

УДК-796.323.2.015.365"46516/20"(045)

**МІТОВА Олена**

Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту»

<https://orcid.org/0009-0003-2306-5464>e-mail: [elenamitova@ukr.net](mailto:elenamitova@ukr.net)**БОЦУЛЯК Дмитро**

Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту»

<https://orcid.org/0009-0005-8902-7852>e-mail: [dimchik740@ukr.net](mailto:dimchik740@ukr.net)

## НАУКОВО-ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ ІНТЕГРАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ 16-20 РОКІВ У КОМАНДАХ СУПЕРЛІГИ

*Досвід закордонних баскетбольних та футбольних академій, доповіді та публікації провідних вчених зі спортивної психології, підтверджують той факт, що існує сучасна тенденція до пріоритетності формування особистості гравця через усвідомлення свого призначення у спорті, ніж просто досягати підвищення рівня змагальної діяльності. Однак недостатньо вивченим залишається розробка структури інтегральної підготовки баскетболістів 16-20 років у командах суперліги на основі сучасних підходів науки, практики та спортивної психології. Мета дослідження – науково обґрунтувати структуру та зміст інтегральної підготовки баскетболістів 16-20 років у командах суперліги на основі сучасних підходів науки, практики та спортивної психології. Методи дослідження: метод аналізу та узагальнення літературних джерел; системний метод. Результати дослідження. Підґрунтя щодо розробки: сучасні тенденції тренувальної та змагальної діяльності у спортивних іграх та баскетболі зокрема; поява нових засобів тренування у командних спортивних іграх; завдання етапу підготовки до вищих досягнень; вікові особливості; результати анкетування; чинники невдалої адаптації баскетболістів при переході із дитячо-юнацького спорту до спорту вищих досягнень; сучасні тенденції психології спорту – пріоритетність формування особистості гравця, у порівнянні з його спортивними досягненнями та ін. Висновки. Обґрунтування структури та змісту інтегральної підготовки баскетболістів 16-20 років у командах суперліги на основі п'яти сучасних підходів науки, практики та спортивної психології: індивідуального, диференційованого, особистісно-діяльнісного, командно-діяльнісного та синергетичного дозволить сформувати систему організації тренувальних та позатренувальних форм, засобів та методів тренування відповідно до кожного з підходів для покращення адаптації молодих баскетболістів 16-20 років, які перший-третій рік виступають за команди суперліги.*

*Ключові слова: баскетбол, команди, інтегральна підготовка, підходи, молоді баскетболісти.*

<https://doi.org/10.31891/pcs.2026.1.41>

This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons CC-BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Стаття надійшла до редакції / Received 14.02.2026

Прийнята до друку / Accepted 20.03.2026

Опубліковано / Published 26.03.2026

© МІТОВА Олена, БОЦУЛЯК Дмитро

### 1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Баскетбол постійно розвивається у світі та Україні, однак вітчизняні національні збірні ще не можуть продемонструвати високий рівень виступів на міжнародних змаганнях.

Проведені дослідження Р. О. Сушко [1] засвідчують кардинальні зміни в розвитку спортивних ігор, і баскетболу зокрема, які відбулися за останні 20-25 років, що обумовлено як чинниками зовнішнього характеру, так і внутрішніми соціально-економічними умовами; обґрунтовано

необхідність урахування впливу цих глобальних змін при формуванні програм підготовки на основі світового досвіду та необхідністю застосування принципово нових підходів.

Чемпіонат суперліги – це змагання топових вітчизняних команд. У різні часи незалежності України цей чемпіонат проводився з метою підготовки гравців, спроможних продемонструвати високий рівень інтегральної підготовленості.

Перехід від дитячо-юнацького спорту до спорту вищих досягнень є достатньо складним у командних спортивних іграх та у баскетболі зокрема. У системі багаторічної

підготовки – це етап підготовки до вищих досягнень.

На цьому етапі значно збільшується частка годин спеціальної підготовки в загальному обсязі тренувальної роботи, різко зростає змагальна практика, орієнтована на досягнення високих результатів в видах змагань, обраних в якості спеціалізації. Тренувальний процес характеризується широким використанням засобів, здатних викликати бурхливий перебіг адаптаційних процесів [2].

Фахівці [3, 4] зазначають, що із-за недостатньої уваги до молодих гравців переважна більшість (до 70 %) 16-20 річних баскетболістів покидають спорт. І цей факт пов'язаний, як з природнім заключним етапом відбору під час комплектування складів команд, так і з тренерськими психолого-педагогічними помилками.

