8.Savchuk S. I., Zakhozha N. Ya., Malimon O. O., Bohdan M. V. Metodolohiia vykladannia osvitnoho komponentu «Osnovy masazhu» na fakulteti fizychnoi kultury, sportu ta zdorovia [Methodology of teaching the educational component "Fundamentals of Massage" at the Faculty of Physical Education, Sports and Health]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport). Kyiv: Vyd-vo UDU imeni Mykhaila Drahomanova, 2026. № 2. S.174-177. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.02(201).31

Стаття надішла до редакції / Received 13.09.2026
Прийнята до друку / Accepted 17.10.2026
Опубліковано / Published 28.10.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.10(210).27
УДК: 796.815:2:159.9.37.015.3

Смоляк П. О.,
доктор філософії,
старший викладач кафедри педагогіки
Національного університету біоресурсів і природокористування України, м. Київ
https//orcid.org/0000-0003-0016-5561
Борисенко Н. В.,
викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Харківського національного університету міського господарства
імені О.М. Бекетова, м. Харків
https://orcid.org/0009-0004-3066-2811
Шапаренко І. Є.,
кандидат біологічних наук,
доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і фізичного виховання
Полтавського національного педагогічного університету
імені В. Г. Короленка
https//orcid.org/0000-0002-0960-8894
Бондаренко Я. М.,
викладач кафедри фізичного виховання,
спеціальної фізичної підготовки і спорту навчально-наукового
інституту забезпечення державної безпеки, Національної академії
Національної гвардії України, м. Харків
https//orcid.org/0009-0004-7941-4245
Клочко Ю. В.,
викладач кафедри фізичного виховання,
спеціальної фізичної підготовки і спорту
Київського інституту Національної гвардії України, м. Київ
https//orcid.org/0009-0009-8998-087X

ДОВГОТРИВАЛИЙ ВПЛИВ НЕЙРОПЕДАГОГІЧНИХ МЕТОДИК НА ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЄДИНОБОРЦІВ

У статті представлено результати комплексного дослідження впливу довготривалого застосування нейропедагогічних методик на ефективність змагальної діяльності спортсменів, які спеціалізуються в боротьбі самбо. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю пошуку інноваційних підходів до вдосконалення багаторічної системи спортивної підготовки, що враховують не лише фізичні, технічні й тактичні компоненти майстерності, а й когнітивні та психофізіологічні механізми регуляції діяльності спортсмена.

Мета дослідження полягала у визначенні ефективності комплексу нейропедагогічних методик та оцінюванні їх впливу на показники когнітивної підготовленості й результативності змагальної діяльності самбістів. У педагогічному експерименті тривалістю 12 місяців взяли участь 47 спортсменів чоловічої статі віком 19-26 років різного рівня спортивної кваліфікації. У межах дослідження було розроблено та апробовано комплекс нейропедагогічних методик, структурований за сенсомоторним, когнітивно-тактичним, ідеомоторним, психорегуля-ційним та координаційним напрямами.

Ефективність запропонованого підходу оцінювали за показниками швидкості сенсомоторного реагування, концентрації уваги, точності прийняття рішень, а також параметрами техніко-тактичної діяльності в умовах змагального протиборства. Встановлено, що після завершення експерименту спортсмени експериментальної групи продемонстрували статистично значуще покращення досліджуваних показників порівняно з вихідними значеннями та представниками контрольної групи ($p \leq 0,001$).

Ключові слова: *боротьба самбо, нейропедагогіка, змагальна діяльність,, єдиноборства, когнітивні функції, нейропластичність, психофізіологічна підготовка, спортивна підготовка*

Smoliak P. O., Borysenko N. V., Shaparenko I. Ye., Bondarenko Ya. M., Klochko Yu. V. Long-term effects of neuropedagogical methods on enhancing competitive performance in Sambo wrestling athletes. *The article presents the results of a comprehensive study on the effects of long-term application of neuropedagogical methods on the competitive performance effectiveness of athletes specializing in sambo wrestling. The relevance of the study is determined by the need to develop innovative approaches to improving the long-term sports training system that consider not only physical, technical, and tactical components of athletic performance but also cognitive and psychophysiological mechanisms regulating athletes' activity.*

The purpose of the study was to determine the effectiveness of a neuropedagogical methodology complex and to assess its influence on cognitive preparedness indicators and competitive performance among sambo wrestlers.
The 12-month pedagogical experiment involved 47 male athletes aged 19–26 years with different levels of sports qualification. Within the framework of the study, a complex of neuropedagogical methods was developed and implemented, including sensorimotor-reactive, cognitive-tactical, ideomotor, psychoregu-latory, and coordination components. The effectiveness of the proposed approach was assessed through indicators of sensorimotor response speed, attention concentration, decision-making accuracy, as well as technical and tactical performance parameters under competitive conditions.

