

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Факультет магістратури, заочного навчання і підвищення кваліфікації  
Кафедра спортивних та рухливих ігор

**Симоненко Ольга Євгенівна**

**ПОКАЗНИКИ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ БАСКЕТБОЛІСТІВ  
РІЗНОГО ІГРОВОГО АМПЛУА НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ  
ПІДГОТОВКИ**

Кваліфікаційна робота

освітній рівень	<b><u>Другий магістерський</u></b> <i>(назва освітнього рівня)</i>
галузь знань	<b><u>01 Освіта / Педагогіка</u></b> <i>(шифр і назва галузі знань)</i>
спеціальність	<b><u>017 Фізична культура і спорт</u></b> <i>(код і назва спеціальності)</i>
спеціалізація	<i>(назва спеціалізації)</i>
освітня програма	<b><u>Тренувальна діяльність в обраному виді спорту</u></b> <b><u>(баскетбол)</u></b>

**Науковий керівник**

Чуча Н.І., ст. викладач

\_\_\_\_\_  
(підпис)

**Рецензент**

Помещикова І.П., к.н.фіз.вих, доцент

\_\_\_\_\_  
(підпис)

Кваліфікаційна робота захищена

з оцінкою \_\_\_\_\_

Секретар ЕК \_\_\_\_\_

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Харків - 2024

**АНОТАЦІЯ**  
**на кваліфікаційну роботу**  
**Симоненко Ольги Євгенівни**  
**«ПОКАЗНИКИ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ**  
**БАСКЕТБОЛІСТІВ РІЗНОГО ІГРОВОГО АМПЛУА НА ЕТАПІ**  
**СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ»**

**Актуальність дослідження.** Сучасний баскетбол потребує від спортсменів високої функціональної підготовки та досконалого володіння усіма технічними засобами гри. Доведено, що для зростання спортивної майстерності баскетболістів велике значення має фізична підготовка, та її органічний взаємозв'язок з технічною підготовкою, який і визначає ефективність тренувального процесу. Наукове обґрунтування цього взаємозв'язку дасть змогу ефективно готувати баскетболістів високого класу у процесі багаторічних тренувань. Дослідження цього питання дає змогу стверджувати, що бурхливий розвиток досягнень у світовому спорті потребує безперервного пошуку нових, ефективніших засобів технічної та фізичної підготовки баскетболістів. Оцінка і аналіз системи підготовки та результатів виступів найсильніших спортсменів світу свідчать, що успіху можливо досягти лише в результаті багаторічних тренувань. Визначено, що саме в юнацькому віці відбувається формування фундаменту для подальшого розвитку і вдосконалення фізичних якостей, від яких в майбутньому буде залежати становлення спортивної майстерності баскетболістів, тому необхідно сприяти усуненню недоліків у фізичному розвитку і фізичній підготовленості юних спортсменів, вже на ранніх етапах багаторічної підготовки.

Кваліфікаційна робота дає можливість доповнити та розширити теоретичні знання про рівень розвитку різних показників прояву швидкісно-силових здібностей у баскетболістів 15-17 років.

**Мета дослідження** – виявити показники розвитку швидкісно-силових здібностей баскетболістів 15–17 років різного ігрового амплуа.

**Завдання дослідження.** Відповідно до поставленої мети в дослідженні вирішувалися наступні завдання:

1. Виявити характерні особливості прояву швидкісно-силових якостей в спортивній діяльності баскетболістів.

2. Визначити рівень розвитку швидкісно-силових здібностей баскетболістів 15–17 років.

3. Проаналізувати показники розвитку швидкісно-силових здібностей юних баскетболістів з урахуванням ігрового амплуа.

Для вирішення поставлених завдань в роботі застосовувалися наступні методи досліджень:

1. Аналіз наукової і методичної літератури.
2. Педагогічне тестування.
3. Методи математичної статистики.

Дослідження динаміки розвитку швидкісно-силових якостей юних баскетболістів проводилося в період з вересня 2022 р. по жовтень 2023 р.

У дослідженні брали участь 62 баскетболісти 15–17 років Дитячо-юнацької спортивної школи № 7, ДЮСШ № 3, ДЮСШ № 13, СК «Україна» м. Харкова.

