволили визначити проблемне поле дослідження, отримати загальне уявлення про ступінь розробленості досліджуваної проблеми. Аналіз змагальної діяльності полягав у аналізі статистичних протоколів матчів баскетбольних команд суперліги щодо відсотку влучання зі штрафної лінії.

Методи математичної статистики використовувались для визначення середньостатистичних даних, помилки середнього та порівняння показників баскетболістів групи А та групи В за t-критерієм Стьюдента.

У дослідженні взяли участь баскетболісти 17–19 років з 4 команд суперліги, які були об'єднані у дві групи: групу А склали молоді гравці команд БК «Запоріжжя» м. Запоріжжя та БК «Рівне» м. Рівне (10 осіб), а групу В – БК «Дніпро» м. Дніпро та БК «Черкаські Мавпи» м. Черкаси (10 осіб).

Результати

Аналіз статистичних протоколів баскетбольних матчів свідчить, що показники ефективності штрафних кидків під час змагальної діяльності у баскетболістів 17-19 років групи А та групи В на початку ігрового сезону були майже на однаковому рівні, у середньому по групі А 55,1±1,4 %, а по групі В – 55,2±2,9 % (табл. 1).

Після першого кола змагань у представників команд

Таблиця 1. Показники ефективності штрафних кидків в змагальних умовах у молодих баскетболістів протягом ігрового сезону (%)

Тести	Напочатку чемпіонату		Після 1-го кола змагань	Після 2-го кола змагань	Після 3-го кола змагань		t	p
	$X_1 \pm m_1$	σ_1	$X_2 \pm m_2$	$X_3 \pm m_3$	$X_4 \pm m_4$	σ_4		
В середньому								
Група А (n=10)	55,1±1,4	4,2	57,3±0,32	65,3±0,42	70,9±1,34	4,02	8,1	<0,05
Група В (n=10)	55,2±2,9	8,7	56,4±1,23	59,7±1,48	60,1±1,98	5,94	1,39	>0,05
Захисники								
Група А (n=3)	63±0,96	1,35	64,7±0,06	70,9±2,24	76,1±1,97	2,77	6,2	<0,05
Група В (n=3)	62,8±1,88	2,65	62,9±0,49	68,1±2,01	68,1±1,64	2,31	2,12	>0,05
Нападники								
Група А (n=5)	64,1±1,84	3,68	67,1±0,79	72,2±2,56	75,2±1,56	3,12	4,6	<0,05
Група В (n=5)	63,9±2,25	4,5	65,1±1,04	65,2±1,62	63,1±1,14	2,28	0,31	>0,05
Центрові								
Група А (n=2)	38,4±2,09	2,09	40,2±3,02	52,8±2,85	61,7±1,32	1,32	9,43	<0,05
Група В (n=2)	39,1±2,29	2,29	41,4±1,12	45,9±1,56	49,2±1,88	1,88	3,41	>0,05

Примітки: Група А – гравці 17-19 років команд БК «Дніпро» та БК «Черкаські Мавпи»; Група В – гравці 17-19 років команд БК «Запоріжжя» та БК «Рівне».

© 2026 Polyakova et al.

суперліги показник реалізації штрафних кидків незначно підвищилася в обох групах: в групі А на 2,2 % (p>0,05), у групі В – на 1,2 % (p>0,05).

Після другого кола змагань спостерігалася тенденція до підвищення у показниках ефективності виконання штрафних кидків в групі А (на 8 %, p>0,05), а в групі В – на 3,24 % (p>0,05).

Баскетболісти 17-19 років команд БК «Дніпро» та БК «Черкаські Мавпи», що відносилися до групи А після третього кола змагань поліпшили ефективність штрафних кидків ще на 5,6 %, (p>0,05), а команд БК «Запоріжжя» та БК «Рівне» групи В значно менше – на 0,4 % (p>0,05).

За весь період ігровий сезон ефективність штрафних кидків у баскетболістів групи А вірогідно покращилася на 15,8 % (t=8,1; p<0,05), та склала 70,9±1,3 %. У баскетболістів групи В вона покращилася на 4,82 % (t=1,3; p>0,05), що на 11 % нижче (p<0,05).

