

УДК 796.093.354:796.325

DOI <https://doi.org/10.33989/2524-2474.2024.1.308748>

ІГОР ГРИНЧЕНКО

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7469-5819>

(Харків)

Place of work: H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Country: Ukraine

e-mail: igorgrincenko1963@gmail.com

ІРИНА СОБКО

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-4920-9775>

(Харків)

Place of work: H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Country: Ukraine

e-mail: sobko.iryana18@gmail.com

ВАЛЕРІЯ ГАЛАШКО

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9907-643X>

(Харків)

Place of work: National University of Pharmacy

Country: Ukraine

e-mail: valeriasikora1@gmail.com

РОЗВИТОК ПЕРЕШКОДОСТІЙКОСТІ У ВОЛЕЙБОЛІ: НАУКОВО-ПРАКТИЧНИЙ АСПЕКТ

Анотація. Стаття присвячена вивченню впливу перешкод на змагальну діяльність гравців волейбольної команди. Розвідка ґрунтується на результатах наукових досліджень з вивчення перешкодостійкості в ігрових видах спорту, а також на практичному досвіді роботи авторів з волейболістами різного рівня підготовки.

Реалізація наукового дослідження здійснювалася шляхом аналізу та узагальнення даних літератури й досвіду передової вітчизняної та закордонної практики з вивчення впливів різноманітних перешкод на тренувальну та змагальну діяльність спортсменів в ігрових видах спорту й волейболу зокрема.

Визначено як і в наслідок чого перешкодостійкість гравців впливає на результати змагальної діяльності волейбольної команди. Встановлено і систематизовано про фактори, що впливають на перешкодостійкість волейболістів, з якими типами перешкод найчастіше стикаються гравці волейбольних команд під час участі в змаганнях.

Врахування основних чинників перешкодостійкості у волейболі є актуальним та перспективним. Результати нашого дослідження допоможуть волейболістам, тренерам та спортивним психологам краще зрозуміти джерела невдач і розробити рекомендації для тренерів щодо розвитку перешкодостійкості.

Ключові слова: перешкодостійкість, фактори впливу, волейбол, команда, результати змагальної діяльності.

Постановка проблеми в загальному вигляді. Стійкість до перешкод або перешкодостійкість (Синявський, & Сергєєнкова, 2007) – це одна з найменш досліджених та тренуваних властивостей організму, яка значною мірою залежить від спадкоємних факторів Її важливість для прогнозування успішності спортсменів у змагальній діяльності та спортивного відбору робить вивчення механізмів та факторів, що впливають на стійкість до перешкод, актуальним завданням.

Фізіологічною основою цього феномена є формування в корі великих півкуль робочої домінанти. Ця функціональна система, об'єднана єдиним ритмом активності, охоплює найважливіші для роботи нервові центри. Її стійкість до сторонніх подразнень визначає рівень перешкодостійкості індивіда (Малхазов, 2002).

У людей з високою стійкістю до перешкод робоча домінанта стійка до зовнішніх подразників, втоми та інших впливів. Натомість у нестійких до перешкод осіб вона легко руйнується, що негативно впливає на їхню працездатність.

Важливо відзначити, що перешкодостійкість формується досить рано (вже з 13 років) і досягає дорослого рівня у ранньому юнацькому віці. Це дає можливість оцінювати цю властивість на початкових

етапах багаторічної підготовки юних спортсменів і прогнозувати її вплив на спортивну працездатність у дорослому віці (Малхазов, 2002).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Загальновідомо, що змагальна діяльність суттєво відрізняється від тренувальних занять. Протиборство двох команд розуміється як зіткнення двох потоків впливів, що продукуються кожною з протиборчих сторін і які направлені один на одного. Це супроводжується появою нервово-психічного напруження, невластивого тренувальним режимам діяльності, що, безумовно, впливає на регуляторні функції самоуправління та визначається відповідною поведінкою (Олійник, & Войтенко, 2020).