Для оцінки швидкісно-силових здібностей юних баскетболістів 15-17 років використовувалися наступні контрольні вправи (тести): кистьова динамометрія, сила м'язи розгиначів спини, підтягування у висі на перекладині, стрибок у висоту з місця, стрибок у висоту з розгону, стрибок у довжину з місця, згинання та розгинання рук в упорі лежачи, метання набивного м'яча вагою 1 кг сидячи, метання набивного м'яча вагою 1 кг стоячи, метання набивного м'яча вагою 1 кг у стрибку, вистрибування з присіду за 20 с, підймання тулуба в сід з упору лежачи на спині за 20 с, біг зі зміною напрямку 6х5 м, біг зі зміною напрямку 92 м.

**Результати:** Педагогічне тестування виявило, що показники швидкісно-силової підготовленості баскетболістів складають: кистьової динамометрії правої руки в 15 років  $48,0 \pm 0,91$  кг, в 16 –  $50,6 \pm 1,04$  кг, в 17 –  $53,7 \pm 1,12$  кг; лівої руки –  $44,1 \pm 0,84$ ,  $48,9 \pm 1,06$ ,  $51,4 \pm 1,08$  кг, відповідно; станової динамометрії –  $122,8 \pm 2,68$ ,  $132,6 \pm 2,29$ ,  $143,9 \pm 5,05$  кг, відповідно; підтягування у висі –  $9,5 \pm 0,61$ ,  $11,7 \pm 0,48$ ,  $12,05 \pm 0,85$  разів; у стрибку у висоту з місця  $58 \pm 1,16$ ,  $61,5 \pm 1,33$ ,  $62,7 \pm 2,65$  см, відповідно; з розгону –  $60,2 \pm 1,32$ ,  $63,0 \pm 1,52$ ,  $65,6 \pm 1,9$  см, відповідно; у стрибку у довжину з місця  $238,7 \pm 2,87$ ,  $244,7 \pm 2,87$ ,  $251,2 \pm 3,79$  см, відповідно; у згинанні, розгинанні рук в упорі лежачи –  $38,1 \pm 0,8$ ,  $40 \pm 1,06$ ,  $45,4 \pm 2,90$  разів, відповідно; у метанні набивного м'яча сидячи  $6,8 \pm 0,31$ ,  $7,8 \pm 0,46$ ,  $9,05 \pm 0,32$  м, відповідно; стоячи –  $10,6 \pm 0,68$ ,  $12,5 \pm 0,75$ ,  $14,7 \pm 0,48$  м, відповідно; з розгону –  $12,97 \pm 0,97$ ,  $14,0 \pm 0,8$ ,  $17,3 \pm 0,78$  м, відповідно; в присіданні (за 20 с) –  $20,1 \pm 0,41$ ,  $21,1 \pm 0,36$ ,  $21,7 \pm 0,31$  рази, відповідно; у вистрибування з присіду (за 20 с) –  $27,9 \pm 0,32$ ,  $27,9 \pm 0,27$ ,  $28,4 \pm 0,39$  рази, відповідно; у підйманні тулуба в сід (за 20 с) –  $17,5 \pm 0,39$ ,  $17,6 \pm 0,38$ ,  $17,9 \pm 0,58$  рази, відповідно; у бігу зі зміною напрямку 6x5 –  $10,1 \pm 0,12$ ,  $9,88 \pm 0,18$ ,  $9,6 \pm 0,12$  с відповідно; у бігу зі зміною напрямку 92 м –  $27,5 \pm 0,45$ ,  $27,1 \pm 0,65$ ,  $26,9 \pm 0,65$  с, відповідно.

**Висновок.** Зміни в показниках розвитку організму і моторики баскетболістів різних ігрових амплуа відбуваються індивідуально і дані відмінності обумовлені специфікою гри кожного гравця на своїй позиції, а також морфологічними, біомеханічними особливостями гравців різного амплуа, що вимагає індивідуального підходу при розвитку швидкісно-силових здібностей.

