

## ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ДІВЧАТАМИ БАСКЕТБОЛУ 3x3 ПІД ЧАС ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Олена Клюс<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0000-0003-4919-5323>

Лариса Балацька<sup>2</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-7963-2726>

Микола Кужель<sup>3</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-8945-0248>

Юрій Юрчишин<sup>4</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-0404-9384>

Тетяна Комарова<sup>5</sup>

<https://orcid.org/0000-0003-1260-2570>

Сергій Андреев<sup>6</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-6346-5273>

В'ячеслав Цимбалістий<sup>7</sup>

<https://orcid.org/0000-0003-0401-0292>

<sup>1,4</sup> Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна

<sup>2</sup> Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, м. Чернівці, Україна

<sup>3,5-7</sup> Подільський державний університет, м. Кам'янець-Подільський, Україна

кореспондент-автор – С. Клюс: [alenakamp@gmail.com](mailto:alenakamp@gmail.com)

doi: 10.32626/2309-8082.2022-26.129-134

Оптимізація рухової активності у закладах вищої освіти є актуальним питанням сьогодення, яке тісно пов'язане з організацією й змістом фізичної культури. *Мета дослідження* – вивчити інтерес дівчат до занять баскетболом 3x3 та науково обґрунтувати його ефективність. *Матеріал і методи дослідження*. Для вирішення поставлених завдань використовували відповідний комплекс методів дослідження, що входили до складу таких груп: загальнонаукових (аналіз, порівняння, узагальнення); соціологічних (письмове опитування), математичної статистики. Було залучено 160 здобувачів вищої освіти, а саме: Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка з педагогічного факультету (n-20 дівчат), факультету іноземної філології (n-20), природничо-економічного факультету (n-20 дівчат), історичного факультету (n-20 дівчат); Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича з інституту хімії, біології та біоресурсів (n-25 дівчат), економічного факультету (n-25), географічного факультету (n-30 дівчат). Анкета була розроблена для одержання інформації, що стосувалася досліджуваної проблеми. Опитування проводилось на першому занятті перед початком вивчення практичного матеріалу в першому семестрі з виконанням положень Гельсінської декларації про медичні дослідження за участі людини. *Результати*. Виявили, що дівчатам подобається грати в командних видах спорту 86%. Найбільшу перевагу вони віддають спортивній грі: волейбол – 77.2%, баскетбол – 15%, футбол – 11%, баскетбол 3x3 – 5.5%, не грають у жодному командному виді спорту – 8.3%. Визначили, що 54% опитуваних мають бажання навчитись грати у баскетбол 3x3. *Висновки*. Головною умовою оптимізації фізичної активності в закладах вищої освіти є врахування інтересу, а також впровадження нових цікавих видів рухової діяльності. Найбільшою популярною грою серед дівчат залишаються традиційні види спорту, проте вони виявляють інтерес до занять баскетболом 3x3, а основна причина їх зацікавленості – «можливість весело провести вільний час» – 66%, «зацікавленість до нового виду спорту» – 61%, «це активна гра, що покращує стан здоров'я» – 55.5%, «можна легко знайти команду для гри» – 11%. Ураховуючи проведений аналіз відповідей ми ще раз підтвердили той факт, що баскетбол 3x3 як засіб фізичного виховання може використовуватись у ЗВО лише фрагментарно, зокрема під час вивчення основної теми занять, а саме «баскетбол», проте як додаткове заняття у вигляді спортивної секції баскетболу 3x3 може проводитись за добровільним вибором студента.

**Ключові слова:** спортивні ігри, баскетбол 3x3, інтерес, дівчата, рухова активність, фізичне виховання.

**Olena Klius, Larisa Balatska, Mykola Kuzhel, Yuriy Yurchyshyn, Tetyana Komarova, Sergey Andreev, Viacheslav Tsymbalystyi. Efficiency of girls basketball 3x3 per hour of physical training in the foundation of higher education.**

**Abstract.** Optimization of movement activity in higher education institutions is an actual issue of the present day, which is closely connected with organization and content of physical culture. *The purpose of the research* is to study the interest of girls to the basketball of 3x3 and to scientifically justify its effectiveness. *Material and methods of research.* The corresponding set of methods of research, which were included in the following groups were used to solve the tasks: general scientific (analysis, comparison, generalization); sociological (written poll), mathematical statistics 160 students of higher education were involved, namely: National Ivan Ohienko University of the Faculty of Pedagogy (n-20 girls), the Faculty of Foreign Philology (n-20), the Faculty of Natural and Economic Studies (n-20 girls), the Faculty of History (n-20 girls); Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University with the Institute of Chemistry, Biology and Biology (n-25 girls), the Faculty of Economics (n-25), the Faculty of Geography (n-30 girls). The questionnaire was developed to obtain information concerning the problem under investigation. The survey was conducted at the first session before the beginning of the study of practical material in the first semester, with the implementation of the provisions of the Helsinki Declaration on Medical Research with the participation of a person. *Results.* They found that girls like to play in team sports 86%. The greatest advantage they give to the sport game: Volleyball – 77.2%, basketball – 15%, football – 11%, basketball 3x3 – 5.5%, do not play in any team sport – 8.3%. They determined that 54% of respondents wanted to learn to play basketball 3x3. *Conclusions.* The main condition of optimization of physical activity in institutions of higher education is taking into account interest, as well as introduction of new interesting types of movement activity. Traditional sports remain the biggest popular game among girls, but they show interest in basketball 3x3 and the main reason for their interest is “the opportunity to spend free time” – 66%, “the interest to the new sport” – 61%, “it is an active game that improves health” – 55.5%, “you can easily find a team to play” – 11%. Taking into account the analysis of the answers we have confirmed once again that basketball 3x3 as a means of physical education can be used in higher education institutions only in a fragmented way, in particular during the study of the main subject of the classes, namely “basketball”, however, as an additional class in the form of sports sections of basketball 3x3 can be held on the voluntary choice of a student.