The results demonstrated that athletes from the experimental group showed statistically significant improvements in the investigated indicators compared with baseline values and the control group ($p \leq 0.001$). The obtained findings confirm the effectiveness of integrating neuropedagogical approaches into the long-term training system of sambo athletes and substantiate their potential as an additional component for enhancing competitive performance, improving technical and tactical stability, and optimizing the overall training process in combat sports.

Keywords: *sambo wrestling, neuropedagogy, competitive activity, martial arts, cognitive functions, neuroplasticity, psychophysiological preparation, sports training*

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Сучасний розвиток спортивних єдиноборств характеризується постійним підвищенням рівня конкуренції, що зумовлює необхідність пошуку нових підходів до вдосконалення системи підготовки спортсменів. У боротьбі самбо, де результат змагальної діяльності визначається не лише рівнем фізичної та техніко-тактичної підготовленості, а й здатністю спортсмена швидко аналізувати ситуацію, прогнозувати дії суперника, приймати ефективні рішення в умовах дефіциту часу та високого емоційного напруження, особливого значення набуває розвиток когнітивних і психофізіологічних механізмів.

Традиційна система підготовки спортсменів у єдиноборствах переважно спрямована на вдосконалення фізичних якостей, технічної майстерності та тактичної підготовленості. Водночас сучасні дослідження у галузі спортивної науки свідчать, що ефективність змагальної діяльності значною мірою залежить від функціонального стану центральної нервової системи, швидкості сенсомоторного реагування, стійкості уваги, оперативної пам'яті, здатності до адаптивного прийняття рішень та регуляції психоемоційного стану спортсмена.

У цьому аспекті актуальним напрямом удосконалення навчально-тренувального процесу є використання нейропедагогічних методик, які ґрунтуються на принципах нейропластичності, когнітивного навчання та цілеспрямованого розвитку функціональних можливостей нервової системи. Застосування таких методик може сприяти формуванню більш ефективних когнітивних стратегій, оптимізації процесу засвоєння техніко-тактичних дій та підвищенню стабільності спортивного результату.

Незважаючи на активний розвиток досліджень у напрямі спортивної психології, нейронаук та педагогіки, питання довготривалого впливу нейропедагогічних методик на ефективність змагальної діяльності спортсменів у боротьбі самбо залишається недостатньо вивченим. Зокрема, потребують подальшого дослідження можливості інтеграції нейропедагогічного підходу в систему багаторічної підготовки єдиноборців, визначення його впливу на показники техніко-тактичної діяльності та обґрунтування практичних рекомендацій щодо застосування у навчально-тренувальному процесі.

Таким чином, проблема дослідження полягає у необхідності наукового обґрунтування та експериментальної перевірки ефективності довготривалого застосування комплексу нейропедагогічних методик у процесі підготовки спортсменів, які спеціалізуються в боротьбі самбо.

Дослідження відповідає сучасним науковим завданням спортивної науки щодо пошуку інноваційних технологій підвищення ефективності підготовки спортсменів, а також практичним завданням тренерської діяльності, спрямованим на оптимізацію навчально-тренувального процесу, підвищення рівня спортивної майстерності та забезпечення стабільності змагальних результатів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика вдосконалення підготовки спортсменів у єдиноборствах є одним із актуальних напрямів сучасної спортивної науки. Значна кількість наукових досліджень: W. Błach, Ł. Rydzik, Ł. Błach, W. Cynarski, M. Kostrzewa, T. Ambroży [8], О. Хацаюк, О. Солодка, В. Яковлів, Ю. Миронов, О. Кусовська та ін. [5], Ю. Сергієнко, С. Крупеня, Е. Велієв [4], присвячена вивченню структури змагальної діяльності, удосконаленню техніко-тактичної підготовленості, розвитку фізичних якостей та пошуку ефективних моделей навчально-тренувального процесу спортсменів високої кваліфікації.

У боротьбі самбо особливе значення мають дослідження, спрямовані на визначення факторів, які забезпечують результативність змагальної діяльності, оскільки успішність спортсмена залежить від комплексної взаємодії технічних, тактичних, фізичних і психофізіологічних компонентів підготовленості (О. Лаврентьєв, Ю. Сергієнко, С. Антоненко [2], O. Khatsaiuk, O. Yareschenko, R. Liubchych, A. Drachuk, A. Korolov [10]).

У наукових працях: Я. Шматко [7], А. Литвиненко, В. Мулик [3], розкриваються актуальні питання теорії та методики підготовки єдиноборців, акцентується увага на необхідності вдосконалення техніко-тактичного арсеналу, підвищення варіативності виконання прийомів та розвитку здатності спортсменів ефективно діяти в умовах високої інтенсивності змагального протиборства.

