

- борців греко-римського стилю на етапі спеціалізованої базової підготовки. Спортивний вісник Придніпров'я, 2019. № 2. С. 64–73.
6. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія; за заг. ред. В.М.Костюкевича. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. 191 с.
7. Adamchuk V., Shchepotina N., Kostiukevych V., Vozniuk T., Kulchytska I., Didyk T., Poliak V. Technological Aspects of Introduction of 8-Week Model at the Phase of Direct Training for Competitions of Highly Qualified Multi-Sport Athletes in TrackAnd-Field Athletics. Physical Education Theory and Methodology. 2021. Vol. 21(3). P. 200-210. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2021.3.03>

ВІБРОЗОБРАЖЕННЯ У КОНТРОЛІ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО СТАНУ ФУТБОЛІСТІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

Новак Яна, Ненич Василь, Лущенко Володимир
*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. У дослідженні оцінено психофізіологічний стан футболістів різної кваліфікації з використанням технології віброзображення. Встановлено оптимальний рівень функціонального стану, стабільність більшості показників та індивідуальні відмінності емоційної регуляції. Обґрунтовано доцільність застосування методу для оперативного психолого-педагогічного контролю і індивідуалізації тренувального процесу.

Ключові слова: футболісти, віброзображення, психофізіологічний стан, саморегуляція, стрес, психолого-педагогічний контроль.

Novak Yana, Nenysh Vasyl, Lushchenko Volodymyr. Vibromaging in monitoring the psychophysiological state of football players of various qualifications.

Abstract. The study assessed the psychophysiological state of football players of different qualifications using vibromaging technology. The optimal level of functional state, stability of most indicators and individual differences in emotional regulation were established. The feasibility of using the method for operational psychological and pedagogical control and individualization of the training process was substantiated.

Keywords: football players, vibromaging, psychophysiological state, self-regulation, stress, psychological and pedagogical control.

Актуальність проблеми. У сучасному спорті високих досягнень зростає потреба в удосконаленні системи контролю стану спортсменів, що пов'язано з високою інтенсивністю змагальної діяльності та необхідністю швидкої

адаптації до змінних умов [5, 6, 10]. Особливо це характерно для футболу, де діяльність відбувається в умовах невизначеності, дефіциту часу та значного психоемоційного навантаження [3, 9].

Ефективність змагальної діяльності значною мірою залежить від психофізіологічної підготовленості футболістів, їх здатності до саморегуляції та стресостійкості [1, 4, 7], що актуалізує потребу в оперативному й об'єктивному контролі функціонального стану.

Водночас, традиційні методи діагностики є трудомісткими й обмеженими у використанні в змагальних умовах [7, 10], що зумовлює пошук інноваційних, швидких і неінвазивних підходів.

Перспективним напрямом є технологія віброзображення, що забезпечує безконтактну оцінку психофізіологічного стану, однак її застосування у системі контролю футболістів різної кваліфікації потребує подальшого вивчення [2, 4].

Мета дослідження – обґрунтувати й експериментально перевірити можливості технології віброзображення для оперативної оцінки та психолого-педагогічного контролю психофізіологічного стану футболістів різної кваліфікації.

Методи дослідження. У дослідженні використано теоретичний аналіз наукової літератури, метод відеореєстрації з подальшою комп'ютерною обробкою (технологія віброзображення), а також методи математичної статистики.

Емпіричну базу склали 42 футболісти різної кваліфікації (збірна чоловіча та жіноча футбольна команда ВДПУ імені Михайла Коцюбинського). Обстеження проводилось у стандартних умовах упродовж 60 секунд із використанням відеокамери та програмного забезпечення VibraMed10.

Оцінювалися такі показники: агресивність, стрес, тривожність, небезпека, врівноваженість, харизматичність, енергійність, саморегуляція, гальмування, невротизм.

Для статистичної обробки визначали середнє значення (M), стандартне відхилення (S), коефіцієнт варіації (Vi), мінімальні та максимальні значення.

Результати дослідження. У пілотному дослідженні (n=42) із застосуванням технології віброзображення отримано кількісні показники психофізіологічного стану футболістів різної кваліфікації за десятьма інтегративними параметрами (табл. 1).

Аналіз показав, що всі середні значення перебувають у межах референтних інтервалів, що свідчить про загалом оптимальний стан обстежених. Для більшості показників коефіцієнт варіації не перевищує 25 %, що вказує на відносну однорідність вибірки. Найвища варіативність зафіксована для невротизму (Vi = 36,63 %), що відображає індивідуальні відмінності емоційної регуляції.

Показники стресу, тривожності, врівноваженості та саморегуляції характеризуються низькою або помірною варіативністю, що свідчить про ефективну адаптацію до навантажень. Рівні агресивності та небезпеки перебувають у межах норми, а високі значення харизматичності вказують на

розвинені соціально-психологічні якості.