**Key words:** sports games, basketball 3x3, interest, girls, motor ctivity, physical education.

## Вступ

Оптимізація рухової активності в закладах вищої освіти є актуальним питанням сьогодення, яке тісно пов'язане з організацією й змістом фізичної культури [11; 13-15; 26; 39]. Відповідно до означеного, на державному рівні піднімається ряд питань щодо вирішення даної проблеми [2].

Крім того, при розв'язанні даної проблеми більша увага приділяється вивченню питання основних мотивів та інтересів, дослідники тісно пов'язують її з ефективністю організації фізичної культури та з оптимальною руховою активністю дітей та молоді [6; 9; 16; 32-35; 37].

Зважаючи на важливість порушеної проблеми, на сьогодні залишаються актуальними дослідження, які спрямовані на вивчення підходів до покращення навчально-виховного процесу з фізичного виховання у здобувачів вищої освіти (ЗВО), використовуючи при цьому сучасні засоби та методи фізичного виховання [1-3; 5]. Потрібно зазначити що спортивні та рухливі ігри завжди мають велику популярність серед здобувачів вищої освіти.

Враховуючи це, варто звернути увагу на ефективність застосування баскетболу 3х3, як засобу [4; 7; 9], що набуває популярності серед дітей та молоді, та перевірити ефективність його застосування у закладах вищої освіти.

## Матеріал і методи дослідження

*Мета дослідження* – вивчити інтерес дівчат до занять баскетболом 3х3 як чинника його ефективності у вирішенні завдань фізичного виховання. Для вирішення поставлених завдань використовували комплекс методів дослідження, що входили до складу таких груп: загальнонаукових, а саме: метод аналізу, порівняння, узагальнення; соціологічних методів, а саме: письмового опитування; математико-статистичних із використанням методів одномірної статистики. Організацією дослідження передбачалося таке: було залучено усього 160 дівчат, які були здобувачами вищої освіти першого року навчання, а саме: Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка з педагогічного факультету (n-20 дівчат), іноземної філології (n-20), природничо-економічного факультету (n-20 дівчат), історичного факультету (n-20 дівчат); Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича з інституту хімії, біології та біоресурсів (n-25 дівчат), економічного факультету (n-25), географічного факультету (n-30 дівчат). Анкету було розроблено авторами для одержання емпіричних даних, що стосуються досліджуваної проблеми. Опитування проводили в першому семестрі на останньому занятті з фізичного виховання. Під час реалізації дослідження виконували вимоги Гельсінської декларації (WMA-2013) про етичні засади досліджень за участі людей;

протокол дослідження було затверджено етичною комісією Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

## Результати дослідження

Результати проведеного анкетного опитування з'ясували, що більшість дівчат позитивно відносяться до занять фізичної культури та спортом, оскільки на питання «Чи подобається Вам заняття фізичною культурою та спортом?» Результаті отримали такі відповіді: що «так» – 86 % респондентів, відповідь «ні» – 7 %, решта не змогла визначитись у своїх відповідях – 6.6 %. З'ясували, що більшості дівчатам подобається брати участь у командних спортивних іграх, оскільки на питання «Чи подобається Вам грати в командних спортивних іграх?» отримали відповідь, що «так» – 86 %, не подобаються такі види спорту – 6.6 %, не змогли визначитись у своїх відповідях – 7.2 %. Для з'ясування які спортивні ігри є популярними серед здобувачів вищої освіти, запропонували відповіді на наступне питання «Чи доводилося Вам грати в спортивні ігри, якщо так, виберіть декілька варіантів із запропонованих?». З'ясували що дівчатам подобається грати: волейбол – 77.2 %, футбол – 11 %, баскетбол – 15 %, баскетбол 3х3 – 5.5 %, не грають у жодному командному виді спорту – 8.3 %. Під час вивчення питання, «Чи знайомі Ви з таким видом спорту як баскетбол 3х3?», з'ясували що її не знають 80% опитувальних респондентів. Під час наступного уточнюючого питання «Чи доводилось вам грати в баскетбол 3х3? Як що «так» виберіть варіант, де навчились цієї гри?». У результаті отримали такі відповіді: з друзями – 22 %, під час уроків фізичної культури у школі – 5.5 %, під час занять у секції з обраного виду спорту – 5.5 %, не доводилося грати взагалі – 88.8 %. На питання «Як що вам не доводилось грати в баскетбол 3х3, чи хотілось б Вам спробувати? Позитивно схвалили цю ідею – 55.5 % респондентів, негативно відповіли – 16.6 %, не визначились – 22.2 %. Для виявлення позитивних чинників які впливають на мотивацію почати займатися баскетболом 3х3, було поставлене наступне питання до респондентів «Назвіть причину, яка на вашу думку найбільше вплине на Вас щоб почати займатися баскетболом 3х3? Можна вибрати декілька відповідей» отримали наступні відповіді, що «можливість весело провести вільний час» – 66 %, «зацікавленість до нового виду спорту» – 61 %, «це активна гра, що покращує стан здоров'я» – 55.5 %, «можна легко знайти команду для гри» – 11 %, інша нами запропонована відповідь «це популярний вид спорту в нього грають мої знайомі» не набрали жодної відповіді.