**Ключові слова:** баскетбол, фізична підготовленість, амплуа, спеціалізована базова підготовка, показники.

## **ABSTRACT**

**for qualifying work**

**Olga Yevgenivna Simonenko**

### **"INDICATORS OF SPEED AND STRENGTH CAPABILITIES OF BASKETBALL PLAYERS OF DIFFERENT GAME ROLE AT THE STAGE OF SPECIALIZED BASIC TRAINING"**

**Relevance of research.** Modern basketball requires athletes to have high functional training and perfect mastery of all technical means of the game. It has been proven that physical training and its organic relationship with technical training, which determines the effectiveness of the training process, are of great importance for the growth of basketball players' sportsmanship. Scientific substantiation of this relationship will make it possible to effectively train high-class basketball players in the process of many years of training. The study of this issue makes it possible to assert that the rapid development of achievements in world sports requires a continuous search for new, more effective means of technical and physical training of basketball players. Evaluation and analysis of the training system and performance results of the world's strongest athletes show that success can be achieved only as a result of many years of training. It has been determined that it is during the youth age that the foundation for the further development and improvement of physical qualities takes place. The future athletic mastery of basketball players depends on these qualities. Therefore, it is necessary to contribute to addressing deficiencies in the physical development and physical preparedness of young athletes from the early stages of their multi-year training.

The qualification work provides an opportunity to supplement and expand theoretical knowledge about the level of development of various indicators of the manifestation of speed and strength abilities in basketball players aged 15-17.

**The aim of the study** - to identify indicators of development of speed and strength abilities of basketball players aged 15-17 years of various playing roles.

**Objectives of the study.** In accordance with the set goal, the following tasks were solved in the study:

1. To identify the characteristic features of the manifestation of speed and strength qualities in the sports activities of basketball players.

2. To determine the level of development of speed and strength abilities of basketball players aged 15-17.

3. To analyse indicators of the development of speed and strength abilities of young basketball players, taking into account the game role.

To address the set tasks in the work, the following research methods were applied:

1. Analysis of scientific and methodical literature.

2. Pedagogical testing.

3. Methods of mathematical statistics.

The study of the dynamics of the development of speed and strength qualities of young basketball players was conducted in the period from September 2022 to October 2023.

62 basketball players aged 15–17 years of Children's and Youth Sports School No. 7, Children's and Youth Sports School No. 3, Children's and Youth Sports School No. 13, Sports Club "Ukraine" in Kharkiv participated in the study.

The following control exercises (tests) were used to assess the speed and strength abilities of young basketball players aged 15-17: hand dynamometry, back extensor muscle strength, pull-up on a crossbar, high jump from a standing position, high jump from an acceleration position, long jump from a standing position, bending and extending arms in a lying position, throwing a stuffed ball weighing 1 kg sitting, throwing a stuffed ball weighing 1 kg standing, throwing a stuffed ball weighing 1 kg in a jump, jumping out of a squat in 20 s, sitting torso lift from a supine position on the back for 20 s, running with a change of direction 6x5 m, running with a change of direction 92 m.

**Results:** Pedagogical testing revealed that indicators of speed and strength readiness of basketball players are: hand dynamometry of the right hand at 15 years of age  $48.0 \pm 0.91$  kg, at 16 –  $50.6 \pm 1.04$  kg, at 17 –  $53.7 \pm 1.12$  kg; left hand –  $44.1 \pm 0.84$ ,  $48.9 \pm 1.06$ ,  $51.4 \pm 1.08$  kg, respectively; static dynamometry –  $122.8 \pm 2.68$ ,  $132.6 \pm 2.29$ ,  $143.9 \pm 5.05$  kg, respectively; vertical pull-up –  $9.5 \pm 0.61$ ,

11.7±0.48, 12.05±0.85 times; in standing high jump 58±1.16, 61.5±1.33, 62.7±2.65 cm, respectively; from acceleration – 60.2±1.32, 63.0±1.52, 65.6±1.9 cm, respectively; in the standing long jump 238.7±2.87, 244.7±2.87, 251.2±3.79 cm, respectively; in flexion, extension of the arms in a supine position - 38.1±0.8, 40±1.06, 45.4±2.90 times, respectively; in throwing a stuffed ball while sitting 6.8 ± 0.31, 7.8 ± 0.46, 9.05 ± 0.32 m, respectively; standing - 10.6±0.68, 12.5±0.75, 14.7±0.48 m, respectively; from acceleration – 12.97±0.97, 14.0±0.8, 17.3±0.78 m, respectively; in a squat (in 20 s) – 20.1±0.41, 21.1±0.36, 21.7±0.31 times, respectively; in jumping out of a squat (in 20 s) – 27.9±0.32, 27.9±0.27, 28.4±0.39 times, respectively; sitting torso lift from a supine position on the back (in 20 s) – 17.5±0.39, 17.6±0.38, 17.9±0.58 times, respectively; in running with a change of direction 6x5 – 10.1±0.12, 9.88±0.18, 9.6±0.12 s, respectively; in running with a change of direction of 92 m – 27.5 ±0.45, 27.1 ±0.65, 26.9 ±0.65 s, respectively.