Динаміка ефективності штрафних кидків під час змагальної діяльності за ігровими амплуа свідчить про наявність відмінностей у представників окремого ігрового амплуа різних груп, так і між захисниками та нападниками, між нападниками та центровими, між захисниками та центровими в кожній групі.

Отже, динаміка ефективності штрафних кидків у молодих захисників відображає тенденцію щодо підвищення в показниках групи А від кола до кола змагань (на 0,1 % (p>0,05)) – після першого, на 1,5 % (p>0,05) – після другого, на 4 % (p>0,05) – після третього і щодо зниження в групі В на 1,2 % (p>0,05) – після першого, на 0,1 % (p>0,05) – після другого і на 0,2 % (p>0,05) – після третього.

За ігровий сезон Суперліги України показник ефективності штрафних кидків у захисників 17–19 років групи А підвищився на 13,1 % (t=6,2; p<0,05), а групи В – змінився на 5,3 % (p>0,05).

У нападників, що перейшли в команди майстрів, динаміка ефективності штрафних кидків під час змагальної діяльності відображає приріст у показниках в обох групах. В групі А вихідний рівень складав 64,1±1,84 %, а після першого кола змагань значно не підвищився на 1,5 % (p>0,05), у групі В показник змінився на 0,5 % (p>0,05) (від вихідного рівня (63,9±2,25 %)).

Після закінчення другого кола змагань реалізація штрафних кидків у нападників групи А набула тенденції щодо підвищення на 6,2 % (p>0,05), а групи В – майже не змінилася – на 0,3 % (p>0,05). Після третього кола змагань також спостерігалася тенденція до поліпшення: в групі А – на 5,9 % (p>0,05), а групи В – на 1,9% (p>0,05). За весь ігровий сезон ефективність штрафних кидків покращилася у нападників групи А на 11,1 % (t=4,6; p<0,05) і склала 75,2±1,56 %, що вважається вище за середній рівень показником у командах суперліги. У баскетболістів команд групи В показник майже не змінився (t=0,31; p>0,05).

У центрових обох груп вихідний рівень ефективності штрафних кидків був низьким і складав 38,4±2,09% – в групі А та 39,1±2,29% – в групі В. Після першого кола змагань в групі А спостерігалася незначна тенденція щодо підвищення показника ефективності штрафного кидка на 1,8 % (p>0,05), а в групі В – на 1,5 % (p>0,05). Далі, після другого кола змагань (на 2,6 %, p>0,05) та після третього кола змагань (на 8,9 %, p<0,05) підвищувався показник ефективності штрафних кидків у центрових групи А. У центрових гравців групи В показник значно не підвищився: після другого кола змагань на 4,5 % (p>0,05) і на 3,3% (p>0,05) після третього кола змагань.

Порівнюючи ефективність реалізації штрафних кидків під час змагальної діяльності у баскетболістів амплуа центровий (17–19 років) на початку та наприкінці регулярного чемпіонату, можна відзначити, що з усіх ігрових амплуа у них спостерігався найбільший приріст, хоча й вони відрізняються нераціональною технікою виконання даного кидка, що пов'язано з їх надвисокими антропометричними даними, однак саме за рахунок постійної боротьби на чужому щиті за м'яч, що відскочив, та намаганню забити гол з-під кошика вони найчастіше підпадають під порушення правил з боку суперників й частіше за інших пробивають штрафні кидки. Отже, у групі А показник підвищився на 23,3% (t=9,43; p<0,05) і склав 61,7±1,32%, а в групі В – на 10,1% (t=3,41; p>0,05) і склав 49,2±1,8%. Різниця між показниками групи А та групи В наприкінці ігрового сезону складала 12,5% (p<0,05).

Дискусія

Вдосконаленню штрафних кидків у баскетболі приділялося достатньо уваги з боку науковців (Корягін та ін., 2021; Кудімов, 2004, 2006; Мітова, 2006).