## 2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Останніми роками вітчизняними та закордонними вченими вивчалися різні проблемні питання на етапі підготовки до вищих досягнень у баскетболі. Фахівцями Чжан Ці [5], Vezmylov M. Ect. [6] визначено та систематизовано інформативні критерії та окремі показники, які впливають на відбір баскетболістів на етапі підготовки до вищих досягнень. Найбільш інформативними критеріями для відбору баскетболістів на етапі підготовки до вищих досягнень є: 1) антропометричні дані гравців; 2) здатність до подальшого вдосконалення та навчання; 3) відповідність певному ігровому амплуа; 4) функціональні можливості важливих для виду спорту систем організму. Найменшу інформативну значущість під час відбору на даному етапі відбору мають: 1) нормативно-правові аспекти; 2) відсутність захворювань та патологій, які зможуть лімітувати успіхи у спорті вищих досягнень; 3) техніко-тактична підготовленість.

Лю Ян [7] систематизовано і представлено організаційні умови підготовки та методичні аспекти формування складу національних збірних команд для участі в головних змаганнях року в сучасних умовах глобалізації та професіоналізації баскетболу, а також розроблено модельні кількісно-якісні характеристики, які відображають рівень

підготовленості кандидатів для відбору в національну збірну.

М.М. Безмиловим [8] обґрунтовано теоретико-методичні засади централізованої етапної підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту та розроблено багаторічну програму організації навчально-тренувальної та змагальної діяльності гравців юнацьких збірних команд з баскетболу.

Р.О. Сушко [1] обґрунтовано теоретико-методичні засади централізованої етапної підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту та розроблено багаторічну програму організації навчально-тренувальної та змагальної діяльності гравців юнацьких збірних команд з баскетболу.

Аналіз літературних джерел дозволив уточнити проблему інтегральної підготовки молодих гравців до топового рівня міжнародного класу, на яку суттєво впливають сучасні тенденції багаторічної підготовки баскетболістів та особливості організаційних умов тренувальної та змагальної діяльності у топ-командах міжнародного рівня.

Інтегральна підготовленість, як синергія прояву усіх видів підготовленості баскетболіста в необхідний для змагальної ситуації момент – є тим показником готовності до участі у тренувальному та змагальному процесі в топових командах країн та світу [3]. Вища форма інтегральної підготовки в баскетболі є навчальні, контрольні та змагальні ігри. Значна роль для розв'язання інтегральної підготовки відводиться також вправам спеціально-підготовчого характеру, максимально наближеними за структурою та особливостями діяльності функціональних систем до змагальних, головні методи інтегральної підготовки: методи сполучених впливів, ігровий, змагальний [2].

Вдосконаленню процесу інтегральної підготовки було присвячено наукові праці фахівців.

О.О. Мітовою [9] було проведено порівняльний аналіз підготовленості молодих та досвідчених гравців у баскетбольних командах суперліги. Дослідження підтвердили, що під час тестування фізичної та технічної підготовленості баскетболістів

команд суперліги, молоді баскетболісти вірогідно не поступаються більш досвідченим гравцям, суттєві відмінності виявлено у техніко-тактичних показниках змагальної діяльності та під час діагностики психічних станів та психофізіологічних показників. На цій основі автором науково обґрунтовано інтегральну підготовку, яка складалася з таких складових як: 1. Методика вдосконалення спеціальної фізичної підготовленості молодих баскетболістів 17-19 років при переході в команди високого класу 2. Методика удосконалення техніко-тактичної підготовленості молодих баскетболістів 17-19 років при переході в команди високого класу 3. Методика оптимізації психічного стану молодих баскетболістів в умовах змагальної та передзмагальної діяльності. 4. Методичні прийоми, спрямовані на оптимізацію соціально-психологічної адаптації баскетболістів при переході їх у команди Суперліги.

Фахівцями зі спортивних ігор [10] запропоновано розподіл засобів вдосконалення та корекції техніко-тактичних дій у тренувальній діяльності з метою вдосконалення змагального процесу молодих баскетболістів визначеного амплуа за напрямками: засоби вдосконалення або корекції технічної спрямованості; засоби вдосконалення або корекції тактичної спрямованості; засоби вдосконалення провідних техніко-тактичних дій; засоби корекції зі спрямованістю на вдосконалення техніко-тактичних дій, що відстають; засоби вдосконалення або корекції техніко-тактичних дій інтегральної спрямованості.

Окрім того, у літературі представлено забезпечення інтегральної підготовки молодих гравців у командних видах спорту з позицій психології праці, що засвідчує вплив професійного чинника на успішність адаптації спортсменів [4].

### **3. ВИДІЛЕННЯ НЕВИРШЕНИХ РАНІШЕ ЧАСТИН ЗАГАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМИ, КОТРИМ ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ ОЗНАЧЕНА СТАТТЯ**

Досвід закордонних баскетбольних та футбольних академій, доповіді та публікації провідних вчених зі спортивної психології [11, 12, 13, 14], підтверджують той факт, що

існує сучасна тенденція до пріоритетності формування особистості гравця через усвідомлення свого призначення у спорті, ніж просто досягати підвищення рівня змагальної діяльності. Такі тенденції підкреслюють значущість особистісно-діяльнісного підходу при підготовці молодих баскетболістів.

