



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРАРНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
УНІВЕРСИТЕТ АРИСТОТЕЛЯ В САЛОНІКАХ (ГРЕЦІЯ)
УНІВЕРСИТЕТ ПОНДІЧЕРРІ (ІНДІЯ)
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»
ІННІ "ПРИДНІПРОВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ БУДІВНИЦТВА ТА АРХІТЕКТУРИ"
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ НАУКИ І ТЕХНОЛОГІЙ
УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

МЕНЕДЖМЕНТ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧІЙ ТА РЕКРЕАЦІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА

**Збірник статей міжнародної науково-практичної
конференції**

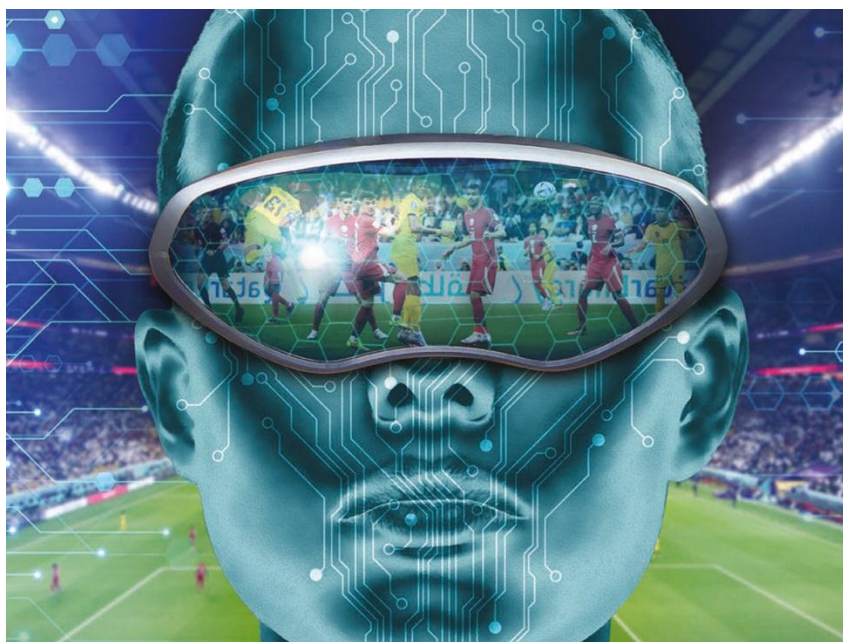
27 березня 2025 р.

Херсон-Кропивницький

**MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
KHERSON STATE AGRARIAN AND ECONOMIC UNIVERSITY
ARISTOTLE UNIVERSITY OF THESSALONIKI
PONDICHERRY UNIVERSITY
ZAPORIZHZHIA NATIONAL UNIVERSITY
NATIONAL UNIVERSITY "ZAPORIZHZHIA POLYTECHNIC"
ESI "PRYDNIPROVSKA STATE ACADEMY OF CIVIL ENGINEERING AND
ARCHITECTURE" UKRAINIAN STATE UNIVERSITY OF SCIENCE AND
TECHNOLOGIES
UZHHOROD NATIONAL UNIVERSITY**

***MANAGEMENT AND INFORMATION
TECHNOLOGIES IN SPORTS, HEALTH
AND RECREATIONAL ACTIVITIES:
THEORY AND PRACTICE***

**Collection of articles of the International Scientific and
practical conference**



March 27, 2025

Kherson–Kropyvnytskyi

УДК 796+379.8+005.33

М 50

*Рекомендовано до друку Вченою радою економічного факультету
Херсонського державного аграрно-економічного університету
(протокол № 4 від «24» березня 2025 р.)*

М 50 **«Менеджмент та інформаційні технології в спортивно-оздоровчій та рекреаційній діяльності: теорія та практика»:** збірник статей Міжнародної науково-практичної конференції (Херсон, 27 березня 2025 р.) – Херсон: Книжкове вид-во ФОП Вишемирський В.С., 2025. – 495 с.

«Management and Information Technologies in Sports, Health and Recreational Activities: Theory and Practice»: collection of articles of the International Scientific and Practical Conference (Kherson, March 27, 2025). Kherson: KhSAEU, 2025. 495 p.

