



## Ігрові амплуа в баскетболі: функції та вимоги до гравців

Крамаренко В. І.<sup>1</sup>, Єварницький І. А.<sup>1</sup>, Кравченко О. С.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Національний аерокосмічний університет імені М. С. Жуковського  
«Харківський авіаційний інститут»

<sup>2</sup>Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця

### Анотація

У сучасному баскетболі ефективна командна гра вимагає від гравців на різних позиціях виконання спеціалізованих функцій, які відповідають їх фізичним, технічним та психологічним якостям. Розуміння цих функцій є вирішальним для успішної роботи команди. Визначення функцій та вимог до гравців на різних позиціях є ключовим для успішної гри будь-якої баскетбольної команди. Це дозволяє створити ефективну стратегію, де кожен гравець може максимально реалізувати свій потенціал.

**Мета дослідження:** розглянути функції баскетболістів, які грають на певних позиціях та виявити вимоги до гравців різних ігрових амплуа в баскетболі.

**Матеріал і методи.** Теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

**Результати.** Охарактеризовано функції баскетболістів, які грають на певних позиціях. Розкрито вимоги до гравців різних ігрових амплуа в баскетболі: розігруючий захисник, атакуючий захисник, легкий форвард, важкий форвард, центровий.

**Висновки.** Функції баскетболістів, які грають на різних позиціях, визначаються їхніми ролями та обов'язками на майданчику. Розподіл гравців за функціями є важливим аспектом організації командної гри в баскетболі. Цей розподіл дозволяє досягати організованої та цілеспрямованої гри, яка враховує індивідуальні можливості кожного гравця. Розподіл ігрових амплуа серед гравців залежить від їхніх фізичних та психологічних особливостей. Антропометричні дані та навички гравця враховуються при визначенні його амплуа. Однак, також важливо враховувати психологічні особливості гравця та його здатність до співпраці з партнерами по команді. Необхідно чітко розподіляти ролі у команді для досягнення успіху. Внутрішньогрупове суперництво може негативно впливати на командну діяльність, тому важливо, щоб кожен гравець розумів свої можливості та мав здатність оцінити можливості партнерів. Вимоги до гравців різних ігрових амплуа в баскетболі полягають в їхньому розумінні ролей та обов'язків, здібностей до співпраці з партнерами, індивідуальній майстерності та здатності оцінювати ситуацію на майданчику. Це допомагає ефективному створенню команди, яка здатна досягти успіху.

**Ключові слова:** амплуа; баскетбол; гра; гравці; захисник; команда; м'яч; форвард; центровий.

### Abstract

#### Playing Positions in Basketball: Functions and Requirements for Players

V. Kramarenko, I. Evarnitsky, O. Kravchenko

In modern basketball, effective team play requires players in different positions to perform specialized functions that match their physical, technical and psychological attributes. Understanding these functions is crucial to the success of the team. Identifying the functions and requirements of players at different positions is key to the success of any basketball team. This allows you to create an effective strategy where each player can maximize his or her potential.

**Purpose of the study:** to consider the functions of basketball players playing in certain positions and to determine the requirements for players of different playing roles in basketball.

**Research methods:** theoretical analysis and generalization of scientific and methodological literature.

**Results of the study.** The functions of basketball players playing at certain positions are characterized. The requirements for players of different playing roles in basketball are revealed: point guard, attacking guard, light forward, heavy forward, center. Conclusions. The functions of basketball players playing in different positions are determined by their roles and responsibilities



on the court. The distribution of players by function is an important aspect of organizing team play in basketball. This distribution allows to achieve an organized and purposeful game, taking into account the individual capabilities of each player. The distribution of playing roles among players depends on their physical and psychological characteristics. The anthropometric data and skills of a player are taken into account when determining his role. However, it is also important to take into account the psychological characteristics of the player and his ability to cooperate with his teammates. It is necessary to clearly assign roles in the team in order to achieve success. Intragroup rivalry can have a negative impact on teamwork, so it is important that each player understands his own capabilities and has the ability to assess the capabilities of his partners. The requirements for players of different playing roles in basketball are their understanding of roles and responsibilities, ability to cooperate with partners, individual skill and ability to assess the situation on the court. This helps to effectively build a team that can succeed.

**Keywords:** role; basketball; game; players; defender; team; ball; forward; center.

## Вступ

Баскетбол – це популярна спортивна гра. Масова зацікавленість до цього командного ігрового виду спорту пояснюється його загальною доступністю, високою емоційністю, оздоровчою і виховною спрямованістю та великим видовищним ефектом (Бойко, & Кравчук 2009; Ефімов, & Помещикова, 2011; Горбуля, et al., 2012; Аркуша, et al., 2013; Пасічник, 2015; Мітова, & Грюкова, 2016; Підлужняк, et al., 2018; Сушко, & Шутова, 2018; Кафтанова, et al., 2019; Ковальов, & Остроухов, 2020; Анікеєнко, et al., 2021; Кафтанова, et al., 2022; Цимбалюк, et al., 2022).

Продан О. О. та Фунтікова Н. О. (2014), Мітова О. О. та Грюкова В. В. (2016), Підлужняк І. О. із співавторами (2018) відмічають, що гра в баскетбол відрізняється від інших видів спорту високою руховою активністю і значним напруженням ігрових дій, потребує прояву різносторонніх фізичних, моральних та вольових якостей, рухових дій, інтелектуальних здібностей.

Ображей О. С. (2016) вважає, що баскетбол, як спортивна гра, створює атмосферу здорового змагання, змушує не лише механічно повторювати відомі рухи, а і мобілізує пам'ять, руховий досвід, оцінювання своїх дій, він володіє високою динамічністю, емоційністю і в той же час індивідуалізмом і колективізмом, що робить його одним з найефективніших чинників всебічного фізичного розвитку.