**Conclusion.** Changes in the indicators of body development and motor skills of basketball players of different playing positions occur individually. These differences are determined by the specificity of each player's game on their position, as well as the morphological and biomechanical features of players of different playing positions. This requires an individual approach to the development of speed and strength abilities.

**Keywords:** basketball, physical fitness, role, specialized basic training, indicators.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабушкин В. З. Специализация в спортивных играх. Киев : Здоровье, 1991. 162 с.
2. Бабушкин В.З. Подготовка юных баскетболистов Киев : Здоровье, 1985. 142 с.
3. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та

- спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю: система підготовки спортсменів у баскетболі. Київ. 2019. 165 с.
4. Безмилов М., Шинкарук О, Чжигон Ш. Особливості відбору баскетболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. № 2(50), 2020, 93–102 с.
  5. Бессарабов М. С. Загальні основи методики тренування та спортивної підготовки в баскетболі. Запоріжжя, 2015. 109 с.
  6. Бринзак С.С., Краснов В.П. Роль силового тренінга в фізической підготовке игроков студенческой баскетбольной команды. *Физическое воспитание студентов*. 2013. № 5. С. 13 – 17.
  7. Вальтин А. И. Проблемы современного баскетбола. Киев. : ФБУ, 2003. 149 с.
  8. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту: навчальний посібник. К : Олімпійська література, 2002. 293 с.
  9. Вплив фізичної підготовки на техніко-тактичну підготовку баскетболістів. URL: <https://vseosvita.ua/library/vpliv-fizicnoi-pidgotovki-natehniko-tacticnu-pidgotovku-basketbolistiv-412010.html>
  10. Все про баскетбол URL: <https://www.basketbolist.org.ua/ua/>
  11. Головченко М., Бикова О. Взаємозв'язок розвитку координаційних здібностей та технічної підготовленості баскетболістів 10-11 років. *Збірник наукових праць Харківської державної академії фізичної культури*. Харків, 2017. С. 62–64.
  12. Горчанюк Ю.А., Горчанюк В.А., Козирко А.О. Роль спеціальних фізичних якостей у підготовці волейболістів. *Сборник статей X международной научной конференции, 7 февраля 2014 г. Т. 2. ХГАФК*, 2014. С. 18– 22.
  13. Грибан Г. П., Кафтанова Т. В., Костюк Ю. С. Фізична підготовка баскетболістів. Житомир, 2017. 48 с.



14. Дубенчук А. І. Бакетбол: Навчальний посібник. Харків.: Ранок, 2010. 144 с.
15. Єфімов О. А., Помещикова І. П. Баскетбол: навч. посібник. Харків: ХДАФК, 2006. 96 с.
16. Єфімов О.А., Помещикова І.П. Основи баскетболу. Харків: ХДАФК 2012. С. 53–57.
17. Залізко Станіслав. Роль стрибучості в ігровій діяльності волейболістів. *Сучасні погляди молоді на фізичну культуру, спорт та здоров'я людини*: збірник тез наукової конференції, присвяченої Дню науки в Україні (електронне видання). Харків: ХДАФК, 2023. С. 37-39.
18. Іванова Єлизавета. Удосконалення фізичної підготовленості волейболісток на початковому етапі підготовки. *Сучасні погляди молоді на фізичну культуру, спорт та здоров'я людини*: збірник тез наукової конференції, присвяченої Дню науки в Україні (електронне видання). Харків: ХДАФК, 2023. С.42-44.
19. Камаев О. И., Помещикова И. П., Нью Юньфей. Учебно методические основы спортивной подготовки 13-15 летних баскетболистов. Методические рекомендации [для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта] Харьков, ХГАФК, 2014. 142 с.
20. Карабут Р.В. Современный подход в скоростно – силовой подготовке волейболистов в тренировочном процессе *Сборник статей X международной научной конференции, 7 февраля 2014 г. Т. 2.* ХГАФК, 2014. С. 45– 51.
21. Касмалієва А. С. Спеціальна фізична підготовка юних баскетболістів 13-14 років з урахуванням ігрового амплуа. *Наука, нові технології та інновації*. 2017. № 6. С. 172–174.
22. Кафтанова Т. В., Гусаковський О. В. «Ефективність методу колового тренування у підвищенні силових здібностей баскетболістів студентської команди», *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*, 2016. № 2, С. 46-50.