За даними О. Мітової (2006) чинниками, що впливають на низьку реалізацію штрафних кидків у баскетболістів команди суперліги є: невідповідність тренувальних вправ змагальним умовам виконання штрафного кидка; відсутність цілеспрямованої індивідуальної роботи зі спортсменами з слабкою психологічною стійкістю; нехтування додатковим самостійним вдосконаленням штрафних кидків до чи після тренувань; невиконання штрафних кидків під час навчальних ігор наприкінці тренування.

В. Кудімовим (2004, 2006) представлено форми траєкторій польоту баскетбольного м'яча, як засобу наочного навчання, розроблено та впроваджено у навчально-тренувальний процес тренажер для навчання техніки баскетбольного кидка та методику педагогічного контролю за станом компонентів системи, які забезпечують результативність кидка, а також розроблено методику точності кидків на основі застосування засобів термінової інформації та тренажерів.

М. Безмиловим та В. Ханьпен (2026) визначено відмінності у техніко-тактичних показниках ефективності штрафних кидків у баскетболістів різних ігрових амплуа. О. Мітовою (2004) доведено наявність відмінностей в ефективності штрафних кидків під час змагальної діяльності у молодих та досвідчених баскетболістів, і у той же час відсутність достовірної відмінності під час педагогічного тестування.

На відміну від попередників наші дослідження були спрямовані на виявлення динаміки ефективності штрафних кидків протягом ігрового сезону та на необхідності

© 2026 Polyakova et al.

розробки методики вдосконалення виконання цього кидка молодими баскетболістами у командах суперліги, які поступаються більш досвідчених гравцям та відрізняються нестабільністю техніки виконання, частіше підпадають під психологічний тиск з боку вболівальників суперника тощо.

Висновки

Аналіз науково-методичної літератури дозволив підтвердити той факт, що не дивлячись на сучасні підходи та новітні методи тренування баскетболістів, проблема реалізації штрафних кидків все ще існує і потребує постійної уваги з боку фахівців з баскетболу та науковців з біомеханіки та психології спорту.

У ході проведених досліджень виявлено відмінності в ефективності штрафних кидків під час змагальної діяльності, як упродовж ігрового сезону в середньому по групам, так і за ігровими амплуа. У молодих баскетболістів команд БК «Дніпро» та БК «Черкаські Мавпи» ефективність реалізації штрафних кидків ставала вірогідно кращою від першого до третього кола змагань у порівнянні з молодими баскетболістами, які виступали за команди БК «Запоріжжя» та БК «Рівне». За ігровими амплуа найбільший приріст спостерігався у представників центрового амплуа в групі А 23,3%, в групі В він склав 10,1%. У захисників 17-19 років групи А відсоток влучання підвищився на 13,1 % ($t=6,2$; $p<0,05$), а групи В – змінився лише на 5,3 % ($p>0,05$). У нападників групи А влучність підвищилася на 11,1 % ($t=4,6$; $p<0,05$) і склала 75,2±1,56 %, що вважається вище за середній рівень показником у командах суперліги, а у нападників групи В показник майже не змінився (63,1±1,14).

Проведені результати дослідження підтвердили той, факт, що проблема реалізації штрафних кидків у молодих баскетболістів, які виступають за команди суперліги, існує і залежить від рівня кваліфікації змагань, ігрового часу, коли вони виконуються, рівня технічної підготовленості гравців, їх перешкодостійкості, значущості матчу, рахунку на табло, ігрової адаптації баскетболіста на майданчику після заміни, індивідуальних антропометричних та психологічних особливостей гравців, змагального досвіду та інших чинників.

Перспективи подальших досліджень полягають в розробці та експериментальній перевірці структури та змісту програми вдосконалення штрафних кидків на основі методу моделювання ситуацій та методу сполученого впливу.