За даними чисельної кількості фахівців та дослідників (Ефімов, & Помещикова, 2011; Горбуля, et al., 2012; Лаврін, 2012; Миргород, & Церковна, 2012; Величенко, et al., 2014; Бессарабов, 2015; Кисіль, & Сотник, 2015; Пасічник, 2015; Тучинська, & Руденко, 2015; Павленко, 2019; Анікеєнко, et al., 2021; Цимбалюк, et al., 2022; Цюпак, et al., 2021; Рядова, et al., 2023; Рядова, et al., 2023), систематичні заняття баскетболом позитивно впливають на стан психічного й фізичного здоров'я та на стан психомоторних реакцій; сприяють поліпшенню функціонального стану серцево-судинної, дихальної, нервової, травної систем та функцій зорового, слухового, вестибулярного, тактильного, рухового аналізаторів; удосконаленню фізичного розвитку; підвищенню рівня фізичної підготовленості, розумової та фізичної працездатності; зміцненню кісткової тканини, рухового апарату; збільшення рухливості в суглобах; вихованню морально-вольових якостей; є ефективним засобом всебічного гармонійного розвитку особистості, формування наполегливості, цілеспрямованості, сміливості, рішучості, самовладання, самовідданості, підвищеної

витримки, ініціативності, дисциплінованості, креативності мислення, впевненості у собі, колективності дій.

Різноманітні ігрові ситуації вимагають від учасників гри великого арсеналу рухових вмінь і навичок. У процесі вдосконалення цих умінь досягається значне підвищення рівня фізичної підготовленості людини, що надає позитивний вплив на здоров'я. При правильній організації занять баскетболом відкриваються великі можливості для ефективного оздоровчого впливу на організм. В процесі гри людина проявляє рухову активність, при цьому гарне тренування отримують органи дихального апарату, залози внутрішньої секреції і навіть травна система. Особливо важливу роль при організації рухів грають ланки нервової системи, оскільки вони постійно контролюють і регулюють активність органів того або іншого апарату (Тучинська, & Руденко, 2015).

Тучинська Т. А. та Руденко С. В. (2015), Цюпак Ю. Ю., Швай О. Д., та Іваніцький Р. Б. (2021) акцентують увагу на тому, що заняття баскетболом сприяють значному розширенню меж периферичного зору, що позитивно впливає на швидкість і точність зорового сприйняття; поліпшенню глибинного зору; підвищенню стійкості вестибулярного аналізатора.

На думку Чучи Н.І. та Кравченко О. С. (2015), баскетбол має високу напругу ігрових дій, що потребують від спортсмена максимальних м'язових зусиль та вмінь до їх прояву в умовах, які постійно змінюються.

Як відмічають Бандура В. А. та Козак Н. О. (2019), сучасний баскетбол характеризується безперервністю і несподіваністю швидких змін ігрових ситуацій, що навчає миттєво оцінювати ситуацію та швидко реагувати на неї; більшою емоційністю гри; інтенсифікацією змагальної діяльності, що проявляється в збільшенні щільності ігрових дій; зменшенні часу виконання як технічних прийомів у цілому, так і їх окремих фаз; у швидкості і стрімкості тактичних взаємодій, збільшенні числа індивідуальних ігрових дій.

Для професійного баскетболу характерні високі швидкості сенсомоторних реакцій. Дефіцит часу при виконанні техніко-тактичних дій в баскетболі впливає так, що рішення, прийняте гравцями в обмежений проміжок часу, не завжди сходиться з тим рішенням, до якого б вони прийшли при наявності в них більшого часу. Тому важливо, щоб баскетболісти вміли дати правильну оцінку ігровій ситуації, миттєво обґрунтувати обраний ними варіант рішення. У цьому зв'язку система вдосконалювання



ефективності рухової діяльності зводиться ще й до набору ігрової інформації, що підсумовується в певні класи рухів і структурні об'єднання по часових, структурних і техніко-тактичних характеристиках. Чим більше кількість виборів, тим вище ступінь невизначеності ігрового завдання й тим більше інформації потрібно для його рішення (Ковтун, et al., 2021).

Кисіль В. М. та Сотник О. В. (2015), Горбуля В. О., Горбуля В. Б., та Горбуля О. В. (2017) стверджують, що успіх гри залежить від рівня фізичної, технічної та психологічної підготовленості баскетболістів, а також засвоєння ними теоретико-методичних основ тактики й тактичних дій.

У баскетболі відбувається безперервна почергова зміна між грою в нападі та захисті. Це означає, що кожен гравець повинен не лише активно нападати, а й уміло захищати своє кільце, своєчасно і правильно реагувати на дії суперника, враховуючи розташування гравців команди супротивника, партнерів і місцезнаходження м'яча (Горбуля, et al., 2017).

Кафтанова Т. В., Шоханова К. А., та Булгаков О. І. (2019) змагальний характер гри, самостійність дій, безперервна зміна ситуацій, успішна дія або невдача спричиняють у гравців прояв різноманітних почуттів і переживань, що впливають на їхню діяльність.

Сучасний баскетбол є динамічним і вимогливим видом спорту, який вимагає від гравців високого рівня фізичної підготовки, технічної майстерності та тактичного розуміння гри. У межах команди кожен гравець виконує певні функції, залежно від позиції, на якій він грає. Розуміння цих функцій є ключовим для ефективної командної гри.

Дослідження ролі та вимог до гравців на різних позиціях у баскетболі має велику актуальність з кількох причин. По-перше, це допомагає тренерам і гравцям оптимізувати склад команди та розробляти стратегії, які максимізують потенціал кожного гравця. По-друге, це дає змогу спортсменам ідентифікувати свої сильні та слабкі сторони, а також працювати над поліпшенням.

