

МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Факультет магістратури, заочного навчання і підвищення кваліфікації

Кафедра спортивних та рухливих ігор

ПЕТРЕНКО ОЛЕКСАНДР ВАЛЕРІЙОВИЧ

ЗМІНА ПОКАЗНИКІВ ПРОСТОРОВОЇ ОРІЄНТАЦІЇ БАСКЕТБОЛІСТОК НА
ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ ПІД ВПЛИВОМ СПЕЦІАЛЬНО
ПІДБРАНИХ ВПРАВ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

освітній рівень	Другий магістерський <i>(назва освітнього рівня)</i>
галузь знань	01 Освіта/Педагогіка <i>(шифр і назва галузі знань)</i>
Спеціальність (напрямок підготовки) спеціалізація	017 Фізична культура і спорт <i>(код і назва спеціальності)</i>
Освітня програма	Тренерська діяльність в обраному виді спорту (баскетбол) <i>(назва спеціалізації)</i>

Науковий керівник: Помещикова Ірина Петрівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

ХАРКІВ–2026

АНОТАЦІЯ
до кваліфікаційної роботи
Петренко Олександра Валерійовича
ЗМІНА ПОКАЗНИКІВ ПРОСТОРОВОЇ ОРІЄНТАЦІЇ
БАСКЕТБОЛІСТОК НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ ПІД
ВПЛИВОМ СПЕЦІАЛЬНО ПІДІБРАНИХ ВПРАВ

Актуальність роботи. Важливою особливістю гри баскетбол є те, що на майданчику постійно змінюється ситуація, яка вимагає від гравців використання різних прийомів і дій. Одночасно з швидкою орієнтацією і вирішенням тактичних завдань, з умінням поєднувати максимальну швидкість пересування з високою швидкістю і точністю виконання прийомів, відповідно до ігрової обстановки, спортсмен повинен проявляти високі координаційні здібності

Мета дослідження – на основі теоретичного аналізу й експериментальних досліджень виявити вплив спеціально підібраних вправ на просторову орієнтацію баскетболісток 10–11 років.

Завдання дослідження:

1. На підставі аналізу науково-методичної літератури вивчити характеристику просторової орієнтації.
2. Визначити стан просторової орієнтації баскетболісток на етапі початкової підготовки.
3. Дослідити зміни показників просторової орієнтації баскетболісток 10–11 років під впливом спеціально підібраних вправ.

Методи досліджень. Для рішення поставлених завдань в роботі застосовувалися наступні методи досліджень: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

У дослідженні брали участь дві групи баскетболісток груп початкової підготовки ГО «СПОРТКУЛЬТУРА» БК Стрім м. Харкова: експериментальну групу (12 баскетболісток) і контрольну групу (12 баскетболісток). Педагогічний експеримент тривав 7 місяців.

В зміст навчально-тренувальних занять експериментальної групи включалися спеціально підібрані вправи, які по своїй суті, направлені на розвиток просторової орієнтації. Для розвитку просторової орієнтації

баскетболісток використовували човниковий біг із ловлею і зворотною передачею м'яча партнерові на кінцях дистанції, човниковий біг із веденням м'яча (обличчям і спиною вперед), човниковий біг із веденням м'яча і кидками м'яча в кошик з міста, або із подвійного кроку. Застосовувалися вправи із веденням м'яча, передачами, прискореннями, які чергувалися із поворотами на 180° і 360° , виконувалися із заплющеними очима. Кидки м'яча з близької відстані у кошик із заплющеними очима. Дані вправи включалися в рухливі ігри і естафети, а також використовувалася гра в баскетбол, у тому числі із ігровими завданнями.