Успіх у змаганнях залежить від подолання або не подолання впливів перешкод і стійкістю до них, й від того який з цих факторів візьме верхи (Сергієнко, 2018; Федик, 2013).

У вітчизняній літературі різні аспекти досліджуваної проблеми, стосовно ігрових видів спорту і волейболу зокрема, найбільш повно розкрито в роботах В. Войтенка (2015), О. Гриня (2015), Ж. Козіної (2019), Г. Коробейнікова (2015), Р. Малинаускаса та А. Брусокаса (2010), І. Олійник (2020), О. Шинкарука, О. Лисенко та С. Федорчука (2017) та ін.

З погляду цих авторів, спортивно-змагальну діяльність можна трактувати як єдність двох протилежних начал – впливів перешкод і перешкодостійкості до цих впливів. Згідно з цією теорією, спортивне змагання розглядається як зіткнення двох або більше (залежно від того, скільки суперників одночасно знаходяться в полі зору один одного) систем впливів. Перевага в кожній ситуації змагальної боротьби досягається внаслідок впливу перешкод, до якого протилежна сторона не може знайти адекватну відповідну стійкість.

Мета статті – дослідити і визначити які фактори впливають на перешкодостійкість гравців волейбольної команди.

Виклад основного матеріалу. Успіх у змаганнях залежить від подолання або неподолання перешкод впливом стійкості до неї, від того, який із цих чинників у кожного з конкурентів отримає перевагу. Діалектична єдність і боротьба цих систем-антиподів і виявляють психологічну сутність спорту. Ці явища нероздільні, кожне з них можна зрозуміти тільки через інше. Мабуть, є підстави вважати, що вони втілюють собою єдиний процес, дві взаємозалежні сторони одного феномена.

Слід зазначити, що чинники, які заважають і перешкоджають набувають особливого значення саме у волейболі, оскільки це – гра за рахунок особистих помилок (Silva, Marcelino, Lacerda, & Joao, 2016). Дуже часто успішне вирішення технічних і тактичних завдань досягається за посередництвом впливу на увагу гравців команди супротивника.

На тренуваннях і змаганнях будь-якого рівня – від ДЮСШ до збірних команд – практично неминуче зіткнення з різного роду перешкодами.

В. Приходько (2018) зазначає, що ефект від впливу перешкод викликається не тільки зовнішньою ситуацією, а і її психічною організацією в індивідуальному сприйнятті спортсмена.

Різноманіття перешкод, які спостерігаються в процесі змагань з обраного виду спорту, можна класифікувати, обравши за основу різні критерії (Олійник, & Войтенко, 2020).

Перш за все впливи від перешкод розрізняються за силою впливу на психіку спортсменів. Увага гравця фіксується на новому об'єкті, що значно ускладнює раціональну регуляцію зосередження. Наприклад, незнайома тактична комбінація супротивника або нападник – лівша, якому незручно поставити стабільний блок.

Перешкода диференціюється і щодо тривалості її впливу на увагу гравця. Під час складного багатогодового розіграшу награної комбінації гравці, які здійснюють захист, більш тривалий час відчують вплив перешкод ніж сторона, що виконує атакувальні дії.

За характером засобів здійснення впливу перешкод, спочатку відзначимо ефект від недосконалої техніки виконання саме прийомів гри. Недостатня технічна підготовка спортсмена ускладнює його ігрову увагу та концентрацію на події. У підсумку найчастіше такий вплив, який заважає гравцю виконати складну техніко-тактичну задачу, виявляється для нього надмірним.

Другий тип впливу перешкод здійснюється за посередництвом тактичних дій спортсменів. Одне із завдань підготовки тактичного плану на гру полягає в перешкодженні досягненню переможного результату команди суперника, для чого ставляться завдання дезорієнтувати його увагу, щоб здійснити свої нападницькі дії.

