



Фізична освіта і спорт

УДК 796.3

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.16413892>

**Методика передачі м'яча в ігрових видах спорту як базовий технічний
елемент командної гри**

Тітова Ганна Віталіївна

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спортивних ігор і менеджменту
фізичної культури, ДЗ Південноукраїнський національний педагогічний
університет ім. К. Д. Ушинського, м. Одеса Україна,
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1309-5443>

Підгірний Олег Валерійович

кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри спортивних ігор і
менеджменту фізичної культури, ДЗ Південноукраїнський національний
педагогічний університет ім. К. Д. Ушинського, м. Одеса Україна,
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5451-0554>

Буховець Божена Олегівна

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, викладач кафедри гімнастики та
спортивних єдиноборств ДЗ Південноукраїнський національний педагогічний
університет ім. К. Д. Ушинського, м. Одеса Україна,
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2386-3995>



Бандура Валерій Анатолійович

старший викладач кафедри спортивних ігор і менеджменту фізичної культури,

ДЗ Південноукраїнський національний педагогічний університет

ім. К. Д. Ушинського, м. Одеса Україна,

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0448-0964>

Дишель Галина Олександрівна

Старший викладач кафедри біології та здоров'язбережувальних технологій,

ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет

ім. К. Д. Ушинського»,

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4850-9442>

Прийнято: 13.06.2025 | Опубліковано: 29.06.2025

Анотація. У статті розглянуто методіку навчання передачі м'яча, як ключового елементу технічної підготовки в ігрових видах спорту. Визначено основні принципи та етапи формування технічних навичок, що відповідають вимогам сучасного спортивного тренування. Проаналізовано педагогічні умови ефективного засвоєння передач у футболі, волейболі, баскетболі та гандболі. **Мета** статті - розробка методіки тренування в спортивних іграх з передачею м'яча «у русі». **Методи.** Методологічною основою наукового дослідження стали положення: теорії та методіки фізичної культури та спорту, спортивної психології, педагогіки. Використано низку емпіричних та теоретичних методів: контент-аналіз наукових джерел, порівняльний метод, спостереження, опитування. **Результати.** У дослідженні представлено техніку виконання передачі м'яча як одного з основних технічних елементів у різних ігрових видах спорту. Розкрито методичні підходи до навчання передачі м'яча в контексті фізичного виховання та спортивної підготовки. Зроблено акцент на важливості



формування вмінь і навичок, що забезпечують ефективну командну взаємодію під час змагальної діяльності. **Висновки.** Розробка та впровадження систематизованої методики тренування дозволяє підвищити ефективність гри як на індивідуальному, так і командному рівнях.

Ключові слова: техніка, тактика, методика, спортивні ігри, волейбол, баскетбол, ганбол, футбол, спортсмени, школярі.

Methodology of Passing the Ball in Game Sports as a Basic Technical Element of a Team Game

Titova Hanna Vitaliivna

candidate of Pedagogical Sciences, associate professor of the department of sports games and physical culture management, South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushinsky, Odesa Ukraine,
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1309-5443>

Pidhirnyi Oleh Valeriyovych

candidate of pedagogical sciences, senior lecturer of the department of sports games and physical culture management, South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynskiy, Odessa Ukraine,
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5451-0554>

Bukhovets Bozhena Olehivna

candidate of sciences in physical education and sports, lecturer of the department of gymnastics and martial arts, South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynskiy, Odessa Ukraine,
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2386-3995>



Bandura Valeriy Anatoliyovych

senior lecturer of the department of sports games and physical culture management,
South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynskiy,
Odessa Ukraine,

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0448-0964>

Dyshel Halyna Oleksandrivna

senior lecturer, department of biology and health-saving technologies, South
Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynskiy,
Odessa Ukraine,

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4850-9442>

Abstract. *The article considers the methodology of teaching passing the ball as a key element of technical training in game sports. The main principles and stages of forming technical skills that meet the requirements of modern sports training are determined. The pedagogical conditions for effective mastering passes in football, volleyball, basketball and handball are analyzed. **The purpose of the article** is to develop a training methodology in sports games with passing the ball "in motion".*

Methods. *The methodological basis of the scientific research was the provisions of: theories and methods of physical culture and sports, sports psychology, pedagogy. A number of empirical and theoretical methods were used: content analysis of scientific sources, comparative method, observation, survey.*

Results. *The study presents the technique of performing a pass as one of the main technical elements in various game sports. Methodological approaches to teaching passing the ball in the context of physical education and sports training are revealed. Emphasis is placed on the importance of developing skills and abilities that ensure effective team interaction during competitive activities.*

Conclusions. *The development and implementation of a*



systematic training methodology allows for increasing the effectiveness of the game at both the individual and team levels.

