**БАСКЕТБОЛ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОЇ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ**

***Христенко Д. О., Козарь С. С.***

**Анотація**. В статті розглядається історичний аспект баскетболу як засіб професійної підготовки студентів.

**Ключові слова:** баскетбол, професійна підготовка, підготовка студентів, засоби навчання, історичний аспект.

**Вступ.** Великого значення для професійної підготовки студента набуває масове фізичне вдосконалення засобами спорту. Прості правила гри та доступний інвентар роблять баскетбол одним з найпопулярніших та найбільш доступних занять видів спорту у всьому світі. Ця гра активно використовується для вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки. Баскетбол належить до числа найбільш популярних спортивних ігор. Чим же ця гра так приваблює людей різного віку? Заняття баскетболом розвивають не тільки координацію рухів, спритність, гнучкість, швидкість, швидкість реакції, а й увагу, мислення, емоційну стійкість.

**Мета.** Здійснити аналіз розвитку баскетболу як засіб професійної підготовки студентів.

**Виклад матеріалу дослідження**. Ігри, як історично сформоване явище виникли в далекій давнині, і являють собою самостійний вид діяльності, властивий людині. Значною мірою своїм становленням людина зобов'язана грі. З історії спорту, особливо ігрових видів, відомо, наскільки багатоликий і цікавий світ ігор. Наприклад, тільки в нашій країні за неповними підрахунками існує понад сто народних ігор з м'ячем [1]. Історики спорту висловлюють думку про те, що м'яч для різних ігор був створений древніми людьми за образом і подобою сонця, якому вони поклонялися. У цьому закладено глибокий сенс і свого роду символіка - адже спорт, в тому числі, і ігри, зігрівали життя людей і приносили їм ні з чим незрівнянні радості. З найдавніших часів люди придумували для себе найрізноманітніші ігри. Зазвичай ці ігри були наслідуванням праці, яка годувала людей, взувала їх і одягала. На ранній стадії розвитку суспільства в іграх відтворювалися елементи полювання, бою.

Як показує історія людства, виникнення і застосування ігор у процесі життєдіяльності належить вже до початкового етапу становлення людини. Історія свідчить, що вже в Давньому Єгипті і Давній Греції ігри були перетворені в один із найактивніших засобів виховання. І тоді ж почали проявлятися інтереси панівних класів у використанні ігор. З плином часу вони перетворилися на засіб залучення юного покоління до панівної класової ідеології.

Гра в баскетбол вирізняється високою активністю, потребує прояву фізичних, моральних та вольових якостей та рухових дій [2]. Ці особливості роблять баскетбол одним з найефективніших оздоровчих та виховних засобів. Згідно зі спостереженнями фахівців, баскетбол активізує розумову діяльність. Під час гри в баскетбол гравець має швидко оцінювати обстановку та наперед продумувати кроки суперника, швидко рухатися та змінювати траєкторію переміщень під час гри. При цьому розвиваються швидкі та спритні рухи. При грі в баскетбол в роботу задіяні всі види м`язів тіла, що дозволяє підтримувати хорошу фізичну форму людини.

Цей вид спорту також надзвичайно ефективний при боротьбі із зайвою вагою [3]. В основі популярності баскетболу, як одного із засобів професійно-прикладної підготовки студентів, лежить простота та економічність спорядження та устаткування, висока емоційність учасників гри, розвиток та вдосконалення фізичних якостей (сила, швидкість, витривалість, спритність).

.

**Висновки.** За багато років стало відомо, що саме систематичні заняття баскетболом чудово та позитивно впливають на загальний стан здоров’я студентів, покращують фізичні якості, будучи дієвим засобом професійної підготовки студентів.

**Література**

1.Півень О., Гордієнко О. Професійно-прикладна фізична підготовка студенток вищих гуманітарних навчальних закладів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві: Волин. нац. ун-т імені Лесі Українки. Зб. наук. праць. Луцьк: Волин. нац. ун-т імені Лесі Українки, 2010. № 2 (10). С. 70–73.

2. Христенко Д. О. Виховна компетентність здобувачів вищої освіти під час карантину / Д. О. Христенко // *Фітнес & Здоров’я*: матеріали Х Всеукр. наук.–практ. інтернет-конф. (21 квітня 2020 р., м. Харків.) / за заг. ред. О. М.  Школи. С. 33-35.

3. Griban, G., Yahupov, V., Svystun, V., Dovgan, N., Yeromenko, E., Udych, Z., Zhuravlov, I., Kushniriuk, S., Semeniv, B., Konovalska, L., Skoruy, O., Grokhova, G.,Hres, M., Khrystenko, D., & Bloshchynskyi, I. (2020). Dynamics of the students’ physical fitness while studying at higher educational institutions. International Journal of Applied Exercise Physiology, 9(9), 147-156.

https://orcid.org/0000-0002-2858-2116

Христенко Дмитро Олександрович

Khrystenko Dmytro Oleksandrovych

Dimakhristenko1996@gmail.com

викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання Комунального

закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської

обласної ради