Для з'ясування чинників, які навпаки заважають респондентам почати займатися баскетболом 3х3, було поставлено питання «Назвіть причину, яка на

вашу думку найбільше буде заважати спробувати почати займатися баскетболом 3х3?». Отримали наступні відповіді, що «не достатньо знань з правил гри» – 33.3 %, «невпевненість в технічній та фізичній підготовці» – 66.6 %, «відсутність інтересу грати» – 6 %, «відсутність гравців які можуть грати у баскетбол 3х3» – 2 %, «відсутність спортивного обладнання» – 5 %. З'ясовуючи позицію респондентів щодо цієї гри, було поставлене наступне питання: «Чи хотіли би займатися баскетболом 3х3 у вашому ЗВО (закладі вищої освіти)?». Отримали наступні відповіді, «так» – 44 %, «ні» – 33.3 %, не визначилися з одним із цих варіантів – 22.2 %.

Конкретизуючи питання, якому виду баскетболу дівчата відають більшу перевагу, отримали неодноточні відповіді: баскетбол класичний – 38.8 %, баскетбол 3х3 – 33.3 %, ніякому виду – 27.7 %.

Для виявлення щодо поінформованості у здобувачів про баскетбол 3х3 було поставлене таке питання: «На вашу думку, чи достатньої Вам знань щодо баскетболу 3х3?». Отримали такі відповіді: «так» – 11 %, «ні» – 88.8 %.

Для з'ясування, чи мають респонденти бажання отримувати знання з спортивної гри баскетбол 3х3. Поставили наступне питання: «Чи хотіли б ви отримувати під час практичних занять, теоретичні знання щодо баскетболу 3х3?». Отримали відповіді: «так» – 61 %, «ні» – 22 %, не визначилися – 16.6 %.

#### **Дискусія**

Баскетбол 3х3 новий вид спорту, який продовжує набирати свою популярність у багатьох країнах світу [8; 12; 14]. Враховуючи особливість організації гри баскетбол 3х3, а також її популярність, на неї все більше звертають увагу провідні фахівці як на фізичний засіб, який можна використовувати в процесі фізичного виховання. Дане ствердження підпорядковується тенденції та запиту сучасного суспільства до запровадження в навчальний процес нових нетрадиційних, цікавих, не складних засобів фізичного виховання [18-22; 28-37].

Разом з тим під час опитування ми з'ясували, що більшість респондентів не знають про цю спортивну гру, також наші результати не підтвердили великої популярності серед дівчат до цієї гри, результатом опитування встановили, що найбільшою популярною грою серед дівчат є волейбол – 77.2 %, футбол – 11 %, баскетбол – 15 %, баскетбол 3х3 – 5.5 %, не грають у жодному командному виді спорту – 8.3 %. На нашу думку, це може бути пов'язано із відсутністю проведення занять з баскетболу 3х3 у змісті шкільної програми, а також відсутність спортивних секцій з цього виду спорту, оскільки лише 5.5 % вказали, що вони грали під час уроків, та під час занять у секції з обраного виду спорту, не доводилося грати взагалі

88.8 %. Хоча, потрібно відзначити, що респонденти позитивно ставляться до баскетболу 3х3 та виявили до нього інтерес, оскільки 55.5 % дали позитивну відповідь, що хочуть спробувати грати баскетбол 3х3, а також мають не достатньо знань з цього виду спорту і хочуть отримувати їх під час практичних занять 61 %.

З огляду на ефективність використання баскетболу 3х3 як засобу фізичного виховання можна розглянути його позитивні сторони: по-перше він легкий в організації для нього не потрібно багато обладнань, грати можна на любій баскетбольній площадці на вулиці або в приміщенні. Під час проведення змагань, а також тренувань грає хіп-хоп музика, яка сприяє позитивному настрою та створює певну атмосферу серед молоді, зокрема ця гра позитивно впливає на розвиток фізичних та функціональних якостей організму. У нашому опитуванні ми з'ясували, що основним чинником який сприяє займатись дівчат баскетболом 3х3 це є бажання весело проводити час (66 %), зацікавленість до нового виду спорту (61 %), це активна гра, що покращує стан здоров'я (55.5 %), можна легко знайти команду для гри (11 %).