**Мета дослідження:** розглянути функції баскетболістів, які грають на певних позиціях та виявити вимоги до гравців різних ігрових амплуа (розігруючий захисник, атакуючий захисник, легкий форвард, важкий форвард, центровий) в баскетболі.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

### Результати дослідження та їх обговорення

Баскетбол – це командна спортивна гра, в якій кожний гравець поєднує свої дії з діями партнерів. Ігрові амплуа кожного гравця команди зобов'язують їх постійно взаємодіяти для досягнення загальної мети (Кафтанова, Булгаков, & Скалій, 2019).

Як відмічають Пасічник В. (2015), Нестеренко Н. А. і Крюковська О. С. (2021), у спортивних іграх склад команди організовано таким чином, що кожному гравцеві призначена певна роль (функція), яку він повинен виконувати протягом матчу, забезпечуючи успішну гру. Розподіл функцій у командних видах спорту відіграє важливу роль у забезпеченні організованої та цілеспрямованої гри.

Кожна роль має свої унікальні характеристики, проте всі вони сходяться в тому, що чітке виконання функцій сприяє ефективній грі як у змагальній, так і в тренувальній ситуаціях.

При розподілі гравців за їх ролями в процесі змагання дотримуються принципу функціонального поділу. Амплуа спортсмена визначається не лише технічними діями та розташуванням на ігровому просторі, а й психологічними та фізичними особливостями.

У командних видах спорту позиції гравців визначаються, здебільшого, на основі їх фізичних характеристик і поведінкових особливостей. Домінуючу роль відіграють антропометричні дані та очевидні форми поведінки. Проте, поряд із фізичними якостями, слід також враховувати психологічні характеристики спортсмена, оскільки вони можуть значно впливати на його ефективність на певній позиції.

У команді з баскетболу, успіх залежить не лише від індивідуальної майстерності гравців, але й від їхньої здатності оцінювати власні можливості та можливості своїх партнерів. Важливо збалансувати потреби гравців у власному успіху з метою досягнення командного успіху. Занадто сильне суперництво всередині команди може завадити спільним зусиллям. Успішні команди часто працюють за чітко розподіленими ролями.

У спортивній команді важливо розрізнити «провідних» гравців, які володіють лідерськими якостями, та «відомих» гравців, які можуть ефективно доповнювати та адаптуватися до потреб команди. Психологічна складність полягає не лише в формальному розподілі ролей між «лідерами» та «послідовниками», але й у збалансуванні цих ролей з особистими характеристиками гравців, що визначає реальну структуру даної команди (Нестеренко, & Крюковська, 2021).

Формальний склад команди з баскетболу сформувався по амплуа гравців за функціями: 1 – розігруючий захисник, 2 – атакуючий захисник, 3 – легкий форвард, 4 – важкий форвард, 5 – центровий. Ці позиції не регулюються правилами баскетболу та носять не офіційний характер. Здебільшого позиції згруповані за принципом знаходження на спортивному майданчику: передня і задня лінії (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

У сучасному баскетболі спостерігається диференціація і всередині цих функцій. Так, серед захисників виділяють атакуючих захисників, які активно беруть участь в атаках кошика, у боротьбі за володіння м'ячем біля щита суперника і задніх захисників, які беруть участь в організації позиційного нападу, розіграші м'яча, страхуванні тилу команди; серед центрових – основні центрові, які діють переважно біля щита суперника та легкі центрові, які вільно маневрують навколо штрафного майданчика і часто беруть участь у проведенні стрімких атак і в боротьбі за оволодіння м'ячем під щитом (Горбуля, et al., 2012).

Кафтанова Т. В., Шоханова К. А. та Булгаков О. І. (2022) вказують, що кількість гравців за функціями на майданчику в ході гри може змінюватися залежно від обраної командою системи гри і ситуації, що складається під час зустрічі.



Гравець на позиції розігруючого захисника, також відомий як перший номер, володіє абсолютно вільно м'ячем, високою швидкістю, відмінною стрибучістю та здатністю конкурувати з вищими суперниками у закиданні м'яча. Розігруючий є ключовим гравцем у будь-якій команді, виконуючи важливу роботу як в нападі, так і в захисті. Важливо, щоб він мав злагоджений контакт з тренером. Типовий зріст гравця на цій позиції знаходиться у діапазоні від 175 до 190 см (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

Атакуючий захисник, також відомий як другий номер, характеризується високою швидкістю, спритністю та здатністю стрибати високо. Важливо, щоб у нього були сильні кидки з різної відстані та швидкий дриблінг. Головна мета другого номера – набрати очки, а деякі з них можуть виконувати роль розігруючого. Зазвичай гравець на цій позиції має зріст близько 190–200 см (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

Захисник атакуючого плану повинен відрізнитися швидким стрибком, високим рівнем розвитку швидкості, витривалості та сили м'язів рук (Нестеренко, & Крюковська, 2021).

Розігруючий захисник повинен мати високий рівень розвитку сили м'язів рук та стан функціональних можливостей (Нестеренко, & Крюковська, 2021).

Розігруючий та атакуючий захисники повинні бути максимально швидкими, рухливими, витривалими, розсудливими й уважними. В нападі вони повинні першими переходити у швидкий прорив і вміло його завершувати (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

Важливою умовою для захисника є вміння орієнтуватися в ігровій обстановці і мати здатність до комбінаційного розіграшу м'яча (Пасічник, 2015).