Третій тип впливу перешкод, визначений у цій класифікації, ґрунтується на психологічних методах і засобах впливу на супротивника. Ці методи спрямовані на:

1. *Зниження концентрації уваги.* Перешкоди можуть відвертати та розфокусовувати увагу супротивників, роблячи їх менш пильними та сприйнятливими до деталей.
2. *Введення в оману.* Хибні сигнали та дії можуть заплутати супротивників щодо запланованих тактичних задумів, змушуючи їх реагувати неадекватно.
3. *Дезорганізацію.* Перешкоди можуть порушити злагодженість командних дій, знизити рівень ігрової координації та комунікації між гравцями.
4. *Демотивацію.* Негативні емоції, що виникають у результаті дії перешкод, можуть знизити бойовий дух супротивників, їхню готовність до активних дій та прагнення до перемоги.

5. *Ускладнення звичного стилю гри.* Перешкоди можуть створювати умови, які роблять неможливим або ускладнюють використання звичних, напрацьованих тактичних дій та комбінацій. Прикладами таких методів можуть бути: хибний (обманний) замах до м'яча, що змушує супротивника реагувати на вигадану атаку, втрачаючи час та позицію; обманні ігрові пересування гравців по майданчику під час атакуювальних дій, вони сплутують уявлення про розташування та наміри гравців, ускладнюючи прогнозування їхніх атакуювальних дій; неочікувані комбінації, завдяки яким збивають з пантелику захист супротивника.

Наступний тип впливу перешкод заснований на принципі несподіванки та новизни. Багато з відомих досвідченим волейболістам перешкод втрачають свою ефективність, стаючи передбачуваними та легко подоланими. Щоб нівелювати вплив перешкод, тренери та гравці ретельно вивчають тактику та техніку майбутніх супротивників, зосереджуючись на їхніх "коронних" прийомах. Ця інформація використовується для виявлення та аналізу найчастіше використовуваних супротивником перешкод, завдяки чому створюються алгоритми відповідних (запобіжних) дій, що дозволяють ефективно протистояти очікуваним перешкодам, а також для тренування лабільності та здатності швидко реагувати на несподівані ситуації.

Джерелом впливу перешкод нерідко виявляються й самі гравці зі своєї ж команди. Взаємостосунки ми можемо віднести до внутрішніх (ендогенних) перешкод (Донцов, 2022).

Волейбольна команда – це колектив з шести людей, які відрізняються один від одного характером, темпераментом та менталітетом. Особисті взаємини між гравцями можуть стати джерелом перешкод на шляху до створення згуртованого колективу, здатного демонструвати високі результати. Грубе слово, докір або холодок у погляді партнера після невдало зіграного м'яча можуть відвертати та негативно впливати на концентрацію гравців. Внутрішньокмандна конкуренція, суперництво за місце в основному складі або за лідерство в команді може створювати напругу і псувати атмосферу в колективі.

До внутрішніх (ендогенних) факторів впливу ми можемо віднести перешкоди які генерує сам гравець (Олійник, & Войтенко, 2020).

Надмірні фізичні навантаження або перетренованість можуть призвести до втоми, апатії та зниження мотивації.

Психологічна втома, стрес, емоційне виснаження та втрата впевненості в собі негативно впливають на психічну стійкість та ігрові якості спортсмена.

Наслідки травм та відчуття болю, дискомфорту, обмеження рухів також ускладнюють виконання ігрових дій і знижують працездатність гравця.

До чинників, які можуть стати набутими (потенційними) перешкодами відносяться (екзогенні фактори) зовнішні умови проведення спортивних змагань. Беручи участь у чемпіонаті України з волейболу, команда в середньому грає у восьми-десяти турах. Кожен із них проходить у різних містах і, відповідно, у відмінних один від одного спортивних залах. Існують певні гігієнічні вимоги до спортивних споруд та конкретні вимоги до обладнання волейбольного майданчика. Але не завжди вони виконуються. Тому виникають перешкоди, що впливають на результат дії гравців і команди в цілому.

До (умовно) зовнішніх перешкод цілком можна віднести особливості волейбольного майданчика та облаштування спортивної зали. Неякісне покриття, недостатнє освітлення, або невідповідна температура, неправильна розмітка, фарбування та розмір залу, його висота, вентиляція, розташування трибун для глядачів відносно майданчика можуть створювати перешкоди для волейболістів.

