

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: «ПРОЦЕС ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БОРЦІВ В
ПЕРЕДЗМАГАЛЬНИЙ ПЕРІОД»

Виконав: студент 2 курсу, групи FKS2-M23
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
Сагалюк Денис Валентинович
Керівник: Бабюк С.М., кандидат
педагогічних наук, доцент
Рецензент: Гуска М.Б., кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент

Кам'янець-Подільський – 2024 рік

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ У СПОРТСМЕНІВ-БОРЦІВ	7
1.1 Психічні стани до старту та після нього	8
1.2 Психологічна підготовка в боротьбі: завдання та принципи	20
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	34
2.1 Методи дослідження.....	34
2.2 Організація дослідження	38
РОЗДІЛ 3 ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСОБИ І МЕТОДИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ ПЕРЕД ЗМАГАННЯМИ.....	40
3.1 Психологічний стан спортсмена як ключовий фактор у реалізації спортивної майстерності	41
3.1.1 Загальні та особливі фактори психофізичного стану спортсменів перед змаганнями.....	44
3.1.2 Механізми та зміни у психофізичному стані спортсменів перед змаганнями.....	47
3.2 Психолого-педагогічні методи контролю передзмагальних станів спортсменів	52
3.3 Методи і засоби оптимізації психофізичних станів спортсменів перед змаганнями.	55
ВИСНОВКИ	62
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ	65
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	73

ВСТУП

Організація змагань, що вимагають від спортсменів максимальної віддачі та роботи на межі їх фізичних можливостей, часто створює умови, за яких важливо контролювати свій психоемоційний стан. Під час значних фізичних навантажень і при недостатній здатності керувати емоціями може виникати надмірне психічне напруження. Це напруження негативно впливає на ефективність виконання дій, спричиняє дезорганізацію і, зрештою, може стати причиною поразки. Як наслідок, спортсмен може втратити впевненість у своїх силах і навіть зіткнутися з депресією [1; 3; 8].

Безсумнівно, що психологічний стан спортсмена як до, так і під час змагань відіграє важливу роль як у досягненні перемоги, так і в можливих поразках. Сучасний розвиток спортивної науки підтверджує, що успішність і стабільність спортивних результатів значною мірою залежать від психологічної підготовки та емоційного стану спортсмена як на етапі підготовки, так і під час самого змагання [18; 19; 22].

У сучасних умовах, коли суперники мають приблизно рівні фізичні, технічні та тактичні можливості, перемога зазвичай дістається тому спортсмену, який краще управляє своїм психологічним станом. Той, хто виявляється більш стійким до стресових ситуацій і здатен ефективно контролювати свої емоції та регулювати внутрішній стан, має значно більше шансів на успіх.

Однак вимоги до вміння керувати своїм психологічним станом стосуються не лише змагальної діяльності. Не менш важливою є здатність до самоконтролю та саморегуляції в процесі тренувань.

Монотонність тренувального процесу, зумовлена постійним повторенням тих самих вправ і рухів для їх вдосконалення, а також одноманітність умов тренування можуть викликати не лише фізичну втому, але й значне психологічне напруження. Це вимагає добре спланованої та послідовної

психологічної підготовки, важливою частиною якої є навчання спортсменів технікам самоконтролю та психорегуляції.

Сьогодні в спортивній практиці нерідко зустрічається ситуація, коли спортсмени беруть участь у змаганнях, не маючи належної підготовки — фізичної, технічної, тактичної чи психологічної. Це стає особливо помітним під час етапу безпосередньої підготовки до змагань. Спортсмен не проявляє бажання змагатися, що спричиняє природну реакцію організму, яка не сприяє досягненню необхідної мобілізаційної готовності до старту. У результаті виникає несприятливий психологічний стан, що супроводжується почуттям невпевненості, тривожністю, страхом або апатією [26; 28; 29].

Цілком закономірно, що виступ спортсмена без належної моральної підготовки не буде успішним, а після змагань це призведе до виникнення негативних емоцій. Тренеру необхідно мати повну картину психологічного стану спортсмена перед змаганнями. Повторні виступи без достатньої психологічної готовності закріплюють негативні емоції і формують небажання брати участь у змаганнях. Це сприяє регулярному виникненню несприятливих передстартових станів за механізмом умовного рефлексу.

Виникнення несприятливих емоційних станів, спричинених як особистісними негативними рисами, так і ситуативними факторами, пов'язаними з екстремальними умовами діяльності, підкреслює необхідність розробки методів їх попередження та регуляції. Важливо також виховувати емоційні якості, які сприятимуть розвитку високої емоційної стійкості спортсмена. Це допоможе спортсменам ефективніше долати стресові ситуації та підвищувати рівень психологічної готовності до змагань.