ISBN 978-617-8187-43-9 (електронне видання)

Збірник містить матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, в якій взяли участь науковці, викладачі та здобувачі закладів вищої освіти та наукових установ, а також фахівці-практики з фізичного виховання, спорту та представники спортивних федерацій. В публікаціях авторів висвітлено актуальні проблеми спортивного маркетингу, менеджменту та застосування інформаційних технологій в спортивно-оздоровчій та рекреаційній діяльності, впровадження інноваційних технологій в освітній процес та медико-біологічне забезпечення тренувального процесу спортсменів в умовах війни та миру.

Конференція покликана стимулювати обмін ідеями та тематичною інформацією між українськими та зарубіжними вченими, представниками наукового та спортивного середовищ, слугувати джерелом інформації про сучасний рівень наукового забезпечення спортивної діяльності. Для здобувачів вищої освіти, науковців та фахівців.

Матеріали збірника подаються в авторській редакції та друкуються мовою оригіналу. Відповідальність за достовірність фактів, власних імен, цитат та інших відомостей несуть автори публікацій. Відповідно до Закону України «Про авторське право і суміжні права», при використанні наукових ідей та матеріалів цього збірника, посилання на авторів і видання є обов'язковим.

Розповсюдження і тиражування без офіційного дозволу Херсонського державного аграрно-економічного університету заборонено.

***Матеріали конференції будуть викладено на сайті ХДАЕУ
(<https://www.ksau.kherson.ua/news-2/konferenc-2.html>) та ResearchGate.***

ISBN 978-617-8187-43-9 (електронне видання)

© Колектив авторів, 2025

© ХДАЕУ, 2025

© Видавництво ФОП Вишемирський В.С., 2025

ПРОГРАМНИЙ КОМІТЕТ КОНФЕРЕНЦІЇ

- Грановська Вікторія** – д.е.н., професор, в.о. ректора Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Кирилов Юрій** – д.е.н., професор Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Лавренко Сергій** – к.с.-г.н., доцент, проректор з наукової роботи та міжнародної діяльності Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Кириченко Наталя** – к.е.н., доцент, декан економічного факультету Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Стрикаленко Євгеній** – к.фіз.вих., доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Жосан Ганна** – к.е.н., доцент, завідувач кафедри менеджменту, маркетингу та інформаційних технологій Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Скрипченко Ірина** – к.фіз.вих., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Драчук Сергій** – к.біол.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Мужичок Вадим** – к.п.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Шалар Олег** – к.п.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Білогур Влада** – д.філ.н., професор, професор кафедри фізичного виховання Ужгородського національного університету
- Тищенко Валерія** – д.фіз.вих., професор, професор кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету, академік Національної академії наук вищої освіти України, Заслужений тренер України
- Рам Мохан Сингх** – доктор філософії, доцент, доцент кафедри фізичного виховання Університету Пондічеррі (Індія)

CONFERENCE PROGRAM COMMITTEE

- Hranovska Viktoriia** – Doctor of Economics, Professor, Acting Rector of Kherson State Agrarian and Economic University
- Kyrylov Yurii** – Doctor of Economics, Professor of Kherson State Agrarian and Economic University
- Lavrenko Serhiy** – Ph.D. in Agricultural, Associate Professor, Vice-Rector for Research and International Activities of Kherson State Agrarian and Economic University
- Kyrychenko Natalia** – Ph.D. in Economics, Associate Professor, Dean of the Faculty of Economics of Kherson State Agrarian and Economic University
- Strykalenko Yevheniy** – Ph.D. in PE and sport, Associate Professor, Head of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports of Kherson State Agrarian and Economic University
- Zhosan Hanna** – Ph.D. in Economics, Associate Professor, Head of the Department of Management, Marketing and Information Technologies of Kherson State Agrarian and Economic University;
- Skrypchenko Iryna** – Ph.D. in PE and sport, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports of Kherson State Agrarian and Economic University
- Drachuk Serhiy** – Ph.D. in Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Kherson State Agrarian and Economic University
- Muzhychok Vadym** – Ph.D. in Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Kherson State Agrarian and Economic University
- Shalar Oleh** – Ph.D. in Pedagogical Sciences Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Kherson State Agrarian and Economic University
- Bilohur Vlada** – Doctor of Philology, Professor, Professor of the Department of Physical Education, Uzhgorod National University
- Tyshchenko Valeria** – Doctor of Physical Education and Sports, Professor, Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports of Zaporizhzhia National University, Academician of the National Academy of Sciences of Higher Education of Ukraine, Honored Coach of Ukraine
- R. Ram Mohan Singh** - Ph.D. in PE and sport, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education, Pondicherry University (India)

