



***АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО  
СУПРОВОДУ ТА РОЗВИТКУ  
СУБ'ЄКТІВ СПОРТИВНОЇ  
ДІЯЛЬНОСТІ***

*Матеріали VII Всеукраїнської наукової  
електронної конференції з міжнародною участю  
(м. Київ, 29 жовтня 2024 р., Україна)*

*Київ 2024*



**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ  
ФАКУЛЬТЕТ ЗАОЧНОГО НАВЧАННЯ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ І ПЕДАГОГІКИ**

**Актуальні проблеми  
психолого-педагогічного супроводу та  
розвитку суб'єктів спортивної діяльності**

**МАТЕРІАЛИ VII ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВОЇ  
ЕЛЕКТРОННОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ  
(м. Київ, 29 жовтня 2024 р., Україна)**

**КИЇВ – 2024**

УДК 796.01+378:159.9

ББК 74.00я88

**Друкується згідно з рішенням Вченої ради Національного університету  
фізичного виховання і спорту України  
наказ № 344 - заг. від 29.08.2024р.**

**Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності: Матеріали VII Всеукраїнської наукової електронної конференції з міжнародною участю (м. Київ, 29 жовтня 2024 р.) / Відповід. ред.: Т. М. Булгакова. – Київ, 2024. – 174с.**

Збірник містить тези учасників VII Всеукраїнської наукової електронної конференції з міжнародною участю «Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності» (29 жовтня 2024 р.). Матеріали розкривають результати досліджень студентів-початківців та науковців у сфері психології, педагогіки, фізичного виховання і спорту. В тезах висвітлюються такі напрями: актуальні напрями психологічного забезпечення та супроводу в фізичному вихованні і спорті, педагогічні аспекти підготовки та розвитку суб'єктів спортивної діяльності, рухова активність, психолого-педагогічні аспекти формування здорового способу життя, проблеми дистанційного навчання та розвиток фізичної культури в умовах воєнного стану.

Матеріали збірника призначено для здобувачів першого (бакалаврського), другого (магістерського), третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти, молодих вчених, науковців і практиків, які цікавляться проблематикою психолого-педагогічного супроводу суб'єктів спортивної діяльності.

*Редакційна колегія:*

Булгакова Т. М., к.пед.наук, доцент, завідувач кафедри психології і педагогіки  
Петровська Т. В., к. пед. наук, професор кафедри психології і педагогіки  
Воронова В. І., к. пед. наук, професор кафедри психології і педагогіки  
Гринь О. Р., к. пед. наук, професор кафедри психології і педагогіки  
Толкунова І. В., к. пед. наук, професор кафедри психології і педагогіки  
Фольварочний І. В., доктор пед. наук, доцент кафедри психології і педагогіки  
Терещенко Л. А., к.психол.наук, доцент кафедри психології і педагогіки

***Матеріали надруковані в авторській редакції. За зміст матеріалів і достовірність наведених даних несуть відповідальність автори публікації та їх наукові керівники.***

## ЗМІСТ

### АКТУАЛЬНІ НАПРЯМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА СУПРОВОДУ В ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ І СПОРТІ

