

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

# Тези

**77-ї наукової конференції професорів,  
викладачів, наукових працівників,  
аспірантів та студентів університету**

**ТОМ 2**

**16 травня – 22 травня 2025 р.**

Якщо спортсмени роками залишаються з тренером, це свідчить про довіру, ефективність і здоровий мікроклімат у команді.

Успішний тренер – це не просто фахівець з набором знань, а людина, яка веде за собою, надихає, підтримує та створює умови для росту інших. Його успіх – це не лише фінансові показники, а перш за все, вплив і цінність, які він приносить людям. Успішний спортивний тренер – це не тільки фахівець зі знанням техніки, а й педагог, психолог, наставник. Його місія – виховати не лише переможців, а й сильних духом людей.

*Література:*

1. Байрачний О. В., Левчук О. П. Аналіз особистісних психологічних характеристик футбольних тренерів як фактор професійного успіху у спорті вищих досягнень / Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури, 2024. Вип. 3К(167). С. 19–24.

2. Комоцька О. С. Критерії оцінки ефективності роботи тренера ДЮСШ в баскетболі / Молодий вчений, 2021. № 1(89). С. 116–120.

3. Петровська Т. В., Малиновський А. І. Структурна модель професійно важливих якостей тренера з футболу / Вісник Національного університету фізичного виховання і спорту України, 2023. № 1(74). С. 42–48.

**УДК 796.325:796.015.132(477)**

*Остапов А. В., старший викладач,  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»;  
Коробов П., студент групи 303-ФС,  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **ОСОБЛИВОСТІ ТРЕНУВАЛЬНИХ МЕТОДИК ВОЛЕЙБОЛУ В УКРАЇНІ**

Волейбол як вид спорту потребує не лише високої індивідуальної фізичної підготовки, а й чіткої взаємодії в команді, технічної майстерності, тактичного мислення та психологічної стійкості. Усе це можливо лише за умов правильно організованого тренувального процесу. В Україні методики підготовки волейболістів формувались на основі радянської спортивної школи, яка була однією з найефективніших у світі, і донині зберігається спадкоємність у тренерському підході. Водночас сучасний етап розвитку волейболу в Україні вимагає переосмислення та оновлення традиційних методів підготовки, з урахуванням досягнень науки, міжнародного досвіду та новітніх технологій.

Сучасні тренувальні методики в українському волейболі мають чітко визначену структуру, яка включає поетапний розвиток спортсмена: від

дитячо-юнацьких спортивних шкіл до професійних клубів і національних збірних. На початковому етапі основна увага приділяється загальній фізичній підготовці, розвитку координації рухів, освоєнню базових технічних елементів – подач, передач, прийомів, атак, блокувань. Особливої уваги потребує формування правильної техніки, яка закладає фундамент для подальшого спортивного зростання. Застосовуються ігрові вправи, естафети, вправи на увагу, швидкість та орієнтацію, що дозволяє зацікавити дітей і водночас сформувати ключові навички.

На етапі спеціалізованої підготовки тренування стають більш цілеспрямованими. Акцент робиться на розвиток фізичних якостей, зокрема сили, швидкості, витривалості та стрибучості, які є критично важливими у волейболі. Використовуються комбіновані методи тренування: інтервальні, кругові, змагальні, повторні. Значна увага приділяється формуванню техніко-тактичного мислення: аналізуються ігрові ситуації, опрацьовуються комбінації, будується взаємодія між гравцями в різних ігрових амплуа. Методика тренувань включає як індивідуальні вправи, так і командні дії, що дозволяє формувати злагоджену колективну гру.

Особливістю вітчизняної методики є застосування так званого змагального методу. Це проведення контрольних матчів, міні-турнірів, моделювання реальних ігрових ситуацій, де спортсмен вчиться приймати рішення в умовах стресу, динаміки та непередбачуваності. Такий підхід дозволяє покращити адаптивність гравця, розвинути його тактичне мислення, а також забезпечити психологічну підготовку до офіційних змагань.

У новітній період важливою складовою тренувального процесу в Україні стає інтеграція сучасних технологій. Активно використовуються засоби відеоаналізу технічних дій, моніторинг фізичного навантаження за допомогою фітнес-трекерів та датчиків, спеціалізоване програмне забезпечення для статистичного аналізу гри. Це дозволяє тренерам більш точно оцінювати ефективність тренувань, адаптувати навантаження під конкретного спортсмена, виявляти слабкі сторони та коригувати індивідуальний план підготовки. Водночас цифрові технології не можуть повністю замінити тренерський досвід, інтуїцію та педагогічну майстерність, які залишаються ключовими факторами успіху.

Ще однією особливістю тренувальних методик в Україні є поєднання загальнонаціональних підходів із локальними ініціативами. У різних регіонах країни працюють авторські школи тренерів, які впроваджують власні методики, іноді з урахуванням європейських або американських стандартів. Це створює конкурентне середовище, яке стимулює розвиток тренерської думки, але водночас породжує проблему відсутності уніфікованих стандартів підготовки. В умовах реформування спортивної освіти виникає потреба в оновленні навчальних програм, підвищенні

кваліфікації тренерських кадрів, а також у налагодженні більш тісної співпраці між спортивними школами, федераціями та науковими установами.

Таким чином, тренувальні методики волейболу в Україні мають низку характерних рис: спадкоємність традиційної школи, поетапну підготовку, акцент на фізичну та техніко-тактичну підготовку, активне впровадження змагального методу та поступову інтеграцію цифрових технологій. Успішне поєднання цих елементів дозволяє виховувати конкурентоспроможних спортсменів, які здатні досягати високих результатів на національному та міжнародному рівнях. Перспективним напрямом розвитку методик є подальша індивідуалізація тренувального процесу, розширення науково-методичної бази та підвищення професійного рівня тренерських кадрів.

*Література:*

1. *Вплив командної гри волейбол на загальний стан організму: thesis / П. М. Індик та ін. 2015.*
2. *Глуценко О. Д. Волейбол як засіб покращення фізичної підготовки студентів / Професійно-прикладні дидактики, 2016. Вип. 2. С. 25–29.*

**УДК 004.8:378.147:796**

*Плачинда Т. С., д.пед.н., професор,  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **ВПЛИВ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ЯКІСНУ ПРОФЕСІЙНУ ПІДГОТОВКУ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ**

Стрімкий розвиток інформаційно-комунікаційних технологій, зокрема штучного інтелекту (далі – ШІ), зумовлює активізацію обговорень щодо їх інтеграції в освітній процес закладів вищої освіти. Сьогодні висуває потребу у трансформації освітнього простору відповідно до актуальних технологічних змін. Наразі важко заперечити той факт, що ШІ став органічною складовою цифрової реальності, і освітня галузь не є винятком. Також, ШІ дедалі активніше впроваджується у сферу спорту, сприяючи підвищенню ефективності тренувального процесу, вдосконаленню технічної підготовки спортсменів і запобіганню травматизму. Завдяки аналізу великих обсягів даних, ШІ дозволяє точно оцінювати фізичний