Результати: Дослідження окремих показників просторової орієнтації дозволили встановити, що у баскетболісток 10–11 років в основному спостерігається «середній» рівень її розвитку. Були отримані наступні показники тестування: «Біг до пронумерованих набивних м'ячів» результат становив $14,208 \pm 0,44$ с. При визначенні розміру 10 ліній різної довжини допускали $5,25 \pm 0,46$ помилки. У тесту «Кидки м'яча у ціль, стоячи до неї спиною» набирали $9,66 \pm 0,78$ бали. При ходьбі із заплющеними очима відхилення склало $113,40 \pm 10,49$ см. В бігу на 20 м – $4,31 \pm 0,07$ с; із 5 обертами – $6,90 \pm 0,10$ с. В бігу на 15 м обличчям вперед – $3,26 \pm 0,06$ с, спиною вперед – $7,02 \pm 0,04$ с. В човниковому бігу 3×10 м обличчям вперед – $8,54 \pm 0,06$ с; спиною вперед – $11,41 \pm 0,17$ с.

Використання спеціально підібраних вправ у педагогічному експерименті позитивно вплинуло на показники просторової орієнтації. Так, в у тесті «Біг до пронумерованих м'ячів» покращення результату дорівнювало 8,05 %, при визначенні розміру 10 ліній різної довжини – 17,5 %, в «Кидках м'яча через спину, без зорового контролю» – 19,7 %, в «Ходьбі по прямій із заплющеними очима» – 35,8 %, у «Бігу 20 м з обертами і без обертів» – 6,17 %, у «Бігу 15 м обличчям та спиною уперед» – 1,06 %, у «Човниковому бігу 3×10 м обличчям та спиною уперед» – 8,01 %.

Достовірні зміни показників дівчат ЕГ спостерігалися в тестах «Біг до пронумерованих м'ячів», в «Кидках м'яча через спину, без зорового контролю», в «Ходьбі по прямій із заплющеними очима», в «Бігу 20 м у коридорі шириною 3

м», у «Бігу 15 м» спиною уперед, у «Човниковому бігу 3X10 м» спиною уперед ($p < 0,05$).

Зіставлення даних первинного та повторного тестування баскетболісток КГ показало зміну в показниках просторової орієнтації, однак ці зміни незначні і недостовірні.

Індивідуальний аналіз результатів показав зменшення частки учасниць з «низьким» рівнем просторової орієнтації та збільшення кількості спортсменок з «достатнім» і «високим» рівнем, що підтверджує ефективність диференційованого підходу до тренувального процесу.

Висновок:

1. Встановлено, що рівень просторової орієнтації у спортсменок обох груп переважно відповідав «середньому» та «достатньому» рівням, в окремих тестах – «високому». Найбільш виражені індивідуальні відмінності спостерігалися у тестах на точність визначення просторових параметрів (визначення розміру ліній, кидок м'яча через спину), що вказує на різний рівень сформованості сенсомоторної регуляції.
2. Аналіз результатів повторного тестування виявив достовірне покращення показників у більшості досліджуваних тестів в експериментальній групі ($p < 0,05$), що свідчить про позитивний вплив запропонованого педагогічного втручання.

Ключові слова: юні баскетболістки, просторова орієнтація, координаційні здібності, рівні просторової орієнтації.

ABSTRACT
of the qualification work
by Oleksandr Valeriyovych Petrenko
CHANGES IN THE SPATIAL ORIENTATION INDICATORS OF FEMALE
BASKETBALL PLAYERS AT THE INITIAL TRAINING STAGE UNDER
THE INFLUENCE OF SPECIALLY SELECTED EXERCISES

Relevance of the work. An important feature of basketball is that the situation on the court is constantly changing, requiring players to use different techniques and actions. Along with quick orientation and solving tactical problems, the ability to combine maximum speed of movement with high speed and accuracy of execution of techniques, in accordance with the game situation, athletes must demonstrate high coordination skills.

The purpose of the study is to identify the impact of specially selected exercises on the spatial orientation of 10-11-year-old female basketball players based on theoretical analysis and experimental research.