---

<b>Александров Юрій</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПОРТСМЕНІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ БОЙОВИМИ МИСТЕЦТВАМИ.....	11
<b>Алексєєнко-Лемовський Данїл, Смоляр Ірина</b> ПРОБЛЕМАТИКА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПАРТНЕРІВ У СПОРТИВНИХ ТАНЦЯХ.....	13
<b>Бабаєв Юрій, Юр'єв Станїслав, Большаков Олександр</b> ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО БОЙОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ ТАНКОВИХ ВІЙСЬК І ВИМОГИ ДО РОЗВИТКУ ЇХ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ.....	14
<b>Гунченко Вячеслав, Івакін Тарас, Цепляєв Юрій</b> ВПЛИВ ФАКТОРІВ НА ПСИХОЛОГІЧНУ ОСОБЛИВІСТЬ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ ТЕХНІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ.....	16
<b>Зімніков Олег, Борзило Олександр, Комар Іван</b> ПОКРАЩАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗА ДОПОМОГОЮ СПОРТИВНИХ ІГОР.....	18
<b>Болїбрук Катерина</b> ВПЛИВ ВИГОРАННЯ НА МОТИВАЦІЮ І РЕЗУЛЬТАТИ СПОРТСМЕНІВ.....	19
<b>Burnashev Rashid</b> PSYCHOLOGICAL PREPARATION FOR COMPETITION USING IDEOMOTOR TRAINING IN 400 METER RUN.....	21
<b>Вїзнюк Інесса, Долинна Анна, Долинний Сергїй</b> МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ВОЛОНТЕРІВ: ПСИХОСОМАТИЧНІ ОЗНАКИ ПТСР...	22
<b>Воронова Валентина, Романюк Анастасія</b> ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ФУТБОЛЬНОГО АРБІТРА.....	24
<b>Фольварочний Ігор, Гак Антон</b> ЧИННИКИ ВИНИКНЕННЯ СТАНУ ПОТОКУ У СПОРТСМЕНІВ.....	26
<b>Ганага Ольга, Петровська Тетяна, Федорчук Світлана</b> ПСИХОЛОГІЧНА ТРЕНІНГОВА ПРОГРАМА ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ КОГНІТИВНОГО РЕСУРСУ КІБЕРСПОРТСМЕНІВ.....	27
<b>Гринь Олександр, Воробїєв Михайло, Ляшенко Олена</b> КОНСУЛЬТУВАННЯ ЯК ВИД ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ.....	29
<b>Хасанов Атабек</b> АНАЛІТИЧНИЙ ПІДХІД ДО ВИЗНАЧЕННЯ ІНФОРМАТИВНИХ СКЛАДОВИХ ВІДБОРУ У ЗБІРНІ КОМАНДИ В СПОРТИВНИХ ІГРАХ.....	32
<b>Кучерява Наталія</b> РОЗВИТОК ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ ПРОВЕДЕННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР ТА ВПРАВ.....	33

<b>Максимов Станіслав, Максимова Юлія</b>	
ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ АКРОБАТІВ З УРАХУВАННЯМ ЇХ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК (НА ПРИКЛАДІ ЖІНОЧИХ ГРУП).....	35
<b>Митрушин Сергій</b>	
ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ ВОРОТАРІВ У ФУТБОЛІ.....	37
<b>Мосьян Марина</b>	
ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ ДОМАГАНЬ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	38
<b>Нагорна Вікторія, Руснак Нікіта, Митько Артур</b>	
АКТУАЛЬНІ НАПРЯМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА СУПРОВОДУ В КОМАНДІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....	40
<b>Рибалка Валентин</b>	
ПСИХОЛОГІЧНА РОБОТА З ВАЖКИМИ СТРЕСАМИ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ПРИ ВІДНОВЛЕННІ ЯКОСТІ ЇХ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	41
<b>Рожков Владислав, Рядова Ліліана</b>	
ЗАСТОСУВАННЯ АУТОГЕННОГО ТРЕНУВАННЯ ЯК ЗАСОБУ ЗНИЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ У СКЛАДНО-КООРДИНАЦІЙНИХ ВИДАХ СПОРТУ.....	43
<b>Тігаренко Світлана</b>	
ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО СУПРОВОДУ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....	44
<b>Usmanova Shakhlo</b>	
BASICS OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION OF AN ATHLETE.....	46
<b>Чоботько Ігор</b>	
ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ ДИТИНИ У СПОРТІ.....	47

## II. ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ ТА РОЗВИТКУ СУБ'ЄКТІВ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

