КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД

**«**ХАРКІВСЬКА ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ» ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

Факультет фізичного виховання та мистецтв

Кафедра теорії та методики фізичного виховання

**Дуга Альона Сергіївна**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

***(****підпис)*

**ЗМІНА ПОКАЗНИКІВ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ПІД ВПЛИВОМ ЗАНЯТЬ БАСКЕТБОЛОМ**

Магістерська робота

зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

**Науковий керівник:**

Шестерова Людмила Єгорівна

к. фіз. вих., професор, зав. каф. ТМФВ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(підпис)*

Роботу рекомендовано до захисту Роботу захищено на

на засіданні кафедри теорії та засіданні ЕК з оцінкою

методики фізичного виховання \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Протокол №\_\_\_від «\_\_»\_\_\_\_20\_р. (за національною шкалою/шкалою ECTS/бали)

Зав. кафедри \_\_\_\_\_\_ Шестерова Л.Є. Протокол №\_\_\_від «\_\_»\_\_\_\_20\_р.

Голова ЕК \_\_\_\_\_ Фоменко В.Х.

Харків – 2020

**АНОТАЦІЯ**

Актуальність теми дослідження полягає в необхідності пошуку сучасних шляхів підвищення рівня розвитку фізичної підготовленості студентів і, зокрема, рівню розвитку координаційнх здібностей.

В роботі розглядається вплив занять баскетболом, тобто занять з підвищення спортивної майстерності, на рівень розвитку координаційних здібностей студентів факультету фізичного виховання та мистецтв.

**Мета дослідження –** теоретично обгрунтувати й експериментально перевірити ефективність занять баскетболом як засобу впливу на розвиток координаційних здібностей студентів.

**Завдання дослідження:**

1. На основі аналізу та узагальнення літературних джерел вивчити вплив занять спортивними іграми на показники розвитку координаційних здібностей.
2. Дослідити рівень розвитку координаційних здібностей студентів на початку дослідження.
3. Визначити вплив занять баскетболом на рівень розвитку координаційних здібностей студентів.
4. Розробити методичні рекомендації щодо розвитку координаційних здібностей студентів засобами баскетболу.

Дані, отримані під час дослідження, свідчать про недостатній для студентів, які займаються баскетболом, рівень розвитку координаційних здібностей. Задля підвищення рівня технічної підготовленості та показників рівня розвитку координаційних здібностей розроблена система комбінованих вправ та рухливих ігор, що включала акробатичні елементи, вправи, спрямовані на підвищення стійкості вестибулярного апарату та розвиток складної реакції на об’єкт, що рухається.

Заняття баскетболом позитивно вплинули на рівень розвитку координаційних здібностей студентів, що відобразилося в достовірному покращенні показників проби Ромберга (р≤0,001), прискорення на 20 м з м’ячем (р≤0,001) та помилки при метанні баскетбольного м’яча на дальність 50% від максимальної (р≤0,05). Результати човникового бігу 4×9 м та в різниці результатів бігу на 30 м з результатами бігу на 30 м з обертами також позитивно змінилися, але недостовірно(р≥0,05).

**Ключові слова:** заняття з баскетболу, студенти, координаційні здібності.