3MICT / CONTENT

Abdoul Sore PERSPECTIVES AND CHALLENGES IN THE DEVELOPMENT OF SPORTS FOR STUDENTS	10
Amit Ashok Kumar Patel A, Vivek R, Vaithiyanathan IMPACT OF PSYCHOMOTOR SKILLS ON PHYSICAL EDUCATION PROGRAM OF SECONDARY AND HIGHER SECONDARY SCHOOL BOYS IN INDIAN SCHOOL	15
Beale James, Ahmedov Farruh THE IMPACT OF A NATURE-BASED EXERCISE INTERVENTION ON FEMALE STUDENTS FROM UZBEKISTAN – A PROSPECTIVE DISCUSSION	26
Diver Gerald PROBLEMS OF INNOVATION IN SPORTS MANAGEMENT AND MARKETING IN THE CURRENT WORLD	31
S.Dharakeswari, D. Suresh., R.Ram Mohan Singh EFFECT OF SPECIFIC DRILL TRAINING WITH BALLISTIC TRAINING ON BIO-MOTOR AND SKILL PERFORMANCE VARIABLES AMONG UNIVERSITY MEN VOLLEYBALL PLAYERS	36
Hikmat Almadhkhori, Abbas Saadoun Kateh, Zahra Saleh, Rafahiya Bouchareb THE PREDICTION OF THE ACCURACY AND SPEED OF SCORING FROM OUTSIDE THE PENALTY AREA FOR YOUNG FOOTBALL PLAYERS	44
Kragiopoulou Panagiota, Panoutsakopoulos Vassilios VERTICAL JUMP POWER IS CORRELATED WITH PERFORMANCE OF THE 40-M SPRINT IN ADOLESCENT FEMALE TRACK AND FIELD ATHLETES	52
Mohammed Khalaf Thiyabat, Nisreen Jamil Al Shawabkeh THE DEGREE OF APPLICATION OF THE PRINCIPLES OF TOTAL QUALITY MANAGEMENT AND ITS RELATIONSHIP TO EDUCATIONAL OUTCOMES FROM THE POINT OF VIEW OF FACULTY MEMBERS AT THE FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION AT YARMOUK UNIVERSITY	60
N Kiran Kumar, G Amravati ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND MACHINE LEARNING IN ATHLETE PERFORMANCE OPTIMIZATION	70
Shiyamol M. B., Suvarna Sankar P. S. EFFECT OF AEROBICS TRAINING ON MENSTRUAL DISTRESS AMONG FEMALE COLLEGE STUDENTS	77
Stavros Siapis, Polyxeni G. Argeitaki, Vassilios Panoutsakopoulos DIFFERENCES IN STEP KINEMATIC CHARACTERISTICS BETWEEN ADULT GREEK MALE AND FEMALE RACE WALKING ATHLETES	84
Skrypchenko Iryna, Demirci Nevzat SPORTS BRANDING AS A MODERN TECHNOLOGY IN THE SPORTS INDUSTRY	91
Skrypchenko Iryna, Joksimović Marko INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN MODERN PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS	102
Skrypchenko Iryna, Vilyanskiy Volodymyr, Mehmet Ismail Tosun E-SPORTS IN THE STUDENT ENVIRONMENT: THE STRUGGLE FOR SURVIVAL IN UKRAINIAN REALITIES	109
Skrypchenko Iryna, Bojan Bjelica, Laurentiu-Gabriel Talaghir PHYSICAL CULTURE MEANS IN THE PREVENTION OF EYE FATIGUE WHEN WORKING AT A COMPUTER DURING ONLINE LEARNING	116