Окремий напрям сучасних досліджень становить вивчення психофізіологічних механізмів спортивної діяльності. Науковці: А. Воронцов [1], О. Хацаюк, І. Шапаренко, С. Чередніченко, Д. Драгунов, С. Кулібаба та ін. [6], зазначають, що в умовах змагального поєдинку спортсмен повинен не лише володіти високим рівнем техніко-тактичної майстерності, а й забезпечувати швидке сприйняття інформації, аналіз ситуації, прогнозування дій суперника та вибір оптимальної тактики контратакувальних дій. Саме когнітивні функції: концентрація уваги, швидкість реакції, оперативна пам'ять, здатність до прийняття рішень – розглядаються як важливі компоненти структури спортивної майстерності представників спортивних видів боротьби й інших єдиноборств.

У сучасній спортивній педагогіці та психології все більшого поширення набувають дослідження, пов'язані із застосуванням нейроорієнтованих технологій підготовки спортсменів (C. Stanescu, M. Boev, O. Avram, A. Ciubara [11], E. Todosia (Anton), G. Dăscălescu, A. Ciobica, C. Albert, M. Todosia та ін. [12], A. Danila, C. Ionescu, A. Ciobica, A. Miler, B. Novac та ін. [9]). Концепція нейропластичності, відповідно до якої нервова система здатна змінювати свою функціональну організацію під впливом систематичних тренувальних впливів, створює теоретичне підґрунтя для використання нейропедагогічних методик у спортивній практиці. Такі методики спрямовані на оптимізацію процесів навчання, формування ефективних рухових програм, розвиток когнітивного контролю та підвищення здатності спортсмена адаптуватися до складних умов діяльності.

Разом із тим аналіз наукової літератури свідчить, що більшість сучасних досліджень у напрямі багаторічної підготовки спортсменів, які спеціалізуються в єдиноборствах переважно зосереджені на питаннях фізичної, техніко-тактичної та функціональної підготовленості. Натомість проблема системного застосування нейропедагогічних методик у довготривалому навчально-тренувальному процесі спортсменів, які спеціалізуються в боротьбі самбо, залишається недостатньо розробленою.

Недостатньо вивченими залишаються питання визначення ефективності комплексного нейропедагогічного впливу, його ролі у формуванні когнітивних механізмів регуляції змагальної діяльності, а також можливості практичного впровадження таких методик у структуру підготовки спортсменів різного рівня кваліфікації. Таким чином, аналіз останніх досліджень і публікацій дозволяє констатувати наявність наукової потреби у вивченні довготривалого впливу нейропедагогічних методик на ефективність змагальної діяльності спортсменів, які спеціалізуються в боротьбі самбо й інших єдиноборствах, що визначило актуальність обраного напряму наукової розвідки.

Мета роботи – визначити ефективність довготривалого застосування комплексу нейропедагогічних методик у процесі підготовки спортсменів, які спеціалізуються в боротьбі самбо, та оцінити їхній вплив на показники ефективності змагальної діяльності.

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження використано комплекс взаємопов'язаних методів:

аналіз та узагальнення науково-методичної літератури – для визначення теоретичних засад застосування нейропедагогічних методик у системі спортивної підготовки;

педагогічне спостереження та педагогічний експеримент – для оцінювання ефективності впровадження комплексу нейропедагогічних методик у навчально-тренувальний процес спортсменів, які спеціалізуються в боротьбі самбо (спортивний розділ);

психофізіологічне тестування – для визначення динаміки когнітивних функцій, швидкості сенсомоторного реагування, концентрації уваги та здатності до прийняття рішень;

аналіз змагальної діяльності – для оцінювання ефективності техніко-тактичних дій спортсменів у реальних умовах змагальної діяльності;

експертне оцінювання – для визначення рівня техніко-тактичної підготовленості та ефективності змагальної діяльності;

методи математичної статистики – для обробки отриманих результатів, визначення достовірності змін та підтвердження ефективності запропонованого комплексу нейропедагогічних методик.

Виклад основного матеріалу дослідження. На сьогодні багаторічна підготовка в боротьбі самбо характеризується необхідністю комплексного розвитку не лише фізичних і техніко-тактичних якостей спортсмена, а й когнітивних механізмів, які забезпечують ефективність діяльності в умовах змагального протиборства. Специфіка спортивного розділу боротьби самбо визначається високою варіативністю техніко-тактичних дій, необхідністю швидкого аналізу дій суперника, вибору оптимального технічного рішення та оперативної перебудови тактичного мислення. Враховуючи вище викладене, беручи до уваги наукові концепції дослідників: О. Хацаюк, О. Солодка, В. Яковлів, Ю. Миронов, О. Кусовська, С. Мердов та ін. [5], О. Лаврентьєв, Ю. Сергієнко, С. Антоненко [2], O. Khatsaiuk, O. Yareschenko, R. Liubchych, A., Drachuk, A. Korolov та ін. [10], A. Danila, C. Ionescu, A. Ciobica, A. Miler, B. Novac та ін. [9], членами науково-дослідної групи розроблено комплекс нейропедагогічних методик, спрямований на оптимізацію процесів сприйняття інформації, прийняття рішень, формування рухових програм та психофізіологічної стійкості спортсменів (табл. 1).

