

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД БАСКЕТБОЛІСТІВ ГРУПИ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Гейтенко В. В.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Донбаська державна машинобудівна академія
вул. Академічна, 72, Краматорськ, Донецька область, Україна
orcid.org/0000-0001-5449-2715
geytenko52@gmail.com*

Сорокін Ю. С.

*старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Донбаська державна машинобудівна академія
вул. Академічна, 72, Краматорськ, Донецька область, Україна
orcid.org/0000-0001-5185-5111
ur.sorokin65@gmail.com*

Ключові слова: баскетбол, психологічний супровід, юні спортсмени, командна взаємодія, лідерські якості, мотивація, саморегуляція, психогеоетричний тест.

У статті розглядаються особливості психологічного супроводу юних баскетболістів на етапі початкової підготовки. Проаналізовано основні методи розвитку психологічної стійкості, мотивації та впевненості в собі, що є ключовими факторами успішної спортивної діяльності. Окрема увага приділяється ролі тренера у створенні сприятливого психологічного клімату, застосуванню методів саморегуляції, розвитку концентрації уваги та стресостійкості в юних спортсменів.

Аналіз наукової літератури щодо психологічного супроводу баскетболістів першого року навчання свідчить про важливість спеціально організованих тренувальних ситуацій, які моделюють реальні ігрові умови, з метою підвищення адаптації спортсменів до тренувальної та змагальної діяльності. В експериментальному дослідженні вивчався вплив психологічних особливостей на командну взаємодію, визначення лідерів та розвитку мотивації в команді юних баскетболістів віком 7–8 років. Для аналізу використано психогеоетричний тест Сьюзен Деллінгер та методика «Мотивація успіху і страх невдач», які дали змогу виявити домінантні психологічні типи гравців, рівень мотивації та їхню динаміку змін під впливом психологічного супроводу.

Дослідження проводили на вибірці з 26 спортсменів, поділених на дві рівні групи по 13 осіб. Результати експерименту показали, що в експериментальній групі спостерігалось збільшення кількості лідерів та стабілізація ролевого розподілу в команді. Зафіксовано зменшення кількості гравців із гнучкою, нестабільною ідентифікацією ролей та розвиток більш виражених лідерських якостей. Водночас у контрольній групі суттєвих змін у гравців не відбулося.

Отримані дані підтверджують значущість психологічного супроводу для формування ефективної командної взаємодії, розвитку лідерських здібностей та підвищення загальної мотивації на ранніх етапах спортивної підготовки. Формування навичок управління емоціями сприяють кращій реалізації потенціалу юнаків молодшого шкільного віку під час тренування. Отримані результати можуть бути використані для вдосконалення підходів до тренувального процесу в юнацькому баскетболі.

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF BASKETBALL PLAYERS OF THE INITIAL TRAINING GROUP

Heitenko V. V.

*Candidate of Pedagogic Sciences,
Senior Lecturer at the Department of Physical Education and Sports
Donbas State Engineering Academy
Akademichna str., 72, Kramatorsk, Donetsk region, Ukraine
orcid.org/0000-0001-5449-2715
geytenko52@gmail.com*

Sorokin Y. S.

*Senior Lecturer at the Department of Physical Education and Sports
Donbas State Engineering Academy
Akademichna str., 72, Kramatorsk, Donetsk region, Ukraine
orcid.org/0000-0001-5185-5111
ur.sorokin65@gmail.com*

Key words: *basketball,
psychological support, young
athletes, team interaction,
leadership qualities,
motivation, self-regulation,
psychogeometric test.*

The article discusses the features of psychological support for young basketball players at the initial training stage. The basic methods of development of psychological stability, motivation and self-confidence, which are key factors of successful sports activity, are analyzed. Special attention is paid to the role of the coach in creating a favorable psychological climate, the use of self-regulation methods, the development of concentration and stress resistance in young athletes.

The analysis of the scientific literature on the psychological support of basketball players of the first year of study testifies to the importance of specially organized training situations that simulate real game conditions in order to increase the adaptation of athletes to training and competitive activities.