Таблиця 1

Показники психофізіологічного стану футболістів різної кваліфікації за даними VibraMed10 (% , n=42)

Показник	M±S	Vi (%)	Референсний діапазон
Агресивність, бали	30,12±6,45	21,41	20-50
Стрес, бали	24,35±3,02	12,40	20-40
Тривожність, бали	30,48±5,98	19,62	15-40
Небезпека, бали	26,90±3,45	12,82	20-50
Врівноваженість, бали	70,25±5,60	7,97	50-100
Харизматичність, бали	79,60±3,75	4,71	40-100
Енергійність, бали	19,10±3,80	19,90	10-50
Саморегуляція, бали	74,30±4,90	6,59	50-100
Гальмування, бали	18,05±2,60	14,40	10-25
Невротизм, бали	26,75±9,80	36,63	10-50

Примітка: M – середнє значення; S – стандартне відхилення; Vi – коефіцієнт варіації

Узагальнений аналіз свідчить про функціональну стабільність і переважання адаптивних реакцій у футболістів різної кваліфікації.

Висновки. 1. Психофізіологічний стан футболістів різної кваліфікації відповідає оптимальному рівню функціонування та характеризується стабільністю показників.

2. Варіативність невротизму відображає індивідуальні відмінності емоційної регуляції.

3. Технологія віброзображення є ефективним інструментом об'єктивного контролю та індивідуалізації тренувального процесу.

Список використаних джерел:

1. Войтенко С.М. Аналіз індивідуально-психологічних особливостей футболістів на різних ігрових позиціях. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування. 2024. Вип. 1. Вінниця: ТВОРИ. С.76-86.
2. Войтенко С.М., Перепелиця М.О. Мотиви конфлікту кваліфікованих футболісток. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Житомир, 2022. № 14 (33). С. 121 – 126. [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-14\(33\)-121-126](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-14(33)-121-126)
3. Гринь О. Р., Гринь А. Р. Особливості прояву агресії та агресивності у спортсменів в різних умовах спортивної діяльності. Fundamental and Applied Research in the Modern World : Proceedings of X International Scientific and Practical Conference, Boston, USA, 12–14 May 2021. Boston : BoScience Publisher. P. 259–267.

4. Гринь І., Козіна Ж., Сірий О., Косатенко Д. Нейродинамічні та психомоторні показники юних футболістів 12–13 та 15–16 років. Технології збереження здоров'я, реабілітація і фізична терапія. 2019. Т. 1, № 1. С. 62–66. <https://doi.org/10.58962/HSTRPT.2019.1.1.62-66>
5. Костюкевич В. М. Організаційно-методичні аспекти розробки навчальних програм підготовки футболістів у дитячо-юнацьких спортивних школах, спеціалізованих дитячо-юнацьких школах олімпійського резерву: посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2021. 152 с.
6. Костюкевич В., Стасюк І., Перепелиця О., Межвинський А., Коннов С. Контроль тренувальної роботи у футзалі. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. 2020. Вип. 9(28). С. 202–209.
7. Мицкан Т., Мицкан Б. Психодіагностика у спорті: навч. посіб. Івано-Франківськ: Видавець Кушнір Г.М., 2020. 228 с.
8. Несен О., Мицкан Т. Статеві особливості прояву агресивності у спортсменів різних видів спорту. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2022. Вип. (37). С. 22–29. <https://doi.org/10.15330/fcult.37.22-29>
9. Сигал Н.С., Штих В.А., Александров Ю.В. Агресія в спортивній діяльності. Слобожанський науковоспортивний вісник. 2014. № 3(41). С. 86-89. <https://doi.org/10.15391/snsv.2014-3.017>
10. Korobeinikova L., Iermakov S., Korobeynikov G. Modern pedagogical aspects in the context of improving physical and psychological health: a comprehensive analysis. *Pedagogy of Health*. 2024. Vol. 3(2). P. 77-87. <https://doi.org/10.15561/health.2024.0205>

ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ 12-13 РОКІВ

Савченко Дмитро

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. У статті подано результати дослідження ефективності комплексної програми техніко-тактичної підготовки юних футболістів 12–13 років на базі ДЮСШ «Легіон». Обґрунтовано методику розвитку технічних і тактичних навичок, що інтегрує ігрові вправи, відеоаналіз і диференційований підхід, відповідно до фізичних і психологічних особливостей підлітків. Оцінено ефективність запропонованої програми через тестування технічних умінь (передачі, ведення м'яча, удари) та тактичних дій до і після її впровадження. Узагальнено практичні рекомендації для тренерів щодо вдосконалення тренувального процесу в дитячо-юнацькому футболі.

Ключові слова: техніко-тактична підготовка, юні футболісти, дитячо-юнацький футбол, методика тренувань, ДЮСШ.