Конфлікт інтересів
Автори заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

Джерела фінансування
Стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації

Отримано: 12.08.2026; Прийнято: 15.10.2026
Опубліковано: 30.10.2026

Список літератури

Безмилов, М. & Ханьпен, В. (2026). Комплексний контроль підготовки найближчого резерву національних збірних команд з баскетболу та фактори, що визначають його ефективність. *Спортивні ігри*, 3(41), 12–17. DOI:https://doi.org/10.15391/si.2026-3.02

Безмилов, М.М. & Шинкарук, О.А. (2020). Тенденції та актуальні проблеми підготовки баскетболістів високого класу в сучасних умовах глобалізації та популяризації баскетболу. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації,* 28, 112–131. DOI:https://doi.org/10.31652/2071-5285-2020-9(28)-112-131

Корягін, В.М., Гребінка, Г.Я., Боровик, Ю.І., Оліярник, В. & Світлик В.В. (2021). Актуальні проблеми підготовки баскетболістів високого класу. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 9(140), 7–9. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.9(140).01

Кравченко, О. (2025). Психологічна підготовка як один із факторів успішності виступу баскетболістів у змаганнях. *Спортивні ігри*, 4(38), 58–67. https://doi.org/10.15391/si.2025-4.08

Кудімов, В.М. (2004). Удосконалення точності штрафного кидка в баскетболі методом термінової інформації про значення кута вильоту м'яча. *Слобожанський науково-спортивний вісник,* 7, 249–252.

Кудімов, В.М. (2006). *Формування та удосконалення навички штрафного*

References

Bezmylov, M. & Khanpen, V. (2026). Kompleksnyi kontrol pidhotovky naiblyzhchoho rezervu natsionalnykh zbirnykh komand z basketbolu ta faktory, shcho vyznachaiut yoho efektyvnist [Comprehensive monitoring of the training of the immediate reserve for national basketball teams and factors determining its effectiveness]. *Sportyvni ihry* [Sports Games], *no* 3(41), 12–17. DOI: https://doi.org/10.15391/si.2026-3.02 [in Ukrainian].

Bezmylov, M.M. & Shynkaruk, O.A. (2020). Tendentsii ta aktualni problemy pidhotovky basketbolistiv vysokoho klasu v suchasnykh umovakh hlobalizatsii ta populiaryzatsii basketbolu [Trends and current issues in the training of elite basketball players amidst globalization and the growing popularity of basketball]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii* [Physical Culture, Sport and Health of the Nation], *no* 28, 112–131. DOI: https://doi.org/10.31652/2071-5285-2020-9(28)-112-131 [in Ukrainian].

Koriahin, V.M., Hrebinka, H.Ya., Borovyk, Yu.I., Oliiarnyk, V. & Svitlyk V.V. (2021). Aktualni problemy pidhotovky basketbolistiv vysokoho klasu [Current issues in the training of elite basketball players]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova* [Scientific Journal of the National Pedagogical Dragomanov University.]. Seriia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport), *no* 9(140), 7–9. https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.9(140).01 [in Ukrainian].

Kravchenko, O. (2025). Psykholohichna pidhotovka yak odyn iz faktoriv uspishnosti vystupu basketbolistiv u zmahanniakh [Psychological preparation as a factor in the competitive success of basketball players.]. *Sportyvni ihry* [Sports Games], *no* 4(38), 58–67. https://doi.org/10.15391/si.2025-4.08 [in Ukrainian].

Kudimov, V.M. (2004). Udoskonalennia tochnosti shtrafnoho kydka v basketboli metodom terminovoi informatsii pro znachennia kuta vylotu miacha [Improving free-throw accuracy in basketball using the method of immediate feedback on the ball's release angle]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk* [Slobozhanskyi Scientific and Sports Bulletin], *no* 7, 249–252. [in Ukrainian].

Kudimov, V.M. (2006). *Formuvannia ta udoskonalennia navychky shtrafnoho kydka u bas-*

© 2026 Polyakova et al.

кидка у баскетболі з використанням технічних засобів [автореферат].

Мітова, О.О. (2004). *Інтегральна підготовка молодих баскетболістів 17-19 років при переході у команди суперліги* [дисертація].

Мітова, О. (2006). Аналіз ефективності штрафних кидків у баскетболістів команди суперліги «Дніпро» (Дніпропетровськ). *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту* [наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С.], 7, 75–78

Мітова, О. & Боцуляк, Д. (2025). Самооцінка інтегральної підготовленості та психологічного стану молодих гравців 16-20 років у командах суперліги з баскетболу. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*, 4, 80–100. https://doi.org/10.31652/3041-2463/2025-4-7

Мітова, О. & Боцуляк, Д. (2026). Науково-теоретичне обгрунтування структури та змісту інтегральної підготовки баскетболістів 16-20 років у командах суперліги. *Physical culture and sport: scientific perspective*, 1, 378–386. https://doi.org/10.31891/pcs.2026.1.41

Мітова, О.О., & Шевяков, О.В. (2023). *Забезпечення інтегральної підготовки молодих гравців у командних видах спорту з позицій психології праці*. Навчальний посібник. Дніпро: ПДАФКіС, ТОВ Дріант.

