

Перспективы дальнейших исследований могут быть связаны с изучением долгосрочной динамики мотивации, сравнением эффективности различных мотивационных программ, анализом влияния социальных сетей на спортивные предпочтения.

В заключение следует подчеркнуть, что формирование устойчивой мотивации к занятиям физической культурой у подростков требует системного подхода, объединяющего усилия образовательных учреждений, семьи, местного сообщества и самих молодых людей. Только при таком комплексном подходе можно рассчитывать на существенное повышение уровня физической активности подрастающего поколения и связанное с этим улучшение их здоровья и качества жизни.

### **Литература**

1. Аникин, А.А. Исследование мотивации к самостоятельным занятиям и повышению двигательной активности студентов ГСГУ / А.А. Аникин, Т.С. Аникина // Научно-методический журнал «Педагогическое образование и наука» г. Москва, - 2021г. -№3. С 143-146.
2. Ковачева, И.А. Формирование навыков и компетенций здорового образа жизни среди студенческой молодежи // Вестник Коломенского института (филиала) Московского политехнического университета: сборник научных трудов. – Москва: Московский Политех, 2023. С.226-230.
3. Перова, Г.М. Формирование мотивации студентов на сбережение собственного здоровья / Г.М. Перова, Ю.И. Винокуров // Педагогическое образование и наука. 2023. - № 6. - С. 94-97.
4. Отпущенникова, К. В. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом / К.В. Отпущенникова, Г.А. Фалалеева // Научно-методический журнал «Педразвитие». – 2017. - № 3. – С. 34 – 39.
5. Чайченко, Д.А. Исследование мотивационных факторов у обучающихся неспортивных направлений подготовки в области физической культуры и спорта / Д.А. Чайченко, М.В. Чайченко // Материалы Международной научно-практической конференции. - «Физическая культура и спорт в современном социуме». г. Витебск, 2024. - С.141-144.

УДК 796.035

## **ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКИ ВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ В БАСКЕТБОЛЕ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**И.А. Ляшко**

*Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма,  
Российская Федерация*

e-mail: [Lia9999@mail.ru](mailto:Lia9999@mail.ru)

**Аннотация.** В нашей статье мы исходили из предположения о том, что правильное построение учебного процесса, на основе выявления и последующего исправления ошибок в технике владения мячом; использование наглядного, повторного, игрового метода и метода сопряженных воздействий, существенно повысит эффективность процесса начального обучения и дальнейшего совершенствования техники баскетбола на уроках физической культуры в 5-х классах.

**Ключевые слова:** баскетбол, уроки физической культуры, владения мячом, игровой метод, метод сопряженных воздействий.

## **OPTIMIZATION OF THE LEARNING PROCESS OF BALL POSSESSION TECHNIQUES IN BASKETBALL IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES**

**I.A. Lyashko**

*Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Russian Federation*

**Abstract.** In our article, we proceeded from the assumption that the correct construction of the educational process, based on the identification and subsequent correction of errors in the technique of ball possession; the use of visual, repeated, game method and the method of combined effects, will significantly increase the effectiveness of the initial learning process and further improvement of basketball technique in physical education classes in grades 5.

**Keywords:** basketball, physical education lessons, ball possession, game method, method of combined effects.

Баскетбол - это захватывающая игра, которая служит отличным инструментом для физического воспитания. Неудивительно, что она пользуется большой популярностью среди школьников разного возраста. Баскетбол, являясь значимым инструментом физического воспитания и оздоровления детей, входит в образовательные программы средних школ. В связи с этим, вопрос повышения качества образовательного процесса и улучшения методики обучения школьников навыкам игры в баскетбол становится особенно актуальным. В процессе обучения детей необходимо учитывать особенности игровой деятельности в баскетболе.

Использование спортивных игр на уроках физической культуры учащихся среднего возраста имеет значительное значение для улучшения технической подготовки и двигательных навыков, в этом возрасте создаются наиболее благоприятные условия для развития скоростных и координационных умений [1,2].

Обучение школьников игре баскетбол начинается в 5-х классах. Процессу обучения технике владения мяча в учебном процессе школьников среднего звена должно отводиться достаточно времени. Очень важно учителю уметь подбирать адекватные средства и методы обучения, самому учителю владеть техникой баскетбола и уметь правильно демонстрировать ее, знать фазы выполнения техники владения мячом, уметь анализировать технику приема и своевременно устранять возникающие ошибки [3,4].