Таблиця 1

Структура комплексу нейропедагогічних методик у системі багаторічної підготовки спортсменів та спортсменок, які спеціалізуються в боротьбі самбо

Компонент комплексу	Зміст методик	Спрямованість впливу	Практична реалізація
Сенсомоторно-	Вправи на швидкість	Розвиток швидкості	Реакція на зміну положення

реактивний компонент.	реакції, вибір рухової відповіді, реагування на зміну ситуації.	сприйняття та переробки інформації.	суперника, виконання контратакувальних дій, вибір технічного прийому.
Когнітивно-тактичний компонент.	Аналіз бойових ситуацій, прогнозування дій суперника, моделювання варіантів розвитку сутички.	Формування навичок оперативного тактичного мислення.	Аналіз відеозаписів сутичок, створення алгоритмів дій у стандартних і нестандартних ситуаціях.
Ідеомоторний компонент.	Ментальне відтворення технічних дій, візуалізація рухових програм.	Формування стійких нервово-м'язових зв'язків.	Уявне виконання кидків, комбінацій, захисних і контратакувальних дій.
Компонент уваги та саморегуляції.	Вправи на концентрацію, переключення уваги, контроль психоемоційного стану.	Підвищення стійкості до стресових факторів змагання.	Виконання завдань у змінених умовах, моделювання передзмагального напруження.
Сенсомоторно-координаційний компонент.	Координаційні завдання з одночасним когнітивним навантаженням.	Удосконалення взаємодії сенсорних систем і рухового апарату.	Виконання техніко-технічних дій після сигнального подразника, зміна напрямку та умов виконання.

Комплекс побудовано з урахуванням принципів: системності, поступового ускладнення завдань, поєднання когнітивного та рухового компонентів, наближення тренувальних впливів до умов реальної змагальної діяльності. З метою практичного впровадження розробленого комплексу (табл. 1) у навчально-тренувальний процес представників досліджуваної категорії, членами науково-дослідної групи (НДГ) визначено алгоритм реалізації (табл. 2), який передбачав послідовне проходження діагностичного, формувального та контрольного етапів. Основною умовою реалізації комплексу було його органічне включення до структури навчально-тренувального процесу без збільшення загального обсягу фізичного навантаження.

Таблиця 2

Алгоритм реалізації комплексу нейропедагогічних методик у системі багаторічної підготовки спортсменів та спортсменко, які спеціалізуються в боротьбі самбо

Етапи реалізації	Тривалість	Основні завдання	Форми реалізації
Діагностичний етап.	1 місяць.	Визначення вихідного рівня когнітивних, психофізіологічних та змагальних показників.	Тестування, педагогічне спостереження, аналіз показників змагальної діяльності.
Адаптаційний етап.	2 місяці.	Формування навичок виконання нейропедагогічних вправ, адаптація спортсменів до нового виду впливу.	Виконання базових когнітивних і сенсомоторних завдань.
Основний формувальний етап.	8 місяців.	Цілеспрямований розвиток когнітивних функцій та інтеграція методик у навчально-тренувальний процес.	15-25 хв нейропедагогічних вправ у структурі тренування 3 рази на тиждень.
Контрольно-аналітичний етап.	1 місяць.	Оцінювання ефективності комплексу та визначення динаміки показників.	Повторне тестування, аналіз результатів, статистична обробка.

Для перевірки ефективності розробленого комплексу членами НДГ проведено педагогічний експеримент тривалістю 12 місяців. У дослідженні взяли участь 47 спортсменів чоловічої статі віком 19-26 років, які спеціалізуються у спортивному самбо (члени збірних команд: Київської, Полтавської, Харківської областей та м. Києва). За рівнем спортивної кваліфікації учасники дослідження були представлені: спортсменами І спортивного розряду – 30 осіб; кандидатами у майстри спорту України – 9 осіб; майстрами спорту України – 7 осіб.

Для проведення експерименту спортсмени були розподілені на дві групи: **контрольна група (КГ) – 23 спортсмени**, які здійснювали підготовку за традиційною програмою; **експериментальна група (ЕГ) – 24 спортсмени**, у навчально-тренувальний процес яких було включено розроблений комплекс нейропедагогічних методик (табл. 1).

Розподіл спортсменів здійснювався з урахуванням віку, спортивної кваліфікації та початкового рівня підготовленості. Оцінювання ефективності комплексу здійснювалося за показниками: швидкості сенсомоторного реагування, рівня концентрації уваги, точності прийняття тактичних рішень, ефективності техніко-тактичних дій,

результативності змагальної діяльності. Після завершення 12 – місячного педагогічного експерименту було проведено повторне оцінювання досліджуваних показників.