Бачинська Наталія Вероніка ДОСЛІДЖЕННЯ МОЖЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНИХ ТРЕНАЖЕРІВ І ТЕХНІК (ВІЗУАЛІЗАЦІЯ, НЕЙРОФІДБЕК, БІОФІДБЕК) У СПОРТИВНІЙ АКРОБАТИЦІ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ ПСИХОФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ	127
Білогур Влада, Сивохоп Едуард, Семаль Наталія ОСОБИСТІТЬ ТА СТИЛІ УПРАВЛІННЯ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖЕРА	134
Богуславська Вікторія, Драчук Сергій НОВИЙ ПІДХІД ДО КОМПОЗИЦІЇ ТА ЗМІСТУ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ (НА ПРИКЛАДІ ВЕСЛУВАННЯ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ)	142
Боліла Світлана ТРЕНДИ СПОРТИВНОГО МАРКЕТИНГУ В СУЧАСНОМУ СВІТІ В УМОВАХ ЦИФРОВОГО СУСПІЛЬСТВА	150
Бондарчук Наталія СУЧАСНІ ПРАКТИКИ МАСОВОГО СПОРТУ В ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ РІЗНИХ ЗА ВІКОМ КАТЕГОРІЙ НАСЕЛЕННЯ	158
Гондар Анастасія, Тютенко Ігор ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПРИ ХРОНІЧНОМУ ПІЄЛОНЕФРИТІ	166
Гордієнко Кристина, Молчанов Євген КОМПЛЕКСНИЙ ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ, ХАРЧУВАННЯ ТА ЗАГАРТОВУВАННЯ НА СТАН ІМУННОЇ СИСТЕМИ	173
Дубовик Євгеній, Тропін Юрій ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ В ЄДИНОБОРСТВАХ	181
Єфременко Андрій ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ ДЛЯ ВИЩОЇ ОСВІТИ: РОЗВИТОК НАВИЧОК	189
Журавель Євгеній, Чорна Олександра ВПЛИВ НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН МОЛОДІ ТА ШЛЯХИ ЙОГО ОПТИМІЗАЦІЇ	196
Кан Юрій ЗАЛУЧЕННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ЧЕРЕЗ ТЕСТОВІ ВПРАВИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	204
Карабанов Євген, Маріонда Іван, Кубрак Сергій АНАЛІЗ АДАПТАЦІЙНИХ ЗМІН В ОРГАНІЗМІ СПОРТСМЕНІВ ПІД ЧАС ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗБОРІВ У ВИСОКОГІРНИХ УМОВАХ	211
Котрікова Єлизавета, Отравенко Олена ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОГО ТУРИЗМУ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ	219
Марусич Олена, Чорна Дарина ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ ЯК ІНСТРУМЕНТ РЕКРЕАЦІЙНОЇ ТА ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ПРОФІЛАКТИЦІ ОЖИРІННЯ ТА МЕТАБОЛІЧНОГО СИНДРОМУ	227
Мачалаба Мирослав, Порохнявий Андрій МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА МИРУ	235
Мужичок Вадим НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ:ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ	243
	251

Непша Олександр, Вінніченко Олена, Коваль Дмитро ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	
Нестеренко Наталія ОСОБЛИВОСТІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ З КІБЕРСПОРТУ	261
Огнистий Андрій, Огниста Катерина, Бірюков Олександр МІСЦЕ СПОРТИВНОГО ПЕДАГОГА У РЕАЛІЗАЦІЇ ОСВІТНИХ ТА СОЦІАЛЬНИХ ПРОЄКТІВ МІЖНАРОДНОГО ОЛІМПІЙСЬКОГО КОМІТЕТУ	268
Олійник Ігор, Дмитрієв Дмитро БРЕНДИНГ СПОРТИВНИХ КОМАНД ТА СПОРТСМЕНІВ: КОНЦЕПТУАЛЬНІ МОДЕЛІ ТА ПРАКТИЧНЕ ЗАСТОСУВАННЯ	278
Олійник Ігор, Сагайдак Олексій ЦИФРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ У СПОРТИВНОМУ МАРКЕТИНГУ: АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ТА ПЕРСПЕКТИВ РОЗВИТКУ	286
Оніщук Лариса УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНИМ РОЗВИТКОМ СПОРТСМЕНІВ ПІД ЧАС НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В ДЮСШ	295
Отравенко Олена ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У РЕКРЕАЦІЙНО- АНИМАЦІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ	303
Палічук Юрій, Ібрагімов Еміль ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА	312
Паришкура Юлія, Дуборез Андрій, Гришко Лариса АКТУАЛІЗАЦІЯ ЗАСОБІВ ВІДНОВЛЕННЯ У СПОРТІ ТА ФІТНЕСІ	321
Петренко Валерія, Шиян Володимир ВПЛИВ СИСТЕМАТИЧНИХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ НА ФІЗИЧНИЙ ТА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ У КРИЗОВИХ УМОВАХ	330
Петрушин Дмитро РОЛЬ СПОРТУ У ФІЗИЧНІЙ ТА ПСИХОЛОГІЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВИХ І ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД ВІЙНИ	339
Приходько Володимир, Дзюбенко Микола, Соловей Олександр, Нестеренко Наталія, Яковенко Артем НОВОСТВОРЕНИЙ НАУКОВО-ОСВІТНИЙ СПОРТИВНИЙ КЛАСТЕР: ЩО ПРО НЬОГО ВІДОМО	345
Пустолякова Лариса, Волинець Людмила ОЦІНКА СТАНУ ФІЗИЧНОГО ТА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ МЕДИКІВ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД РІВНЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ	355
Скрипченко Ірина МЕНЕДЖМЕНТ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНІ НА ПРИКЛАДІ НЕФОРМАЛЬНОЇ ТА ІНФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ	361
Сологубова Світлана, Липницька Марія ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ НА КОГНІТИВНІ ФУНКЦІЇ	376
Стрельнікова Анна, Сологубова Світлана ПОТЕРАПІЯ У СИСТЕМІ СУЧАСНИХ ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ	378
Стрикаленко Євгеній ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ ДІЯЛЬНОСТІ В ФОРМУЛІ 1	391
Філак Ярослав ОЗДОРОВЧА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗІ СКОЛІОТИЧНОЮ ПОСТАВОЮ	400