До зовнішніх (емоційних) перешкод, які діють на гравців безумовно відноситься поведінка вболівальників. Глядачі – це, мабуть, найголовніша перешкода, що впливає на результат гри волейбольної команди і гравців зокрема.

Навіть добре підготовлену команду може "зламати" натиск уболівальників. "Заведені" спортивним видовищем, вони реагують на кожен вдало відіграний м'яч, на кожне очко. А гравці, які відчувають підтримку трибун, отримують позитивний заряд емоцій, що сприяє високим результатам гри, тому що підтримка глядачів збуджує та мотивує гравців. Відповідно, для команди-суперниці вболівальники діють як бентежний, набридливий фактор, що суттєво позначається на увазі гравців. Неспортивна поведінка, гул, свист та образи з боку глядачів можуть відвертати гравців, вибивати їх з ігрового ритму і знижувати їхню концентрацію.

Поведінка тренера також може суттєво впливати на емоційний стан та результативність дій волейболістів. Негативні прояви з боку тренера можуть створювати перешкоди для успішного виступу команди. Занепокоєння та нервові збудження тренера під час волейбольної зустрічі передаються гравцям, знижуючи їхню концентрацію та впевненість у собі. Необдумані слова, дратівливий тон, «шпильки» та ідкі зауваження деморалізують гравців, підриваючи їх бойовий дух. Негативний вплив тренера порушує психологічну стійкість гравців, що призводить до помилок у грі: невдалі удари під час нападу (аут, або сітку), невдале блокування, втрата подачі, дотик до сітки тощо.

Деструктивний вплив на результат змагальної діяльності волейболістів може мати такий фактор, як помилка тренера під час подання секретареві гри протоколу розташування гравців перед початком партії. Вона може призвести до подальшої плутанини та дезорганізувати дії команди в цілому.

Неправильний вибір тренером заміни гравця теж може ослабити команду та зменшити її шанси на перемогу.

Отже, тренерські помилки та негативна поведінка можуть призвести до втрати довіри до нього з боку гравців. А практика сьогодення показує, що відсутність довіри робить неможливою ефективну співпрацю та негативно впливає на мотивацію гравців.

Окремо слід відзначити перешкоди, пов'язані з усілякими поведінковими проявами команди супротивника.

Психологічна боротьба між двома волейбольними командами починається задовго до початку матчу. Різноманітні поведінкові прояви суперника можуть впливати на емоційний стан та ефективність гравців. Факторами, що перешкоджають, в даних обставинах можуть бути:

1. *Демонстрація фінансової переваги в матеріальному забезпеченні команди:* одяг, взуття, спортивні сумки суперників, які вказують на їхню фінансову забезпеченість, можуть демотивувати гравців команди з меншим бюджетом. Відчуття недостатньої підтримки з боку спонсорів може знизити моральний дух та впевненість у собі.

2. *Фізичні дані гравців:* наприклад, високий зріст гравців команди суперника, що дає їм перевагу на сітці, особливо на фоні низькорослих спортсменів, може справити психологічний тиск. Відчуття фізичної неповноцінності може призвести до помилок та негативних емоцій під час самої гри.

3. *Поведінка гравців команди супротивника:* зайва самовпевненість, емоційність та провокаційні репліки з боку гравців команди суперника можуть вивести з рівноваги гравців іншої команди.

4. *Порушення правил під час розминки:* наприклад порушення черговості при виконанні нападаючих ударів, затримка м'ячів на своїй половині поля, «випадкове» потрапляння м'ячем у гравця та інші неспортивні дії можуть роздратувати гравців та збити їх з ритму.

Отже, важливо бути готовим до різних несподіванок, треба зберігати спокій та концентрацію під час розминки, не піддаватися на провокації та зосередитися на виконанні своєї роботи.