Keywords: *technique, tactics, methodology, sports games, volleyball, basketball, handball, football, athletes, schoolchildren.*

Вступ. Відомо, що ігрові види спорту широко використовуються у фізичному вихованні та професійній спортивній підготовці завдяки своїй динамічності, емоційній насиченості та комплексному впливу на розвиток фізичних якостей [3]. Передача м'яча є базовим технічним елементом, без якого неможливо реалізувати командну гру. Від її точності, своєчасності та відповідності ігровій ситуації залежить результативність атакуювальних і захисних дій. Тому методика навчання передачі м'яча повинна бути науково обґрунтованою, системною й адаптованою до особливостей конкретної спортивної гри [5].

Для першої, базової стадії технічної підготовки спортсменів в ігрових видах спорту, навчання технічним діям, найбільш характерне насиченням основними елементами техніки володіння передачею м'яча, незалежно від його виду. Основними елементами техніки володіння м'ячем, прийнято вважати: прийом, передача, ведення, обведення, відбір, перехоплення, кидок і удар [7].

Загалом, короткі, середні та довгі передачі м'яча вперед, передача м'яча «у русі» використовуються рідко, найчастіше, в структурі змагальної діяльності, що є наслідком проблеми недостатнього наукового пошуку даного елемента техніки гри. Це ускладнює виконання групових тактичних дій, у яких беруть участь, наприклад: гравець, який володіє м'ячем, та гравець, з яким він вступає у взаємодію через передачу м'яча [8].

Передача м'яча є базовим елементом техніко-тактичної підготовки у більшості ігрових видів спорту. Вона забезпечує логічне переміщення м'яча між партнерами та дозволяє ефективно реалізовувати атакуювальні й захисні дії [15].



У процесі фізичного виховання та спортивного тренування важливо не лише сформувати правильну техніку виконання передачі, а й навчити спортсменів ефективно застосовувати її в різноманітних ігрових ситуаціях [11].

Огляд літератури. На думку сучасних науковців Мулик В. В., Крайник Я. Б. для розроблення та вдосконалення методики тренування технічних дій у спортивних іграх, необхідно впровадження системного підходу, що передбачає пошук та розробку нових підходів [6]. Відповідно до даних сучасних наукових досліджень Сидоренко О. М. результативність коротких, середніх та довгих передач м'яча вперед, передача м'яча «у русі» в спортсменів середнього шкільного віку близько 60% [8].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Командні ігрові види спорту вимагають високої координації дій між гравцями, де передача м'яча «у русі» є ключовим елементом успішної атаки та захисту. Уміння точно і своєчасно передавати м'яч, перебуваючи в русі, визначає рівень ігрової майстерності спортсмена, а також ефективність командної взаємодії. У зв'язку з цим виникає потреба в удосконаленні методики тренування цього елементу.

Відомо, що традиційні методики технічної підготовки потребують модернізації. Отже, наявна проблема зростання технічної майстерності є системою навчання технічних елементів, що укорінилася з часом. Запропонована в науковому дослідженні методика передачі м'яча «в русі» в ігрових видах спорту доповнена спеціальними фізичними вправами, що направлені на покращення виконання передач під пресингом суперника.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Метою статті є розробка методики тренування в спортивних іграх з передачею м'яча «у русі». Відповідно до поставленої мети визначено такі завдання дослідження: проаналізувати наукові підходи тренування в спортивних іграх з передачею м'яча «у русі»; виявити основні педагогічні умови розробки методики передачі м'яча «в русі» в ігрових видах спорту; обґрунтувати практичні шляхи передачі м'яча «в



русі» в ігрових видах спорту. Методологічною основою наукового дослідження стали положення: теорії та методики фізичної культури та спорту, спортивної психології, педагогіки. Використано низку емпіричних та теоретичних методів: контент-аналіз наукових джерел, порівняльний метод, спостереження, опитування.

Результати дослідження. Теоретичні основи передачі м'яча «в русі» включає кілька компонентів: технічний (володіння основами передачі в конкретному виді ігрового спорту); тактичний (усвідомлення моменту і напрямку передачі); фізичний (розвиненість швидко-силових якостей, координація); психологічний (здатність приймати рішення в умовах дефіциту часу).