Причиной возникновения ошибок при начальном освоении техники движений спортивного движения может быть недостаточная подготовленность обучаемых к разучиванию действий и недостаточная физическая подготовленность. Возможным появлением ошибок по этой причине, прежде всего из-за недостаточности развития специальных качеств, особенностей телосложения и навыковой бедности. Причиной возникновения ошибок может быть неполная или неточная информация о технике изучаемого движения, несовершенство методов ее передачи. Это может происходить из-за недостаточной квалификации обучающего. В качестве возможной причины ошибок может быть искажение воспринятой информации в результате неадекватного ее освоения обучаемыми, недостаточный самоконтроль. В проявлении отрицательного результата определенную роль может сыграть перенос неадекватного навыка

В связи с поиском новых путей повышения эффективности обучения учащихся средних классов, необходимо провести анализ техники владения мячом, составить комплексы упражнений и подвижных игр, позволяющих оптимизировать процесс обучения.

*Цель исследования* - повысить эффективность обучения владению мяча в баскетболе в общеобразовательной школе с учащимися среднего школьного возраста на уроках физической культуры.

**Материал и методы.** Анализ литературных источников осуществлялся для постановки задач исследования, подбора рабочего инструментария, методов и разработки организации исследования. Для визуального выявления ошибок, возникающих в технике владения мячом при ловле, передачи, ведении и броске, во время сдачи контрольных испытаний, было проведено педагогическое наблюдение. Педагогическое тестирование осуществлялось в два этапа для сбора данных о начальном уровне освоения техники владения мячом (ловли, передачи, ведения броска) учащихся 5-х классах, а также для оценки эффективности выбранных экспериментальных средств, влияющих на развитие навыков техники владения мячом. Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ №30 города Краснодара.

Педагогический эксперимент длился 3 месяца в третьей четверти с целью определения эффективности подобранных нами экспериментальных средств. В эксперименте принимали участие два 5-х класса общеобразовательной школы, один класс – экспериментальный, второй контрольный класс.

Уроки в экспериментальном классе шли с использованием предложенной нами программы. В каждом классе было 2-а урока в недельном цикле, время урока составляло 45 минут. Контрольная группа занималась по школьной программе соответствующей данному классу.

Упражнения в экспериментальном классе подбирались в соответствии с программным материалом, было проведено 16 уроков, на каждом уроке использовались упражнения для обучения и совершенствования техники владения мячом, с использованием наглядного, повторного, игрового метода и метода сопряженных воздействий по следующее структуре:

1. Первый урок по физической культуре проводился теоретический, с использованием презентации по теме – характеристики техники владения мячом в баскетболе, где были представлены кадры с описанием техники и пофазной структурой выполнения техники владения мячом в нападении (ловли, передачи, броска и ведении мяча). Также учащиеся увидели видео нарезки, где в динамике матча игроки использовали данные приемы в разных игровых ситуациях с использованием разнообразных способов и условий выполнения.

2. На втором (практическом) уроке обсуждались аспекты безопасности на уроках баскетбола, проводилось обучение технике передвижений, а также применялся комплекс упражнений для развития быстроты и скоростно-силовых способностей. Основным методом урока явился игровой метод – проводились подвижные игры, подводящие к баскетболу.

3. На третьем уроке проходило обучение технике держания мяча и ловли мяча двумя руками. Для этого применялись наглядные методы, такие как демонстрация и показ плаката с поэтапным выполнением техники ловли. Проводились подводящие упражнения на месте и в движении, упражнения «жонглирования» мячом для развития координационных способностей и основные упражнения, подвижная игра «Вызов по имени».

4. На четвертом уроке проходило совершенствование ловли мяча и обучение технике передачи мяча двумя руками от груди. Для этого применялись наглядные методы, такие как демонстрация и показ плаката с поэтапным выполнением техники передачи. Также был представлен подробный рассказ о технике приема, включая исходное положение, подготовительную, основную и заключительную фазы. Обсуждались вопросы, касающиеся правил выполнения передачи в игре. В процессе обучения использовались практические методы, включая расчлененный и целостный подход. Проводились как подводящие, так и основные упражнения. Техника передач закреплялась в подвижных играх «Гонка мячей по кругу», «Передал – садись».

5. На последующих трех уроках происходило совершенствование и закрепления ловли и передачи мяча, подбирались средства для закрепления передач мяча, использовались основные упражнения (в парах, тройках, в кругу) на месте и передвижением, упражнения с двумя мячами, с пассивным и активным сопротивлением партнеров, упражнения сопряженного воздействия (развитие скоростных способностей, скоростно-силовых способностей верхних конечностей), использование набивных мячей, подвижные игры «Борьба за мяч», «Пятнашки мячом».