Ще однією групою зовнішніх факторів, які можуть мати потенційний ефект перешкоди, є судді, які обслуговують волейбольні зустрічі. Суддівські рішення можуть стати чинником, який відбивається на результаті зустрічі через професійну некомпетентність або спеціально створені ситуації.

Наприклад, судді можуть придумати технічну помилку, щоб зупинити команду що лідирує. Будь-яке таке втручання призводить до збою у грі, а суперник отримує можливість взяти ініціативу. Це може спричинити роздратування та протести з боку волейболістів та тренерів.

Деякі судді можуть бути упередженими до однієї з команд і це може виражатися в навмисних, суперечливих рішеннях, необґрунтованих покараннях та інших діях. Тож, дії суддів можуть стати суттєвою перешкодою на шляху до успішного результату волейбольного матчу.

Практично кожен спортсмен стикається з впливом перешкод, подолання якого потребує значного напруження. Деякі перешкоди мають настільки сильний вплив, що сама згадка про них може залишити негативний слід у пам'яті спортсмена і негативно вплинути на його психічний стан.

Одним з факторів, що призводять до такого стійкого переживання, часто є спортивна невдача, яка відбулася під впливом цієї перешкоди, і спортсмен переймається тим, що така ж сама невдача очікує його і в майбутньому. Асоціація, що сформувалася, негативно впливає на мобілізацію уваги та знижує перешкодостійкість спортсмена.

Волейболісту важливо пам'ятати, що невдачі – це обов'язкова частина змагальної боротьби, тому необхідно вчитися на своїх помилках і не повторювати їх в майбутньому, важливо мати позитивну установку і вірити в себе.

Висновки. Перешкодостійкість – це важливий фактор успіху в ігрових видах спорту. Вона дозволяє гравцям успішно діяти в умовах різноманітних перешкод, таких як емоційні проблеми, поведінка суперників, не ідеальні умови змагань тощо. В цьому дослідженні були проаналізовані різні аспекти перешкодостійкості, такі як: внутрішні та зовнішні перешкоди, вплив перешкод на результат змагань, деякі стратегії подолання перешкод. Було виявлено, що перешкодостійкість може бути розвинена за допомогою регулярних тренувань та відповідної психологічної підготовки. Результати цього дослідження можуть бути використані для розробки програм підготовки спортсменів-ігровиків, які допоможуть їм підвищити свою перешкодостійкість та досягти кращих результатів у змаганнях.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Войтенко С. Методика підвищення групової ефективності спортивних команд : навч.-метод. посіб. Вінниця : ВНАУ, 2015. 122 с. URL: <https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/fazis/article/viewFile/381/366>
- Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2015. 276 с. URL: <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/2044>
- Донцов П. С. Ефективність впливу психологічної командної стійкості у взаємовідносинах гравців під час змагальної діяльності на результативність гри : магістерська робота / Чорноморськ. нац. ун-т імені Петра Могили. Миколаїв, 2022. 82 с. URL: <https://krs.chmnu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2420/1/Донцов.pdf>