In the experimental study, the influence of psychological features on team interaction, determination of leaders and development of motivation in the team of young basketball players aged 7–8 years was studied. For the analysis, the psychogeometric test Susan Dellinger and the technique, “Motivation of success and fear of failure”, which allowed to identify the dominant psychological types of players, the level of motivation and their dynamics of change under the influence of psychological support, were used. The study was conducted on a sample of 26 athletes, divided into two equal groups of 13 people. The results of the experiment showed that in the experimental group there was an increase in the number of leaders and stabilization of the role distribution in the team. A decrease in the number of players with flexible, unstable role identification and the development of more pronounced leadership qualities was recorded. At the same time, there were no significant changes in the players in the control group.

The obtained data confirm the importance of psychological support for the formation of effective team interaction, the development of leadership abilities and increasing overall motivation in the early stages of sports training. Formation of emotional management skills contribute to better realization of the potential of young men of primary school age during training. The obtained results can be used to improve approaches to the training process in youth basketball.

Постановка проблеми. У сучасному спорті приділяється недостатньо уваги розвитку психологічних умінь та навичок, що є важливим аспектом підготовки юних спортсменів. Дослідження О. Савченко, Л. Сергієнко вказують на те, що значна частина тренувального процесу зосереджується на вдосконаленні технічної майстерності та фізичного розвитку гравців, тоді як психологічні аспекти залишаються другорядними [8; 9].

Психологічна підготовка є особливо важливою для баскетболістів групи початкової підготовки, оскільки вона сприяє їхній здатності справлятися з емоційним навантаженням тренувального та змагального періоду. Розвиток розумової стійкості з раннього віку формує основу не лише для успішної спортивної кар'єри, а й для загального психічного благополуччя людини. З огляду на це, останнім часом спостерігається збільшення усвідомлення важливості психологічної підготовки, що призводить до її інтеграції в навчальні програми багатьох провідних баскетбольних академій світу. Це спрямовано на забезпечення всебічного розвитку молодих спортсменів, що охоплює їхні не тільки фізичні й технічні навички, а й психологічну готовність до високих спортивних досягнень.

Мета статті – дослідити та проаналізувати вплив психологічного супроводу на юних баскетболістів, які перебувають на етапі початкової підготовки.

Виклад основного матеріалу. Спортивна діяльність вирізняється тим, що в її межах людина може максимально проявити свої психічні та фізичні можливості. У процесі занять спортом відбувається формування психічних якостей і становлення особистості загалом. Цей вид діяльності має специфічні особливості, які відрізняють його від інших [5].

Молодий шкільний вік є важливим періодом у розвитку дитини, коли активно формуються фізичні, технічні та психологічні здібності. Початок спортивної кар'єри для дитини – це не просто етап знайомства з новим видом діяльності, а серйозне життєве випробування, яке можна розглядати як кризовий період [10, с. 671]. Навіть без урахування вікових криз, пов'язаних із природним процесом дорослішання, вступ у світ спорту супроводжується значними змінами у фізичному, психологічному та соціальному плані. Ці зміни вимагають від дитини швидкої адаптації, що може призвести до стресу, тривожності та навіть зниження мотивації до занять спортом [4].

Вступаючи в спортивну секцію, дитина стикається з новою системою вимог та очікувань. Тренування вимагають дисципліни, систематичності та підпорядкування встановленим правилам. Якщо раніше фізична активність мала вільний

характер, то тепер вона стає цілеспрямованою та структурованою. Це може викликати опір, відчуття дискомфорту й навіть протестну поведінку, особливо якщо дитина не готова до суворої ієрархії взаємин у спортивному колективі.

Збільшення рівня фізичної активності потребує високої працездатності, розвитку сили, витривалості та координації. Однак різка зміна звичного ритму життя може викликати в дитини хронічну втоми, перевтому та зниження мотивації. Крім того, навантаження на організм може спричинити психоемоційне виснаження, особливо якщо тренування проходять у режимі високих вимог [1, с. 80].

Важливим чинником, який супроводжує початок спортивної кар'єри, є емоційний стрес. Дитина виявляється в ситуації, коли її успіхи та невдачі стають предметом уваги не лише тренера, а й батьків, однолітків. Страх не виправдати очікування, страх поразки, а також тиск з боку оточення можуть призвести до формування тривожності, зниження самооцінки та розвитку невпевненості у своїх силах [3].