В обороні захисники першими вступають у боротьбу проти контратак суперника та повинні вміло володіти технікою відбору м'яча та перехватів (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

Легкий форвард – це гравець, який зазвичай знаходиться на передній лінії команди і виступає як зв'язка між розігруючим гравцем і «великими» (центровими) гравцями. Їх основною метою, подібно до атакуючого захисника, є набір очок, але на відміну від захисників, гравці нападу зазвичай мають більший зріст і, відповідно, краще підбирають м'яч та блокують кидки. Важливою характеристикою легкого форварда є вміння добре дриблити та точно кидати з середньої відстані. Середній зріст баскетболіста на цій позиції зазвичай становить від 195 до 210 см.

Гравець, який виступає у ролі важкого або потужного форварда, також відомий як четвертий номер, грає під кільцем, змагаючись за підбирання м'яча, і активно діє в три секундній зоні, атакуючи як обличчям до кільця, так і спиною до нього. Основним завданням четвертого номера є підбір м'яча в нападі та захисті. Тому у потужних форвардів повинен бути високий рівень розвитку сили та витривалості. Середній зріст баскетболіста становить приблизно 200–210 см (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015;

Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

Легкий та тяжкий форварди характеризуються високим зростом, швидкістю, стрибучістю, хорошим відчуттям часу, снайперськими здатностями, повинні мати хорошу маневреність, вміння результативно атакувати з далеких і середніх позицій, загострювати гру поблизу кошику суперників за рахунок власного швидкісного проходу або націленої передачі центровому. Крім цього вони зобов'язані грамотно здійснювати захисні дії на своїх позиціях і забезпечувати разом із центровим підбір м'яча на обох щитах (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

Нападник таранного типу відзначається високою атлетичністю, що дозволяє йому рухатися швидко та мати здатність до високих та швидких стрибків навіть під час бігу (Нестеренко, & Крюковська, 2021).

Нападники зазвичай характеризуються високим зростом, швидкістю, стрибучістю, добре розвиненим відчуттям часу; снайперськими здібностями, вмінням правильно оцінювати ігрові обставини, сміливо й рішуче атакувати кошик.

Для нападника дуже важливо влучно кидати м'яч у кошик із середньої та далекої відстаней, володіти фланговими гострими проходами до кошика й потужно діяти під щитом. У захисті він має щільно опікати суперника, активно протидіяти кидкам і проходам суперника під свій кошик (Горбуля, et al., 2012).

Центровий або п'ятий номер – це позиція гравця в баскетбольній команді, яка вимагає високого зросту і спеціалізується на грі під кільцем і підбиранні м'яча. Фізична підготовка центрального дозволяє йому бути рухливим і пересуватися по всьому спортивному майданчику нарівні з меншими гравцями, виконувати точні передачі і завершувати атаки. У нападі центровий має широкий спектр дій, що розширює його вплив на гру. Центровий гравець є найвищим гравцем у команді, зріст якого становить 210–225 см (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

Центровий гравець повинен бути високого зросту, мати атлетичну будову тіла, мати високий рівень розвитку стрибучості та витривалості. Він бере участь в організації і проведенні стрімкого та позиційного нападу. Після оволодіння м'ячем у захисті він повинен швидко перейти у напад для активних дій у завершальній фазі атаки (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

У позиційному нападі центровий діє найчастіше в глибині оборони суперника, керує основними комбінаціями для підготовки атаки кошика Горбуля В. О., Горбуля В. Б., Горбуля О. В. Дослідження технічної підготовки баскетболістів команди запорізького національного університету (Горбуля, et al., 2012).

Центровий повинен володіти широким арсеналом засобів і способів ведення гри як під щитом, так і по всьому майданчику (Горбуля, et al., 2012).

Мобільний центровий має обов'язково володіти не лише характеристиками нападаючого гравця з високим рівнем розвитку сили, але й бути здатним ефективно виконувати стрибки і ривки. Центровий характеризується



високим рівнем стрибкової витривалості, сили м'язів ніг і вмінням застосовувати технічні прийоми під час інтенсивної боротьби на спортивному майданчику (Нестеренко, & Крюковська, 2021).

Розігруючий та атакуючий захисник є гравцями «задньої лінії», а форварди та центровий – це гравці «передньої лінії», які грають ближче до кошика (Горбуля, et al., 2012; Пасічник, 2015; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Кафтанова, et al., 2022).

Зона дій захисника першого номера характеризується місцезнаходженням гравця, яке надає найбільш вигідні умови для організації і проведення тактичних комбінацій як для всієї команди, так і окремих її ланок.

Гравець, який знаходиться в центрі, має всі умови для забезпечення комунікації з партнерами і виконання ролі організатора командних дій. Цей гравець повинен не лише пропонувати стратегію для конкретного ігрового моменту, але й бути здатним реалізувати її спільними зусиллями. Розігруючий повинен мати такий тип особистості, який вміє переконати і організувати своїх партнерів для виконання спільної стратегії.

Зона дій нападників охоплює весь майданчик в зоні атаки, надаючи гравцям свободу руху незалежно від їхнього розташування від кільця. Оптимальним для кидків є місце, що забезпечує зручний кут до кільця, можливість виконання кидка з різних відстаней, а також створює умови для реалізації командних комбінацій або індивідуального майстерності. Атаки нападників є ключовим елементом більшості тактичних комбінацій. Вони виконують дві важливі функції: «бомбардири», які здійснюють кидки і забивають очки та «привертання уваги», які своєю присутністю і активними діями відволікають супротивника, створюючи можливість для атак інших гравців.

Нападники, як правило, демонструють сильний характер, ознаками якого є впевненість у собі, прагнення до перемоги і змагання. Вони не бояться конкуренції і з радістю йдуть на ризик, щоб досягти успіху. Їх характер відзначається рішучістю, сміливістю і незалежністю у діях. Нападники найбільше відповідають типу особистості, яка завжди прагне змагатися і перемагати.