Проте, можна відзначити негативну сторону, у грі може приймати участь дві команди які складаються з трьох гравців, тому для великої кількості гравців потрібно більше спеціальних майданчиків, а також гравцям потрібно володіти спеціальними базовими технічними та фізичними навичками та мати знання правил гри. Аналіз нашого анкетного опитування підтверджує цей факт, що дівчатам найбільше заважає почати займатись баскетболом 3х3, саме низький рівень фізичної та технічної підготовки – 66.6 %, відсутність знань з правил гри – 33.3 %.

Ураховуючи проведений аналіз відповідей ми ще раз підвердили той факт, що баскетбол 3х3 як засіб фізичного виховання може використовуватись у ЗВО лише фрагментарно, зокрема під час вивчення основної теми занять, а саме «баскетбол», проте як додаткове заняття у вигляді спортивної секції баскетболу 3х3 може проводитись за добровільним вибором здобувачів вищої освіти.

#### **Висновки**

Оптимізація рухової активності у закладах вищої освіти є актуальним питанням сьогодення, яке тісно пов'язане з організацією та змістом фізичної культури. Головною умовою оптимізації фізичної активності є врахування інтересу здобувачів під час проведення занять.

Аналіз нашого проведеного опитування підтвердив той факт, що серед дівчат найбільш популярними спортивними іграми залишаються волейбол – 77.2 %, футбол – 11 %, баскетбол – 15 %, баскетбол 3х3 – 5.5 %.

У результаті опитування з'ясували, що баскетбол 3х3 не знають – 80% опитувальних респондентів, а

також не доводилося грати взагалі – 88.8 %. Хоча мають позитивне ставлення до баскетболу 3х3 і хочуть спробувати грати – 55 % опитувальних дівчат, крім того під час практичних пар мають бажання отримувати теоретичні знання з цього виду спорту – 61 %.

Ураховуючи проведений аналіз відповідей ми ще раз підтвердили той факт, що баскетбол 3х3 як

засіб фізичного виховання може використовуватись у ЗВО лише фрагментарно, зокрема під час вивчення основної теми занять, а саме «баскетбол», проте як додаткове заняття у вигляді спортивної секцій баскетболу 3х3 може проводитись за добровільним вибором студента.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

#### Джерела та література

1. Благий О., Ячнюк М., Березовський В. Аналіз підходів щодо залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2018. Вип (30). С. 37-41.
2. Бойко В. Сучасні підходи до модернізації навчально-виховного процесу з фізичного виховання в закладах вищої освіти. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2017. Вип (27). С. 34-38.
3. Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Деякі чинники, що визначають фізичну активність студентів педагогічного факультету, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи. *Вісник КПНУ імені Івана Огієнка*. 2017. С. 87-94.
4. Гопей М. М. Інформаційно – модульна програма «баскетбол 3х3» в практиці фізичного виховання дітей з вадами слуху. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2021. № 1(129). С. 23-27.
5. Єдинак Г. А., Кубай Г., Мисів В., Галаманжук Л. Стан залучення студентів медичних коледжів до занять фізичними вправами в різних формах. *Історичні, теоретико-методичні, медико-біологічні аспекти фізичної культури і спорту* : мат. наук.-пр. конф. 6–7 квітня, 2016 р., м. Чернівці. Чернівці : ЧНУ, 2016. С. 24-29.
6. Єдинак Г. А., Галаманжук Л. Л., Марчук В. М. Внутрішні чинники студентів медичного коледжу до здійснення фізичної активності. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка*. 2019. Вип. 3 (159). С. 41-46. (Серія: Педагогічні науки). DOI: 10.5281/zenodo.3475729.
7. Ільчишина В. В., Бондар А. А. Баскетбол 3х3 як перспективний напрямок розвитку спорту у закладах вищої освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. 2019. Вип. №7 (115). С. 44-47. – Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/26723>
8. Ключ О., Прозар М., Балацька Л., Скавронський О., Петров А., Бережок С. Результати участі жіночої української збірної з баскетболу 3х3 протягом 2010-2021 років. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини* 2022. Вип. № (24) С. 17-24. – Режим доступу: <http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/256697/253729>
9. Ключ О., Балацька Л., Кужель М., Скавронський О., Стасюк В. Сформованість інтересу здобувачів вищої освіти до занять стрітболом. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини* 2022. Вип. № (25) С. 72-77. – Режим доступу: <http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/265248/261279>
10. Лаврін Г. Застосування нетрадиційних спортивних ігор у фізичному вихованні студентів. *Матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції»*. 2019. С. 72-77. – Режим доступу: [http://dspace.npu.edu.ua/bitstream/123456789/15281/1/19\\_Lavrin.pdf](http://dspace.npu.edu.ua/bitstream/123456789/15281/1/19_Lavrin.pdf)

