

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ  
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ  
ІНСТИТУТ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ НАПН УКРАЇНИ  
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА  
ДЕРЖАВНИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ВСЕУКРАЇНСЬКЕ ТОВАРИСТВО «РІДНА ШКОЛА»  
AUTONOMOUS UNIVERSITY OF ZACATECAS (MEXICO)  
EUROPEAN INSTITUTE OF FURTHER EDUCATION (EIDV) (SLOVAKIA)  
ISRAEL TRAUMA COALITION (ISRAEL)  
Sky Tel OÜ (Estonia)

DOI <https://doi.org/10.59647/978-617-520-999-8/1>

## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

### *VII Міжнародної конференції*

**Актуальні проблеми освітнього  
процесу в контексті європейського вибору України**

*14 листопада 2024 року*

Київ  
Видавництво Ліра-К  
2025

*Рекомендовано до друку Вченою радою  
Київського національного університету будівництва і архітектури  
(протокол № 27 від 29 листопада 2024 р.)*

**Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України:** матеріали VII Міжнародної конференції (14 листопада 2024 року). – Київ : Видавництво Ліра-К, 2025. – 728 с.

ISBN 978-617-520-999-8

У матеріалах VII Міжнародної конференції «Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України» висвітлюються актуальні питання професійної (професійно-технічної) освіти: вітчизняний та зарубіжний досвід; психолого-педагогічне забезпечення освітнього процесу; сучасні виклики; сучасні проблеми викладання інженерно-технічних та гуманітарних дисциплін.

Матеріали конференції розраховані на науково-педагогічних, наукових працівників у галузі педагогіки, психології, соціології, викладачів, аспірантів, студентів, а також на соціальних педагогів, соціологів, практичних психологів і соціальних працівників.

*За зміст поданих матеріалів несуть відповідальність  
їх автори.*

УДК 37.09

Психологічні аспекти, такі як рівень впевненості, здатність контролювати емоції та стрес, також впливають на тактичну підготовленість гравців. Психологічна підготовка допомагає їм під тиском приймати виважені рішення.

Фізична підготовка має значний вплив на здатність футболістів виконувати тактичні завдання, оскільки вона підвищує витривалість та швидкість реакції, знижуючи ризик помилок через втому [4].

Тактична гнучкість, тобто здатність змінювати тактичні схеми під час матчу, є важливим фактором успіху команд. Гравці повинні вміти швидко пристосовуватися до нових умов гри [3].

### **Список використаних джерел**

1. Кожанов В. О. Тактична підготовка футболістів. Київ: Спорт, 2018. 240 с.
2. Базилевич О. О. Основи тактичної підготовки у футболі. Київ: Футбольна академія, 2019. 290 с.
3. Васильченко В. Л. Підвищення тактичної майстерності футболістів: методичний посібник. Запоріжжя: Університетський друк, 2018. 192 с.
4. Шамич О.М. Фізична культура і спорт як основа здоров'я і благополуччя особистості: навчальний посібник /О.М. Шамич, Л.З. Сердюк, Г.В. Іваннікова/ –К. : Талком, 2023. – 131 с.  
<https://repository.knuba.edu.ua/items/0556ed25-7d1e-40cd-bfd3-0b908aefa24d>
5. <https://studfile.net/preview/5282929/>

УДК 796.01

**Шамич Олександр Миколайович,**

*доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри фізичного виховання і спорту  
Київського національного університету  
будівництва та архітектури;*

**Лутак Артем Васильович,**

*здобувач вищої освіти навчальної групи ФВСм-24,  
Київського національного університету  
будівництва та архітектури*

## **ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВА ТЕРАПІЯ В СИСТЕМІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ СПОРТСМЕНІВ**

Танцювально-рухова терапія (ТРТ) є ефективним методом психологічного супроводу спортсменів, що інтегрує рух і танець як засоби емоційного та фізичного самовираження. Цей вид терапії базується на принципі, що рухи тіла пов'язані з психоемоційним станом людини і можуть

сприяти саморегуляції, розкриттю внутрішніх ресурсів, а також усвідомленню власних емоцій і відчуттів. Цей метод особливо дієвий під час реабілітації пацієнтів з різними захворюваннями. Йому присвячували увагу такі науковці, як В. Райх, К. Юнг, Р. Лабан, О. Лоуен та інші, досліджуючи можливості танцювально-рухової терапії для розкриття почуттів та вираження емоцій через рух [1].

У системі психологічної підтримки спортсменів ТРТ має кілька важливих аспектів. По-перше, танцювально-рухова терапія допомагає спортсменам у боротьбі зі стресом і тривогою, які часто супроводжують їх під час змагань і тренувань. Через рух вони можуть краще контролювати емоційний стан, навчитися розслаблятися та усвідомлювати сигнали власного тіла. Цей підхід сприяє розвитку тілесної свідомості та покращує здатність до емоційної саморегуляції, що є важливим для підтримки психологічної рівноваги в умовах високих спортивних навантажень. По-друге, ТРТ може позитивно впливати на взаємодію в команді, оскільки спільні заняття сприяють розвитку довіри та емоційної згуртованості. Через групові рухові вправи спортсмени можуть покращити комунікацію, навчитися відчувати своїх партнерів, що є критично важливим у командних видах спорту. Це дозволяє зменшити внутрішньо-командні конфлікти та підвищити колективну ефективність [2].