Центровий гравець діє в найближчій до кошика супротивника зоні, де він постійно стикається з щільною опікою з боку суперника. Це вимагає від нього постійної боротьби за кращі позиції біля кільця протягом всього матчу. Оскільки він знаходиться на «вістрі атаки», на нього часто чинять жорсткий вплив, якому він повинен протистояти. Цей вид гри вимагає від центрального гравця виняткової енергії, незалежності і прагнення до конфронтації та фізичного протистояння.

Сучасний баскетбол цінує гравців-універсалів, які

можуть виконувати різноманітні завдання на майданчику і, за потреби, грати на різних позиціях. Такі гравці є надзвичайно цінними для команди, оскільки вони дозволяють їй швидко переходити від атакувальних дій до оборонних і навпаки, економлячи час і зусилля (Нестеренко, & Крюковська, 2021).

При організації тренувальних занять для баскетболістів необхідно враховувати особливості ігрового амплу гравця, підготовка яких повинна відрізнятися за змістом фізичних вправ, що використовуються, спрямованістю навантаження, кількістю повторень, тривалістю виконання й інтервалів відпочинку.

Для ефективної гри в баскетбол необхідно враховувати специфіку позиції гравця. Захисникам слід приділити увагу розвитку швидкісної витривалості та стартової швидкості. Нападникам в першу чергу потрібно розвивати спеціальні координаційні здібності та швидкісно-силові якості. Центровим важливо удосконалити швидкість, спеціальні координаційні здібності та швидкісно-силові якості. (Нестеренко, & Крюковська, 2021).

## Висновки

Функції баскетболістів, які грають на різних позиціях, визначаються їхніми ролями та обов'язками на майданчику. Розподіл гравців за функціями є важливим аспектом організації командної гри в баскетболі. Цей розподіл дозволяє досягати організованої та цілеспрямованої гри, яка враховує індивідуальні можливості кожного гравця.

Розподіл ігрових амплу серед гравців залежить від їхніх фізичних та психологічних особливостей. Антропометричні дані та навички гравця враховуються при визначенні його амплу. Однак, також важливо враховувати психологічні особливості гравця та його здатність до співпраці з партнерами по команді.

Необхідно чітко розподіляти ролі у команді для досягнення успіху. Внутрішньогрупове суперництво може негативно впливати на командну діяльність, тому важливо, щоб кожен гравець розумів свої можливості та мав здатність оцінити можливості партнерів.

Вимоги до гравців різних ігрових амплу в баскетболі полягають в їхньому розумінні ролей та обов'язків, здібностей до співпраці з партнерами, індивідуальній майстерності та здатностях оцінювати ситуацію на майданчику. Це допомагає ефективному створенню команди, яка здатна досягти успіху.

**Перспективи подальших досліджень у даному напрямку:** розробити та оцінити програми ментальних тренувань, адаптованих до потреб баскетболістів різних ігрових амплу.

О.О., Недорубко, С. А., & Зелененко, Н.О. (2013). *Основи техніко-тактичної підготовки в баскетболі* : навч. посібник. Харків : НФаУ.

Бандура, В.А., & Козак, Н.О. (2019). Розвиток швидкості у студентів закладів вищої освіти за допомогою занять баскетболом. *Інноваційна педагогіка*, 12(1), 49–54. URL: [http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2019/12/part\\_1/11.pdf](http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2019/12/part_1/11.pdf).

Бессарабов, М.С. (2015). *Загальні основи методики тренування*

## Список літератури

Анікєєнко, Л.В., Єфременко, В.М., Яременко, О.М., Кузенков, О.В., & Устименко, Г.О., (2021). *Фізичне виховання: техніка та тактика гри в баскетбол: «Навчання техніці та тактиці гри у баскетбол для студентів»* : навч. посіб. Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського.