У баскетболі велику роль відіграє командна взаємодія. Дитина потрапляє в нове соціальне середовище, де стикається з конкуренцією, необхідністю вибудовувати стосунки з тренером та товаришами по команді. Наявність атмосфери змагань може сприяти розвитку духу суперництва, але також може призвести до конфліктів і почуття соціальної ізоляції, якщо дитина не знаходить підтримки.

Важливо враховувати, що юний спортсмен, окрім тренувань та змагань, має успішно справлятися з навчальним навантаженням. Незбалансований розподіл часу між заняттями спортом та освітньою діяльністю може призвести до погіршення успішності, хронічної втоми та емоційного вигорання.

В експерименті брали участь 28 хлопчиків віком 7–8 років, які займаються баскетболом перший рік у період з 01.09.2018 до 31.08.2019 щодо впливу психологічного супроводу баскетболістів групи початкової підготовки. Усі респонденти були поділені на дві рівні групи по 14 осіб (експериментальна та контрольна групи).

Перший рік навчання є періодом адаптації, коли молоді спортсмени стикаються з новими викликами: підвищеними фізичними та емоційними навантаженнями, необхідністю працювати в команді та ухвалювати рішення в умовах швидкоплинної гри. У цей час важливо не лише розвивати технічні навички, а й формувати психологічну готовність до тренувань і змагань.

Основними напрямками індивідуального та групового психологічного супроводу було створення комфортного психологічного клімату, роз-

виток командної взаємодії та підтримку спортсменів у їхньому професійному та особистісному зростанні. З баскетболістами проводилися мотиваційні тренінги, які сприяли підвищенню зацікавленості в спорті та усвідомленню власних цілей. Методи саморегуляції допомагали знижувати рівень тривожності перед змаганнями та підтримувати концентрацію уваги. Формування довіри між гравцями та розвиток ефективної комунікації забезпечувало згуртованість команди, що є запорукою її успіху.

Для діагностики психологічних особливостей юнаків використовувався психогеоетричний тест Сьюзен Деллінгер, згідно з яким юним баскетболістам пропонувалося вибрати з п'яти геометричних фігур (квадрат, коло, трикутник, прямокутник, зигзаг), яка найбільш відповідає їх особистості. Для діагностики впливу мотивації успіху використовувалася методика «Мотивація успіху і страх невдач», яка дала змогу визначити, яка з мотиваційних установок переважає в кожного спортсмена.

Під час роботи з юними баскетболістами застосовували різноманітні методи психологічного супроводу, які сприяють підвищенню впевненості в собі, розвитку концентрації уваги, мотивації та стресостійкості.

1. Методи формування мотивації. Розвиток сталої мотивації відіграє ключову роль в становленні молодого спортсмена (постановка цілей – тренер допомагав дітям установлювати конкретні та досяжні цілі; метод позитивного підкріплення – використовували похвалу, символічну нагороду, містили елементи змагальності та командного духу).

2. Методи розвитку концентрації уваги. Концентрація відіграє важливу роль у засвоєнні нової рухової дії, виконання технічних дій та ухвалення рішень на майданчику (ігри та вправи на увагу – тренер давав завдання, що вимагають швидкого перемикавання уваги та реакції; техніка фокусування – навчання концентрації на ключових аспектах гри, наприклад, м'ячі чи суперника; метод «внутрішнього діалогу» – навчання самоконтролю через внутрішні установки.) [2, с. 60]. Молоді спортсмени вчилися керувати хвилюваннями та стресом через дихальні вправи, аутотренінг і релаксаційні техніки. Наприклад, перед кидком у кошик використовувати глибоке діафрагмальне дихання для зниження напруги.

Розвиток концентрації уваги – також важливий аспект ефективного виконання технічних елементів. На першому році навчання важливо інтегрувати елементи саморегуляції в тренувальну програму. Наприклад, перед виконанням серії кидків запропонували гравцям виконувати коротку дихальну вправу та уявити, як м'яч потрапляє до кошика. В ігрових вправах використовували паузи

для самоконтролю, де спортсмен оцінював свій стан і налаштовувався на наступну спробу. Пропонували вправи, які вимагають зосередженості (фіксацію погляду на кільці перед кидком або тренування реакцій на несподівані ігрові ситуації).

Візуалізація успіху – це метод, за якого гравець подумки програє вдале виконання кидків, передач та захисних дій, формуючи впевненість у своїх силах. Позитивна саморегуляція – використання мотивувальних фраз («Я можу!», «Я впораюся!») допомагало знизити страх помилки та підвищити впевненість у своїх можливостях.