J. Duke [15] у своїй книзі «3-D Coach: Capturing the Heart Behind the Jersey» наголошує на важливості психологічної підготовки (взаємовідносин тренера зі спортсменами, взаємовідносин між гравцями у команді) та доведення ступеня взаємодії та захопленості спортивною діяльністю на рівні холізму, тобто духовному рівні.

R. Martens [16] у своєму навчальному посібнику «*Successful coaching*» виокремлює значущість таких розділів у тренерській діяльності, як формування командної філософії, стиль керування тренера, робота з молодими гравцями, профілактика шкідливих звичок у гравців, де ключовим є саме планування та проведення цієї роботи у системі, але не надається конкретних засобів для її втілення у командних видах спорту.

У праці І. Олійник [17] науково обґрунтовано та впроваджено авторську методику оптимізації психологічного клімату в спортивній команді кваліфікованих волейболісток на засадах цілеспрямованого впливу на особистісний розвиток, поліпшення міжособистісної взаємодії у спортивній команді, покращення зв'язків у системі «тренер – спортсмен», а також формування навичок оптимізації психологічного клімату в команді.

У науковому обґрунтуванні підходу до формування системи контролю в командних спортивних іграх О. О. Мітова, О. А. Шинкарук [18] виділяють власний підхід підґрунтям якого виступають принципи та положення системного, комплексного, синергетичного, диференційованого, особистісно-діяльнісного та індивідуального підходів. Саме ці підходи найбільшим чином відповідають специфіці та сучасним тенденціям командних спортивних ігор й баскетболу зокрема.

Останніми роками з'явилося багато нових засобів спортивного тренування для спортсменів, які спеціалізуються у командних спортивних іграх, ці засоби пропонуються в переважному ігровому методі на основі

командно-діяльнісного або синергетичного підходів. Однак накопичений матеріал не об'єднаний у єдину систему інтегральної підготовки, що призводить до невизначеності тренерів як і які засоби та методи, у який необхідний момент використовувати під час тренувань або у позатренувальних заходах, на відміну від техніко-тактичної та фізичної підготовки, які достатньо забезпечені програмами з чітко визначеним навантаженням.

Недостатньо вивченими та визначеними залишаються структура та зміст інтегральної підготовки баскетболістів 16-20 років у командах суперліги на основі сучасних підходів спортивної науки, практики та спортивної психології на основі сучасних підходів науки, практики та спортивної психології. Тому даний напрям досліджень є актуальним для теорії і практики сучасного баскетболу.

#### 4. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Мета дослідження – науково обґрунтувати структуру та зміст інтегральної підготовки баскетболістів 16-20 років у командах суперліги на основі сучасних підходів науки, практики та спортивної психології.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних наукової та методичної літератури (вивчали джерела відповідно до проблеми дослідження); аналіз документальних матеріалів (проводили аналіз складів команд); метод анкетування (дозволив вивчити сильні та слабкі сторони підготовленості та психологічного стану у баскетболістів); аналіз змагальної діяльності (дозволив встановити відмінності техніко-тактичних дій між молодими та досвідченими гравцями); педагогічне спостереження (дозволив виявити поведінку та стан інтегральної підготовленості молодих баскетболістів); системний метод (дозволив сформулювати систему інтегральної підготовки у вигляді структури та змісту); методи математичної статистики (спрямовані на підрахунок відсотку спортсменів, які обрали ті або інші відповіді із запропонованих).

У дослідженні взяло участь 29 баскетболістів 16-20 років, які входили до складу таких команд суперліги України (сезонів 2024/25; 2025/26 рр.): БК «Дніпро» –

6, БК «Рівне» – 3; БК «Київ-Баскет» – 5; БК «Запоріжжя» – 5, БК «Черкаські Мавпи» – 3, БК «Харківські соколи» – 2, МБК «Ніко-Баскет» – 2, БК «Старий Луцьк» – 3.

#### 5. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБґРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

Проведений нами аналіз складів команд суперліги Чемпіонату України з баскетболу сезону 2024-2025 рр. дозволив встановити співвідношення молодих та досвідчених гравців. За команди виступало 71 (73,64%) досвідчених 21 та понад років та 29 (26,36%) – молодих гравців 16-20 років. Серед них за віком гравці розподілилися таким чином: 5 осіб – 16-тирічні, 4 – 17-річні, 5 – 18-річні, 9 – 19-річні та 6 – 20-річні [19].

Педагогічне спостереження та аналіз змагальної діяльності дозволив виявити суттєві відмінності в ефективності техніко-тактичних дій молодих та досвідчених гравців. В основному це пов'язано з недостатнім ігровим часом, проведеним молодими баскетболістами на майданчику у середньому від 30 секунд до 5,6 хвилин за гру протягом сезону. Також спостереження підтвердило нестабільність виступів, розгубленість під час швидкісних фаз гри, неправильне прийняття тактичних рішень, низький відсоток реалізації кидків, кількістю невимушених помилок, навіть у простих ситуаціях.