---

<b>Ашанін Володимир, Петренко Юлія</b>	
ФОРМУВАННЯ КІНЕЗІОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ОСНОВА ПЕДАГОГІЧНОГО ПРОЦЕСУ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ З ЦИКЛІЧНИХ ВИДІВ СПОРТУ.....	50
<b>Ганага Ольга, Петровська Тетяна</b>	
РОЗРОБКА ТА ВПРОВАДЖЕННЯ ТРЕНІНГОВОЇ ПРОГРАМИ РОЗВИТКУ КОГНІТИВНОЇ СФЕРИ ДЛЯ ГРАВЦІВ В КІБЕРСПОРТУ.....	52
<b>Дністрян Марія</b>	
ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ.....	54
<b>Коваленко Ігор</b>	
ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ В СТРУКТУРІ ВПЕВНЕНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ.....	55
<b>Kerimov Daniil</b>	
IMPACT OF DIGITAL TECHNOLOGIES ON THE OPTIMIZATION OF THE TRAINING PROCESS IN PROFESSIONAL SPORTS.....	56

2. Кириленко ТС, Федорець АВ. Особливості самоставлення спортсменів з різним рівнем спортивної майстерності. Актуальні проблеми психології. 2012; 7(29): 215 – 223. Доступно на: [http://ecopsy.com.ua/data/zbirki/2012\\_29/sb29\\_21.pdf](http://ecopsy.com.ua/data/zbirki/2012_29/sb29_21.pdf)
3. Олійник НА, Войтенко СМ. Психологічні особливості спортивної діяльності: Монографія. Вінниця: ВНАУ; 2020. 240 с. Доступно на: <http://repository.vsau.org/getfile.php/25451.pdf>
4. Психологія особистості: словник-довідник. Горностаї ПП, Титаренко ТМ., редактори. Київ: Рута; 2001. 320 с.
5. Спринь ІГ. Зв'язок мотивації потреби у досягненнях з успішністю у спорті й навчанні. Таврійський вісник освіти; 2016; 1 (53): 273-277.
6. Федорець АВ. Особливості самооцінки особистості спортсмена. Актуальні проблеми психології. 2012; 7(28): 229 – 237. Доступно на: [http://ecopsy.com.ua/data/zbirki/2012\\_28/sb28\\_26.pdf](http://ecopsy.com.ua/data/zbirki/2012_28/sb28_26.pdf)

## АКТУАЛЬНІ НАПРЯМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА СУПРОВОДУ В КОМАНДІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ

Нагорна Вікторія, Руснак Нікіта, Митько Артур  
Національний університет фізичного виховання і спорту України,  
м. Київ, Україна

**Актуальність.** Психологічне забезпечення та супровід у команді юних футболістів є важливою складовою підготовки молодих спортсменів, особливо на етапі початкової підготовки. Сучасні підходи до тренувального процесу вимагають не лише розвитку фізичних якостей, а й формування психологічної стійкості, мотивації та командної взаємодії. У зв'язку з цим виникає необхідність у забезпеченні психологічної підтримки, яка сприяє гармонійному розвитку особистості та підвищенню ефективності тренувального процесу.

**Мета дослідження** – обґрунтування та визначення актуальних напрямів психологічного забезпечення та супроводу в команді юних футболістів, а також розробка ефективних підходів до формування психологічної стійкості, мотивації та командної згуртованості для забезпечення гармонійного розвитку спортсменів на етапі їхнього професійного становлення.

**Результати дослідження.** Основними напрямками психологічного супроводу команди юних футболістів [1; 2; 3; 4; 5] є:

Формування командної згуртованості. На початковому етапі підготовки важливо створити атмосферу взаємної підтримки та довіри серед гравців. Це досягається шляхом проведення командних тренінгів, ігор на розвиток комунікації та співпраці. Командна згуртованість є основою для успішної гри на полі, оскільки вона забезпечує єдність дій гравців і їхню здатність працювати в одній системі.

Мотивація до занять спортом. Для підтримки інтересу до футболу та розвитку особистісної мотивації важливо враховувати індивідуальні потреби і цілі кожного гравця. Психологічний супровід у цьому аспекті включає проведення бесід щодо спортивних досягнень, планування короткострокових та довгострокових цілей, а також оцінку індивідуального прогресу.

Робота з емоційною стійкістю. У процесі тренувань та змагань юні футболісти можуть стикатися з різними емоційними труднощами, такими як страх невдачі, тиск з боку тренера або однолітків. Психологічний супровід допомагає спортсменам навчитися контролювати свої емоції, розвивати стресостійкість і адекватно реагувати на невдачі. Це включає застосування технік релаксації, дихальних вправ та психологічної підготовки до змагань.