Research objectives:

1. To study the characteristics of spatial orientation based on an analysis of scientific and methodological literature.
2. To determine the state of spatial orientation of basketball players at the initial training stage.
3. To investigate changes in the spatial orientation indicators of 10-11-year-old basketball players under the influence of specially selected exercises.

Research methods. To solve the set tasks, the following research methods were used in the work: analysis of scientific and methodological literature, pedagogical testing, pedagogical experiment, methods of mathematical statistics.

Two groups of basketball players from the initial training groups of the SPORTCULTURE BC Strim in Kharkiv took part in the study: an experimental group (12 basketball players) and a control group (12 basketball players). The pedagogical experiment lasted seven months.

The content of the training sessions for the experimental group included specially selected exercises that were essentially aimed at developing spatial orientation. To develop the spatial orientation of basketball players, shuttle runs with catching and passing the ball back to a partner at the ends of the distance, shuttle runs with dribbling (facing forward and backward), shuttle runs with ball handling and shots to the basket from a standstill or from a double step. Exercises with ball dribbling, passes, and accelerations were used, alternating with 180° and 360° turns, performed with eyes closed. Throwing the ball from a close distance into the basket with eyes closed. These exercises were included in active games and relays, and basketball was also used, including game tasks.

Results: Studies of individual indicators of spatial orientation showed that 10-11-year-old female basketball players generally have an “average” level of development. The following test results were obtained: “Running to numbered stuffed balls” resulted in 14.208 ± 0.44 s.

When determining the size of 10 lines of different lengths, an error of 5.25 ± 0.46 was allowed. In the test “Throwing a ball at a target while standing with your back to it,” they scored 9.66 ± 0.78 points. When walking with their eyes closed, the deviation was 113.40 ± 10.49 cm. In the 20 m run – 4.31 ± 0.07 s; with 5 turns – 6.90 ± 0.10 s. In the 15 m run facing forward – 3.26 ± 0.06 s, facing backward – 7.02 ± 0.04 s. In the 3x10 m shuttle run facing forward – 8.54 ± 0.06 s; facing backward – 11.41 ± 0.17 s.

The use of specially selected exercises in the pedagogical experiment had a positive effect on spatial orientation indicators. Thus, in the “Running to numbered balls” test, the improvement in results was 8.05%; in determining the size of 10 lines of different lengths – 17.5%; in “Throwing a ball over the back without visual control” – 19.7%; in the “Walking in a straight line with eyes closed” test – 35.8%, in the “Running 20 m with and without turns” test – 6.17%, in the “Running 15 m facing forward and backward” test – 1.06%, in “3x10 m shuttle run facing forward and backward” – 8.01%.

Significant changes in the indicators of EG girls were observed in the tests “Running to numbered balls,” “Throwing a ball behind the back without visual control,” in “Walking in a straight line with eyes closed,” in “Running 20 m in a 3 m

wide corridor,” in “Running 15 m” backwards, in “Shuttle run 3X10 m” backwards ($p<0.05$).

A comparison of the data from the initial and repeat testing of the KG basketball players showed a change in spatial orientation indicators, but these changes were insignificant and unreliable.

Individual analysis of the results showed a decrease in the proportion of participants with a “low” level of spatial orientation and an increase in the number of athletes with ‘sufficient’ and “high” levels, confirming the effectiveness of a differentiated approach to the training process.

Conclusion:

1. It was found that the level of spatial orientation in athletes of both groups mainly corresponded to “average” and ‘sufficient’ levels, and in some tests – to “high” levels. The most pronounced individual differences were observed in tests for the accuracy of determining spatial parameters (determining the size of lines, throwing a ball over the back), which indicates different levels of sensorimotor regulation.
2. Analysis of the retest results revealed a significant improvement in most of the tests in the experimental group ($p<0.05$), indicating the positive effect of the proposed pedagogical intervention.

Keywords: young basketball players, spatial orientation, coordination abilities, levels of spatial orientation.