#### References

1. Blahyy, O., Yachnyuk, M., Berzovs'kyi, V. (2018), "Analiz pidkhdov do zaluchennya students'koyi molodi do ozdorovchoyi ta rekreatsionoyi diyal'nosti" [Analysis of approaches to the involvement of student youth in health and recreational activities]. *Youth scientific bulletin of Lesya Ukrainka East European National University*, 30, pp. 37-41. [in Ukraine].
2. Boyko, V. (2017), "Suchasni pidkhody do modernizatsiyi navchal'no-vykhovnoho protsesu z fizychnoho vykhovannya v zakladakh vyshchoyi osvity" [Modern approaches to the modernization of the educational process in physical education in institutions of higher education]. *Youth scientific bulletin of Lesya Ukrainka East European National University*, Issue 27, pp. 34-38 [in Ukraine].
3. Galamanzhuk, L. L., Iedynak, G. A. (2017), "Deyaki chynnyky, shcho vyznachayut' fizychnu aktyvnist' studentiv pedahohichnoho fakul'tetu, vidnesenykh za stanom zdorov'ya do spetsial'noyi medychnoyi hrupy" [Some factors determining the physical activity of students of the Faculty of Pedagogy assigned to a special medical group due to their health status]. *Bulletin of Kamyanets-Podilskyi Ivan Ogiienko National University. Physical Education, Sports and Human Health*, pp. 87-94. [in Ukraine].
4. Gopey, M. M. (2021), "Informatsiyno – modul'na prohrama «basketbol 3x3» v praktytsi fizychnoho vykhovannya ditey z vadamy slukhu" [Information - modular program "basketball 3x3" in the practice of physical education of children with hearing impairments]. *Scientific journal of the National Pedagogical University named after MP Drahomanov. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*, № 1(129), pp. 23-27. – Retrieved from: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc-series15.2021.1\(129\).05](https://doi.org/10.31392/NPU-nc-series15.2021.1(129).05) [in Ukraine].
5. Iedynak, G. A., Kubai, G., Mysiv, V., Galamanzhuk, L. (2016), "Stan zaluchennya studentiv medychnykh koledzhiv do zanyat' fizychnymy vpravamy v ryznykh formakh" [State of involvement of medical college students in physical exercises in various forms]. *Historical, theoretical-methodical, medical-biological aspects of physical culture and sports: Math. science.-prof. conf. April 6–7 2016, Chernivtsi. Chernivtsi: ChNU*, pp. 24-29. [in Ukraine]
6. Iedynak, G. A., Galamanzhuk, L. L., Marchuk, V. M. (2019), "Vnutrishni chynnyky studentiv medychnoho koledzhu do zdiysnennya fizychnoyi aktyvnosti" [Internal factors of medical college students before physical activity]. *Bulletin of the Chernihiv Collegium National University named after T. G. Shevchenko*, Vol. 3(159), pp. 41-46. (Series: Pedagogical Sciences). DOI: 10.5281/zenodo.3475729. [in Ukraine]
7. Ilchishina, V. V., Bondar, A. A. (2019), "Basketbol 3x3 yak perspektyvnyy napryamak rozvytku sportu u zakladakh vyshchoyi osvity" [Basketball 3x3 as a promising direction of sports development in higher education institutions]. *Scientific journal of the National Pedagogical University named after M.P. Drahomanov. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*, Issue № 7(115), pp. 15-21. [in Ukraine]
8. Klyus, O., Prozar, M., Balatska, L., Skavronskyy, O., Petrov, A., Berezhok, S. (2022), "Rezultaty uchasti zhinochoyi ukraiyins'koyi zbirmoyi z basketbolu 3x3 protyahom 2010-2021 rokiv" [The results of the participation of the Ukrainian women's 3x3 basketball team during 2010-2021]. *Bulletin of Kamyanets-Podilskyi Ivan Ogiienko National University. Physical Education, Sports and Human Health*, Issue 24, pp. 17-24. [in Ukraine]
9. Klyus, O., Balatska, L., Kuzhel, M., Skavronskyy, O., Stasyuk, V. (2022), "Sformovanist interesu zdobuvachiv vyshchoyi osvity do zanyat stritbolom" [Formation of interest of higher education students in streetball classes]. *Bulletin of Kamyanets-Podilskyi Ivan Ogiienko National University. Physical Education, Sports and Human Health*, Issue 25, pp. 72-77. [in Ukraine]