Об'єкт дослідження – процес психологічної підготовки.

Предмет дослідження – навчально-тренувальний процес висококваліфікованих спортсменів-борців.

Мета дослідження – вивчити процес психологічної підготовки борців перед змаганнями.

Завдання дослідження:

1. Встановити роль психологічної підготовки борця і проаналізувати, як цей процес впливає на спортивний результат.
2. Розглянути і вивчити процес виховання морально-вольових якостей борців.
3. Проаналізувати і розглянути різні методи і прийоми психологічної підготовки в боротьбі.

Для розв'язання поставлених завдань використовувалися такі **методи дослідження**: аналіз наукової літератури, опитування, спостереження, метод бесіди та інтерв'ю.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані результати наукового дослідження можуть бути використані під час підготовки здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт, ступенів вищої освіти «бакалавр» та «магістр». Також матеріали дослідження варто використовувати НПП у процесі викладання обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Підвищення спортивної майстерності з боротьби». У процесі підвищення кваліфікації тренерів з боротьби доречним буде використання матеріалів роботи для ефективного побудови навчально-тренувального процесу не лише висококваліфікованих спортсменів, але й спортсменів нижчих розрядів.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка у 2023-2024 н.р. (м. Кам'янець-Подільський, 09-10 квітня 2024 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій публікації.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана на замовлення Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка згідно зі Зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2022–2027 рр. за темою «Теоретичні,

практичні та оздоровчі аспекти вдосконалення навчально-тренувального процесу різних верств населення й спортсменів різної спортивної кваліфікації» (Державний реєстраційний номер: 0122U000564).

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, практичних рекомендацій та списку використаних літературних джерел. Роботу викладено на 80 сторінках, з яких 72 основного тексту, 1 рисунок та 57 літературних джерел.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел дає змогу зробити висновок, що психологічна підготовка є складним і важливим аспектом діяльності спортсмена. Успішний виступ на змаганнях залежить не лише від високого рівня фізичної, технічної та тактичної підготовки, а й від психологічної готовності спортсмена. Для досягнення високого рівня психологічної готовності необхідна складна і наполеглива робота, що здійснюється спільно самим спортсменом, тренером і спортивним психологом.

2. Досліджуючи роль психологічної підготовки спортсмена до змагань, ми дійшли висновку, що вона є важливим і невід'ємним елементом навчального та тренувального процесу. Організація психологічної підготовки повинна бути спрямована на формування особистісних якостей, властивостей і психічних станів, які визначають успішність і стабільність змагальної діяльності. Основною метою психологічної підготовки є адаптація спортсменів до змагальних ситуацій, а також вдосконалення і оптимізація їхніх реакцій на специфічні умови діяльності.

Психологічна підготовка повинна зосереджуватися на розвитку особистісних характеристик і певних психічних станів, які прямо впливають на успіх і стабільність у змагальних умовах. Це включає в себе підвищення реактивності спортсменів, поліпшення їхньої здатності адаптуватися до екстремальних умов, що часто виникають під час спортивних змагань. Таким чином, психологічна підготовка є ключовим фактором, що сприяє досягненню високих результатів у змаганнях.

3. Розвиток морально-вольових якостей спортсмена відбувається не лише під час занять і змагань, але й у повсякденному житті. Правильна організація тренувального процесу, змагань та дотримання режиму, а також відповідні вимоги з боку тренерів, суддів і колективу секції є ключовими чинниками. Важливо, щоб тренери та колектив заохочували правильні дії спортсменів і

карали чи засуджували неправильні. Це сприяє формуванню та зміцненню морально-вольових якостей борця, таких як витримка, рішучість, відповідальність і дисципліна. Таким чином, інтеграція вимогливості та підтримки в процесі підготовки допомагає спортсменам стати не лише кращими борцями, але й особистостями, здатними долати труднощі та досягати високих результатів.

4. Розглянувши роль і функції спортивного психолога, ми дійшли висновку, що цей фахівець є невід'ємною частиною тренувального процесу. Спортивний психолог має професійні знання та навички, що дозволяють йому здійснювати регулярну психодіагностику та активно брати участь у підготовці спортсменів. Завдяки цьому можна врахувати індивідуальні особливості кожного спортсмена та формувати і розвивати необхідні психічні якості і вміння, що сприяють перемозі.