3. Розвиток командної підтримки. Баскетбол – командний вид спорту, тому розвиток комунікативних навичок та взаємодії між гравцями має вирішальне значення (спільні командні завдання та ігри – сприяли згуртуванню та розвитку навичок комунікації; рольові ігри – моделювали ігрові ситуації, у яких спортсмени навчалися підтримувати партнерів та ухвалювати колективні рішення; групові обговорення і розбір ігор – допомагали розвинути тактичне мислення та здатність аналізувати свої дії).

Тренер відіграє велику роль у формуванні психологічної готовності спортсменів. Насамперед, якщо юний баскетболіст на тренуваннях стикається із ситуаціями, аналогічними змагальним, це підвищує його впевненість та адаптивність у реальній грі. Підбір вправ дає змогу розвивати найважливіші когнітивні навички, як-от сприйняття, аналіз ігрових моментів та оперативне ухвалення рішень.

Тренер впливав на взаємодію гравців у команді, формуючи сприятливе середовище, визначаючи норми поведінки і встановлюючи чіткі цілі. Важливо враховувати, що емоційний стан наставника може передаватися юним баскетболістам, тому необхідно контролювати свої дії, говорити спокійно та впевнено. Неприпустимо використовувати різкий чи крикливий тон, спілкуючись зі спортсменами, оскільки це може нашкодити їх впевненості. Помилки варто розглядати як природну частину тренувального процесу, допомагаючи вихованцям вчитися на них, а не загострювати увагу на неправильних діях. При цьому професійний підхід повинен зберігатися в повсякденних тренуваннях, оскільки несприятливий психологічний клімат у колективі може перешкоджати розкриттю потенціалу спортсменів.

Одним із ключових факторів успішного залучення дитини до спортивної діяльності є мотивація. У молодшому шкільному віці домінантною є ігрова мотивація, що є особливостями психофізіологічного розвитку. Діти прагнуть активності, руху, взаємодії з однолітками, тому елементи гри на тренуваннях сприяли підтримці інтересу та підвищенню ефективності тренувань [6; 7].

Істотний вплив на мотивацію надає підтримка з боку батьків та педагогів. Схвалення, позитивне підкріплення й створення комфортних умов для занять спортом сприяють формуванню стійкого інтересу до фізичної активності. Важливо, щоб вимоги до дитини відповідали її віковим можливостям і не створювали надмірного тиску, що може призвести до емоційного вигорання.

Спортивна діяльність у баскетболістів молодшого шкільного віку сприяла формуванню емоційної стійкості. Діти навчалися справлятися з переживаннями, пов'язаними з перемогами та поразками, а також розвивали здатність до саморегуляції. Конкурентне середовище, властиве спорту, вимагало від дитини вміння контролювати свої емоції, що є важливою навичкою для подальшої соціальної адаптації [4].

У кінці першого року навчання проведено контрольне тестування баскетболістів, які брали участь у дослідженні. Отримані дані дали змогу виділити позитивну динаміку змін в експериментальній групі порівняно з контрольною. Так, психогео-метричний тест Сьюзен Деллінгер, згідно з яким юним баскетболістам пропонувалося вибрати з п'яти геометричних фігур, що найбільш відповідає їх особистості, показали такі результати:

- *трикутник (лідери команди)* – в експериментальній групі кількість дітей з лідерськими якостями збільшилася з 3 гравців (23 %) до 5 (44 %), тоді як у контрольній другій групі вона залишилася без змін (3 баскетболісти, 23 %);

- *квадрат (дисципліновані та методичні гравці)* – у контрольній групі змін не виявлено (4 баскетболісти), а в експериментальній спостерігається невелике зниження (з 5 до 4 баскетболістів), що свідчить про перехід деяких гравців до активніших ролей у команді;

- *коло (командні гравці, підтримка)* – в експериментальній групі кількість гравців цього типу знизилася з 3 до 2 баскетболістів, що може свідчити про трансформацію їх рольових функцій у бік розвитку лідерських якостей та підвищення індивідуальної відповідальності в тренувальному та ігровому процесі;

- *прямокутник (гнучкі гравці, які перебувають у пошуку своєї ігрової ролі)* – в експериментальній групі їх кількість зменшилася (з 3 до 2 гравців), що свідчить про процес стабілізації рольового розподілу в команді;

- *zigzag (креативні, нестандартно мислячі гравці)* – показники в експериментальній групі залишилися стабільними (1 баскетболіст), що свідчить про збереження творчого підходу та оригінального стилю ігрової поведінки без істотних трансформацій у процесі експерименту.