11. Лукавенко А. В., Єдинак Г. А. Диференційований підхід до покращення психофізичного стану першоккурсників вищих навчальних закладів як проблема галузі фізичного виховання. *Педагогіка, психологія та мед.-біол. проблеми фіз. вих. і сп.* 2012. № 2. С. 66-70.
12. Мусієнко А. В., Цимбалюк Ж. О. Історичні аспекти розвитку баскетболу 3x3. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах.* 2021. Вип. № (1). С. 59-63.
13. Первухіна С., Гакман А, Медвідь А, Вілігорський О., Прекурат О. Формування мотивації до занять фізичним вихованням студентів вищих освітніх закладів засобами баскетболу. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць.* 2019. Вип. 8 (27). С. 25-30.
14. Сушко Р. О. Теоретико-методичні основи розвитку спортивних ігор в умовах глобалізації : автореф. дис. ... доктора наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.01 НУФВСУ. Київ, 2018. 40 с.
15. Чуча Н. І., Чуча Ю. І., Ширяєва І. В. Баскетбол 3x3 як засіб фізичного виховання студентів. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах.* 2021. (1). С. 79-82.
16. Шинкарук О. А., Мітова О. О. Система контролю підготовки початківців у командних спортивних іграх: проблемні питання та сучасні підходи. *Спортивний вісник Придніпров'я.* 2017. № 1. С. 105-112.
17. Юрчишин Ю., Галаманжук Л., Єдинак Г. Ефективність використання сучасних інформаційних засобів у залученні молоді до оздоровчої рухової активності. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура.* 2017. Вип. 27-28. С. 350-356.
18. Яцковський В., Мельник В., Гнатчук Я. Показники для контролю змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів у стрітболі. *Спортивна наука України.* 2018. Вип. №5 (87). С. 32-38.
19. Яцковський В., Мельник В., Кудріна Н., Гнатчук Я. Удосконалення техніко-тактичних підготовки кваліфікованих спортсменів у стрітболі : перспективи досліджень. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова.* 2019. Вип. №2 (108). С. 186-191.
20. Яцковський В. Контроль показників спеціальної підготовленості та змагальної діяльності у стрітболі. *Молода спортивна наука України.* 2019. Т. 1. С. 29-30.
21. Annenkova, S.V., Panachev, V.D., Opletin, A.A., Zelenin, L.A., Legotkin, A.N., Kuskova, R.F., & Ponomarev, N.L. (2021). Influence of the adaptive physical training and sports on socialization of the individuals with limited physical abilities. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(4), 1746-1757. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc4.21>
22. Astha, R. (2011). The effects of rhythmic activity on selected physiological and physical fitness profile of school going girls. *Journal of Physical Education and Sport*, 11(3), 267-276.
23. Banah, V., Iedynak, G. (2021). Status and some prospects of the organization of physical education in higher education institutions. *Pedagogy and Psychology of Sport*. 7(2), 114-121. DOI <https://zenodo.org/record/5057492>
24. Bar-Or, O., Rowland, T. W. (2004). *Pediatric Exercise Medicine: from physiologic principles to health care application.* Champaign, IL: Human Kinetics
25. Carlos, M., Daniel, a. M., Marques., M. (2012). Physical fitness in prepubescent children: an update. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(14), 445- 457. doi: 10.7752/jpes. 2012.04066
26. Cachón-Zagalaz, J., Sánchez-Zafra, M., Lara-Sánchez, A., Zagalaz-Sánchez, M.L., & Shmatkov, D. (2020). Study on the relationship between physical activity and the development of professional competence: Findings from a study in Ukraine. *Journal of Human Sport and Exercise*, 15(3), 591-607. doi: <https://doi.org/10.14198/jhse.2020.153.10>
10. Lavrin, H. (2019), "Zastosuvannya netradytsiynykh sportyvnykh ihor u fizychnomu vykhovanni studentiv" [Application of non-traditional sports games in physical education of students]. *Materials of the VI International Scientific and Practical Conference «Actual Problems of Sports Development for All: Experience, Achievements*, pp.72-77. – Retrieved from: [http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/15281/1/19\\_Lavrin.pdf](http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/15281/1/19_Lavrin.pdf) [in Ukraine]