На основі аналізу науково-методичної літератури нами виявлено та охарактеризовано 12 основних чинників, що впливають на зниження інтегральної підготовленості баскетболістів на етапі підготовки до вищих досягнень (спортивний, професійний, змагальний, функціональний, побутовий, освітній, приватного життя, поганих залежностей, командний, тренерський, психологічний, соціальний або соціометричний) [20].

У наших попередніх дослідженнях [21] було проаналізовано причини та негативні наслідки невдалої або тривалої адаптації гравців 16-20 років до команд суперліги у баскетболі: повне закінчення спортивної кар'єри; емоційне та професійне вигоряння; втрата впевненості у своїх силах;

розчарування у спортивній сфері; депресія; самогубство.

На основі аналізу результатів анкетування виявлено ставлення молодих гравців 16-20 років у командах суперліги з баскетболу щодо своїх сильних та слабких сторін інтегральної підготовленості та психологічного стану, взаємозв'язку з партнерами по команді та тренером на етапі підготовки до вищих досягнень. Проаналізовано самооцінку молодих гравців 16-20 років своєї змагальної діяльності в командах майстрів, їх психологічного стану після невдалих виступів на майданчику, після відсутності виходу на майданчик продовж декількох матчів, рівень взаємовідносин з однолітками, лідерами команди та тренером в побуті, на тренуваннях та під час офіційних матчів, особливості зміни ігрового амплуа та вплив цієї зміни на ефективність змагальної діяльності, ігровий час, який проведено на майданчику, реакція на невдалий виступ тощо. Виявлено спільні риси та суттєві відмінності у відповідях молодих гравців, які пов'язані з різними індивідуальними особливостями кожного гравця, їх стажем, соціометричним статусом у команді та іншими чинниками [19].

Також нами виявлено брак організації тренерами заходів щодо підвищення мотивації молодих гравців у позатренувальний час. Так, наприклад, на питання «Чи були організовані у Вашій команді спеціальні індивідуальні тренування для молодих гравців?» спортсмени 16-20 років відповіли таким чином: 19 (65,51 %) гравців – «Так, я постійно займаюсь додатково індивідуально з асистентом головного тренера»; 5 (17,24%) гравців – «Ні, у нас не проводяться додаткові індивідуальні тренування»; 5 (17,24%) – «Ні, у нас це не проводиться організовано з тренером, але я займаюсь додатково без тренера». На питання «Чи проводяться спеціальні заходи (зустрічі, збори команди) щодо підвищення мотивації або покращення психологічної адаптації молодих гравців при переході до команди суперліги?» нажаль було отримано відповіді, які підтверджують відсутність системи проведення такої роботи у командах суперліги. Отже, 18 (62,06%) гравців відповіли, що в їх команді проводяться організовані походи в кафе або

збори у когось вдома для налагодження мікроклімату команди; 6 (20,58 %) гравців відповіли «Ні, не проводиться додаткових заходів, тільки в процесі тренувальної або змагальної діяльності»; 4 (13,79%) гравці – «Ні, в основному ми працюємо тільки над технікою, тактикою та фізичною підготовкою»; лише 1 (3,44%) гравець відповів, що в його команді проводиться організований перегляд кінострічки або серіалу про спортивні команди, видатних спортсменів тощо з подальшим аналізом [19].

Отже, відповіді наших респондентів також підтвердили той факт, що практика сьогодення у вітчизняних командах свідчить про постійний брак часу та надання пріоритету фізичній та техніко-тактичній підготовці, ніж психологічній та теоретичній, які також є значущими у загальному прояві інтегральної підготовленості молодих гравців, як під час окремого матчу, так і продовж всієї спортивної кар'єри, й особливо, під час переходу в іншу команду, подолання «психологічної ями» після невдач, конфліктів з тренером або партнерами по команді тощо.

Тому нами було здійснено спробу розробити структуру та зміст інтегральної підготовки, яка б містила представництво форм, засобів та методів усіх п'яти видів підготовки – фізичної, технічної, тактичної, психологічної та теоретичної, які б гармонійно поєднувалися завдяки ігровому методу, методу сполученого впливу та методу моделювання різних умов та ситуацій. Підґрунтям для наукового обґрунтування структури та змісту інтегральної підготовки було:

- сучасні тенденції тренувальної та змагальної діяльності у спортивних іграх та баскетболі зокрема;
- поява нових засобів тренування у командних спортивних іграх;
- завдання етапу підготовки до вищих досягнень
- вікові особливості юнаків 16-20 років.
- чинники невдалої адаптації баскетболістів при переході із дитячо-юнацького спорту до спорту вищих досягнень.
- сучасні тенденції психології спорту - пріоритетність формування особистості

гравця, у порівнянні з його спортивними досягненнями.