Статистичну обробку отриманих результатів здійснювали із використанням методів математичної статистики. Перед проведенням порівняльного аналізу було виконано перевірку розподілу отриманих даних на відповідність закону нормального розподілу за критерієм Шапіро-Уїлка. Для визначення достовірності змін показників у межах однієї групи до та після педагогічного експерименту використовували t-критерій Стьюдента для залежних вибірок.

Порівняння результатів між КГ та ЕГ здійснювали за допомогою t-критерію Стьюдента для незалежних вибірок. Для аналізу відмінностей у структурі результатів змагальної діяльності застосовували критерій χ^2 Пірсона. Статистично значущими вважали відмінності при рівні достовірності $p \leq 0,05$. Динаміку когнітивних і психофізіологічних показників та показників змагальної діяльності представників КГ та ЕГ до і після педагогічного експерименту надано у табл. 3, 4.

Таблиця 3

Динаміка змін когнітивних та психофізіологічних показників самбістів КГ та ЕГ у процесі педагогічного експерименту

Показник	Контрольна група		P	Експериментальна група		P
	до експ.	після експ.		до експ.	після експ.	
Швидкість реакції (мс)	285,6±12,4	279,8±11,6	>0,05	284,9±13,1	253,2±10,8	<0,001
Концентрація уваги (ум. од.)	42,5±3,2	44,1±3,0	>0,05	42,8±3,5	51,4±3,3	<0,001
Точність прийняття рішень (%)	73,8±4,6	76,2±4,1	>0,05	74,1±4,8	86,7±4,2	<0,001

Таблиця 4

Порівняльна характеристика показників змагальної діяльності представників КГ та ЕГ до і після педагогічного експерименту

Показник	Контрольна група		P	Експериментальна група		P
	до експ.	після експ.		до експ.	після експ.	
Результативні технічні дії за сутичку	3,7±0,6	4,1±0,5	>0,05	3,8±0,5	5,7±0,7	<0,001
Ефективність атак (%)	42,3±4,5	45,6±4,2	>0,05	42,8±4,7	57,2±4,8	<0,001
Ефективність захисних дій (%)	61,8±5,0	64,5±4,7	>0,05	62,1±5,2	75,1±5,0	<0,001
Перемоги у контрольних (змагальних) сутичках (%)	59,2±6,1	63,0±5,7	>0,05	59,8±6,3	76,4±6,0	<0,001

Результати статистичного аналізу засвідчили, що у спортсменів експериментальної групи після 12 місяців застосування комплексу нейропедагогічних методик відбулися статистично значущі покращення більшості досліджуваних показників ($p \leq 0,001$). У контрольній групі зафіксовані лише незначні позитивні зміни, які не досягли рівня статистичної значущості ($p > 0,05$).

Висновки і перспективи подальших розвідок у цьому напрямку. У результаті проведеного дослідження теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність довготривалого застосування комплексу нейропедагогічних методик у процесі підготовки спортсменів, які спеціалізуються в боротьбі самбо. Встановлено, що сучасна система багаторічної підготовки представників спортивних єдиноборств потребує розширення за рахунок включення засобів, спрямованих на розвиток когнітивних, психофізіологічних і сенсомоторних механізмів забезпечення змагальної діяльності.

У динаміці першого етапу емпіричного дослідження членами НДГ розроблено комплекс нейропедагогічних методик, адаптований до специфіки спортивного розділу боротьби самбо. До структури комплексу включено сенсомоторно-реактивний, когнітивно-тактичний, ідеомоторний, компонент розвитку уваги та психоемоційної саморегуляції, а також сенсомоторно-координаційний компоненти. Зміст запропонованих методик спрямований на формування стійких когнітивних стратегій, удосконалення механізмів прийняття рішень та підвищення ефективності реалізації техніко-тактичних дій у змагальних умовах. Обґрунтовано та реалізовано алгоритм впровадження комплексу нейропедагогічних методик у навчально-тренувальний процес спортсменів. Запропонована модель передбачала послідовне проходження діагностичного, адаптаційного, основного формувального та контрольно-аналітичного етапів, що забезпечило системність застосування нейропедагогічних впливів без збільшення загального обсягу фізичного навантаження.

За результатами педагогічного експерименту визначено позитивний вплив запропонованого комплексу на ефективність змагальної діяльності спортсменів у боротьбі самбо. У представників ЕГ після завершення 12-місячного педагогічного експерименту відбулося статистично значуще підвищення кількості результативних технічних дій за сутичку, ефективності атакувальних (контратакувальних) і захисних дій, а також покращення показників результативності контрольних та змагальних сутичок ($p \leq 0{,}001$). Водночас у представників КГ зміни мали несуттєвий характер ($p > 0{,}05$).

Отримані результати підтверджують доцільність інтеграції нейропедагогічних методик у структуру багаторічної підготовки спортсменів, які спеціалізуються в боротьбі самбо. Запропонований підхід може розглядатися як додатковий інструмент оптимізації навчально-тренувального процесу, спрямований на підвищення рівня спортивної майстерності, стабільності техніко-тактичної діяльності та ефективності змагальних виступів.

Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленому вивченні механізмів впливу нейропедагогічних методик на різні компоненти підготовленості спортсменів у спортивних єдиноборствах. Подальший розвиток цього напряму сприятиме формуванню науково- обґрунтованої системи нейропедагогічного супроводу підготовки спортсменів та розширенню сучасних підходів до оптимізації навчально-тренувального процесу в спортивних єдиноборствах.

Автори заявляють про відсутність фінансових або нефінансових конфліктів інтересів, які могли б вплинути на об'єктивність і достовірність результатів дослідження. Робота виконана в межах ініціативного наукового дослідження без залучення зовнішнього фінансування, грантової чи комерційної підтримки. У процесі дослідження не використовувалися дані з обмеженим доступом. Інструменти штучного інтелекту застосовувалися лише для технічного вдосконалення тексту, мовного редагування та опрацювання бібліографічних матеріалів. Наукова концепція, методологічні підходи, проведення дослідження, аналіз отриманих результатів і формування висновків виконані авторами самостійно.

Література

1. Воронцов А. І. Засоби білатерального навчання в тренуванні дівчат та юніорок у боксі. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2020; 4(124): 14-19. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.4(124).02

2. Лаврентьєв О., Сергієнко Ю., Антоненко С. Організація тренувального процесу спортсменів високої кваліфікації у спортивному самбо. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2023; 3К(162): 211-216. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).43

3. Литвиненко А., Мулик В. Загальна фізична підготовка в українських національних видах спортивних єдиноборств. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2024; 3(175): 119-124. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).21

4. Сергієнко Ю., Крупеня С., Велієв Е. Теоретико-методичні особливості фізичної підготовленості бойових самбістів. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2024; 11(184): 199-203. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).40

5. Хацаюк О., Солодка О., Яковлів В., Миронов Ю., Кусовська О., Мердов С., Белошенко Ю. Аналітично-статистичний аналіз технічної підготовленості спортсменок високої кваліфікації, які спеціалізуються в дзюдо. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2023; 1(159): 21-27. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).05

6. Хацаюк О. В., Шапаренко І. Є., Чередніченко С. В., Драгунов Д. М., Кулібаба С. О., Мазур В. Й. Удосконалення теоретичної підготовленості тренерів, які спеціалізуються в одноборствах до використання сучасних фітнес-технологій у професійній діяльності. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2023; 10(170): 141-148. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.10(170).30

7. Шматко Я. Теоретичні аспекти виховання в старших підлітків впевненості у собі в процесі занять дзюдо. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2023; 3К(162): 437-440. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).92

8. Błach, W., Rydzik, Ł., Błach, Ł., Cynarski, W.J., Kostrzewa, M., Ambroży, T. Characteristics of Technical and Tactical Preparation of Elite Judokas during the World Championships and Olympic Games. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2021; 18: 5841-5842. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph18115841

9. Danila, A., Ionescu, C., Ciobica, A., Miler, A., Novac, B., Hogas, M., Novac, O., & Luca, A. (2026). Neuropedagogy of Albinism: Visual Impairment, Neurodevelopment, Mental Health and Educational Inclusion. *BRAIN. Broad Research In Artificial Intelligence And Neuroscience*. 2026; *17*(1S): 233-248. DOI: http://dx.doi.org/10.70594/brain/17.S1/20

10. Khatsaiuk, O., Yareschenko, O., Liubchych, R., Drachuk, A., Korolov, A., Romanenko, V., & Maksymchuk, B. (2026). Neuropedagogical Approaches to Developing Tactical Readiness for Special Combat Techniques in Military Cadets. *BRAIN. Broad Research In Artificial Intelligence And Neuroscience*. 2026; *17*(1S): 184-193. DOI: http://dx.doi.org/10.70594/brain/17.S1/16

11. Stanescu C., Boev M., Avram O., Ciubara A. (2024). Investigating the Connection Between Skin Cancers and Mental Disorders: A Thorough Analysis. *BRAIN. Broad Research In Artificial Intelligence And Neuroscience*. 2026; *15*(3): 118-131. DOI: http://dx.doi.org/10.70594/brain/15.3/8

12. Todosia (Anton), E., Dăscălescu, G., Ciobica, A., Albert, C., Todosia, M., Scripcariu, I., Poroch, M., Anton, G., Bucsineanu, C., & Socolov, D. (2025). Integrating Psychoneuroimmunological Factors into AI-Driven Risk Stratification for Cervical Intraepithelial Neoplasia:A Mixed Bibliometric and Empirical Study from Northern Romania Focusing on Depression

and Anxiety. *BRAIN. Broad Research In Artificial Intelligence And Neuroscience*. 2026; *16*(4): 309-324. DOI: http://dx.doi.org/10.70594/brain/16.4/19

References

1. Vorontsov, A. I. (2020). Zasoby bilateralnoho navchannia v trenuvanni divchat ta yuniok u boksi [Means of bilateral learning in the training of girls and juniors in boxing]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15. 2020; 4(124): 14-19. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.4(124).02 [in Ukrainian].