23. Кафтанова Т. В., Гусаковський О. В. «Застосування методу колового тренування у вирішенні проблем фізичної підготовки баскетболістів». *Фізичне виховання та спорт у контексті державної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи*, 2015. С.17-21.
24. Козина Ж.Л. Индивидуализация подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Монография. Харьков: "Точка", 2009. 396 с.
25. Козина Ж.Л., Гринь Л.В. Результаты определения уровня специальной физической подготовленности и функционального состояния баскетболистов студенческой команды. *Физическое воспитание студентов творческих специальностей*: сб. научн. трудов; под ред. С.С. Ермакова. Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2009. № 4. С. 60-68.
26. Козина Ж.Л., Поярков Ю.М., Поліщук С.Б., Чуприна О.І. Баскетбол для студентів: методичні розробки для студентів, викладачів, тренерів, спортсменів. Харків, 2011. 45 с.
27. Корягин В.М. Актуальные проблемы физической подготовки баскетболистов высокой квалификации в процессе многолетней тренировки. *Физическое воспитание студентов творческих специальностей*. Харьков: ХХПИ. 2001. № 5. С. 6-13.
28. Корягин В.М. Підготовка баскетболістів на сучасному етапі розвитку баскетболу. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків: ХХПІ. 2002. №3. С.10-15.
29. Корягин В.М. Подготовка высоко квалифицированных баскетболистов. Учебник для вузов физ. воспитания. Львов: Край, 1998. 192 с.
30. Корягин В. М., Блавт О. З., Гребінка Г. Я. Основні аспекти реалізації фізичної та технічної підготовки юних баскетболістів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Випуск 98. Том IV .102 с.

31. Костюкевич В. М. «Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця, 2014. 616 с.
32. Краузе, Джеррі В. Баскетбол. Навички та вправи: переклад з англійської. Київ: Видавництво АСТ, 2006. 211 с.
33. Кузенков О. В. Використання технічних засобів та тренажерів в навчально-тренувальному процесі баскетболістів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2015. Випуск 1 (54). С. 38–42.
34. Кудімов В. М. Оцінка рівня розвитку кидкової сили баскетболістів. *Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні*. Рівне: Редакційно-видавничий центр Міжнародного університету «РЕГІ» імені академіка Степана Дем'янчука, 2003. Ч.1. С. 180-185.
35. Лагода Валентина, Помещикова Ірина. Показники спеціальної витривалості баскетболістів різної статі на етапі спеціальної базової підготовки. *Сучасні погляди молоді на фізичну культуру, спорт та здоров'я людини: збірник тез наукової конференції, присвяченої Дню науки в Україні (електронне видання)*. Харків: ХДАФК, 2023. С. 60-62.
36. Малинський І. Й., Терещенко В. І., Приступа В. І. «Організація навчальних занять з фізичного виховання за методом колового тренування», Ірпінь : Ун-т ДФС України, 2019. 130 с.
37. Несен О. О., Ширяєва І. В., Євтушенко І. М. Удосконалення технічної підготовленості баскетболістів 10-11 років на базі розвитку координаційних та швидкісно-силових здібностей. *Спортивные игры № 1*. Научный журнал. Харьков, 2018. С. 13-21.
38. Ніколаєв С. Використання колового тренування в процесі фізичного виховання студентів. *Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи: збірник тез XXII Міжнародної науково-практичної конференції, 6-7 грудня 2022 року*. Харків : ХДАФК, 2022. С. 65-67.
39. Ольховікова І.В., Пащенко Н.О. Мета та методи кругового тренування баскетболістів. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та*