Шрубенко Дмитро, Ужеловський Андрій, Шиян Ольга ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ У СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ	407
Тарасу Станіслав, Сисун Валерій ВПЛИВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ	417
Тищенко Валерія, Сінько Владислав ВІДЕОАНАЛІТИЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ	426
Тищенко Валерія, Шніц Георгій ЗАСТОСУВАННЯ НЕЙРОТЕХНОЛОГІЙ У ФУТБОЛІ	434
Чоботько Ігор ГЕНДЕРНІ ВИКЛИКИ У СПОРТІ ТА ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ПРОБЛЕМИ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ	441
Чоботько Маргарита ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ ВНЗ МВС УКРАЇНИ ЯК КЛЮЧОВИЙ ЕЛЕМЕНТ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ	447
Шалар Олег ПСИХІЧНА ГОТОВНІСТЬ ГАНДБОЛІСТОК ДО ЗМАГАНЬ	453
Шуба Людмила, Омок Ганна, Шуба Вікторія, Шуба Віктор ІНФОРМАЦІЙНА ПІДТРИМКА СПОРТУ: БАЗИ ДАНИХ, ОСВІТНІ ПЛАТФОРМИ ТА ЦИФРОВА АНАЛІТИКА	460
Янченко Ірина ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СПОРТИВНІЙ ПІДГОТОВЦІ ФУТБОЛЬНОЇ КОМАНДИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	467
Барановська Юлія ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЛІНІЙНИХ ГРАВЦІВ В ГАНДБОЛІ	477
Калінова Ксенія ПРИНЦИПИ ФОРМУВАННЯ СИСТЕМИ АНТИКРИЗОВОГО УПРАВЛІННЯ ПІДПРИЄМСТВОМ	485
Котулай Геннадій ВПРОВАДЖЕННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПІДГОТОВКУ В СПОРТИВНІ ІГРИ	489

Олег Шалар
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри менеджменту, маркетингу та ІТ,
Херсонський державний аграрно-економічний університет
(м. Херсон, Україна)

ПСИХІЧНА ГОТОВНІСТЬ ГАНДБОЛІСТОК ДО ЗМАГАНЬ

Shalar Oleg. Mental readiness of handball players for competitions.

Key words: anxiety, excitement, inhibition, emotion, confidence.