Нагорна, В.О. (2024). *Новітні підходи в управлінні тренувальною та змагальною діяльністю висококваліфікованих спортсменів (на прикладі спортивних ігор)*. Дисертація. К.

Платонов, В.М. (2021). *Сучасна система спортивного тренування* [підручник]. К.: Перша друкарня.

Помещикова, І., Бондаренко, В., & Кравченко, О. (2025). Ефективність ігрових дій чоловічої баскетбольної команди вищої ліги «Харківські Соколи» у чемпіонаті України сезону 2024-2025 років. *Спортивні ігри*, 4(38), 87–91. https://doi.org/10.15391/si.2025-4.11

Чжан, Ці, & Безмилов, М.М. (2024). Пріоритетна значущість факторів для відбору баскетболістів різного амплуа на етапі підготовки до вищих досягнень. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 4(177), 190–196. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4(177).38

ketboli z vykorystanniam tekhnichnykh zasobiv [Formation and improvement of the free-throw skill in basketball using technical aids] [avtoreferat]. [in Ukrainian].

Mitova, O.O. (2004). *Intehralna pidhotovka molodykh basketbolistiv 17-19 rokiv pry perekhodi u komandy superlihy* [Integrated training of young basketball players (aged 17–19) during the transition to Super League teams] [dysertatsiia]. [in Ukrainian].

Mitova, O. (2006). Analiz efektyvnosti shtrafnykh kydkiv u basketbolistiv komandy superlihy «Dnipro» (Dnipropetrovsk) [Analysis of free-throw effectiveness among basketball players of the "Dnipro" Super League team (Dnipropetrovsk)]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu* [Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports] [naukova monohrafiia za redaktsiieiu prof. Yermakova S.S.], *no* 7, 75–78 [in Ukrainian].

Mitova, O. & Botsuliak, D. (2025). Samootsinka intehralnoi pidhotovlenosti ta psykholohichnoho stanu molodykh hravtsiv 16-20 rokiv u komandakh superlihy z basketbolu [Self-assessment of integrated preparedness and psychological state of young players (aged 16–20) in basketball Super League teams.]. *Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia ta metodyky sportyvnoho trenuvannia* [Current Issues in Physical Education and Sports Training Methodology], *no* 4, 80–100. https://doi.org/10.31652/3041-2463/2025-4-7 [in Ukrainian].

Mitova, O. & Botsuliak, D. (2026). Naukovo-teoretychne obgruntuvannia struktury ta zmistu intehralnoi pidhotovky basketbolistiv 16-20 rokiv u komandakh superlihy [Scientific and theoretical substantiation of the structure and content of integrated training for basketball players (aged 16–20) in Super League teams]. *Physical culture and sport: scientific perspective, no* 1, 378–386. https://doi.org/10.31891/pcs.2026.1.41 [in Ukrainian].

Mitova, O.O., & Sheviakov, O.V. (2023). *Zabezpechennia intehralnoi pidhotovky molodykh hravtsiv u komandnykh vydakh sportu z pozytsii psykholohii pratsi* [Ensuring the integrated training of young players in team sports from the perspective of work psychology] [navchalnyi posibnyk]. Dnipro: PDAFKiS, TOV Driant. [in Ukrainian].

Nahorna, V.O. (2024). *Novitni pidkhody v upravlinni treniuvalnoiu ta zmahalnoiu diialnistiu vysokokvalifikovanykh sportsmeniv (na prykladi sportyvnykh ihor)* [Innovative approaches to managing the training and competitive activities of elite athletes (using the example of team sports)] [dysertatsiia]. [in Ukrainian].