11. Lukavenko, A. V., Iedynak, G. A. (2012), "Dyferentsiyovanyy pidkhdid do pokrashchennya psykhofizychnoho stanu pershokursnykiv vyshchyykh navchal'nykh zakladiv yak problema haluzi fizychnoho vykhovannya" [Differentiated approach to improving the psychophysical condition of first-year students of higher educational institutions as a problem in the field of physical education]. *Pedagogy, psychology and medical biology. problems of physical education and sports*, No. 2, pp. 66-70. [in Ukraine]
12. Musiyenko, A., Tsybalyuk, Z. (2021), "Istorychni aspekty rozvytku basketbolu 3x3" [Historical aspects of 3x3 basketball development]. *Problems and prospects of development of sports games and martial arts in higher educational institutions*, Vol. 1, pp. 59-62. [in Ukraine].
13. Pervukhina, S., Hakman, A., Medvid, A., Vilihorskyi, O., Prekurat, O. (2019), "Formuvannya motyvatsiyi do zanyat' fizychnym vykhovannyam studentiv vyshchyykh osvithnikh zakladiv zasobamy basketbolu" [Formation of motivation for physical education of students of higher educational institutions by means of basketball]. *Physical culture, sports and the health of the nation: a collection of scientific papers*, Vol. 8(27), pp. 25-30. [in Ukraine].
14. Sushko, R. O. (2018), "Teoretyko-metodychni osnovy rozvytku sportyvnykh ihor v umovakh hlobalizatsii" [Theoretical and methodological foundations of the development of sports games in the context of globalization]: abstract of the dissertation for the sciences degree of Doctor of Science in phys. education and sports education and sports: 24.00.01 NUFVS. Kyiv. 40 p. [in Ukraine].
15. Chucha, N., Chucha, Y., Shyryayeva I. (2021), "Basketbol 3x3 yak zasib fizychnoho vykhovannya studentiv" [3x3 basketball as a means of physical education for students]. *Problems and prospects of development of sports games and martial arts in higher educational institutions*, 1, pp. 79-82. [in Ukraine].
16. Shinkaruk, O. A., Mitova, O. O. (2017), "Systema kontrolyu pidhotovky pochatkivtsiv u komandnykh sportyvnykh ihrakh: problemni pytannya ta suchasni pidkhody" [The system of control of beginners' training in team sports games: problematic issues and modern approaches]. *Sports Bulletin of the Dnieper*, № 1, pp. 105-112. [in Ukraine].
17. Yurchyshyn, Yu., Galamanzhuk, L., Iedynak, G. (2017), "Efektyvnist' vykorystannya suchasnykh informatsiynykh zasobiv u zaluchenni molodi do ozdorovchoyi rukhovoyi aktyvnosti" [The effectiveness of using modern informational tools in involving young people in healthy physical activity]. *Bulletin of the Carpathian University. Physical Education*, Issue 27-28, pp. 350-356. [in Ukraine].
18. Yatskovskyy, V., Melnyk, V., Hnatchuk, Y. (2018), "Pokaznyky dlya kontrolyu zmahal'noyi diyal'nosti kvalifikovanykh sport-smeniv u stritboli" [Indicators for monitoring the competitive activities of qualified athletes in streetball]. *Sports science of Ukraine*, № 5(87), pp. 32-38. [in Ukraine]. Retrieved from: <http://sportsscience.idufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/786/760> [in Ukraine].
19. Yatskovskyy, V., Melnyk, V., Kudrina, N., Hnatchuk, Y. (2019), "Udoskonalennya tekhnicheskikh taktychnykh pidhotovky kvalifikovanykh sport-smeniv u stritboli : perspektyvy doslidzhen" [Improving technical and tactical training of qualified athletes in streetball: research prospects]. *Scientific journal of National Pedagogical Dragomanov University*, Issue 2(108), pp. 186-191. [in Ukraine].
20. Yatskovskyy, V. (2019), "Kontrol pokaznykiv spetsial'noyi pidhotovlenosti ta zmahal'noyi diyal'nosti u stritboli" [Control of indicators of special training and competitive activity in streetball]. *Young sports science of Ukraine*, Vol. 1, pp. 29-30. [in Ukraine].
21. Annenkova, S.V., Panachev, V.D., Opletin, A.A., Zelenin, L.A., Legotkin, A.N., Kuskova, R.F., & Ponomarev, N.L. (2021). Influence of the adaptive physical training and sports on socialization of the individuals with limited physical abilities. *J. of Human Sport and Exercise*, 16(4), 1746-1757. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc4.21>