The athletes' readiness for competitions is characterized by a certain set of features (functional, mental, physical, technical and tactical, etc.) that manifest in their unity. Aim: determine the readiness of handball players for competing with rivals of a different class. Materials and methods: the research was conducted on the basis of the Kherson High School of Physical Culture. A female handball team of the Super League "Dnipryanka" was involved in the research and included 15 handball players aged 19 to 32. Sports Masters of Ukraine were a contingent of the team. Conclusions: the achieved level of mental readiness can be considered sustainable and stable. This gives grounds for asserting that Kherson handball players are confident in their pre-start period, and during the competition they are persistently and fully capable of fighting to achieve the goal

Вступ. Сучасна специфіка спортивного тренування, спрямована на досягнення високих результатів, вимагає від спортсмена великого, а іноді граничного напруження всіх фізіологічних резервів організму, в тому числі і психічних можливостей. У цих умовах зростає залежність ефективності діяльності людини від індивідуальних властивостей нервової системи людини. Граничний рівень фізичних навантажень, що поєднується з високим емоційним напруженням, часто призводить до перенапруження фізіологічних систем, їх зрушень і зниження функціонального стану організму в цілому. На фоні виражених фізіологічних проявів перетренованості, часто прихованими, але дуже важливими є психологічні зміни, оскільки участь спортсменів у змаганнях різного рівня вимагає, перш за все, внутрішньої стійкості людини (Zeghair, H.O. et al, 2021).

Досягнення високих спортивних показників залежить від відповідного рівня технічної, тактичної, фізичної та психологічної підготовки спортсменів. Це твердження є актуальним впродовж всіх часів заняття спортом. (Szczypińska, Mikicin, 2019).

Центральне місце фізичної підготовленості визначається також тим, що інші сторони підготовленості спортсменів (технічна, тактична, психологічна) реалізуються одночасно і в значній мірі залежить від рівня розвитку рухових здібностей, фізичного розвитку та функціональних можливостей організму спортсмена, що визначає зміст фізичної підготовки. Безпосередньо фізична підготовка спортсменів є однією з найголовніших складових у досягненні спортивних результатів, але й психологічна підготовка відіграє неабияку роль в спортивній кар'єрі спортсмена (Жосан та ін, 2014; Стрикаленко&Шалар, 2017; Шалар та ін., 2014).

У сучасному спорті вимоги до підготовки спортсменів активно зростають. Не применшуючи значення таких складових у підготовці спортсменів, як фізична, технічна і тактична, слід наголосити, що не менш значущою є психологічна складова. Із практики спортивної діяльності відомо, що від таких якостей особистості, як емоційна і нервово-психічна стійкість, тривожність, агресивність та інші значною мірою залежать результати виступу спортсмена (Гринь, 2015; Вейнберг&Гоулд, 1998).

Загальна психологічна підготовка тісно пов'язана з виховною та ідейною роботою зі спортсменами. Особливо це відноситься до формування ідейної переконаності, вихованню властивостей особистості. У програму психологічної підготовки повинні бути включені заходи, спрямовані на формування спортивного характеру та позитивних міжособистісних відносин в гандбольній команді (Гузар та ін., 2016; Шалар та ін., 2010).

Мета дослідження – визначити ознаки і стан готовності гандболісток до змагань.

Виклад основного матеріалу. Готовність спортсмена до змагань – це багатокомпонентна структура, що визнається сукупністю певних ознак. А

саме: моральну, функціональну і спеціальну (фізичну, технічну, тактичну, теоретичну) готовність у єдності. І саме, психічна готовність є необхідним і дуже часто значимим компонентом щодо успішності змагальної діяльності.

Як вважають спортивні психологи, в склад компонентів психічної готовності спортсмена до змагань входить:

- твереза впевненість у своїх силах;
- прагнення до досягнення перемоги у змаганнях;
- оптимальний рівень збудження;
- високий супротив до факторів оточуючого середовища (супротивників, глядачів, суддів тощо);
- здібність керувати своїми діями, думками, почуттями і поведінкою [1, 5].

Слушною є думка про те, що до ознак психічно готовності відносяться: оптимальна організація психічних процесів (в першу чергу – увага); наявність мотивації участі у змаганнях; яскравий прояв спрямованості особистості спортсмена; прояв готовності до максимальних вольових зусиль; високим станом тренуваності та чіткою цільовою установкою [4, 8].

Ці ознаки проявляються в діяльності спортсмена по різному. Тобто, в різний час той чи інший компонент може бути ведучим. Наприклад, у передстартовий період головним може бути впевненість у своїх силах, під час змагань – прагнення напружено і до кінця боротися за досягнення цілі [10, 11].

До нашого дослідження, що тривало 3 роки (2017-2020) була залучена жіноча гандбольна команда суперліги «Дніпрянка», у складі якої 15 гандболісток віком від 19 до 32 років. Контингент команди складала майстри спорту України.