Передачі м'яча в ігрових видах спорту класифікуються в залежності від: відстані передачі (коротка, середня, дальня); способу виконання (з місця, у русі, у стрибку); траєкторії польоту м'яча (низова, середня, верхня); специфіки гри (футбол, баскетбол, волейбол, гандбол тощо). Науковці розрізняють наступну специфіку передач м'яча у різних видах спорту, так наприклад: у футболі: передачі здійснюються внутрішньою, зовнішньою частиною стопи, п'ятою або підйомом. Основними вимогами є точність, контроль м'яча, бачення поля. Специфіка передачі м'яча у волейболі це - нижні (прийом) та верхні (пас для атаки), що потребують чіткої техніки рук і правильної позиції тіла [6].

У баскетболі використовують різні види передач м'яча (від грудей, знизу, за головою, у стрибку), що дозволяють варіювати темп гри. В свою чергу в гандболі передачі м'яча переважно виконуються однією рукою в динаміці. Успіх залежить від сили кидка та координації з партнерами [9].

Однак, для ігрових видів спорту можливо запропонувати загальну методичку навчання передачі м'яча. Процес опанування методикою має бути поетапним і скаатладись з: формування навичок у полегшених умовах (без суперника, з фіксованими партнерами); ускладнення умов (виконання в русі, з часовими обмеженнями); використання ігрових вправ (імітація змагальних



ситуацій); застосування варіативних вправ сприяє розвитку просторового орієнтування, реакції, зорово-рухової координації, а також психологічної стійкості [12].

Все вище перераховане спонукало до розробки єдиної методики передачі м'яча «в русі» в ігрових видах спорту. Запропонована методика була розроблена з урахуванням принципів фізичного виховання та дидактики, особливу увагу було зосереджено на принципах: поступовості та варіативності. У представленій методиці починати передачу м'яча слід із статичних вправ (передача м'яча без руху). У подальшому доповнювати її – імітацією передачі в повільному русі, та в завершені імітувати ситуації з максимальним наближенням до ігрових.

Процес формування навичок передачі м'яча «в русі» базується на таких дидактичних принципах: наочність (демонстрація техніки, відеоаналіз, моделювання ігрових ситуацій); поступовість (від простого до складного, від ізольованого виконання до змагальної діяльності); систематичність і повторюваність (закріплення навичок шляхом багаторазового відпрацювання); індивідуалізація навчання (урахування фізичних, психічних, вікових особливостей).

В розробленій методиці передачі м'яча «в русі» в ігрових видах спорту було запропоновано застосування спеціальних фізичних вправ, а саме: «Змійка з передачею» (гравець долає фішки, виконуючи передачу м'яча партнеру); «Передача з ривком» (імітація виходу в зону і передача м'яча з максимальним наближенням до умов гри); «Передача під тиском» – виконання передач у русі під пресингом суперника.

Також було запропоновано застосування «ігрових міні-ситуацій», наприклад: розігрування коротких ігрових сценаріїв з акцентом на динамічні передачі; використання таймера для створення умов обмеженого часу на прийняття рішень; відеоаналіз (запис і аналіз техніки виконання передач дозволяє виявляти помилки та оперативно їх коригувати).



За представленою методикою відеоаналіз тренування передачі м'яча «в русі» проводиться на ігровому полі, над яким розміщують світловий випромінювач керований комп'ютером та відеокамеру. Світловим випромінювачем на полі або вертикальній поверхні, розташованій у заданому напрямку у заданому місці поля, формують зображення спортсменів. Спортсмен з м'ячем знаходиться у заданій точці поля та виконує передачу таким чином, щоб він потрапив у зображення, що рухається - мітку.

Рухи зображень спортсмена знімають відеокамерою, відео передають на комп'ютер, що фіксує момент влучення м'яча у мітку або перетину спортивним снарядом траєкторії руху мітки, обчислює відстань від центру спортивного снаряда до центру мітки та через заданий час відновлює рух зображень спортсмена та мітки з початкового положення. Виконання передачі повторюють задану кількість разів, оцінку обчислюють як середньоарифметичне значення окремих результатів [4]. Також відеоаналіз реалізується в ігровому методі під час тренування, після чого відбувається аналіз передач спочатку тренерським складом, а у подальшому зі спортсменами.

Методика навчання передачі м'яча «в русі» складалась з наступних етапів: ознайомлення з технікою (пояснення і демонстрація виконання); первинне відпрацювання (виконання передачі у статичних умовах); автоматизація дій (застосування передачі в русі, з опором суперника); ігрове застосування (участь у вправах і міні-іграх, що імітують змагальні ситуації).