- загальна концепція інтегральної підготовки в олімпійському та професійному спорті

- розширення спектру підходів, які повинні застосовувати тренери у командних спортивних іграх: особистісно-діяльнісний, командно-діяльнісний, синергетичний;

- результати анкетування баскетболістів 16-20 років щодо їх самооцінки своєї інтегральної підготовленості та психологічного стану у командах суперліги;

- техніко-тактичні показники змагальної діяльності баскетболістів 16-20 років.

- рівень мотивації молодих баскетболістів до досягнення мети на 1-3 роках перебування у команді.

Аналіз власного досвіду та опитування тренерів, які тренують команди суперліги свідчить, що в основному у тренувальному процесі застосовується індивідуальний та диференційований підходи.

Оригінальністю нашої інтегральної підготовки є те, що ми пропонуємо тренерам та молодим гравцям структуру та зміст інтегральної підготовки на основі п'яти підходів, де в здебільшому провідну роль відіграють – особистісно-діяльнісний, командно-діяльнісний та синергетичний підходи.

Загальна структура та зміст інтегральної підготовки представлена на рисунку 1.

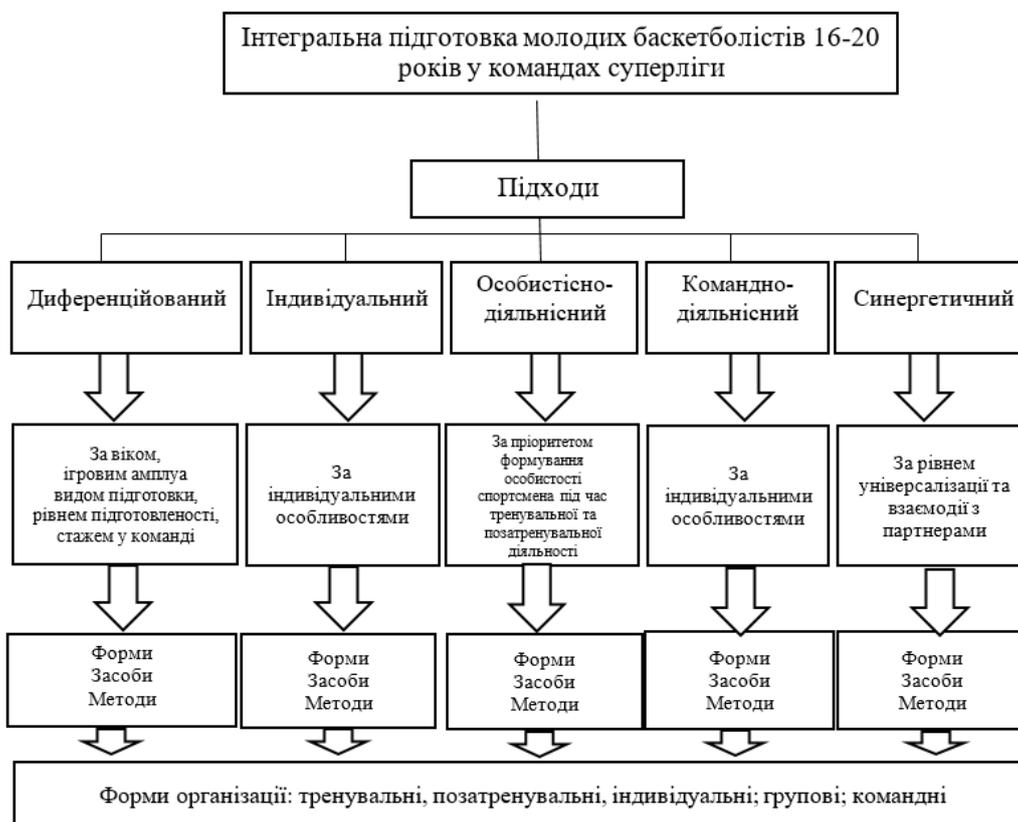


Рис. 1. Загальна структура та зміст інтегральної підготовки баскетболістів 16-20 років у командах суперліги

Інтерпретація кожного підходу в інтегральній підготовці баскетболістів була такою:

- *диференційований підхід* передбачав диференціацію використання засобів та методів для кожної групи баскетболістів залежно від віку, ігрового амплуа та рівня підготовленості, також залежно від того чи

іншого виду підготовки (тактична, технічна, фізична, психологічна, теоретична);

- *індивідуальний підхід* передбачав використання засобів та методів для кожного гравця залежно від індивідуальних особливостей молодого баскетболіста, в більшому ступені у вигляді додаткових індивідуальних тренувань для молодих баскетболістів з метою підсилення кращих

сторін та підтягування тих техніко-тактичних навичок або спеціальних фізичних здібностей, які потребували вдосконалення;