Основна роль спортивного психолога – це допомога спортсменам у досягненні максимальних результатів, підтримка їхнього емоційного стану та забезпечення ментальної підготовки до змагань. Психолог працює не лише з окремими спортсменами, а й з командами, фокусуючись на розвитку ментальних навичок, які впливають на їх успішність у спорті.

Крім того, спортивний психолог відіграє ключову роль у досягненні балансу між фізичним і психологічним станом спортсменів. Він допомагає їм долати труднощі, управляти стресом і розкривати свій потенціал на максимальному рівні, що в підсумку позитивно позначається на їхніх виступах.

5. Після аналізу та розгляду різноманітних методів і прийомів психологічної підготовки в боротьбі, ми дійшли висновку, що основним принципом методики психологічної підготовки спортсмена є одночасний вплив на свідомість і підсвідомість. Це означає, що важливо не лише формувати усвідомлені навички та стратегії, але й працювати з підсвідомими механізмами, які можуть впливати на спортивні результати.

Конкретні методи та види роботи слід застосовувати, враховуючи різні рівні впливу на організм і поведінку спортсмена. Важливо також зважати на індивідуальні психологічні особливості кожного спортсмена, його вік, рівень підготовки та спортивну кваліфікацію. Це дозволить створити персоналізований підхід до психологічної підготовки, що підвищить ефективність тренувань і змагань, а також допоможе спортсмену максимально розкрити свій потенціал.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ананченко К.В. Бойові мистецтва. Харків: ХДАФК, 2011. 60 с.
2. Арзютов Г.М., Волошин О.О. Атакуючі дії в боротьбі на поясах з урахуванням вольової підготовленості (огляд джерел літератури). Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. Вип. 3К. (56). С. 35-38.
3. Арзютов Г. М., Лахно Д. М., Рябчун Л. Я., Арзютов Г. Г., Квартич В. В. Визнання української боротьби на поясах у світі. Національні бойові культури в контексті світової цивілізації. Феномен. Матеріали міжнародної науково-практичної конференції. Запоріжжя, 2015. С.48-54.
4. Барабанов А.Г., Горячев А.П., Нікітін В.С. Психологічні резерви оптимізації спортивної діяльності. Теорія і практика фізичної культури: Тренер. 2006. № 5. С. 28-29.
5. Безверхня Г.В. Психологія фізичного виховання. Умань, 2013. 42 с.
6. Бойко В.А. Аналіз змагальної діяльності борців вільного стилю. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету. 2013. № 10. С. 80-88.
7. Боротьба вільна: чоловіки, жінки. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю [В.І. Шандригось, В.В. Яременко, М.В. Латишев, Р.В. Первачук, В.Ю. Чікало]. Київ: АСБУ, 2019. 104 с.
8. Булатова М.М. Теоретико-методичні основи реалізації функціональних резервів спортсменів у тренувальній й змагальній діяльності. Дис. д-ра пед. наук. К.: УГУФВС, 1996. 356 с.
9. Вейнберг Р.С., Гоулд Д. Психологія спорту: навчальне видання. Київ : «Олімпійська література», 2001. 335 с.

10. Вільна боротьба: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. К., 2019. 104с.
11. Волков Л., Захарків С. Взаємозв'язок спеціальної і функціональної підготовленості борців вільного стилю на різних етапах спортивної підготовки. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2019. № 3. С. 18-25.
12. Волошин О. О. Планування та підготовка борців на поясах «Алиш» в ускладнених умовах тренування з урахуванням психорегуляторних впливів. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. Вип. 3К 1 (70). С. 328-332.
13. Воронова В. І. Психологія спорту: навч. посібник. Київ: Олімпійська література, 2007. 298 с.
14. Гринь О.Р., Воронова В.І. Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту. Спортивний вісник Придніпров'я. 2015. № 3. С. 29-34.
15. Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів. Київ: Олімпійська література, 2015. 276 с.
16. Данько Г.В. Вільна боротьба: навчальний посібник (з грифом Міністерства освіти і науки України). Київ: Видавництво ТОВ «НВП «Інтерсервіс». 2011. 300 с.
17. Данько Г.П., Лаврентьєв О.М, Данько Т.Г., Крупеня С.В., Живолович С.А. Педагогічні умови формування спортивної майстерності юних спортсменів з вільної боротьби. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць [За ред. О. В. Тимошенка]. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Випуск 11 (157) 22. С. 62-67.
18. Данько Г.П., Лаврентьєв О.М, Данько Т.Г., Крупеня С.В., Живолович С.А. Психологічна підготовка спортсменів з вільної боротьби. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.

Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт): зб. наукових праць [За ред. О. В. Тимошенка]. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2023. Випуск 8 (168) 23. С. 39-45.