Для оцінки психічних властивостей гандболісток застосувалася методика «Оцінка властивостей нервової системи спортсменів», методика Ч.Д. Спілбергера – Ю.Л. Ханіна «Шкала реактивності: ситуативна і особистісна тривожність» та методика «Самооцінка структури темпераменту» для визначення властивостей темпераменту. Щодо визначення психічних і

передстартових станів використовувався «Тест-опитувальник передзмагального стану спортсмена», та методика Р.С. Вейнберга-Д. Гоулда «Упевненість в собі». Також в ході нашого дослідження була розроблена авторська методика «Діагностика передстартового стану гандболісток». Ця методика включала спостереження за зовнішніми проявами певних ознак спортсменок в період, який охоплював проміжок часу перед початком змагань, і безпосередньо під час змагань. Компоненти даної методики наступні: а) твереза впевненість в своїх силах; б) прагнення до кінця боротися за досягнення змагальної мети, за перемогу; в) оптимальний рівень емоційного збудження; г) завадостійкість проти факторів, що збивають; д) здібність управляти своїми діями, почуттями, поведінкою. Всі дані отримані в процесі спостереження за гравцями заносилися в протокол. Кожний компонент мав бути оцінений за трибальною шкалою, де 1 бал – низький, 2 бали – середній, а 3 бали – високий рівень прояву.

Оцінка рівня впевненості у гандболісток проводилася у вигляді відкритого анкетування, за яким визначалися наступні ознаки: невпевненість, упевненість, надмірна впевненість. За цими результатами встановили, що високий рівень впевненості виявлено у дев'яти гандболісток з п'ятнадцяти. Ці гравці майстри спорту, гандболом займалися більше 10 років. Маргарита Г. (розігруючий) та Тетяна К. (воротар) були другими номерами на своїх ігрових позиціях, інші семеро дівчат з високим рівнем впевненості: Катерина К. (розігруючий), Анастасія Г. (лінійний), Валерія К. (лівий на півсередній), Тетяна П. (лівий крайній), Альона С. (розігруючий), Юлія Т. (правий крайній), Тетяна Ч. (воротар) – гравці основного складу команди. Найвищим показником рівня впевненості відзначилася Маргарита Г. (88%). Вона майстер спорту, розігруючий гравець за амплуа. Шестеро гандболісток мали середній рівень впевненості. В основному це гравці другого складу, або молоді гравці. Також нам вдалось виявити двох дівчат з середнім рівнем надмірної впевненості: Кароліна С. (49%) та Марина П. (35%). Ці гравці є майстрами спорту, не одноразово брали участь в змаганнях високого рівня, міжнародних

змаганнях та виступали за молодіжні збірні команди України. Невпевненість у всіх гравців команди «Дніпрянка» знаходилася на низькому рівні. Це очевидно, адже команда «Дніпрянка» в турнірній таблиці чемпіонату України з гандболу серед жіночих команд суперліги посідала третю сходинку, та мала всі шанси боротися за срібну медаль. Отже, більшість гравців команди мали високі показники впевненості в собі, а це дуже важливо в командному виді спорту.

Висновки. Психічна готовність спортсмена є важливим компонентом успішності змагальної діяльності. Вона являє собою одну із психічних станів спортсмена, до яких належать певні ознаки: твереза впевненість в своїх силах; прагнення боротися до досягнення змагальної мети; оптимальний рівень емоційного збудження; завадостійкість проти факторів, що збивають; здатність керувати своїми діями та поведінкою. Саме ці ознаки стали підставою для розробки авторської методики оцінки передзмагальної психологічної готовності гандболісток.

Завдяки розробленій методиці та застосуванню достовірних психологічних тестів і анкет були визначені рівні готовності гандболісток ГК «Дніпрянка» до змагань із різними за класом суперниками. Динамічність стану психічної готовності гандболісток до змагань не знижався навіть із дуже сильним суперником – командою ГК «Галичанка». Тобто досягнутий рівень психічної готовності можна вважати стійким і стабільним. Це дає підстави стверджувати, що херсонські гандболістки впевнені в своїх силах у передстартовий період, а протягом змагання наполегливо і до кінця здібні боротися до досягнення мети.

Перспективою подальших досліджень є вивчення закономірностей інтелектуальної сфери та оцінки впевненості гандболісток у своїх можливостях.