Результати експерименту підтвердили, що психологічні особливості юних баскетболістів значно

впливають на їх командну взаємодію та ігрові ролі. Ба більше, введення в тренувальний процес психологічного супроводу дало змогу значно збільшити кількість гравців із вираженими лідерськими якостями. В експериментальній групі спостерігалася позитивна динаміка розвитку саморегуляції, впевненості в собі, що сприяло поліпшенню взаємодії в команді. Контрольна група, у якій така робота не проводилася, не виявила значних змін.

Отримання даних впливу мотивації успіху й страху невдач на командну взаємодію в молодих баскетболістів також дали змогу спостерегти значні зміни в експериментальній групі проти контрольної. Для діагностики впливу мотивації успіху використовувалася методика «Мотивація успіху і страх невдач». Так, за показником *мотивації успіху* в експериментальній групі збільшилася кількість баскетболістів з домінантною мотивацією успіху з 5 гравців (38 %) до 9 (69 %), тоді як у контрольній – із 4 до 5 баскетболістів.

Показник *страху невдач*: в експериментальній групі кількість баскетболістів, які демонстрували високий рівень страху перед помилками, знизилася із 6 баскетболістів (46 %) до 3 (21 %), тоді як у контрольній групі цей показник залишився без змін (5 осіб, 34 %).

Спрямований індивідуальний та груповий психологічний супровід сприяв не лише спортивному зростанню гравців, а й формуванню особистості, стійкості до стресу та вмінню працювати в команді, розвитку мотивації успіху та зниження страху невдач у юних баскетболістів. Експериментальна група, з якою проводили психологічний супровід, продемонструвала значне підвищення впевненості у своїх силах та зниження тривожності, що позитивно позначиться на командній взаємодії під час тренувальної та змагальної діяльності. Контрольна група, яка не отримувала психологічної підтримки, не показала значних позитивних змін.

Висновок. Завдяки включенню в навчально-тренувальні заняття баскетболістів психологічного супроводу можна сформувати мотивацію, емоційну стійкість, соціальну адаптацію та впевненість у собі. Результати, отримані в процесі експерименту психологічної підготовки молодих баскетболістів, сприяють їхньому всебічному розвитку в період проходження вікових криз та адаптації до перших етапів спортивної кар'єри. Застосування методів психологічної підготовки в тренувальному процесі юних баскетболістів дали змогу не тільки підвищити спортивні результати, а й сприяти формуванню стійких особистісних якостей, як-от впевненість, дисципліна, стійкість до стресів і вміння працювати в команді. Комплексний підхід, фізичної, технічної та психологічної підготовки забезпечили гармонійний розвиток спортсменів і сприятимуть їхньому успішному розвитку в баскетболі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Височина Н. Л. Психологічні умови саморегуляції психічних станів тренера педагога в конфліктних ситуаціях педагогічної діяльності. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Сер. № 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»*. 2012. № 20. С. 78–85.
2. Воронова В. І. Психологія спорту : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2007. 298 с.
3. Волошок О. В. Психологічний аналіз проблеми тривожності особистості. *Проблеми сучасної психології: зб. наук. пр. Кам'янець Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України*. 2010. № 10. С. 120–128.
4. Гейтенко В. В., Сорокін Ю. С. Вплив аеробіки на розвиток координаційних здібностей баскетболістів групи початкової підготовки. *Фізичне виховання і спорт. Одеса : Видавничий дім «Гельветика»*, 2024. № 1. С. 190–196.
5. Калошин В. Ф. Конформізм: сутність, причини, наслідки, шляхи подолання. *Практична психологія та соціальна робота. Науково-практичний та освітньо-методичний журнал*. Київ, 2007. № 3. С. 58–62.
6. Калюжна Є. М. Психологічні механізми особистісної тривожності у підліткового віці : автореф. дис. ... канд. псих. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2008. 29 с.
7. Петренко В. Є. Психологічні чинники формування тривожності в учнів загальноосвітніх навчальних закладів нового типу. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Психологічні науки*. 2014. № 44. С. 175–180.
8. Савченко О. В. Рефлексивна компетентність особистості : Монографія. Херсон : ПП Вишемирський В. С., 2016. 596 с.
9. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика. У 2-х кн. Кн. 2. Відбір у різні види спорту. Тернопіль : навч. кн. Богдан, 2010. 784 с.
10. Халік О. О. Тривожність на початкових етапах професійного становлення особистості. *Проблеми сучасної психології : зб. наук. пр. К-ПНУ ім. Івана Огієнка, Ін-т психології Г. С. Костюка АПН України*. 2014. № 23. С. 663–676.
11. Харченко С. В. Соціальний інтелект і особливості сприйняття та переробки інформації. *Наукові записки Національного ун-ту «Острозька академія». Серія: Психологія і педагогіка*. 2009. № 12. С. 181–188.