- одноборств у закладах вищої освіти. Збірник статей міжнародної ХІХ наукової конференції 03 лютого 2023 р., Харків. С. 90-93.*
40. Паєвський В. В., Перевозник В. І. Основи методики вдосконалення швидкісно-силових здібностей спортсменів в ігрових видах спорту, *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах: матеріали конференції*, Харків, 2018. Т. 2, С. 55-59.
  41. Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2015. 78 с.
  42. Пасько В., Несен О., Мартиросян А., Помещикова І. Вдосконалення технічної підготовленості регбістів на основі розвитку швидкісно-силових здібностей. *Спортивні ігри №1*. Науковий журнал. Харків, 2021.
  43. Пащенко Н.О., Помещикова І.П., Чуча Н.І., Чуча Ю.І., Ширяєва І.В. Теорія та методика обраного виду спорту для студентів 2 курсу спеціалізації баскетбол. Навчальний посібник. Харків: ХДАФК, 2020. 201 с.
  44. Пащенко Н.О., Чуча Н.І. Особливості розвитку швидкісної витривалості у баскетболі. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти. Збірник статей міжнародної ХІХ наукової конференції 03 лютого 2023 р., Харків. С.104-106.*
  45. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение. Киев, 2013. 624 с.
  46. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування. К.: Перша друкарня, 2020. 704 с.
  47. Помещикова І.П., Чуча Н.І., Ширяєва І.В. Використання методу колового тренування у розвитку швидкісно-силових здібностей баскетболістів 15-16 років. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, № 2(82), С. 44-49.
  48. Поплавський Л.Ю. Баскетбол. Киев: Олимпийская литература, 2004. 447с.
  49. Поплавський Л. Ю., Маслова О. В., Безмилов М. М., Мітова О. О., Мурзін Є. В., Четвертак О. А. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл

- Олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ : Експрес, 2019. 165 с.
50. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей. Київ : Київське АТ «Книга», 439 с.
51. Симоненко О., Чуча Н. Оцінка фізичної підготовленості баскетболістів груп базової підготовки. Збірник тез I Всеукраїнської конференції «Сучасні погляди молоді на фізичну культуру, спорт та здоров'я людини». Харків, 2023. С.93-95.
52. Спортивні ігри: навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів: у 2 томах / Під ред. Ж.Б. Козіної. Том 2: Основи окремих видів спортивних ігор: Баскетбол, Волейбол. Харків : Точка, 2010. 228 с.
53. Тимофєєв А. Ступінь впливу рівня розвитку фізичних якостей на технічну підготовленість баскетболістів 12-13 років. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2018. №. 3. С. 140–144.
54. Тучинська Т. А., Руденко Є.В. Баскетбол: навч.-метод. Посібник. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2015. 95с.
55. Упражнения баскетболиста. Методическое пособие для тренеров по баскетболу. Под общ. ред. Поплавского Л.Ю. Киев, 2006. 128 с.
56. Хосе Мариа Бусета Баскетбол для молодых игроков. Киев : ФИБА, 2000. 358 с.
57. Хромаев З. М. Поплавский Л.Ю., Защук Г.С. Тетрадь тренера по баскетболу. Киев : ФБУ, 2003. 128 с.
58. Хромаев З.М., Поплавский Л.Ю., Мурзин Е.В., Обухов А.В. Говорят тренеры по баскетболу. Сборник статей ведущих тренеров мира. Методическое пособие. Киев: ФБУ, 2005. 160 с.
59. Хромаев З., Трегубов Е. и др. Баскетбол для всех . Киев : ФБУ, 2006. 172 с.

60. Шао Чжигон Контроль фізичної підготовленості баскетболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Тези доповідей XIV міжнародної конференції молодих вчених «Молодь та олімпійський рух» Київ, 2021.
61. Шепель В.В., Кангужина К.М, Антоненко П.С. Развитие скоростно - силовых качеств баскетболистов «Конституция республики Казахстан – правовой феномен современности»: Материалы VII Межвузовской студенческой конференции, посвященной 20-летию Конституции Республики Казахстан (27 февраля 2015 г.) [Электронный ресурс]. Петропавл : СКГУ им. М.Козыбаева, 2015. С. 349–352.