- *особистісно-діяльнісний підхід* передбачав використання засобів та методів, спрямованих на формування особистості гравця в процесі тренувальної та

- *позатренувальної діяльності*, де особистість спортсмена є пріоритетом, у порівнянні з показниками техніко-тактичних дій під час змагальної діяльності, такий підхід дозволяє тренеру спрямувати увагу молодого спортсмена 16-20 років на розуміння кризового етапу у кар'єрі - тобто переходу від дитячо-юнацького спорту до спорту вищих досягнень, зміни соціометричного статусу у команді з лідера до гравця глибокого запасу, малотривалого перебування на майданчику під час офіційних матчів тощо;

- *командно-діяльнісний підхід* передбачав використання засобів та методів за принципами роботи у команді – «*teambealding*», при чому цей підхід використовувався не тільки у тактичній підготовці, що є природним для командних спортивних ігор, а й у фізичній підготовці, технічній, психологічній та теоретичній;

- *синергетичний підхід* передбачав використання засобів та методів для формування універсалізації різних сторін підготовленості або компенсації сильними сторонами підготовленості тих сторін, які є слабкими у баскетболіста індивідуально. Якщо розглядати даний підхід для групи або для команди баскетболістів, то тут в більшому ступені відбувалася спрямованість взаємодії з партнерами при виконанні різних рольових обов'язків, які здійснювалися або

одночасно або поступово по черзі для досягнення ефекту результату, коли ціле більше ніж сума показників.

Формування сприятливого для розвитку молодих гравців мікроклімату у команді потребує проведення тренерським складом спеціально організованих заходів щодо підвищення мотивації та покращення адаптації молодих гравців при переході до команд більш високого рівня. Форми організації: тренувальні, позатренувальні, індивідуальні; групові; командні.

## 6. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

Обґрунтування структури інтегральної підготовки баскетболістів 16-20 років у командах суперліги на основі п'яти сучасних підходів науки, практики та спортивної психології: індивідуального, диференційованого, особистісно-діяльнісного, командно-діяльнісного та синергетичного дозволить сформувати систему організації тренувальних та позатренувальних форм, засобів та методів тренування відповідно до кожного з підходів для покращення адаптації молодих баскетболістів 16-20 років, які перший-третій рік виступають за команди суперліги.

Перспективи подальших досліджень полягають у експериментальному впровадженні запропонованих структури та змісту інтегральної підготовки у діяльність баскетбольних команд України та експертній оцінці тренерами і гравцями її впливу на різні складові підготовленості та змагальної діяльності.

## Література

1. Сушко Р. О. Розвиток спортивних ігор в умовах глобалізації спорту /на матеріалі баскетболу/: монографія Київ: Олімпійська література, 2017. 350 с.
2. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування: підручник. Перша друкарня, Київ. 2021. 672 с.
3. Mitova E. The integral training of basketball players ages 17-19 years while transferring into superleague teams // 17<sup>th</sup> International Scientific Congress: Olympic Sport and Sport for All. Congress Proceedings. China, Beijing, 2013. P. 255-256.
4. Мітова О. О., Шевяков О. В. Забезпечення інтегральної підготовки молодих гравців у командних видах спорту з позицій психології праці: навч. посіб. Дніпро: ТОВ Дріант. 2023. 232 с.
5. Чжан, Ці. Критерії відбору та спортивної орієнтації баскетболістів на етапі підготовки до вищих досягнень: дисертація. 2024.
6. Bezmylov M., Shynkaruk O., Shao Zhigong, Liu Yang, Wang Hanpeng, Lian Xiao, Griban G., Semeniv B., Otravenko O., Zhukovskiy Ye., Denysovets A., Onufrak A. Specific Game Abilities and their Significance for Determining the Prospects of Youth National Basketball Team Players. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2024. Vol. 12. No. 4. P. 699–708. DOI: 10.13189/saj.2024.120412
7. Лю Ян. Організаційно-методичні засади відбору баскетболістів при комплектуванні національних збірних команд до головних змагань року: дисертація. Київ. 2025. 222 с.