REFERENCES

1. Vysochyna N. L. (2012) Psykholohichni umovy samorehulatsii psykhiichnykh staniv trenera pedahoha v konfliktnykh sytuatsiiakh pedahohichnoi diialnosti [Psychological conditions of self-regulation of mental states of the teacher's trainer in conflict situations of pedagogical activity]. *Scientific journal of the NPU named after M.P. Drahomanov. Ser. No. 15 "Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)"*. Vol. 20. P. 78–85.
2. Voronova V. I. (2007) Psykholohiia sportu [Psychology of sports: a textbook]. *Tutoria.l Kyiv: Olympic Literature*. 298 p.
3. Voloshok O. V. (2010) Psykholohichniyi analiz problemy tryvozhnosti osobystosti [Psychological analysis of the problem of personality anxiety]. *Problems of modern psychology: Sat. Ph.D. Kamenetz Podolsky National University named after Ivan Ogienko, Institute of Psychology named after G.S. Kostyuk APN of Ukraine*. Vol 010. P. 120–128.
4. Heitenko V.V., Sorokin Yu.S. (2024) Vplyv aerobiky na rozvytok koordynatsiinykh zdibnostei basketbolistiv hrupy pochatkovoї pidhotovky [The influence of aerobics on the development of coordination abilities of basketball players of the initial training group]. *Physical education and sports. Odessa: Publishing House «Helvetica»*. Vol. 1. P. 190–196
5. Kaloshyn V. F. (2007) Konformizm: sutnist, prychyny, naslidky, shliakhy podolannia [Conformism: essence, causes, consequences, ways to overcome]. *Practical psychology and social work. Scientific and practical, educational and methodological journal*. Vol. 3. P. 58–62.
6. Kaliuzhna Ye. M. (2008) Psykholohichni mekhanizmy osobystisnoi tryvozhnosti u pidlitkovoho vitsi [Psychological mechanisms of personal anxiety in adolescence]. *autoref. dis. for the scientific degree of Ph.D. psyche. sciences: special 19.00.07 "Pedagogical and age psychology"*. 29 p.
7. Petrenko V. Ye. (2014) Psykholohichni chynnyky formuvannia tryvozhnosti v uchniv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv novoho typu [Psychological factors of formation of anxiety in students of general educational institutions of a new type]. *Scientific journal of the NPU named after M.P. Drahomanov. Psychological sciences*. Vol. 44. P. 175–180.

8. Savchenko O. V. (2016) *Refleksyivna kompetentnist osobystosti* [Reflective competence of the individual]. *Monograph. Kherson: PP Vyshemirsky V.S.* 596 p.
9. Serhiienko L. P. (2010) *Sportyvnyi vidbir: teoriia ta praktyka* [Sports selection: theory and practice]. *Selection in various sports. Ternopil: study. kn. Bogdan.* 784 p.
10. Khalik O. O. (2014) *Tryvozhnist na pochatkovykh etapakh profesiinoho stanovlennia osobystosti* [Anxiety in the initial stages of professional formation of the personality]. *Problems of modern psychology.* Vol. 23. P. 663–676.
11. Kharchenko S. V. (2009) *Sotsialnyi intelekt i osoblyvosti spryiniattia ta pererobky informatsii* [Social intelligence and features of perception and processing of information]. *Scientific notes of the National University "Ostroh Academy". Series: Psychology and pedagogy.* Vol. 12. P. 181–188.