19. Дяченко А.А., Паламарчук Ю.Г., Маєвський М.І., Ільченко С.С., Сивохоп Е.М., Кушнір І.С. Результати дослідно- експериментальної перевірки технічних засобів термінової інформації в системі багаторічної підготовки одно борців . Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) . Київ, 2021. Вип. 10 (141). С. 56-61.

20. Дяченко А. А., Ковальчук А. А., Яковлів В. Л., Антонюк, А. Е. Удосконалення спеціальної фізичної підготовленості борців вільного стилю з акцентом на розвиток силових якостей. Науковий часопис Наці-онального педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні пробле-ми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2021. № 3 (133). С. 43-46.

21. Євтифієв А.С., Бочкарев С.В., Євтифієва І.І., Донець Ю.Г., Недбайло І.А., Натарова В.В. (2023). Кореляційний аналіз психофізіологічних показників борців вільного стилю як фактор успішності змагальної діяльності.: Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), Випуск 7 (167) 23, 84-88.

22. Євтифієв А.С., Бочкарев С.В., Поляков І.О., Євтифієва І.І., Хірний С.В., Недбайло І.А. (2023). Методика підготовки борців вільного стилю з урахуванням індивідуальних особливостей психіки. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), Випуск 3 (161) 23, С. 79-83.

23. Євтух, М. І. Методика оздоровлення студентів ВНЗ під час професійної підготовки: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту:

24.00.02 Прикарпатський національний університет ім. Василя Стефаника. ІваноФранківськ, 2016. 20 с.

24. Євтушенко Є.Г., Білобров В.М., Делямба М.М., Мазур В.Й., Мердов С.П., Сирмамійх В.В. Моніторинг арсеналу рідкісних прийомів боротьби самбо. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2023. Вип. 2 (160). С. 105-110.

25. Забора А.В., Замрозович-Шадріна С.Р., Колесніков В.В., Хацаюк О.В., Павлов Р.В. Особливості техніко-тактичного арсеналу спортсменів високої валіфікації, які спеціалізуються в боротьбі самбо. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково -педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2023. Вип. 4 (149). С. 53-59.

26. Іваній, І. В. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання та спорту: навчально-методичний посібник; МОНУ, Сумський ДПУ ім. А. С. Макаренка. Суми: Університетська книга, 2017. 128 с

27. Кіндзер Б., Партико Н., Хуртенко О., Березяк К., Пришва О., Нестеров О. Програма психічної саморегуляції одноборців. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт). Київ, 2021. Вип. 6 (137). С. 66-71.

28. Кириленко Т. С. Психологія спорту. Регуляція психічних станів : навч. посіб. Київ : Ін-т післядиплом. освіти Київ, ун-ту імені Т. Шевченка, 2002. 112 с.

29. Кириленко Т.С. Психологія переживання травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів. К.: Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2014. 135 с.

30. Козіна Ж. Л. Індивідуальний підхід у підготовці спортсменів у єдиноборствах. Health, sport, rehabilitation. 2018. № 2 (4). С. 28-38.

31. Коробейніков Г. В. Варіабельність серцевого ритму у юних борців з різним функціональним станом нервової системи. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2007. № 6. С. 157-160.

32. Коробейніков Г. В. Особливості техніки виконання основних кидків у положенні партер у борців греко-римського стилю високої кваліфікації в умовах змагальної діяльності. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2010. № 1. С. 26-28.

33. Корольчук А., Гимбель В., Настрога В. Удосконалення фізичної підготовленості борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування. 2018. №2 (6). С. 26-30.

34. Косинський Е. Самооцінка стану здоров'я студентів і їх мотивація до занять фізичним вихованням. Молода спортивна наука України: збірник наукових праць із галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Львів, 2011. Вип. 15. Т. 2. С. 106-109.

35. Ложкін Г. Професійний розвиток особистості майбутнього спортивного психолога. Вища освіта України. 2006. № 4. С. 75-79.

36. Масол В.В. Зміст виховання рішучості учнів старших класів у процесі спортивно-ігрової діяльності. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 2021. 3 К (131)21. С. 262-266

37. Мистецтво бути здоровим: методичний посібник. Київ : Фізкультура і спорт, 2006. 210 с.

38. Моляко В. О. Психологічна проблема творчого потенціалу [Текст]. Актуальні проблеми психології: проблеми психології творчості та обдарованості. 2007. С. 6-13.

39. Несен О, Мицкан Т. Статеві особливості прояву агресивності у спортсменів різних видів спорту. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2021. С. 22-29

40. Никитюк М. В. Підготовка борців грекоримського стилю з урахуванням біоенергетичних типів: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Вінниця, 2015. 22с.