Platonov, V.M. (2021). *Suchasna systema sportyvnoho treniuvannia* [Modern system of sports training] [pidruchnyk]. K. : Persha drukarnja. [in Ukrainian].

Pomeshchykova, I., Bondarenko, V., & Kravchenko, O. (2025). Efektyvnist ihrovykh dii cholovichoi basketbolnoi komandy vyshchoi lihy «Kharkivski Sokoly» u chempionati Ukrainy sezonu 2024-2025 rokiv [Effectiveness of game actions of the "Kharkivski Sokoly" men's Higher League basketball team in the 2024–2025 Ukrainian Championship]. *Sportyvni ihry* [Sports Games], *no* 4(38), 87–91. https://doi.org/10.15391/si.2025-4.11 [in Ukrainian].

Chzhan, Tsi, & Bezmylov, M.M. (2024). Priorytetna znachushchist faktoriv dlia vidboru basketbolistiv riznoho amplua na etapi pidhotovky do vyshchykh dosiahnen [Priority significance of factors for the selection of basketball players of various positions at the stage of preparation for elite performance]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova* [Scientific Journal of M.P. Drahomanov National Pedagogical University]. Seriia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport), *no* 4(177), 190–196. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4(177).38 [in Ukrainian].

Відомості про авторів / Information about the Authors

Полякова Антоніна Віталіївна:
к.фіз.вих, доцент, доцент кафедри спортивних ігор Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Український державний університет науки і технологій: вул. Набережна перемоги 10, Дніпро, 49094, Україна.
https://orcid.org/0000-0003-0432-7484,
polakovaantonina303@gmail.com

Antonina Polyakova:
Associate Professor, Associate Professor of the Department of Sports Games Educational and Scientific Institute 'Prydniprovska State Academy of Physical Culture and Sports' Ukrainian State University of Science and Technology; str. Naberezhna peremohy 10, Dnipro, 49094, Ukraine.

Москаленко Наталія Василівна:
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, заступник директора Навчально-наукового інституту «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій: вул. Набережна Перемоги, 10, Дніпро, 49094, Україна.
https://orcid.org/0000-0001-9162-5206,
moskalenkonatali2016@gmail.com

Nataliya Moskalenko:
Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, Deputy Director of the Educational and Scientific Institute "Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport" of the Ukrainian State University of Science and Technology: 10 Naberezhna Peremohy St., Dnipro, 49094, Ukraine.

Приходько Володимир Васильович:
д.пед.н, професор, завідувач кафедри теорії і методики спортивної підготовки Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Український державний університет науки і технологій: вул. Набережна перемоги 10, Дніпро, 49094, Україна.
https://orcid.org/0000-0001-6980-1402,
komandaodi@ukr.net

Volodymyr Prikhodko:
D., Professor, Head of the Departments of Theory and Methodology of Sports Training. Educational and Scientific Institute 'Prydniprovska State Academy of Physical Culture and Sports' Ukrainian State University of Science and Technology; str. Naberezhna peremohy 10, Dnipro, 49094, Ukraine.

© 2026 Polyakova et al.

Мітова Олена Олександрівна:
д.фіз.вих, професор, завідувач кафедри спортивних ігор Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Український державний університет науки і технологій: вул. Набережна перемоги 10, Дніпро, 49094, Україна.

https://orcid.org/0000-0001-6980-1402,
komandaodi@ukr.net

Olena Mitova:
Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, Head of the Department of Sports Games Educational and Scientific Institute 'Prydniprovska State Academy of Physical Culture and Sports' Ukrainian State University of Science and Technology; str. Naberezhna peremohy 10, Dnipro, 49094, Ukraine.

Овчаренко Сергій Валентинович:
к.фіз.вих, доцент, доцент кафедри спортивних ігор Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Український державний університет науки і технологій: вул. Набережна перемоги 10, Дніпро, 49094, Україна.

https://orcid.org/0000-0003-4345-4021,
Sergey_dnepr2008@ukr.net

Serhii Ovcharenko:
Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor, Educational and Scientific Institute 'Prydniprovska State Academy of Physical Culture and Sports' Ukrainian State University of Science and Technology: str. Naberezhna peremohy 10, Dnipro, 49094, Ukraine.

© 2026 Polyakova et al.