Її практичне застосування різниться в залежності від виду спорту, так наприклад в: футболі (навчання передач внутрішньою, зовнішньою частиною стопи, підйомом, п'ятою, використання вправ у парах, естафет, ігор на точність); волейболі (навчання передач зверху і знизу; вправи на координацію, роботу в парах, розвиток реакції); баскетболі (вправи для передач від грудей, з відскоком, за головою, у стрибку; розвиток швидкості та точності); гандболі (тренування передач однією рукою в динаміці; вправи на силу, координацію та точність).



Умовами ефективного застосування запропонованої методики було: використання ігрових завдань для розвитку уваги та реакції; створення мотиваційного середовища (змагання, командна робота); зворотний зв'язок від тренера (аналіз виконання, індивідуальні рекомендації); поступове ускладнення: зміна дистанції, темпу, формату гри.

Висновки. Оволодіння технікою передачі м'яча є необхідною умовою успішної командної гри. У контексті фізичної підготовки спортсменів середнього шкільного віку важливо формувати не лише технічні навички, а й вміння адаптувати техніку до умов конкретної ігрової ситуації. Результативність передач напряму впливає на ефективність гри, тому методика їх навчання має враховувати вікові, фізіологічні та психолого-педагогічні особливості спортсменів.

Розробка та впровадження систематизованої методики тренування дозволяє підвищити ефективність гри як на індивідуальному, так і командному рівнях. Подальші дослідження будуть спрямовані на адаптацію запропонованої методики для конкретного виду спорту.

Список використаних джерел

1. Анікеєнко Л., Білоконь В. Спортивні ігри в університеті. Вплив на стан здоров'я студентів. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2024. Серія 15. № 5(178). С. 238-241. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5\(178\).48](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).48)
2. Базиляк Н. О., Матвіяс О. В. Термінотворення у галузі спорту, зокрема у футболі (на прикладі сучасної англійської мови). *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2024. № 8. С. 1-18. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12793197>
3. Борисова О., Шутова С., Нагорна В., Шльонська О. Сучасні підходи удосконалення змагальної діяльності висококваліфікованих спортсменів у



спортивних іграх. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2020. № 2. С. 15-22. doi.org/10.32652/tmfvs.2020.2.15-22

4. Дарійчук С. В., Цибанюк О. О., Ротар Т. Ю., Ніколайчук О. П. Роль сучасних технологій у розвитку баскетболу: спеціалізовані спортивні споруди та обладнання. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2025. № 16. С. 1-15. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14994737>

5. Касарда О. З., Захожа Н. Я., Захожий В. В., Савчук, С. І., Галицька А. Б. Спортивні та рухливі ігри як засіб підвищення рухової активності здобувачів освіти. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2024. Серія 15. № 10(183). С. 122-127. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10\(183\).23](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10(183).23)

6. Мулик В. В., Крайник Я. Б. Кількісні характеристики рухових дій юних футболістів під час змагальної діяльності на етапі попередньої базової підготовки. *Спортивні ігри*. 2019. № 4(14). С. 48-57. doi: 10.15391/si.2019-4.05

7. Овчаренко В. В. Особливості технічної підготовки у гравців у гандбол віком 12–13 років. *Спортивні ігри*. 2020. № 2(16). С. 32–36.

8. Сидоренко О. М. Методика формування технічних навичок у студентів засобами спортивних ігор. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2021. №2. С. 45–50.

9. Тропін Ю. Змагальна діяльність в командних спортивних іграх (огляд літературних джерел). *Спортивні ігри*. 2023. № 1(27). С. 62–73. <https://doi.org/10.15391/si.2023-1.06>

10. Шаповал М. Ю. Педагогічний контроль техніко-тактичної підготовленості у баскетболі. *Спортивні ігри*. 2022. № 3(25). С. 38–45.

11. Ferioli D., Schelling X., Bosio A., La Torre A., Rucco D., Rampinini, E. Match activities in basketball games: comparison between different competitive levels. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 2020. № 34(1). С. 172-182. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000003039>



12. Lisenchuk G., Zhigadlo G., Tyshchenko V., Odynets T., Omelianenko H., Pyptiuk P., Dyadechko I. Assess psychomotor, sensory-perceptual functions in team-sport games. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019. № 19(2). С. 1205-1212. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.02175>
13. Mitova, O. Unified algorithm of complex control for athletes' fitness in team sports games. *Science in Olympic Sport*. 2019. № 2. С. 16-28. https://doi.org/10.32652/olympic2019.2_2
14. Norkobilovich K. S. Features of sports games, their peculiarities. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*. 2021. № 2(06). С. 163-169. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/TJQ3D>
15. Smith J. Small-Sided Games as a Methodological Resource for Team Sports Teaching: A Systematic Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2020. № 17(6) С.1884.