2. Lavrentiev, O., Serhiienko, Yu., Antonenko, S. (2023). Orhanizatsiia trenuvalnoho protsesu sportsmeniv vysokoi kvalifikatsii u sportyvnomu sambo [Organization of the training process of highly qualified athletes in sports sambo]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15. 2023; 3K(162): 211-216. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).43 [in Ukrainian].

3. Lytvynenko, A., Mulyk, V. (2024). Zahalna fizychna pidhotovka v ukrainskykh natsionalnykh vydakh sportyvnykh yedynoborstv [General physical training in Ukrainian national types of martial arts]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15. 2024; 3(175): 119-124. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).21 [in Ukrainian].

4. Serhiienko, Yu., Krupenia, S., Veliiev, E. (2024). Teoretyko-metodychni osoblyvosti fizychnoi pidhotovlenosti boiovykh sambistiv [Theoretical and methodological features of physical preparedness of combat sambo athletes]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15. 2024; 11(184): 199-203. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).40 [in Ukrainian].

5. Khatsaiuk, O., Solodka, O., Yakovliv, V., Myronov, Yu., Kusovska, O., Merdov, S., Beloshenko, Yu. (2023). Analitychno-statystychnyi analiz tekhnichnoi pidhotovlenosti sportsmenok vysokoi kvalifikatsii, yaki spetsializuiutsia v dziudo [Analytical and statistical analysis of technical preparedness of highly qualified female athletes specializing in judo]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15. 2023; 1(159): 21-27. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).05 [in Ukrainian].

6. Khatsaiuk, O. V., Shaparenko, I. Ye., Cherednichenko ,S. V., Drahunov, D. M., Kulibaba, S. O., Mazur, V. Y. (2023). Udoskonalennia teoretychnoi pidhotovlenosti treneriv, yaki spetsializuiutsia v odnoborstvakh do vykorystannia suchasnykh fitnes-tekhnolohii u profesiinii diialnosti [Improvement of theoretical preparedness of coaches specializing in martial arts for the use of modern fitness technologies in professional activity]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15. 2023; 10(170): 141-148. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.10(170).30 [in Ukrainian].

7. Shmatko, Ya. (2023). Teoretychni aspekty vykhovannia v starshykh pidlitkiv vpevnenosti u sobi v protsesi zaniat dziudo [Theoretical aspects of developing self-confidence in older adolescents during judo training]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15. 2023; 3K(162): 437-440. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).92 [in Ukrainian].

8. Błach, W., Rydzik, Ł., Błach, Ł., Cynarski, W. J., Kostrzewa, M., Ambroży, T. (2021). Characteristics of technical and tactical preparation of elite judokas during the World Championships and Olympic Games [Characteristics of technical and tactical preparation of elite judokas during the World Championships and Olympic Games]. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2021; 18: 5841-5842. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph18115841 [in English].

9. Danila, A., Ionescu, C., Ciobica, A., Miler, A., Novac, B., Hogas, M., Novac, O., Luca, A. (2026). Neuropedagogy of albinism: visual impairment, neurodevelopment, mental health and educational inclusion [Neuropedagogy of albinism: visual impairment, neurodevelopment, mental health and educational inclusion]. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience. 2026; 17(1S): 233-248. DOI: http://dx.doi.org/10.70594/brain/17.S1/20 [in English].

10. Khatsaiuk, O., Yareschenko, O., Liubchych, R., Drachuk, A., Korolov, A., Romanenko, V., Maksymchuk, B. (2026). Neuropedagogical approaches to developing tactical readiness for special combat techniques in military cadets [Neuropedagogical approaches to developing tactical readiness for special combat techniques in military cadets]. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience. 2026; 17(1S): 184-193. DOI: http://dx.doi.org/10.70594/brain/17.S1/16 [in English].

11. Stanescu, C., Boev, M., Avram, O., Ciubara, A. (2024). Investigating the connection between skin cancers and mental disorders: a thorough analysis [Investigating the connection between skin cancers and mental disorders: a thorough analysis]. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience. 2024; 15(3): 118-131. DOI: http://dx.doi.org/10.70594/brain/15.3/8 [in English].

12. Todosia (Anton), E., Dăscălescu, G., Ciobica, A., Albert, C., Todosia. M., Scripcariu, I., Poroch, M., Anton, G., Bucsineanu, C., Socolov, D. (2025). Integrating psychoneuroimmunological factors into AI-driven risk stratification for cervical intraepithelial neoplasia: a mixed bibliometric and empirical study from Northern Romania focusing on depression and anxiety [Integrating psychoneuroimmunological factors into AI-driven risk stratification for cervical intraepithelial neoplasia: a mixed bibliometric and empirical study from Northern Romania focusing on depression and anxiety]. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience. 2025; 16(4): 309-324. DOI: http://dx.doi.org/10.70594/brain/16.4/19 [in English].

