

Передзмагальна тривожність у кваліфікованих волейболісток різних ігрових амплуа

Шльонська О. Л.¹, Борисова О. В.¹, Воронова В. І.¹, Якушева Ю. І.²,
Федорчук С. В.¹

¹Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

²Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова, Вінниця

Анотація. Метою дослідження було визначення рівня передзмагальної тривожності у кваліфікованих волейболісток різних ігрових амплуа. У дослідженні брали участь 44 кваліфіковані волейболістки різних ігрових амплуа віком від 19 до 22 років (кваліфікація – 6 МСУ, 38 КМСУ). Для визначення рівня передзмагальної тривожності спортсменок був використаний тест «Шкала SCAT». Аналіз отриманих даних дозволяє припустити, що на результати спортсменок впливає тактична роль гравчинь на майданчику, що висуває індивідуальні вимоги до їхньої функціональної підготовленості відповідно до конкретного ігрового амплуа. Виявлено тенденцію: рівень передзмагальної тривожності був найвищим у зв'язуючих і найнижчим – у діагональних, проте ці результати не досягли рівня статистичної значущості. Отримані результати можуть бути корисними для розробки і впровадження рекомендацій щодо індивідуалізації тренувального процесу у волейболі та психологічного забезпечення їх підготовки.

Ключові слова: передзмагальна тривожність; кваліфіковані волейболістки; ігрові амплуа.

Вступ. Здатність протистояти вимогам навколишнього середовища або адаптуватися до них є невід'ємним аспектом спортивних досягнень (Арнаутова, et al., 2023; Воронова, 2019; Коробейнікова et al., 2012; Шинкарук, et al., 2017; Ivaskevych et al., 2019). На найвищому рівні змагань психологічна стійкість особливо необхідна для досягнення та підтримки успіху (Височіна, 2019; Воронова, 2018), що підтверджено результатами аналізу досвіду стійкості спортсменів елітного спорту з особливим акцентом на комбінованому впливі психологічних (тобто – особистість, мотивація, впевненість, зосередженість) та екологічних (тобто – виклик, підтримка) факторів, які лежать в основі їхньої підвищеної здатності протистояти вимогам навколишнього середовища або адаптуватися до них (Fletcher, 2025).

Мета дослідження – визначення рівня передзмагальної тривожності у кваліфікованих волейболісток різних ігрових амплуа.

Зв'язок дослідження з науковими планами, темами: робота виконана у Науково-дослідному інституті НУФВСУ відповідно до Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2021–2025 роки за темою 2.2 «Удосконалення підготовки до основних макроциклів змагань збірних команд України зі спортивних ігор»

(номер державної реєстрації 0121U108185) та Тематичного плану наукових досліджень та розробок НУФВСУ на 2025 рік за темою «Моніторинг ефективності фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та спортсменів засобами функціональної діагностики» (номер державної реєстрації 0125U002066).

Дослідження проводилося на базі Науково-дослідного інституту НУФВСУ. У дослідженні брали участь 44 кваліфіковані волейболістки віком від 19 до 22 років (кваліфікація – 6 МСУ, 38 КМСУ): 18 гравчинь – членів жіночої молодіжної команди з волейболу U-22 та 26 гравчинь – ВК «Добродій-Медуніверситет-ШВСМ». Обстежені спортсменки були розподілені на групи відповідно до ігрових амплуа гравців: I група – догравальний (n=14), II група – діагональний (n=7), III група – центральний блокуючий (n=9), IV група – зв'язуючий (n=9), V група – ліберо (n=5).

Для визначення рівня передзмагальної тривожності (ПТ) спортсменок був використаний тест на тривожність у спортивних змаганнях, Шкала SCAT (Sport Competition Anxiety Test) (Шинкарук et al., 2009). При проведенні комплексних психологічних і біологічних досліджень за участю спортсменок відповідно до принципів біоетики дотримувалися розробленої в НДІ НУФВСУ «Програми комплексного біологічного дослідження особливостей функціональних можливостей спортсменів», а також законодавства України про охорону здоров'я та Гельсінської декларації 2000 р., директиви Європейського товариства 86/609 щодо участі людей в медико-біологічних дослідженнях (Шинкарук et al., 2017). Статистичну обробку даних виконували за допомогою методів непараметричної статистики.

Виявлено тенденцію: рівень передзмагальної тривожності був найвищим у зв'язуючих і найнижчим – у діагональних, проте ці результати не досягли рівня статистичної значущості (табл. 1).

Таблиця 1

Передзмагальна тривожність у кваліфікованих волейболісток різних ігрових амплуа (n=44), Me [25%, 75%]

Показники	Ігрові амплуа гравців				
	Догравальний, n=14	Діагональний, n=7	Центральний блокуючий, n=9	Зв'язуючий, n=9	Ліберо, n=5
	I група	II група	III група	IV група	V група
ПТ, рівень передзмагальної тривожності, бали	17,50 [14,00; 23,00]	15,00 [14,00; 23,00]	18,00 [17,00; 18,00]	19,00 [17,00; 20,00]	18,00 [17,00; 18,00]

Аналіз отриманих даних дозволяє припустити, що зафіксовані показники є наслідком специфіки фізичного розвитку та технічної майстерності волейболісток. Крім того, на результати спортсменок безумовно впливає тактична роль гравчинь на майданчику, що висуває індивідуальні вимоги до їхньої функціональної підготовленості відповідно до конкретного ігрового амплуа. Це вказує на необхідність індивідуалізації тренувального процесу, де

фізичні навантаження мають корелювати з амплуа для досягнення максимальної командної ефективності. Крім того, тривала спеціалізація в межах конкретного амплуа призводить до формування специфічних адаптаційних реакцій організму спортсменок.