6. На восьмом уроке проводилось изучение броску с места одной рукой от головы, использовались наглядные методы, такие как демонстрация и показ плаката с поэтапным выполнением техники передачи. Также был представлен детальный рассказ о технике приема, охватывающий исходное положение, подготовительную, основную и заключительную фазы. Обсуждались вопросы, связанные с правилами выполнения броска в игре. В процессе обучения применялись практические методы, включая расчлененный и целостный подход.

7. На последующих 2-х уроках происходило совершенствование и закрепление броска одной рукой с места, в прыжке, с ближней и средней дистанции, в сочетании с ловлей и остановкой прыжком после передачи от партнера, против пассивного сопротивления защитников. Использовался соревновательный и игровой метод.

8. На 11-м уроке проводилось обучение ведению мяча на месте и по прямой. Обсуждались аспекты, касающиеся правил выполнения ведения мяча в игре. В обучении использовались визуальные методы, такие как демонстрация и показ биомеханической структуры приема, на котором было представлено поэтапное выполнение техники ведения мяча. Включались упражнения на месте и в движении, различными способами перемещения. Использовался звуковой метроном для отработки темпа ведения. Применялся игровой метод – эстафеты с ведением мяча.

9. На 12-м уроке проходило совершенствование ведению мяча на месте и по прямой. Использовались упражнения с двумя мячами, с пассивным и активным сопротивлением партнеров, упражнения сопряженного воздействия (развитие скоростных способностей), комбинированные упражнения с ранее разученными элементами техники владения мячом, подвижные игры «Салки с мячом», «Дриблеры в кругу».

10. На последующих 2-х уроках происходило совершенствование и закрепление всех ранее изученных приемов – ловли, передачи, бросков и ведения. Использовался соревновательный и игровой метод.

11. На каждом занятии проводилась работа по выявлению ошибок, возникающих в технике владения мячом во время выполнения упражнений, в учебных и подвижных играх. В завершение каждого урока осуществлялся анализ обнаруженных ошибок, и предлагались способы их исправления.

**Результаты и их обсуждение.** Целью педагогического эксперимента явилось обоснование содержания средств обучения и совершенствования техники владения мяча на уроках в 5-х классах. Основными средствами послужили упражнения для обучения и совершенствования техники владения мячом, с использованием наглядного, повторного, игрового метода и метода сопряженных воздействий.

В качестве контрольных упражнений, характеризующих уровень владения техникой мяча в нападении, использовались четыре испытания - передача и ловля мяча за 30 секунд; ведение мяча 20 метров; броски с точек; передача, ведение, бросок (комбинированное упражнение).

После проведенного педагогического эксперимента, нами было установлено, что по всем исследуемым показателям были выявлены существенные различия между контрольным и экспериментальным классом, все полученные среднегрупповые показатели 18,3-27,9 % лучше в экспериментальном классе (таблица 1).

Таблица 1 – Диагностические показатели техники владения мячом учащихся 5-х классах экспериментальной и контрольной групп в конце эксперимента (М)

№	Показатели	Единицы измерения	Экспериментальный класс 5 «А» (n=30)	Контрольный класс 5 «Б» (n=32)	Разница показателей	
					количественное	процентное
1	Передачи мяча в цель за 30 секунд	кол-во раз	14,5	11,7	2,8	19,3
2	Ведение мяча 20 метров	сек	8,5	10,1	1,6	18,8
3	Броски с точек	кол-во раз	5,4	3,9	1,5	27,8
4	Передача, ведение, бросок (комбинированное упражнение)	баллы	4,3	3,1	1,2	27,9

В экспериментальном классе в первом испытании «Передачи мяча в цель за 30 секунд» ошибки снизились на 2,8 раза, во втором испытании «Ведение мяча 20 метров» на 2,7 раза, в третьем испытании «Броски с точек» на 6 ошибок в среднем на класс стало меньше, в комбинированном испытании произошло наибольшее снижение типических ошибок их стало 7,7 раз меньше (Рисунок 1).