Стаття надійшла до редакції / Received 03.09.2026
Прийнята до друку / Accepted 18.09.2026
Опубліковано / Published 28.10.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.10(210).28
УДК: 796.015.1:793.3:159.9(045)

Смоляр І.І.
доцент кафедри психології і педагогіки,
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
https://orcid.org/0000-0001-8817-7035
Толкунова І.В.
професор кафедри психології і педагогіки,
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
https://orcid.org/0009-0006-4231-9644

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПАРТНЕРСЬКОЇ ВЗАЄМОДІЇ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ У СПОРТИВНИХ ТАНЦЯХ

У статті визначено індивідуально-психологічні чинники, пов'язані з якістю взаємодії кваліфікованих спортсменів у танцювальному дуеті. У дослідженні взяли участь 24 спортивні пари (48 спортсменів) віком 16–22 років. Використано авторську анкету, методику CSAI-2, методику К. Томаса, адаптовану шкалу міжособистісної довіри, індекс згуртованості, відеоаналіз та експертне оцінювання. Встановлено обернені зв'язки ситуативної змагальної тривожності з довірою (r = –0,58; p = 0,003) і згуртованістю (r = –0,53; p = 0,008), а також прямий зв'язок довіри з ефективністю партнерської взаємодії (r = 0,65; p < 0,001). Високий рівень згуртованості виявлено у 37,5 % пар, середній – у 45,8 %, низький – у 16,7%. У парах з нижчими показниками ситуативної тривожності експертна оцінка загальної узгодженості дій становила 8,5 бала, тоді як у парах із вищим рівнем — 5,9 бала. Обґрунтовано напрями психологічного супроводу, спрямовані на розвиток саморегуляції, довіри, згуртованості, конструктивного зворотного зв'язку та рольової гнучкості.

Ключові слова: *спортивні танці, партнерська взаємодія, довіра, згуртованість, змагальна тривожність, комунікація, психологічна сумісність.*

Smoliar Irina, Tolkunova Inna. Individual Psychological Factors in Partner Interaction among Qualified DanceSport Athletes.

The study identified individual psychological factors associated with the quality of partner interaction among qualified athletes in DanceSport couples. The relevance of the study is determined by the dyadic nature of DanceSport performance, in which technical execution, interpersonal coordination, emotional regulation, trust, and communication function as an integrated system. The sample comprised 24 DanceSport couples (48 athletes) aged 16–22 years. The methods included a researcher-developed questionnaire, assessment of situational competitive anxiety using the Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2), an adapted interpersonal trust scale, a cohesion index, assessment of conflict-handling strategies using the K. Thomas method, structured observation, video analysis, and expert assessment. Eight couples were selected for an in-depth video analysis, and six experienced coaches, judges, and choreographers participated in the expert assessment. The couple was used as the unit of statistical analysis for dyadic indicators. Competitive anxiety was negatively associated with partner trust (r = –0.58; p = 0.003) and cohesion (r = –0.53; p = 0.008), whereas trust was positively associated with expert-rated effectiveness of partner interaction (r = 0.65; p < 0.001). High cohesion was identified in 37.5% of the couples, medium cohesion in 45.8%, and low cohesion in 16.7%. Couples with lower situational competitive anxiety scores received a mean expert rating of 8.5 points for overall coordination on a 10-point scale, compared with 5.9 points among couples with higher anxiety scores. Video analysis indicated relatively high scores for visual contact and movement synchrony, whereas non-verbal support, emotional climate, and responses to mistakes were more vulnerable components of partner interaction. The findings substantiate the main directions of psychological support focused on emotional self-regulation, interpersonal trust and cohesion, constructive feedback, and flexible role distribution.

Keywords: *DanceSport, partner interaction, trust, cohesion, competitive anxiety, communication, psychological compatibility.*

Постановка проблеми. Спортивні танці належать до видів спорту з високою координаційною, естетичною та психоемоційною складністю. Результат дуету залежить не лише від рівня фізичної і технічної підготовленості кожного спортсмена, а й від здатності партнерів діяти як функціонально цілісна система: узгоджувати темп і просторові переміщення, швидко зчитувати невербальні сигнали, підтримувати спільну мотивацію та конструктивно реагувати на помилки. У таких умовах індивідуально-психологічні властивості одного партнера стають частиною середовища діяльності іншого, тому тривожність, емоційна лабільність, домінантність або комунікативна закритість можуть впливати на технічну синхронність і стабільність змагального виконання.

Формування танцювальних пар традиційно ґрунтується на віці, антропометричній відповідності, технічному рівні та спортивній перспективності, тоді як психологічну сумісність часто оцінюють інтуїтивно вже після появи конфліктів. Це ускладнює раннє виявлення ризиків — уникання зворотного зв'язку, дисбалансу ролей, емоційного