8. Безмилов М. М. Теоретико-методичні основи підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту (на матеріалі баскетболу): реферат дисертації на здобуття наукового ступеня доктора наук з фізичного виховання та спорту. Київ, 2023 42 с.
9. Мітова О.О. Інтегральна підготовка молодих баскетболістів 17-19 років при переході у команди суперліги: дисертація. Дніпро, 2004. 250 с.
10. Дорошенко Е. Ю., Сердюк Д. Г., Мітова О. О. Вдосконалення техніко-тактичних дій висококваліфікованих гандболістів: проблеми, пошуки, шляхи вирішення: монографія. Запоріжжя: ТОВ «ЛІПС» ЛТД, 2016. 436 с.
11. Гринь О. Воронова В. Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2015. №3. С. 29-34.
12. Височіна Н. Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті : монографія. Київ, 2017.
13. Nikolaienko V. V., Vorobiov M. I., Kostenko, Y. V. Індивідуально-диференційна система побудови тренувального процесу на етапах багаторічної підготовки юних футболістів. *Rehabilitation and Recreation*. 2025.19(1). С. 214–228. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2025.19.1.20>
14. Sushko R., Vysochina N., Vorobiova A., Doroshenko E, Pastuhova V., Vysochin F. Psychological selection in game sports on the basketball example. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019. №19 (3). P.1708-1714.
15. Jeff Duke. 3-D Coach: Capturing the Heart Behind the Jersey. Fellow of Cristian Athletes and Jeff Duke, USA. 2014. 214 p.
16. Martens Rainer Successful coaching. USA. 2012. 440 p.
17. Олійник І. Підвищення ефективності змагальної діяльності кваліфікованих волейболісток шляхом оптимізації психологічного клімату команди: дисертація. 2021.
18. Мітова О. О., Шинкарук О. А. Обґрунтування підходу до формування системи контролю в командних спортивних іграх. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2022. №1. С.191-200. doi:10.32540/2071-1476-2022-1-191.
19. Мітова О., Боцуляк, Д. Самооцінка інтегральної підготовленості та психологічного стану молодих гравців 16-20 років у командах суперліги з баскетболу. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*. 2025. №4. С. 80-100. <https://doi.org/10.31652/3041-2463/2025-4-7>
20. Мітова О., Боцуляк Д. Чинники, що впливають на зниження інтегральної підготовленості баскетболістів на етапі підготовки до вищих досягнень. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2024. №3. С. 162-170. DOI:10.32540/2071-1476-2024-3-162.
21. Мітова О., Боцуляк Д. Причини та наслідки невдалої психологічної адаптації як складової інтегральної підготовленості гравців 16-20 років до команд суперліги у баскетболі на етапі підготовки до вищих досягнень. *Спортивні ігри*. 2025. 1(35). С. 40-48. <https://doi.org/10.15391/si.2025-1>

### References

1. Sushko R. O. Rozvytok sportyvnykh ihor v umovakh hlobalizatsii sportu /na materiali basketbolu/: monohrafiia Kyiv: Olimpiiska literatura, 2017. 350 s. (in Ukrainian)
2. Platonov V. M. Suchasna systema sportyvnoho trenuvannia: pidruchnyk. Persha drukarnia, Kyiv. 2021. 672 s. (in Ukrainian)
3. Mitova E. The integral training of basketball players ages 17-19 years while transferring into superleague teams // 17th International Scientific Congress: Olympic Sport and Sport for All. Congress Proceedings. China, Beijing, 2013. P. 255-256.
4. Mitova O. O., Sheviakov O. V. Zabezpechennia intehralnoi pidhotovky molodykh hravtsiv u komandnykh vydakh sportu z pozytsii psykholohii pratsi: navch. posib. Dnipro: TOV Driant. 2023. 232 s. (in Ukrainian)
5. Chzhan, Tsi. Kryterii vidboru ta sportyvnoi oriientatsii basketbolistiv na etapi pidhotovky do vyshchyykh dosiahnen: dysertatsiia. 2024. (in Ukrainian)
6. Bezmylov M., Shynkaruk O., Shao Zhigong, Liu Yang, Wang Hanpeng, Lian Xiao, Griban G., Semeniv B., Otravenko O., Zhukovskyi Ye., Denysovets A., Onufrak A. Specific Game Abilities and their Significance for Determining the Prospects of Youth National Basketball Team Players. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2024. Vol. 12. No. 4. P. 699–708. DOI: 10.13189/saj.2024.120412
7. Liu Yan. Orhanizatsiino-metodychni zasady vidboru basketbolistiv pry komplektuvanni natsionalnykh zbirnykh komand do holovnykh zmahaniu roku: dysertatsiia. Kyiv. 2025. 222 s. (in Ukrainian)
8. Bezmylov M. M. Teoretyko-metodychni osnovy pidhotovky naiblyzhchoho rezervu natsionalnykh zbirnykh komand v ihyrovnykh vydakh sportu (na materialii basketbolu): referat dysertatsii na zdobuttia naukovooho stupenia doktora nauk z fizychnoho vykhovannia ta sportu. Kyiv, 2023 42 s. (in Ukrainian)
9. Mitova O.O. Intehralna pidhotovka molodykh basketbolistiv 17-19 rokiv pry perekhodi u komandy superlihy: dysertatsiia. Dnipro, 2004. 250 s. (in Ukrainian)
10. Doroshenko E. Yu., Serdiuk D. H., Mitova O. O. Vdoskonalennia tekhniko-taktychnykh dii vysokokvalifikovanykh handbolistiv: problemy, poshuky, shliakhy vyrishennia: monohrafiia. Zaporizhzhia: TOV «LIPS» LTD, 2016. 436 s. (in Ukrainian)
11. Hryn O. Voronova V. Systema psykholohichnoho zabezpechennia pidhotovky sportsmeniv yak problema suchasnoi psykholohii sportu. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2015. №3. S. 29-34. (in Ukrainian)
12. Vysochina N. L. Psykholohichne zabezpechennia u systemi pidhotovky sportsmeniv v olimpiiskomu sporti : monohrafiia. Kyiv, 2017. (in Ukrainian)