Аркуша, А.О., Королінська, С.В., Измайлова, Н.І., Слюсаренко,



- та спортивної підготовки в баскетболі : навч. посіб. Запоріжжя : ЗДМУ.
- Бойко, Я.С., & Кравчук Є.В. (2009). *Баскетбол : конспект лекцій*. Харків : ХНАМГ.
- Величенко, М. А., Фотинюк, В. Г., Коротя, В. В., & Тимошкін, В.М. (2014). *Фізичне виховання. Баскетбол : практикум*. Київ : НАУ.
- Горбуля, В.О., Горбуля, В.Б., & Горбуля, О.В. (2012). Дослідження технічної підготовки баскетболістів команди запорізького національного університету. *Вісник Запорізького національного університету*, 2(8), 217–226. URL: <https://web.znu.edu.ua/herald/issues/2012/FViS-2012-2/217-226.pdf>.
- Горбуля, В.Б., Горбуля, В.О., & Горбуля, О.В. (2017). *Баскетбол: тактика гри та методика навчання* : навч.-метод. посіб. Запоріжжя : Запорізький національний університет.
- Ефімов, О.А., & Помещикова, І.П. (2011). *Основи баскетболу* : навч. посіб. Харків : ХДАФК.
- Кафтанова, Т.В., Булгаков, О.І., & Скалій, Т.В. (2019). *Методичні рекомендації до семінарських занять з дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення (баскетбол)» для I курсу*. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка.
- Кафтанова, Т.В., Шоханова, К.А., & Булгаков, О.І. (2022). *Лекційний курс з дисципліни «Теорія і методика спортивних ігор (баскетбол)»*. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка.
- Кисіль, В.М., & Сотник, О.В. (2015). *Методичні вказівки до дисципліни «Фізичне виховання» розділ: «Баскетбол. Індивідуальні дії гравців в нападі та захисті» для студентів денної форми навчання спортивних секцій та груп спортивного вдосконалення з баскетболу*. Рівне : НУВГП.
- Ковальов, В.О., & Остроухов, О.В. (2020). *Техніка виконання основних рухів та прийомів у баскетболі* : метод. реком. Кропивницький : ЦНТУ.
- Ковтун, А.О., Мітова, О.О., & Грюкова, В.В. (2021). Вплив засобів баскетболу на рівень сенсомоторних реакцій студентів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 5K (134), 149–153. URL: <http://enpuir.udu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/35789/Kovtun.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Лаврін, Г.З. (2012). Технологія навчання кидка м'яча двома руками від грудей в баскетболі. *Теорія та методика фізичного виховання*, 10, 43–49. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/304296015.pdf>.
- Миргород, Д.О., & Церковна, О.В. (2012). *Фізичне виховання: секційна форма організації навчального процесу (розділ «Баскетбол»)»* : навч. посіб. Харків : Нац. ун-т «Юрид. акад. України ім. Ярослава Мудрого».
- Мітова, О.О., & Грюкова, В.В. (2016). *Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання* : навч.-метод. посіб. Дніпропетровськ : Вид-во «Інновація».
- Нестеренко, Н.А., & Крюковська, О.С. (2021). *Спеціальна фізична підготовка баскетболістів з урахуванням ігрового амплуа* : метод. реком. Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. Справ.
- Ображей, О.С. (2016). Баскетбол як засіб розвитку координаційних здібностей плавців. *Спортивні ігри*, 2, 28–30. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/sporihry\\_2016\\_2\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/sporihry_2016_2_9).
- Павленко, О.Ю. (2019). *Комплексний підхід до організації діяльності баскетбольного клубу на базі закладу вищої освіти* : дисертація. Київ : Національний університет фізичного виховання і спорту України.
- Пасічник, В. (2015). *Теорія і методика викладання баскетболу* : навч. посіб. Львів : ЛДУФК.
- Підлужняк, О.І., Колос, О.А., & Горбатий, А.Ю. (2018). *Основи технічної підготовки з баскетболу на факультативних заняттях* : метод. вказів. Вінниця : ВНТУ.
- Продан, О.О., & Фунтікова, Н.О. (2014). Методика навчання баскетболу та організація баскетбольної підготовки в умовах загальноосвітнього навчального закладу. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*, 31, 139–142. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped\\_2014\\_31\\_52](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2014_31_52).
- Рядова, Л.О., Кравченко, О.С., Рожков, В.О., Пазичук, О.В., & Подмарьова, І.А. (2023). Ефективність занять баскетболом здобувачами закладів вищої освіти: теоретичний аспект. *Спортивні ігри*, 3(29), 56–65. URL: [http://journals.urau.ua/sports\\_games/article/view/280222/274792](http://journals.urau.ua/sports_games/article/view/280222/274792).
- Рядова, Л.О., Рожков, В.О., Шутеев, В.В., Тихонова, А.О., Єварницький, І.А., & Крамаренко, В.І. (2023). Загальна характеристика та історичний аспект становлення гри в баскетбол на теренах України. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 6(166)23, 139–144. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6\(166\).30](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).30).
- Сушко, Р.О., & Шутова, С.Є. (2018). Особливості розвитку сучасного баскетболу та напрямки наукових досліджень : методичні рекомендації до навчальної дисципліни «Теорія та методика тренерської діяльності в обраному виді спорту» спеціальність 017 Фізична культура і спорт. Київ : Національний університет фізичного виховання і спорту України.
- Тучинська, Т.А., & Руденко, Є.В. (2015). *Баскетбол* : навч.-метод. посіб. Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького.
- Цимбалюк, Ж.О., Несен, О.О., Мусієнко, А.В., & Юрченко, І.М. (2022). *Баскетбол та його різновиди у фізичній культурі дітей* : навч.-метод. посіб. Харків : ХНПУ.
- Цюпак, Ю.Ю., Швай, О.Д., & Іваніцький, Р.Б. (2021). *Методика навчання основних технічних прийомів гри в баскетбол* : метод. реком. Луцьк : Волинський національний університет імені Лесі Українки.
- Чуча, Н.І., & Кравченко, О.С. (2015). Зміна рівня витривалості баскетболісток студентських команд : *XV Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура, спорт та здоров'я»*. Харків : ХДАФК, 114–116. URL: <http://journals.urau.ua/index.php/wissn032/article/view/57701>.

## References

- Anikeienko, L.V., Yefremenko, V.M., Yaremenko, O.M., Kuzenkov, O.V., & Ustyenko, H.O. (2021). *Fizychnе vykhovannia: tekhnika ta taktyka hry v basketbol: «Navchannia tekhnitsi ta taktytsi hry u basketbol dlia studentiv»* [Physical education: basketball techniques and tactics: «Teaching basketball techniques and tactics to students»]. Kyiv : KPI im. Ihoria Sikorskoho [in Ukrainian].
- Arkusha, A.O., Korolinska, S.V., Izmailova, N.I., Sliusarenko, O.O., Nedorubko, S.A., & Zelnenko, N.O. (2013). *Osnovy*