41. Нікітченко А. М., Коптев К. Г. Теоретичні і методичні аспекти формування рухових вмінь і навичок у боротьбі на поясах Алиш. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. Вип. 69. С. 53-56.

42. Нікітченко А. М., Коптев К. Г. Методика базової технічної підготовки в спортивній боротьбі на поясах Алиш. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. Вип. 01(68). С. 52-55.

43. Пакулін С.Л., Ананченко К.В., Перебийніс В.Б. Проблеми, що стоять перед тренером дзюдоїстів-ветеранів при вдосконаленні та індивідуалізації їх спеціальної фізичної підготовленості. Проблеми та перспективи розвитку спортивних ігор й одноборств у вищих навчальних закладах: матеріали XII Міжнародної наукової конференції, м. Харків, 7-8 лютого 2016р. Харків: ХГАФК, С. 7-10.

44. Подшивайлов Ф. Мотиваційна сфера особистості : діагностично-розвивальний путівник : методичні рекомендації. Інститут обдарованої дитини, 2015. 55 с.

45. Радохонська А. Аналіз змін в процесах фізичного розвитку дітей та молоді в 15-літньому циклі: Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. біол. наук: спец. 03.00.13; 14.03.09 «Фізіологія», «Патологічна фізіологія». К., 2002. 36 с.

46. Радченко Ю. А. Структура змагальної діяльності висококваліфікованих борців греко римського стилю. 12-та наук. конф. [«Молода спортивна наука України»] : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту ; анотації, зміст та допоміжні індекси. Львів : НФФ «Українські технології», 2008. Т. 1, вип. 12. С. 280-284.

47. Радченко Ю. А. Взаємозв'язок між психофізіологічними функціями і часом виконання технічних дій у висококваліфікованих борців. Педагогіка,

психологія та медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту. 2009. № 1. С. 114-118.

48. Радченко Ю. А. Контроль технічної підготовленості висококваліфікованих борців з урахуванням психофізіологічних особливостей. 13-та наук. конф. [«Молода спортивна наука України»] : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту; анотації, зміст та допоміжні індекси. Львів : НФФ «Українські технології», 2009. Т. 1, вип. 13. С. 248-254.

49. Руденко В.В. Педагогічні умови формування спортивної майстерності юних борців вільного стилю. II Молодіжний податковий конгрес [Електронне видання]: збірник матеріалів (м. Ірпінь, 26 листопада 2021 р.). Ірпінь: Університет ДФС України, 2021. С.1608-1614.

50. Семенів Б.С., Приставський Т.Г., Сопіла Ю.М., Стахів М.М., Якимишин І.Д. Підвищення рівня технічної підготовки жінок у боротьбі на поясах «Алиш» на етапі початкової підготовки. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. Вип. 5(136). С.107-112.

51. Семенів Б.С., Шутка Г.І., Приставський Т.Г., Бабич А.М., Якимишин І.Д. Підвищення рівня спеціальної працездатності в українській боротьбі на поясах на етапі підготовки до основних змагань. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Вип. 4(149). С.101-107.

52. Тронь Р., Ільїн В. Особливості швидкісно-силової підготовки спортсменів, які спеціалізуються у бойовому самбо. Науково-теоретичний журнал НУФВСУ «Теорія і методика фізичного виховання і спорту», 2013. Вип. №1. С.20-23.

53. Товстоног, О. Ф. (2010). Індивідуалізація підготовки спортсменів як основа досягнення високого спортивного результату. Молода спортивна наука України. Т.1. 322-327.

54. Чернявська Т. (2024). Емоційне благополуччя та успішність у командних видах спорту. Спортивні ігри, (1(31)). С. 75-85.

55. Шандригось В.І. Індивідуалізація технічної підготовки юних борців вільного стилю. Спортивна наука України. 2015. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 3 (161)2023. № 5. (69). С. 44-48.

56. Шандригось В.І., Первачук Р.В. Особливості і перспективи розвитку жіночої боротьби в контексті олімпійського руху. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей X Міжнародної наукової конференції, 24-25 травня 2017 року. Київ: НУФВСУ, 2017. С. 55-56.

57. Яременко В.В., Андрійцев В.О. Іноваційні підходи до формування техніки борців вільного стилю . Молодь та олімпійський рух: зб. тез. доп. VIII Міжнар. наук. конф., 10-11 вересня 2015 р. [Електронний ресурс]. Київ: НУФВСУ, 2015. С. 406-407.