

займається. Вміння контролювати час можна удосконалювати під час гри із завданням атаки кошика на визначеній секунді.

Література

1. Вознюк Т. Особливості прояву психофізіологічних властивостей у гравців чоловічих та жіночих команд з баскетболу. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*. Вінниця, 2017. Вип. 3. С. 15-20.
2. Головка А.М., Бірюков О.А., Головка В.М. Використання спортивних ігор для вдосконалення координаційних здібностей студентів-курсантів системи ВНЗ МВС України. The 2nd International scientific and practical conference «Innovations and prospects of world science» (October 6-8, 2021) Perfect Publishing, Vancouver, Canada. 2021. С. 285-291. ISBN 978-1-4879-3794-2. Режим доступу: <https://sci-conf.com.ua/>.
3. Горобей М.П., Чалий О.С., Дерябкина Т.В., Самійленко В.П. Спортивні ігри як важливий компонент здорового способу життя студентів. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах*. 2018. Вип.2. С. 9-11.
4. Малхазов О.Р. Динаміка індивідуально-психологічних та психофізіологічних характеристик студентської молоді (1976–2000 рр.). *Актуальні проблеми сучасної української психології. До 60річчя від дня народження академіка С. Д. Максименка: Наук. зап. ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. За ред. Н. В. Чепелевої. К.: Норапринт. 2002. Вип. 22. С. 173–181.
5. Сікорська Л.В., Драчук А.І. Теоретичний аналіз психофізіологічних якостей студентів ЗВО. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування: науково-методичний журнал*. Вінниця: ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського, 2017. Вип. 3. С. 57 – 60.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД У КОМАНДНИХ ВИДАХ СПОРТУ

Войтенко Сергій

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського,
кафедра теорії і методики спорту
voytenkosm@ukr.net*

Анотація. У роботі висвітлено особливості психологічного супроводу спортсменів у командних видах спорту. Обґрунтовано значення системної психологічної підготовки для підвищення ефективності командної взаємодії, згуртованості та результативності змагальної діяльності. Визначено роль спортивного психолога у тренувально-змагальному процесі.

Ключові слова: психологічний супровід; командні види спорту; спортивна психологія; командна взаємодія; психологічна підготовка.

Summary. Voytenko S. Psychological support in team sports. The paper highlights the features of psychological support for athletes in team sports. The importance of systematic psychological training for increasing the efficiency of team interaction, cohesion and effectiveness of competitive activities is substantiated. The role of a sports psychologist in the training and competitive process is determined.

Keywords: psychological support; team sports; sport psychology; team interaction; psychological training.

Постановка проблеми. У командних видах спорту успіх зумовлюється не лише рівнем індивідуальної підготовленості спортсменів, а й ефективністю їхньої взаємодії, згуртованістю, психологічним кліматом у команді та якістю комунікації між спортсменами і тренерським штабом [2]. Недостатня увага до системного психологічного супроводу командної спортивної діяльності призводить до порушення координації спільних дій, зниження мотивації, зростання міжособистісних конфліктів і нестабільності результатів у змагальній діяльності [1, 5]. Тому проблема організації цілісної системи психологічного супроводу в командних видах спорту набуває особливої актуальності.

Обговорення. З позицій спортивної психології психологічне супроводження командних видів спорту слід розглядати як багаторівневу систему, спрямовану одночасно на індивідуального спортсмена та на команду як цілісний соціально-психологічний суб'єкт діяльності. На відміну від індивідуальних видів спорту, у командних дисциплінах вирішальне значення мають процеси міжособистісної взаємодії, рольової диференціації, лідерства, групових норм і цінностей, тощо [2].

Психологічна підготовка в команді включає формування оптимального соціально-психологічного клімату, розвиток командної згуртованості, довіри та відповідальності за спільний результат. Важливим напрямом є узгодження індивідуальних цілей спортсменів із командними завданнями, що дозволяє зменшити внутрішні суперечності та підвищити стабільність мотивації протягом змагального циклу [4].

Особливої уваги потребує проблема рольових конфліктів, конкуренції за ігровий час, статус і визнання, що є типовим для команд високого рівня. Психологічний супровід у таких умовах має бути спрямований не лише на корекцію індивідуальних психічних станів, а й на регуляцію групових процесів, попередження деструктивних конфліктів і формування ефективної командної комунікації [3, 5].

Важливу роль відіграє взаємодія спортивного психолога з тренером як лідером команди. Узгодженість педагогічних, організаційних і психологічних впливів забезпечує єдність вимог до спортсменів і сприяє стабільності функціонування команди в умовах високої змагальної напруги. Психологічний супровід має здійснюватися протягом усього тренувально-

змагального циклу, включаючи етапи підготовки, участі у змаганнях та відновлення після них [1, 2].

Рекомендації.

1. Розглядати спортивну команду як цілісний об'єкт психологічного супроводу, поєднуючи індивідуальну роботу зі спортсменами з розвитком командної згуртованості, ефективної комунікації та позитивного психологічного клімату.

2. Інтегрувати психологічні методи у тренувально-змагальний процес з метою оптимізації командної взаємодії, лідерства, рольової узгодженості та профілактики міжособистісних і групових конфліктів.

3. Забезпечити тісну й систематичну співпрацю спортивного психолога з тренером як необхідну умову ефективного управління спільною спортивною діяльністю та досягнення стабільних змагальних результатів.

Література

1. Вознюк Т.В. (2017). Особливості прояву психофізіологічних властивостей у гравців чоловічих та жіночих команд з баскетболу. Наук.-метод. журнал. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування. №3. Вінниця. ТОВ «Планер». С. 15-20

2. Войтенко С.М. Психолого-педагогічні засоби регуляції спільної діяльності спортивних команд із різним типом взаємодії: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01; ЛДУФК. Львів, 2017. 23 с.

3. Термінологічний словник зі спортивних ігор. Укладачі: Вознюк Т.В., Свірщук Н.С., Войтенко С.М., Перепелиця М.О., Поліщук В.М. /Під заг. редакцією Т.В. Вознюк: ТВОРИ. 2024. 46 с.

4. Ложкін Г.В., Драчук А.І., Костюкевич В.М. Психологічний клімат спортивної команди : навч.-метод. посіб. – Вінниця : ВДПУ ім.М.Коцюбинського, 2006. 113 с.

5. Kolosov, A., Voitenko, S., Kostiukevych, V., Vozniuk, T., Perepelytsia, M., Svirshchuk, N., & Chernyshenko, T. (2022). Comparative Performance of Soccer Teams of Different Age Groups. *Teoriâ ta Metodika Fîzičnogo Vihovannâ*, 22(2), 242-248. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.2.14>