- tekhniko-taktychnoi pidhotovky v basketboli [Fundamentals of technical and tactical training in basketball]. Kharkiv : NFaU [in Ukrainian].
- Bandura, V.A., & Kozak, N.O. (2019). Rozvytok shvydkosti u studentiv zakladiv vyshchoi osvity za dopomohoiu zaniat basketbolom [The development of speed in higher education students through basketball training]. *Innovatsiina pedahohika* [Innovative pedagogy], no 12, 49–54. URL: [http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2019/12/part\\_1/11.pdf](http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2019/12/part_1/11.pdf) [in Ukrainian].
- Bessarabov, M.S. (2015). *Zahalni osnovy metodyky trenuvannya ta sportyvnoi pidhotovky v basketboli* [General basics of training methods and sports training in basketball]. Zaporizhzhia : ZDMU [in Ukrainian].
- Boiko, Ya.S., & Kravchuk Ye.V. (2009). *Basketbol* [Basketball]. Kharkiv : KhNAMH [in Ukrainian].
- Velychenko, M.A., Fotyniuk, V.H., Korotia, V.V., & Tymoshkin, V.M. (2014). *Fizychnye vykhovannia. Basketbol* [Physical education. Basketball]. Kyiv : NAU [in Ukrainian].
- Horbulia, V.O., Horbulia, V.B., & Horbulia, O.V. (2012). Doslidzhennia tekhnichnoi pidhotovky basketbolistiv komandy zaporizkoho natsionalnoho universytetu [The study of the technical training of basketball players of the Zaporizhzhia National University team]. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu* [Bulletin of Zaporizhzhia National University], no 2 (8), 217–226. URL: <https://web.znu.edu.ua/herald/issues/2012/FViS-2012-2/217-226.pdf> [in Ukrainian].
- Horbulia, V.B., Horbulia, V.O., & Horbulia, O.V. (2017). *Basketbol: taktika hry ta metodyka navchannia* [Basketball: game tactics and teaching methods]. Zaporizhzhia : Zaporizkyi natsionalnyi universytet [in Ukrainian].
- Efimov, O.A., & Pomeschchykova, I.P. (2011). *Osnovy basketbolu* [Basketball basics]. Kharkiv : KhDAFK [in Ukrainian].
- Kaftanova, T.V., Bulhakov, O.I., & Skalii, T.V. (2019). *Metodychni rekomendatsii do seminariv z dystypliny «Sportyvno-pedahohichne vdoskonalennia (basketbol)» dlia I kursu* [Methodical recommendations for seminars in the discipline «Sports and pedagogical improvement (basketball)» for the first year]. Zhytomyr : Vyd-vo ZhDU im. I. Franka [in Ukrainian].
- Kaftanova, T.V., Shokhanova, K.A., & Bulhakov, O.I. (2022). *Lektsiynnyi kurs z dystypliny «Teoriia i metodyka sportyvnykh ihor (basketbol)»* [Lecture course in the discipline «Theory and methods of sports games (basketball)»]. Zhytomyr : Vyd-vo ZhDU im. I. Franka. [in Ukrainian].
- Kysil, V.M., & Sotnyk, O.V. (2015). *Metodychni vkazivky do dystypliny «Fizychnye vykhovannia» rozdil: «Basketbol. Indyvidualni dii hravtsiv v napadi ta zakhysti» dlia studentiv dennoi formy navchannia sportyvnykh sektiiv ta hrup sportyvnoho vdoskonalennia z basketbolu* [Methodical instructions for the discipline «Physical Education» section: «Basketball. Individual actions of players in attack and defence» for full-time students of sports sections and groups of sports improvement in basketball]. Rivne : NUVHP [in Ukrainian].
- Kovalov, V.O., & Ostroukhov, O.V. (2020). *Tekhnika vykonannia osnovnykh rukhiv ta pryiomiv u basketboli* [Technique of basic movements and techniques in basketball]. Kropyvnytskyi : TsNTU [in Ukrainian].
- Kovtun, A.O., Mitova, O.O., & Hriukova, V.V. (2021). Vplyv zasobiv basketbolu na riven sensomotornykh reaktsii studentiv [The influence of basketball equipment on the level of sensorimotor reactions of students]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriya №15. Naukovopedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)* [Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Drahomanov. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)], no 5K (134) 21, 149–153. URL: <http://enpuir.udu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/35789/Kovtun.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (in Ukrainian).
- Lavrin, H.Z. (2012). Tekhnolohiia navchannia kydka miacha dvoma rukamy vid hrudei v basketboli [The technology of teaching to throw the ball with two hands from the chest in basketball]. *Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia* [Theory and methods of physical education], no 10, 43–49. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/304296015.pdf> [in Ukrainian].
- Myrhorod, D.O., & Tserkovna, O.V. (2012). *Fizychnye vykhovannia: sektiina forma orhanizatsii navchalnoho protsesu (rozdil «Basketbol»)* [Physical education: sectional form of organisation of the educational process (section «Basketball»)]. Kharkiv : Nats. un-t «Iuryd. akad. Ukrainy im. Yaroslava Mudroho» [in Ukrainian].
- Mitova, O.O., & Hriukova, V.V. (2016). *Basketbol: istoriia rozvytku, pravyla hry, metodyka navchannia* [Basketball: history of development, rules of the game, teaching methods]. Dnipropetrovsk : Innovatsiia [in Ukrainian].
- Nesterenko, N.A., & Kriukovska, O.S. (2021). *Spetsialna fizychna pidhotovka basketbolistiv z urakhuvanniam ihrovoho amplua* [Special physical training of basketball players, taking into account the game role]. Dnipro : Dniprop. derzh. un-tvnutr. Sprav [in Ukrainian].
- Obrazhei, O.Ye. (2016). Basketbol yak zasib rozvytku koordynatsiinykh zdibnostei plavtsiv [The basketball as a means of developing the coordination abilities of swimmers]. *Sportyvni ihry* [Sports games], no 2, 28–30. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/sporihry\\_2016\\_2\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/sporihry_2016_2_9) [in Ukrainian].
- Pavlenko, O.Yu. (2019). *Kompleksnyi pidkhid do orhanizatsii diialnosti basketbolnoho klubu na bazi zakladu vyshchoi osvity* [An integrated approach to organising the activities of a basketball club on the basis of a higher education institution]. Kyiv : Natsionalnyi universytet fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V. (2015). *Teoriia i metodyka vykladannia basketbolu* [Theory and methods of teaching basketball]. Lviv : LDUFK (in Ukrainian).
- Pidluzhniak, O.I., Kolos, O.A., & Horbatyi, A.Yu. (2018). *Osnovy tekhnichnoi pidhotovky z basketbolu na fakul'tatyvnykh zaniattiakh* [Basics of technical training in basketball in optional classes]. Vinnytsia : VNTU [in Ukrainian].
- Prodan, O.O., & Funtikova, N.O. (2014). *Metodyka navchannia basketbolu ta orhanizatsiia basketbolnoi pidhotovky v umovakh zahalnoosvitnoho navchalnoho zakladu* [The methods of teaching basketball and organisation of basketball training in general educational institution]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu* [Scientific Bulletin of Uzhhorod National University], 31, 139–142. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped\\_2014\\_31\\_52](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2014_31_52) [in Ukrainian].
- Riadova, L.O., Kravchenko, O.S., Rozhkov, V.O., Pazychuk, O.V., & Podmarova, I.A. (2023). Efektyvnist zaniat basketbolom zdobuvachamy zakladiv vyshchoi osvity: teoretychnyi aspekt [The effectiveness of basketball training for students of higher education institutions: theoretical aspect]. *Sportyvni ihry* [Sports games], 3 (29), 56–65. URL: [http://journals.urau.ua/sports\\_games/article/view/280222/274792](http://journals.urau.ua/sports_games/article/view/280222/274792) [in Ukrainian].