Крім того, танцювально-рухова терапія сприяє розвитку креативності у спортсменів, дозволяючи їм експериментувати з рухами, що відображають їхні індивідуальні переживання та думки. Це допомагає спортсменам вийти за рамки звичних рухових патернів, розвиваючи гнучкість і адаптивність, що може мати позитивний вплив на їхню спортивну діяльність [2].

Отже, ТРТ є цінним інструментом у психологічному супроводі спортсменів, сприяючи гармонійному розвитку як їхньої особистості, так і професійних якостей [3].

### **Список використаних джерел**

1. Брижа О. С. Потенціал спортивних танців у формуванні здорового способу життя дітей та молоді / О. С. Брижа, В. А. Друзь, Г. М. Пуятіна // Зб. наук. пр. Харк. держ. акад. фіз. культури. – Харків : ХДАФК, 2018. – № 5.С. 16–17.
2. Тракалюк Т. Особливості вдосконалення фізичної підготовки кваліфікованих спортсменів у спортивних танцях на етапі спеціалізованої базової підготовки / Т. Тракалюк, О. Єременко // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2016. – № 4. – С. 16–20.
3. Шамич О.М Фізична культура і спорт як основа здоров'я і благополуччя особистості: навчальний посібник /О.М. Шамич, Л.З. Сердюк, Г.В. Іваннікова/ –К. : Талком, 2023. – 131 с. <https://repository.knuba.edu.ua/items/0556ed25-7d1e-40cd-bfd3-0b908aefa24d>

<i>Чорноморденко Іван Васильович</i> ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ: ПОМІЧНИК ЧИ КОНКУРЕНТ?.....	479
<i>Шаленко Вадим Олегович, Корнійчук Борис Валерійович, Івченко Марина Володимирівна</i> ВАЖЛИВІСТЬ ВИКЛАДАННЯ ОСНОВ ЗВАРЮВАЛЬНОГО ВИРОБНИЦТВА ДЛЯ ІНЖЕНЕРІВ-БУДІВЕЛЬНИКІВ В КНУБА.....	482
<i>Шаленко Вадим Олегович, Маслюк Андрій Анатолійович, Бакуємський Максим Володимирович</i> ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ 3D-ПРИНТЕРА У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ПРИ ЗВАРЮВАННІ.....	484
<i>Шаленко Вадим Олегович, Маслюк Андрій Анатолійович, Литовченко Денис Станіславович</i> ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНОЛОГІЇ 3D-ДРУКУ МЕТАЛОМ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ДЛЯ ІНЖЕНЕРІВ-МЕХАНІКІВ .....	487
<i>Шамич Олександр Миколайович, Абрамов Роман Олександрович</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ТРЕНЕРІВ З ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ – ФУТБОЛ.....	490
<i>Шамич Олександр Миколайович, Авдиш Олег Зайович</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ ОБДАРОВАНOSTІ ШАХІСТІВ.....	492
<i>Шамич Олександр Миколайович, Ананьєв Володимир Сергійович</i> ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ «Я -КОНЦЕПЦІЇ» У ЮНАЦЬКОМУ СПОРТІ.....	494
<i>Шамич Олександр Миколайович, Білоус Сергій Дмитрович</i> ЧИННИКИ ВИНИКНЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ У СПОРТСМЕНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ТА ЗАСОБИ ЇХ ПОДОЛАННЯ.....	497
<i>Шамич Олександр Миколайович, Божадар Дмитро Віталійович</i> ТАКТИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ І ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ФУТБОЛІСТІВ.....	499
<i>Шамич Олександр Миколайович, Лутак Артем Васильович</i> ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВА ТЕРАПІЯ В СИСТЕМІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ СПОРТСМЕНІВ.....	501

Наукове видання

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ  
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ  
В КОНТЕКСТІ  
ЄВРОПЕЙСЬКОГО ВИБОРУ УКРАЇНИ

Збірник матеріалів

VII Міжнародної конференції

(Київ, 14 листопада 2024 року)

Керівник видавничого проєкту *Віталій Зарицький*

Підписано до друку 03.01.2025. Формат 60x84 1/16.  
Папір офсетний. Друк офсетний. Гарнітура Times New Roman.  
Умовн. друк. аркушів – 42,31. Обл.-вид. аркушів – 35,24.  
Тираж 300

Виготовлювач: ТОВ «Видавництво Ліра-К»  
Свідоцтво № 3981, серія ДК.  
03142, м. Київ, вул. В. Стуса, 22/1  
тел.: (050) 462-95-48; (067) 820-84-77  
Сайт: [lira-k.com.ua](http://lira-k.com.ua), редакція: [zv\\_lira@ukr.net](mailto:zv_lira@ukr.net)