Індивідуальний підхід до кожного гравця. Кожен футболіст має свої особливості сприйняття, мислення та емоційних реакцій. Психологічний супровід має враховувати ці індивідуальні відмінності та адаптувати методи роботи до потреб кожного спортсмена. Це

допомагає уникнути стресових ситуацій та сприяє розвитку позитивного ставлення до тренувального процесу.

Психологічна підтримка під час змагань. Участь у змаганнях вимагає високого рівня психологічної підготовки, адже тиск на результат може викликати тривогу та знижувати ефективність гравця. Психологічний супровід передбачає підготовку спортсменів до змагань через візуалізацію ігор, позитивні афірмації та розвиток концентрації уваги.

**Висновки.** Таким чином, психологічне забезпечення є невід'ємною частиною підготовки юних футболістів, що сприяє їхньому гармонійному розвитку, підвищує рівень мотивації та командної взаємодії. Психологічна робота з футболістами групи початкової підготовки забезпечує стійкий розвиток як індивідуальних, так і командних якостей, що є запорукою успіху в майбутньому.

1. Baumeister RF. Anxiety and sport performance: From anxiety to flow. *J Pers Soc Psychol.* 2016;112(5):721-43.
2. Hardy L, Jones G, Gould D. *Understanding psychological preparation for sport.* London: John Wiley & Sons; 2015.
3. Hanton S, Mellalieu SD. Literature review of the competitive anxiety experienced by athletes. *Int J Sport Psychol.* 2017;48(2):229-58.
4. Jones G. Performance under pressure: Managing stress in competitive sports. *J Sport Psychol.* 2019;14(3):125-48.
5. Weinberg RS, Gould D. *Foundations of sport and exercise psychology.* Champaign: Human Kinetics; 2018.

## **ПСИХОЛОГІЧНА РОБОТА З ВАЖКИМИ СТРЕСАМИ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ПРИ ВІДНОВЛЕННІ ЯКОСТІ ЇХ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

**Рибалка Валентин**

**Український науково-методичний центр практичної психології та соціальної роботи  
НАПН України, Білоцерківський інститут неперервної професійної освіти НАПНГ  
України**

За даними наших спостережень і опитувань педагогічних працівників, в умовах воєнного стану на перший план психологічної роботи по відновленню якості їх професійної діяльності виходить проблема стресу. При цьому доцільно розглядати стрес в його модальних та загальних різновидах, що можливо робити в рамках тривимірної, поетапно конкретизованої психологічної структури особистості – за її соціально-психолого-індивідуальним, діяльнісним та розвивальним вимірами [3; 4]. Так, за підструктурами соціально-психолого-індивідуального виміру, такими як духовність, психосоціальність, спілкування, спрямованість, характер, самосвідомість, досвід, інтелект, психофізіологія, психосоматика, психогенетика, можуть бути виділені такі модальні стресори та стреси особистості, як: духовно-ціннісний дисбаланс, психосоціальний конфлікт, обмеженість, несумісність і конфліктність спілкування, мотиваційна та смислова фрустрація, акцентуації характеру, дерефлексія, некомпетентність, когнітивний дисонанс і помилковість інтелекту, міжтемпераментальна протидія та психодинамічна неконгруентність з властивими кожному типу темпераменту видами стресу, психосоматичні порушення і психогенетичні дисгармонії у сфері взаємодії інстинктів і безумовних рефлексів з психічними новоутвореннями. Разом з тим, у загальному плані, за інтенсивністю, тривалістю і наслідками в кожному даному модальному випадку можливо виділити загальні ознаки і такі види стресу, як:

**СУБСТРЕС:** це стан звершеного і автоматизованого стресу, адаптаційного синдрому, що включений у процес звичного інтелектуального, сенсорного, перцептивного сприйняття неперервних змін в оточуючому і внутрішньому середовищі, до яких вже відбулася адаптація;