- Козіна Ж. Л., Храпов С. Б., Євстратов С., Коломієць Н. А., Грищенко С. В., Миненок А. О., Носко Ю. Н. Індивідуальна факторна структура підготовленості кваліфікованих волейболісток. *Здоров'я, спорт, реабілітація = Health, sport, rehabilitation*. 2019. № 1. С. 56–65. URL: <https://hsr-journal.com/index.php/journal/article/view/365/100>
- Коробейніков Г. В., Міщук Д. М. Формування структури психофізіологічних особливостей волейболістів різних амплуа. *Молода спортивна наука України*. 2015. Вип. 1. С. 103–108.
- Малинаускас Р. К., Брусокас А. Р. Особенности психической надежности баскетболистов различной квалификации. *Физическое воспитание студентов*. 2010. № 1. С. 80–82. URL: <https://sportedu.org.ua/html/journal/2010-N1/10mardpl.pdf>
- Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.
- Олійник І. Особливості ролі структури кваліфікованих волейболісток в командах та її вплив на формування психологічного клімату в команді. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2020. № 1. С. 84–90. URL: <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2019-1-084>
- Олійник Н. А., Войтенко С. М. Психологічні особливості спортивної діяльності: монографія. Вінниця: ВНАУ, 2020. 240 с. URL: <http://repository.vsau.org/getfile.php/25451.pdf>
- Приходько В. Індивідуальний психолого-педагогічний супровід спортсмена у системі багаторічної підготовки. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2018. № 1. С. 76–80. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2018_1_14
- Психологічний словник / авт.-уклад. В. В. Синявський, О. П. Сергєєнкова ; ред. Н. А. Побірченко. Київ : Науковий світ, 2007. 274 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O_Serhieienkova_IL.pdf
- Сергієнко Л. П. Практикум з психології спорту : навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Харків : «ОВС», 2018. 256 с.
- Федик О. В. Психологія спорту : матеріали для самопідготовки до семінарських занять для студентів спеціальності «Психологія». Івано-Франківськ : Інін, 2013. 226 с. URL: <http://194.44.152.155/elib/local/pv/937.pdf>
- Шинкарук О., Лисенко О., Федорчук С. Стрес та його вплив на змагальну та тренувальну діяльність спортсменів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2017. Вип. 3 (22). С. 469–476. URL: <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/1127>
- Silva M., Marcelino R., Lacerda D., João P. Match Analysis in Volleyball: a systematic review. *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*. 2016. № 5. P 35–46. URL: https://www.mjssm.me/clanci/MJSSM_March_2016_Silva.pdf

REFERENCES

- Dontsov, P. S. (2022). *Efektivnist vplyvu psykhologichnoi komandnoi stiihosti u vzaiemovidnosynakh hravtsiv pid chas zmahalnoi diialnosti na rezultatyvny hry* [The effectiveness of the impact of psychological team stability in player relations during competitive activities on the performance of the game]. Mykolaiv. Retrieved from <https://krs.chmnu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2420/1/Dontsov.pdf> [in Ukrainian].
- Fedyk, O. V. (2013). *Psykhologhiia sportu* [Psychology of sports]. Ivano-Frankivsk: Inin. Retrieved from <http://194.44.152.155/elib/local/pv/937.pdf> [in Ukrainian].
- Hryn, O. R. (2015). *Psykhologichne zabezpechennia ta suprovod pidhotovky kvalifikovanykh sportsmeniv* [Psychological support and support of training of qualified athletes]. Kyiv: Olimpiiska literatura. Retrieved from <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/2044> [in Ukrainian].
- Korobeinikov, H. V., & Mishchuk, D. M. (2015). Formuvannia struktury psykhofiziologichnykh osoblyvostei voleibolistiv riznykh amplua [Formation of the structure of psychophysiological features of volleyball players of different roles]. *Moloda sportyva nauka Ukrainy* [Young sports science of Ukraine], 1, 103-108 [in Ukrainian].
- Kozina, Zh. L., Khrapov, S. B., Yevstratov, S., Kolomiets, N. A., Hryshchenko, S. V., Mynenok, A. O., & Nosko, Yu. N. (2019). Indyvidualna faktorna struktura pidhotovlenosti kvalifikovanykh voleibolistok [Individual factor structure of preparation of qualified volleyball players]. *Zdorov'ia, sport, reabilitatsiia* [Health, sport, rehabilitation], 1, 56-65. Retrieved from <https://hsr-journal.com/index.php/journal/article/view/365/100> [in Ukrainian].
- Malinauskas, R. K., & Brusokas, A. R. (2010). Osobennosti psikhicheskoi nadezhnosti basketbolistov razlichnoi kvalifikatsii [Features of mental reliability of basketball players of different qualifications]. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical education of students], 1, 80-82. Retrieved from <https://sportedu.org.ua/html/journal/2010-N1/10mardpl.pdf> [in Russian].
- Malkhazov, O. R. (2002). *Psykhologhiia ta psykhofiziologhiia upravlinnia rukhovoii diialnistiu* [Psychology and psychophysiology of motor activity management]. Kyiv: Yevroliniia [in Ukrainian].
- Oliinyk, I. (2020). Osoblyvosti rolovoi struktury kvalifikovanykh voleibolistok v komandakh ta yii vplyv na formuvannia psykhologichnoho klimatu v komandi [Features of the role structure of qualified volleyball players in teams and its impact on the formation of a psychological climate in the team]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprov'ia* [Sports Bulletin of the Dnieper], 1, 84-90. Retrieved from <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2019-1-084> [in Ukrainian].
- Oliinyk, N. A., & Voitenko, S. M. (2020). *Psykhologichni osoblyvosti sportyvnoi diialnosti* [Psychological features of sports activity]. Vinnytsia: VNAU. Retrieved from <http://repository.vsau.org/getfile.php/25451.pdf> [in Ukrainian].
- Prykhodko, V. (2018). Indyvidualnyi psykhologo-pedahohichnyi suprovod sportsmena u systemi bahatorichnoi pidhotovky [Individual psychological and pedagogical support of the athlete in the system of long-term training]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprov'ia* [Sports Bulletin of the Dnieper], 1, 76-80. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2018_1_14 [in Ukrainian].
- Serhiienko, L. P. (2018). *Praktykum z psykhologii sportu* [Workshop in the psychology of sports]. Kharkiv: "OVS" [in Ukrainian].
- Shynkaruk, O., Lysenko, O., & Fedorchuk, S. (2017). Stres ta yoho vplyv na zmahalnu ta trenuvalnu diialnist sportsmeniv [Stress and its impact on the competitive and training activities of athletes]. *Fizychna kultura, sport ta zdorov'ia*