Список використаних джерел

1. Білогур, Влада, Сівохоп, Едуард, Семаль, Наталія, Скрипченко, Ірина, Карабанов, Євген. (2025). Вплив когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) та

методів спортивної психології на розвиток ментальної стійкості спортсменів. *Humanities studies: Collection of Scientific Papers* /Ed. V. Voronkova. Zaporizhzhia: Publishing house «Helvetica», 22 (99), 156–168. <https://doi.org/10.32782/hst-2025-22-99-17>

2. Гузар В.М., Шалар О.Г., Мордюк Д. (2016). Міжособистісні відношення гандболісток і їх вплив на змагальну діяльність. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка. Вип. 139. Т.ІІ. С. 218-222.

3. Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г. (2017). Вплив інтелектуальних здібностей на ефективність змагальної діяльності гандболісток високого класу. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 147. Т.ІІ. С. 255-258.

4. Шалар О., Жосан І., Шум Д., Стрикаленко Є. (2014). Властивості темпераменту і волі гандболісток різного ігрового амплуа. *Спортивний вісник Придніпров'я*. С. 40-43.

5. Brigitta, Kiss, László, Balogh (2019). A study of key cognitive skills in handball using the Vienna test system. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(1), pp. 733 - 741, DOI:10.7752/jpes.2019.01105

6. Szczypińska Marta, Mikicin Mirosław (2019). Does attention training induce any changes in the level of the selected cognitive processes in handball players. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 19 (4), pp 1445 – 1452, DOI:10.7752/jpes.2019.s4210

7. Zeghair, H.O., Abbas, K.H., & Hasan, S.H. (2021). An analytical study of levels of innovative thinking among handball players. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(4proc), 1889-S1897.

8. Shalar, O., Huzar, V., Strykalenko, Y., Yuskiv, S., Homenko, V., & Novokshanova, A. (2019). Psycho-pedagogical aspects of interaction between personality traits and physical qualities of the young gymnasts of the variety and

circus studio. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (6), 2283-2288.
<http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2019.s6344>

9. Strykalenko, Y., Shalar, O., Huzar, V., Voloshynov, S., Yuskiv, S., Silvestrova, H., & Holenko, N. (2020). The correlation between intelligence and competitive activities of elite female handball players. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 20 (1), 63-70.
<http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2020.01008>

10. Strykalenko, Ye., Zhosan, I., Shalar, O. (2017). Intellectual abilities high-end handball players of different playing roles. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. №4(40). С. 128-133.

11. Tyshchenko, V., Lisenchuk, G., Odynets, T., Pyptiuk, P., Bessarabova, O., Galchenko, L., & Dyadechko, I. (2020). The psychophysiological status of the handball players in pre-competitive period correlated with the reactions of autonomic nervous system. *Advances in Rehabilitation*, 34(1), 40-46.

Наукове електронне видання

МАТЕРІАЛИ

Міжнародної науково-практичної конференції

**МЕНЕДЖМЕНТ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧІЙ ТА РЕКРЕАЦІЙНІЙ
ДІЯЛЬНОСТІ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА**

ЗБІРНИК СТАТЕЙ

27 березня 2025 року

(м. Херсон, м. Кропивницький)

ISBN 978-617-8187-43-9 (електронне видання)



Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за достовірність та об'єктивність наданої інформації.

Відповідальний за випуск – завідуючий кафедрою теорії та методики фізичної культури та спорту, к.фіз.вих., доцент Стрикаленко Є.А.

Технічний редактор: к.фіз.вих., доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Скрипченко І.Т.

Контактна інформація оргкомітету конференції:
Херсонський державний аграрно-економічний університет
Юридична адреса: вул. Стрітенська, 23, м. Херсон, 73006
Фактична адреса: просп. Університетський, 5/2,
м. Кропивницький, Кіровоградська обл., 25031

Підписано до видання 31.03.2025 р. Формат 60×84/8.
Гарнітура Times. Ум. друк. арк. 45,7. Обл.-вид. арк. 49,14.
Замовлення № 3126.

Книжкове видавництво ФОП Вишемирський В.С.
Свідоцтво про внесення до державного реєстру суб'єктів видавничої справи:
серія ХС №48 від 14.04.2005 р., видано Управлінням у справах преси та інформації
73000, Україна, м.Херсон, вул. Соборна, 2,
тел. +38050-133-10-13, e-mail: printvvs@gmail.com