27. D'Anna, C., Mucci, M., & Vastola, R. (2021). Perceived motor competence and self-efficacy in children: Competitive sports vs sedentary lifestyle. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(4), 889-901. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.164.12>
28. Dick, F. W. (2007). *Sports training principles*, 5th ed. London: A & C Black.
29. Di Tore, P. A., Schiavo, R., D'isanto, T. (2016). Physical education, motor control and motor learning: theoretical paradigms and teaching practices from kindergarten to high school. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4), 1293-1297. doi: 10.7752/jpes.2016.04205
30. Galamandjuk, L., Prozar, M., Stasjuk, I., Bakhmat, N., Iedynak, G., Kljus, O., Guska, M., Dokuchina T. (2017). Physiological characteristics and physical fitness of girls at the beginning of classes at the volleyball sports school. *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 17. 2467-2471. <https://doi.org/10.7752/jpes.2017.04276>
31. Griban, G., Dzenzeliuk, D., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Lytvynenko, A., Otravenkoa, O., Semeniv, B., Prystynskiy, V., & Prontenko, K. (2021). Influence of Sambo Wrestling Training on Students' Physical Fitness. *Sport Mont*, 19 (1), 89- 95. doi: 10.26773/smj.210219
32. Haryono, I. R., Maurice, D., & Prastowo, N. A. (2019). Incidence rate and patterns of sport injury among college students. *Sport Mont*, 17(3), 53-57. doi: 10.26773/smj.191007
33. Jaime-Gil, J.L., Callejas-Cuervo, M., & Monroy-Guerrero, L.A. (2021). Basic gymnastics program to support the improvement of body stability in adolescents. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(3proc), 1063-1074. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc3.24>
34. Klymovych, V., Oderov, A., Romanchuk, S., Lesko, O., & Korchagin, M. (2019). Motivation of Forming Students' Healthcare Culture on Principles of Interdisciplinary Integration. *Sport Mont*, 17(3), 79-83. doi: 10.26773/smj.191017
35. López-Castedo, A., Domínguez-Alonso, J., & Portela-Pino, I. (2018). Predictive variables of motivation and barriers for the practice of physical exercise in adolescence. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(4), 907-915. doi:<https://doi.org/10.14198/jhse.2018.134.17>
36. Miyawaki, C., Ohara, K., Mase, T., Kouda, K., Fujitani, T., Momoi, K., Kaneda, H., Murayama, R., Okita, Y., & Nakamura, H. (2019). The purpose and the motivation for future practice of physical activity and related factors in Japanese university students. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14 (1), 61-74. doi:<https://doi.org/10.14198/jhse.2019.141.05>
37. Thomas, P. O., Selling streetball: racialized space, commercialized spectacle, and playground basketball. *Critical Studies in Media Communication*. 2017. Vol. 34, Issue 1, 94-100. doi: 10.1080/15295036.2016.1266681
38. Vukasevic, V., Mitrovic, M., & Masanovic, B. (2020). A comparative study of motor ability between elite basketball players from different regions. *Sport Mont*, 18(1), 3-7. doi: 10.26773/smj.200201
39. Yarin-Achachagua, A.W., Soria-Villanueva, L.M., Tejada-Mendoza, M.A., & Arista-Huaco, M.J. (2021). Physical condition and eating habits in Physical Education students. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(3proc), 988-995. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc3.15>
22. Astha, R. (2011). The effects of rhythmic activity on selected physiological and physical fitness profile of school going girl's. *Journal of Physical Education and Sport*, 11(3), 267-276.
23. Banah, V., Iedynak, G. (2021). Status and some prospects of the organization of physical education in higher education institutions. *Pedagogy and Psychology of Sport*. 7(2), 114-121. DOI <https://zenodo.org/record/5057492>
24. Bar-Or, O., Rowland, T. W. (2004). *Pediatric Exercise Medicine: from physiologic principles to health care application*. Champaign, IL: Human Kinetics
25. Carlos, M., Daniel, a. M., Marques., M. (2012). Physical fitness in prepubescent children: an update. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(14), 445- 457. doi: 10.7752/jpes.2012.04066
26. Cachón-Zagalaz, J., Sánchez-Zafra, M., Lara-Sánchez, A., Zagalaz-Sánchez, M.L., & Shmatkov, D. (2020). Study on the relationship between physical activity and the development of professional competence: Findings from a study in Ukraine. *Journal of Human Sport and Exercise*, 15(3), 591-607. doi: <https://doi.org/10.14198/jhse.2020.153.10>
27. D'Anna, C., Mucci, M., & Vastola, R. (2021). Perceived motor competence and self-efficacy in children: Competitive sports vs sedentary lifestyle. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(4), 889-901. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.164.12>
28. Dick, F. W. (2007). *Sports training principles*, 5th ed. London: A & C Black.
29. Di Tore, P. A., Schiavo, R., D'isanto, T. (2016). Physical education, motor control and motor learning: theoretical paradigms and teaching practices from kindergarten to high school. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4), 1293-1297. doi: 10.7752/jpes.2016.04205
30. Galamandjuk, L., Prozar, M., Stasjuk, I., Bakhmat, N., Iedynak, G., Kljus, O., Guska, M., Dokuchina T. (2017). Physiological characteristics and physical fitness of girls at the beginning of classes at the volleyball sports school. *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 17. 2467-2471. <https://doi.org/10.7752/jpes.2017.04276>
31. Griban, G., Dzenzeliuk, D., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Lytvynenko, A., Otravenkoa, O., Semeniv, B., Prystynskiy, V., & Prontenko, K. (2021). Influence of Sambo Wrestling Training on Students' Physical Fitness. *Sport Mont*, 19 (1), 89- 95. doi: 10.26773/smj.210219
32. Haryono, I. R., Maurice, D., & Prastowo, N. A. (2019). Incidence rate and patterns of sport injury among college students. *Sport Mont*, 17(3), 53-57. doi: 10.26773/smj.191007
33. Jaime-Gil, J.L., Callejas-Cuervo, M., & Monroy-Guerrero, L.A. (2021). Basic gymnastics program to support the improvement of body stability in adolescents. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(3proc), 1063-1074. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc3.24>
34. Klymovych, V., Oderov, A., Romanchuk, S., Lesko, O., & Korchagin, M. (2019). Motivation of Forming Students' Healthcare Culture on Principles of Interdisciplinary Integration. *Sport Mont*, 17(3), 79-83. doi: 10.26773/smj.191017
35. López-Castedo, A., Domínguez-Alonso, J., & Portela-Pino, I. (2018). Predictive variables of motivation and barriers for the practice of physical exercise in adolescence. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(4), 907-915. doi:<https://doi.org/10.14198/jhse.2018.134.17>
36. Miyawaki, C., Ohara, K., Mase, T., Kouda, K., Fujitani, T., Momoi, K., Kaneda, H., Murayama, R., Okita, Y., & Nakamura, H. (2019). The purpose and the motivation for future practice of physical activity and related factors in Japanese university students. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 61-74. doi:<https://doi.org/10.14198/jhse.2019.141.05>
37. Thomas, P. O., Selling streetball: racialized space, commercialized spectacle, and playground basketball. *Critical Studies in Media Communication*. 2017. Vol. 34, Issue 1, 94-100. doi: 10.1080/15295036.2016.1266681
38. Vukasevic, V., Mitrovic, M., & Masanovic, B. (2020). A comparative study of motor ability between elite basketball players from different regions. *Sport Mont*, 18(1), 3-7. doi: 10.26773/smj.200201
39. Yarin-Achachagua, A.W., Soria-Villanueva, L.M., Tejada-Mendoza, M.A., & Arista-Huaco, M.J. (2021). Physical condition and eating habits in Physical Education students. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(3), 988-995. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc3.15>