- Riadova, L.O., Rozhkov, V.O., Shutieiev, V.V., Tykhonova, A.O., Yevarnytskyi, I.A., & Kramarenko, V.I. (2023). Zahalna kharakterystyka ta istorychnyi aspekt stanovlennia hry v basketbol na terenakh Ukrainy [The general characteristics and historical aspect of the formation of the game of basketball in Ukraine]. O. V. Tymoshenko (Eds.), *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriiia № 15. Naukovo pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)* [Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Drahomanov. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)] Vols.6 (166)23, (pp. 139–144). Kyiv : Vydavnytstvo NPU imeni M. P. Drahomanova. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6\(166\).30](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).30) [in Ukrainian].
- Sushko, R.O., & Shutova, S.Ye. (2018). *Osoblyvosti rozvytku suchasnoho basketbolu ta napriamky naukovykh doslidzhen* [The peculiarities of modern basketball development and areas of research]. Kyiv : Natsionalnyi universytet fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy [in Ukrainian].
- Tuchynska, T.A., & Rudenko, Ye.V. (2015). *Basketbol* [Basketball]. Cherkasy : ChNU imeni Bohdana Khmelnytskoho [in Ukrainian].
- Tsybaliuk, Zh.O., Nesen, O.O., Musiienko, A.V., & Yurchenko, I. M. (2022). *Basketbol ta yoho riznovydy u fizychnii kulturi ditei* [Basketball and its varieties in children's physical education]. Kharkiv : KhNPU [in Ukrainian].
- Tsiupak, Yu.Yu., Shvai, O.D., & Ivanitskyi, R.B. (2021). *Metodyka navchannia osnovnykh tekhnichnykh pryiomiv ihry v basketbol* [Methods of teaching basic basketball techniques]. Lutsk : Volynskyi natsionalnyi universytet imeni Lesi Ukrainky [in Ukrainian].
- Chucha, N.I., & Kravchenko, O.S. (2015). Zmina rivnia vytryvalosti basketbolistok studentskykh komand [The changes in the level of endurance of basketball players of student teams] : *XV Mizhnarodna naukovo-praktychna konferentsiia «Fizychna kultura, sport ta zdorov'ia»* [XV International Scientific and Practical Conference «Physical Culture, Sports and Health»]. (pp. 114–116). Kharkiv : KhDAFK. URL: <http://journals.urau.ua/index.php/wissn032/article/view/57701> [in Ukrainian].

## Додаткова інформація

### Відомості про статтю:

Онлайн-версія доступна за посиланням:  
<https://doi.org/10.15391/si.2024-4.06>

Це стаття відкритого доступу, яка розповсюджується відповідно до ліцензії Creative Commons Attribution License, яка дозволяє необмежене використання, розповсюдження та відтворення на будь-якому носії за умови належного цитування оригінального твору (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Авторське право: © 2024 за авторами

### Конфлікт інтересів

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Отримано: 01.09.2024; Прийнято: 26.09.2024

Опубліковано: 01.11.2024

### Відомості про авторів

#### Крамаренко Валентина Іванівна:

старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації; Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут»: вул.Чкалова, 17, 61070, м. Харків, Україна.

<https://orcid.org/0009-0005-9395-7016>,  
limonlion@gmail.com

#### Сварницький Ігор Андрійович:

старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації; Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут»: вул. Чкалова, 17, 61070, м. Харків, Україна.

<https://orcid.org/0009-0005-9395-7016>,  
evarnitskiyia@gmail.com

#### Кравченко Олена Станіславівна:

старший викладач кафедри здорового способу життя, технологій і безпеки життєдіяльності; Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця: пр-т Науки, 9-А, 61166, м. Харків, Україна.

<https://orcid.org/0000-0002-4406-8133>,  
olena.kravchenko@hneu.net

### Information about the Authors

#### Kramarenko Valentyna:

senior lecturer of the department of physical education, sports and rehabilitation; National aerospace university «Kharkiv aviation institute»: Chkalova str., 17, 61070, Kharkiv, Ukraine.

#### Yevarnytskyi Ihor Andriiovych:

senior lecturer of the department of physical education, sports and rehabilitation; National aerospace university «Kharkiv aviation institute»: Chkalova str., 17, 61070, Kharkiv, Ukraine.

#### Kravchenko Olena:

senior lecturer of the department of healthy lifestyle, technologies and life safety; Semen Kuznets Kharkiv National University of Economics: Nauki Ave., 9-A, 9-A, 61166, Kharkiv, Ukraine.