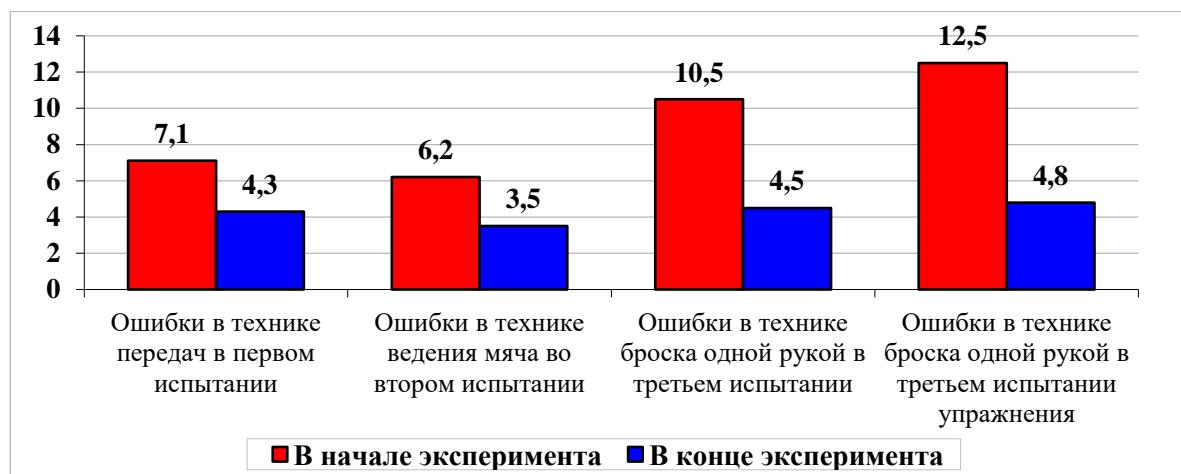


Рисунок 1 – Диагностические показатели сравнения ошибок в технике владения мячом экспериментального класса в ходе педагогического эксперимента (М)

Выдвинутые нами по ходу педагогического эксперимента задачи были решены. В экспериментальном классе значительно улучшилась техника ловли и передач двумя руками, броска с места и ведении мяча, устранена большая часть типичных ошибок

**Заключение.** В результате проведенных исследований мы можем заключить, что весь комплекс экспериментальных средств предложенных нами дал свои положительные результаты.

#### **Литература**

1. Ляшко, И.А. Баскетбол – учебно – методическое пособие для студентов физкультурных вузов и колледжей / И.А. Ляшко, А.А. Халявка. - 5-е изд., перераб. и доп. - Краснодар: КГУФКСТ, 2023. – 112 с.
2. Особенности использования игрового метода на уроках физической культуры в начальных классах /Ляшко И.А. //Актуальные вопросы науки и образования. Сборник научных трудов Межвузовской научно-практической конференции (с международным участием). Ульяновск, 2023. С. 416-421.
3. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учебное пособие для студентов высших учебных заведений /Д.И. Нестеровский. - 5-е изд. - М.: Издательский центр «Академия», 2010. - 336 с.
4. Сидоров, Д.Г. Технические приемы владения мячом в баскетболе [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пос. / Д.Г. Сидоров, А.В. Погодин, В.М. Щукин; Нижегор. гос. архитектур. - строит. ун-т.- Н. Новгород: ННГАСУ, 2022. – 60 с.

УДК 796/799

## **СОВРЕМЕННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ШКОЛЬНОЙ И ВУЗОВСКОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, А ТАКЖЕ СПОРТЕ**

**Э.В. Мануйленко\*, К.Г. Томилин\*\***

*\*Ростовский государственный экономический университет, Российская Федерация,*

*\*\*Сочинский государственный университет, Российская Федерация*

e-mail: manelev2010@yandex.ru

e-mail: tomilin-47@bk.ru

**Аннотация.** Проанализированы статьи и доклады XXVIII Всероссийской научно-практической конференции «Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма» состоявшейся 22–26 сентября 2025 года в поселке Новомихайловский, которая проходила, по шести направлениям: спорт, физическая культура в школе и вузе, туризм, АФК, информационные технологии и т.д.

**Ключевые слова:** конференция, физическая культура, школьники, студенты.

## **MODERN PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES IN SCHOOL AND UNIVERSITY PHYSICAL CULTURE, AS WELL AS SPORTS**

**E.V. Manuilenko\*, K.G. Tomilin\*\***

*\*Rostov State University of Economics (RINH), Russian Federation*

*\*\*Sochi State University, Russian Federation*

**Abstract.** The article analyzes the articles and reports of the XXVIII All-Russian scientific and practical conference «Innovative transformations in the field of physical culture, sports and tourism» held on September 22-26, 2025 in the village of Novomikhaylovsky, which was held in six areas: sports, physical education at school and university, tourism, AFC, information technology, etc.

**Keywords:** conference, physical education, schoolchildren, students.

В последнюю неделю сентября (22–26.08.2025 г.) в яхт-клубе «Торнадо» (<https://tornado-yacht-club.ru/>) пос. Новомихайловский, проходила XXVIII Всероссийская научно-практическая конференция «Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма» (рисунок 1). Интересные доклады прозвучали по технологиям обучения школьников и студентов в области физической культуры и спорта