- natsii [Physical culture, sport and health of the nation], 3 (22), 469-476. Retrieved from <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/1127> [in Ukrainian].
- Silva, M., Marcelino, R., Lacerda, D., & João P. (2016). Match Analysis in Volleyball: a systematic review. *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 5, 35-46. Retrieved from https://www.mjssm.me/clanci/MJSSM_March_2016_Silva.pdf [in Ukrainian].
- Syniavskyi, V. V., Serhieienkova, O. P. (Comps.), & Pobirchenko, N. A. (Ed.). (2007). *Psykhologichnyi slovnyk* [Psychological Dictionary]. Kyiv: Naukovyi svit. Retrieved from https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O_Serhieienkova_IL.pdf [in Ukrainian].
- Voitenko, S. (2015). *Metodyka pidvyshchennia hrupovoi efektyvnosti sportyvnykh komand* [Methodology for improving the group efficiency of sports teams]. Vinnytsia: VNAU, 122 s. Retrieved from <https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/fazis/article/viewFile/381/366> [in Ukrainian].

IHOR HRYNCHENKO

IRYNA SOBKO

VALERIIA HALASHKO

DEVELOPMENT OF OBSTACLE RESISTANCE IN VOLLEYBALL: A SCIENTIFIC AND PRACTICAL ASPECT

Abstract. The article is devoted to the study of the influence of obstacles on the competitive activity of volleyball players. The study is based on the results of scientific research on the study of resistance to obstacles in game sports, as well as on the practical experience of the authors in working with volleyball players of different levels of training.

The scientific research was carried out by analysing and summarising the literature and the experience of advanced domestic and foreign practice in studying the effects of various obstacles on the training and competitive activity of athletes in game sports and, in particular, volleyball.

It is determined how and as a result of which the obstacle resistance of the players affects the results of the competitive activity of the volleyball team. The factors that influence the obstacle resistance of volleyball players are identified and systematised, as well as the types of obstacles that volleyball players are most frequently confronted with during their participation in competitions.

The consideration of the main factors of obstacle resistance in volleyball is relevant and promising. The results of our study will help volleyball players, coaches and sport psychologists to better understand the sources of failure and to develop recommendations for coaches in the development of obstacle resistance.

Keywords: *resistance to obstacles, influencing factors, volleyball, team, results of competition activities.*