13. Nikolaienko V. V., Vorobiov M. I., Kostenko, Y. V. Indyvidualno-dyferentsiina systema pobudovy trenuvalnoho protsesu na etapakh bahatorichnoi pidhotovky yunykh futbolistiv. *Rehabilitation and Recreation*. 2025.19(1). S. 214–228. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2025.19.1.20> (in Ukrainian)
14. Sushko R., Vysochina N., Vorobiova A., Doroshenko E, Pastuhova V., Vysochin F. Psychological selection in game sports on the basketball example. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019. №19 (3). P.1708-1714.
15. Jeff Duke. 3-D Coach: Capturing the Heart Behind the Jersey. Fellow of Cristian Athletes and Jeff Duke, USA. 2014. 214 p.
16. Martens Rainer Successful coaching. USA. 2012. 440 p.
17. Oliinyk I. Pidvyshchennia efektyvnosti zmahalnoi diialnosti kvalifikovanykh voleibolistok shliakhom optymizatsii psykholohichnoho klimatu komandy: dysertatsiia. 2021. (in Ukrainian)
18. Mitova O. O., Shynkaruk O. A. Obgruntuvannia pidkhodu do formuvannia systemy kontroliu v komandnykh sportyvnykh ihrakh. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2022. №1. S.191-200. doi:10.32540/2071-1476-2022-1-191. (in Ukrainian)
19. Mitova O., Botsuliak, D. Samootsinka intehralnoi pidhotovlenosti ta psykholohichnoho stanu molodykh hravtsiv 16-20 rokiv u komandakh superlihy z basketbolu. *Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia ta metodyky sportyvnoho trenuvannia*. 2025. №4. S. 80-100. <https://doi.org/10.31652/3041-2463/2025-4-7> (in Ukrainian)
20. Mitova O., Botsuliak D. Chynnyky, shcho vplyvaiut na znyzhennia intehralnoi pidhotovlenosti basketbolistiv na etapi pidhotovky do vyshchykh dosiahnen. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2024. №3. S. 162-170. DOI:10.32540/2071-1476-2024-3-162. (in Ukrainian)
21. Mitova O., Botsuliak D. Prychyny ta naslidky nevdaloi psykholohichnoi adaptatsii yak skladovoi intehralnoi pidhotovlenosti hravtsiv 16-20 rokiv do komand superlihy u basketboli na etapi pidhotovky do vyshchykh dosiahnen. *Sportyvni ihry*. 2025. 1(35). S. 40-48. <https://doi.org/10.15391/si.2025-1> (in Ukrainian)

---

### Abstract

**MITOVA Olena, BOTSULIAK Dmytro**

Educational and Scientific Institute "Pridneprovsk State Academy of Physical Culture and Sports"

### SCIENTIFIC AND THEORETICAL SUBSTITUTION OF THE STRUCTURE AND CONTENT OF INTEGRATED TRAINING OF BASKETBALL PLAYERS 16-20 YEARS OLD IN SUPER LEAGUE TEAMS

*Abstract. The experience of foreign basketball and football academies, reports and publications of leading scientists in sports psychology, confirm the fact that there is a modern trend to prioritize the formation of a player's personality through awareness of his purpose in sports, rather than simply achieving an increase in the level of competitive activity. However, the development of the structure of integrated training of basketball players aged 16-20 in super league teams based on modern approaches to science, practice and sports psychology remains insufficiently studied. The purpose of the study is to scientifically substantiate the structure and content of integrated training of basketball players aged 16-20 in super league teams based on modern approaches to science, practice and sports psychology. Research methods: method of analysis and generalization of literary sources; systemic method. Research results. The development was based on: modern trends in training and competitive activity in sports games and basketball in particular; the emergence of new training tools in team sports games; tasks of the stage of preparation for higher achievements; age characteristics; survey results; factors of unsuccessful adaptation of basketball players during the transition from children's and youth sports to sports of higher achievements; modern trends in sports psychology - the priority of the formation of the player's personality, in comparison with his sports achievements, etc. Conclusions. Substantiation of the structure of integrated training of basketball players aged 16-20 in superleague teams based on five modern approaches of science, practice and sports psychology: individual, differentiated, personal-activity, team-activity and synergistic will allow to form a system of organization of training and extra-training forms, means and methods of training in accordance with each of the approaches to improve the adaptation of young basketball players aged 16-20, who play for superleague teams for the first-third year.*

*Keywords: basketball, teams, integrated training, approaches, young basketball players.*

---