Волейболістками високої швидкості реакції вважаються діагональні гравчині, до 60% атаки всієї команди припадає саме на спортсменок даного амплуа (Мельник, 2023; Мельник, & Ляхова, 2023). При порівнянні результатів між групами у діагональних гравчинь виявлено найнижчий рівень передзмагальної тривожності. Зв'язуючий гравець – одне з найскладніших амплуа. Від ведення гри зв'язуючим великою мірою залежить загальний результат команди, тому що головна мета зв'язуючого – організувати атаку на суперника (Ляхова, 2021; Мельник, 2023). За результатами дослідження саме у зв'язуючих виявлено найвищий рівень передзмагальної тривожності.

Висновок. Підсумовуючи, варто зазначити – визначення ігрових амплуа повинно базуватися на науковій основі з урахуванням результатів психологічних досліджень, що підтверджується наявними літературними даними (Бойчук et al., 2021; Міщук, 2015; Мельник, 2023; Ivaskevych et al., 2019).

Література:

- Арнаутова, Л., Петровська, Т., Федорчук, С., Куценко, Т., & Петрушевський, Є. (2023). Стратегії подолання стресу та точність сенсомоторного реагування у кваліфікованих гандболісток. *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія*, 2, 3–9. <https://doi.org/10.32652/spmed.2023.2.3-9>
- Бойчук, Р.І., Шанковський, А.З., & Захаркевич, Т.М. (2021). Особливості вдосконалення психічних процесів юних волейболістів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 3К(131), 49–52. [http://doi.org/10.31392/NPU-nc.series.15.2021.3K\(131\).10](http://doi.org/10.31392/NPU-nc.series.15.2021.3K(131).10)
- Височіна, Н.Л. (2019). *Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті* : монографія. Київ : Центр учбової літератури.
- Воронова, В.І. (2018). Прикладні аспекти психологічного забезпечення в спортивній діяльності : *Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації* : колективна монографія. В. М. Костюкевич (Eds.). Вінниця : ТОВ «Планер», 86–101.
- Воронова, В.І. (2019). Психологія спорту : навч. посібник. Київ : Олімпійська література.
- Коробейнікова, Л.Г., Коробейніков, Г.В., & Дакал, Н.А. (2012). Особливості стресостійкості у елітних спортсменів різного віку. *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія*, 2, 121–125.
- Ляхова, Т.П. (2021). Особливості ігрових функцій зв'язуючого у сучасному класичному волейболі. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у вищих навчальних закладах*, 1, 51–54.
- Міщук, Д.М. (2015). *Критерії визначення ігрового амплуа на основі психофізіологічних особливостей волейболістів* : автореферат дис ... канд. наук з фіз. вих. і спорту. Київ : Національний університет фізичного виховання і спорту України.
- Мельник, А. (2023). Особливості гравців різних амплуа у волейболі. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти*, 1, 84–86.
- Мельник, А., & Ляхова, Т. (2023). Психологічні особливості нападаючих гравців у волейболі. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності*: збірка тез доповідей III науково-

практичної конференції, 1-2 грудня 2023 року, Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 151–155.

Шинкарук, О., Лисенко, О., & Федорчук, С. (2017). Стрес та його вплив на змагальну та тренувальну діяльність спортсменів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць*, 3(22), 469–476. <http://93.183.203.244:8080/xmlui/handle/123456789/646>

Шинкарук, О. А., Лисенко, О. М., Гуніна, Л. М., & Карленко, В. П. (2009). *Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту*. Київ : НУФВСУ.

Scale SCAT (Sport Competition Anxiety Test). <https://www.eztests.xyz/>.

Fletcher, D. (2025). Psychological Resilience and Sport Performance. *The Routledge International Handbook of Psychosocial Resilience*, Routledge, 346–365.

Ivaskevych, D., Borysova, O., Fedorchuk, S., Tukaiev, S., Kohut, I., Marynych, V., ... & Mihăilă, I. (2019). Gender differences in competitive anxiety and coping strategies within junior handball national team. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(2), 1242–1246. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.02180>

Відомості про авторів:

Шльонська Ольга Леонідівна – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, докторантка кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту, Національний університет фізичного виховання і спорту України
<https://orcid.org/0000-0001-7069-777X>

E-mail: shlensk_o@ukr.net

Борисова Ольга Володимирівна – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, проректор з науково-педагогічної роботи, професор кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту, Національний університет фізичного виховання і спорту України
<https://orcid.org/0000-0002-2311-1921>

E-mail: borisova-nupes@ukr.net

Воронова Валентина Іванівна – кандидат педагогічних наук, професор, професор кафедри психології і педагогіки, Національний університет фізичного виховання і спорту України
<https://orcid.org/0000-0002-5072-4184>

E-mail: professor.voronova@gmail.com

Якушева Юлія Іванівна – кандидат біологічних наук, доцент кафедри спортивної медицини, фізичного виховання та реабілітації, Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова
<https://orcid.org/0000-0001-8678-6128>

E-mail: yuliayakyweva@gmail.com

Федорчук Світлана Володимирівна – кандидат біологічних наук, старший дослідник, старший науковий співробітник Науково-дослідний інститут, Національний університет фізичного виховання і спорту України
<https://orcid.org/0000-0002-2207-9253>

E-mail: lanasvet778899@gmail.com

Надійшла до редакції 14.01.2026 р.