

УДК 796.01:159.9

Іваннікова Ганна Василівна,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри фізичного виховання і спорту

Київського національного університету будівництва та архітектури;

Рибальченко Владислав Валерійович,

здобувач вищої освіти навчальної групи ФВСМ-24

Київського національного університету будівництва та архітектури

МЕНТАЛЬНІ ТА КОГНІТИВНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ ФУТЗАЛЬНОЇ АНАЛІТИКИ У ФОРМУВАННІ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ КОМАНДИ

У сучасному спорті футбол став однією з найбільш динамічних і аналітично насичених ігрових дисциплін. Інтенсивність ігрової діяльності, швидкість прийняття рішень і необхідність миттєвих когнітивних реакцій обумовлюють важливість впровадження футзальної аналітики не лише як засобу збору статистичних даних, а й як інструмента розвитку ментальних і когнітивних механізмів спортсменів [6]. Аналітична підготовка у футболі інтегрує дані про тактичні схеми, швидкість рухів, кількість техніко-тактичних дій, параметри GPS-навантаження, психоемоційний стан і рівень концентрації уваги спортсменів [5; 7]. Її основна мета — створення зворотного зв'язку між когнітивними процесами гравців і результативністю командної діяльності.

Когнітивні процеси у футболі включають сприйняття, увагу, пам'ять, мислення і прийняття рішень у швидкоплинних умовах гри. Розвиток цих якостей напряму пов'язаний із формуванням оперативного мислення, здатності швидко аналізувати ситуацію й прогнозувати дії суперника. За даними Войтенка, Костюкевича та Стасюка [2], сучасна методика тренування в футболі передбачає системне використання відеоаналізу, комп'ютерного моніторингу та моделей прийняття рішень, що сприяє підвищенню когнітивної готовності спортсменів.

Когнітивна аналітика дозволяє виявити закономірності у поведінці команди, а також прогнозувати ефективність окремих тактичних елементів, що допомагає тренеру корегувати навчально-тренувальний процес у режимі реального часу. Такі технології особливо ефективні при моделюванні ігрових сценаріїв під тиском часу, коли спортсмен має обмежений простір для мислення, але повинен діяти з високою точністю [3].

Футзальна аналітика має не лише технічний, а й ментальний потенціал, оскільки сприяє формуванню усвідомленої саморегуляції спортсменів, підвищенню рівня рефлексії, концентрації та стресостійкості.

За Колосовим [4], когнітивний ресурс спортсмена визначається здатністю контролювати емоційні стани, керувати увагою та підтримувати психічну стабільність у складних ігрових ситуаціях. У контексті аналітичної підготовки ці процеси активізуються через зорову та вербальну візуалізацію ігрових моделей, аналіз власних помилок і порівняння з показниками команди.

Використання технологій відеоаналізу у поєднанні з психологічним коучингом підсилює мотиваційно-вольову складову, підвищує самоефективність спортсменів, формує установку на вдосконалення, а не на уникнення помилок [6]. Таким чином, аналітика стає не лише технічним засобом, а й інструментом розвитку ментальної стійкості.

Аналітичні інструменти дозволяють не лише оцінювати індивідуальні дії, а й аналізувати психологічну структуру команди, зокрема рівень взаєморозуміння, комунікації, згуртованості та розподілу ролей. Бринзак [1] зазначає, що ефективність команди значною мірою залежить від психологічної сумісності гравців, що проявляється у когнітивній синхронізації під час гри. Футзальна аналітика допомагає тренеру визначати не лише техніко-тактичні, а й ментальні ролі спортсменів: лідерів, аналітиків, ініціаторів, стабілізаторів емоційного фону.

Успішна команда демонструє когнітивну гнучкість — здатність адаптувати колективні схеми мислення до змінних ігрових ситуацій. Візуалізація статистичних моделей дій гравців у реальному часі створює передумови для розвитку командного інтелекту — системи, у якій індивідуальні рішення узгоджуються з колективною метою [2; 5].

Використання футзальної аналітики дозволяє оцінити психофізіологічний стан спортсменів у зв'язку з обсягом і інтенсивністю навантажень. Згідно з Вознюком і Волошиним [3], моніторинг координаційних та увагових параметрів під час тренувань дає змогу запобігати перевантаженням і вигоранню, а також індивідуалізувати тренувальний процес.

Аналітичні показники, пов'язані з когнітивними реакціями (швидкість розпізнавання ситуації, точність передачі, прийняття рішень), поєднуються із психофізіологічними параметрами (частота серцевих скорочень, латентний час реакції), що створює модель функціонального стану спортсмена. Така модель дозволяє прогнозувати зміни в оперативній готовності гравців і своєчасно корегувати програму тренувань [4; 6].

Розвиток футзальної аналітики тісно пов'язаний із впровадженням інформаційних технологій у спортивну науку. Як зазначає Богуславська та

співаєт. [5], сучасні системи аналітичної обробки даних інтегрують візуальні платформи, штучний інтелект і машинне навчання, що відкриває можливості для аналізу не лише технічних, а й психологічних аспектів гри. Зокрема, застосування біосенсорів, GPS-трекерів і відеомоніторингу дозволяє отримати об'єктивну інформацію про реакції спортсменів у стресових умовах і визначити профіль когнітивної поведінки кожного гравця.

Футзальна аналітика стає інструментом когнітивного тренінгу, оскільки активізує візуально-просторову пам'ять, мислення, увагу й навички прогнозування. Її систематичне використання сприяє перенесенню аналітичних стратегій у реальні ігрові дії, що підвищує результативність команди на 10–15 % за рахунок скорочення часу на прийняття рішень і зменшення кількості помилок [5; 6].

Таким чином, ментальні та когнітивні аспекти футзальної аналітики визначають новий рівень розуміння тренувального процесу. Інформаційно-аналітичні технології стають не лише засобом контролю, а психологічним інструментом розвитку мислення, уваги, стресостійкості та командної взаємодії. Інтеграція когнітивної аналітики у тренувальний процес сприяє формуванню інтелектуальної культури спортсмена, підвищує його саморефлексію та здатність до адаптивного управління поведінкою. Футзальна аналітика стає не лише засобом технічного контролю, а механізмом формування ментальної готовності й когнітивної стійкості спортсменів у системі сучасного спортивного тренування.

Список використаних джерел

1. Богуславська В., Пітин Ю., Бріскін М. Напрями застосування новітніх інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2017, № 2, с. 16–20. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2017_2_4.
2. Бринзак С. С. Прогнозування психологічної сумісності спортсменів у команді (на прикладі ігрових видів спорту): автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту. Київ: Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України, 2009. 20 с.
3. Войтенко С. М., Костюкевич В. М., Стасюк І. І. *Теорія і методика викладання футзалу: навчальний посібник*. Вінниця: ТВОРИ, 2022. 312 с.
4. Вознюк Т., Волошин В. Ефективність застосування програми удосконалення спеціальних координаційних здібностей у підготовці юних футболістів. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*, 2024, № 1, с. 63–75.
5. Колосов А. Б. *Когнітивний ресурс підвищення стресостійкості кваліфікованих спортсменів*: дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2007. 186 с.
6. Костюкевич В. М., Войтенко С. М., Вознюк Т. В. *Моделювання і прогнозування в спорті: навчальний посібник*. Вінниця: ТВОРИ, 2024. 228 с.
7. Шамич О. М., Костенко М. П. Організація та регулювання як функції управління у професійній діяльності тренера-викладача фізичного виховання та спортивного педагога // Міжнародний науковий журнал "Інтернаука". – 2023. – №2. <https://doi.org/10.25313/2520-2057-2023-2-8588>