

УДК 159.923

Коваль Вадим

кандидат педагогічних наук, доцент,

доцент кафедри фізичної культури і спорту.

Приватний вищий навчальний заклад

«Міжнародний економіко-гуманітарний університет

імені академіка Степана Дем'янчука»

<https://orcid.org/0009-0000-4659-8819>DOI https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi23.412

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ У ДИТЯЧОМУ СПОРТІ

Анотація. Психологічний супровід у дитячому спорті є важливим інструментом для забезпечення емоційного та психічного благополуччя дітей, які займаються спортом. Він включає в себе індивідуальний підхід до кожної дитини, розвиток внутрішньої мотивації, допомогу в подоланні стресових ситуацій, а також підтримку у соціальній адаптації та взаємодії в спортивному колективі. Психологічна підтримка сприяє формуванню здорової самооцінки, емоційної стійкості та допомагає дітям справлятися з труднощами, що виникають у процесі тренувань та змагань. Важливим аспектом є робота з батьками та тренерами для забезпечення гармонійного розвитку дитини. Психологічний супровід дозволяє оптимізувати процес спортивної підготовки та мінімізувати негативний вплив стресу, що важливо для досягнення успіхів і підтримки загального благополуччя молодих спортсменів. основні аспекти психологічного супроводу дітей у спорті: підтримка мотивації; подолання стресу та тривожності; розвиток соціальних навичок; розвиток емоційної стійкості; психологічна підготовка до невдач та поразок; індивідуальний підхід та психологічна підтримка; психологічна реабілітація після травм; розвиток концентрації та уваги; робота з батьками та тренерами; підготовка до дорослого спорту.

Процес психологічного супроводу дітей у спорті можна поділити на кілька етапів, кожен з яких має свої особливості та завдання. Розкрито наступні етапи: підготовчий етап (оцінка психологічного стану, підготовка до тренувань, формування початкової мотивації), етап адаптації (соціальна адаптація, емоційна підтримка, індивідуальна підтримка), етап розвитку мотивації та психологічної стійкості (робота з мотивацією, розвиток психологічної стійкості, підтримка позитивного образу себе), етап оптимізації результатів (аналіз досягнень, корекція психологічних бар'єрів, психологічна підтримка під час змагань), етап реабілітації після травм та стресових ситуацій (реабілітація після травм, психологічне відновлення після стресових ситуацій), етап професіоналізації (робота з високими вимогами, підготовка до змагань міжнародного рівня, підтримка довготривалих спортивних кар'єр).

Ключові слова: психолог, психологічний супровід, фізична культура, спорт, діти, тренер.

Постановка проблеми. Потреба психологічного супроводу дітей у спорті обумовлена необхідністю створення здорових умов для фізичного і психоемоційного розвитку молодих спортсменів. Психологічна підтримка допомагає дітям подолати труднощі, пов'язані зі стресом, травмами, соціальною адаптацією та досягненням високих результатів, що є ключовими факторами для їхнього успішного розвитку як у спорті, так і в повсякденному житті. Актуальність проблеми психологічного супроводу дітей у спорті зростає на фоні збільшення уваги до фізичного та емоційного здоров'я дітей у спортивній

діяльності. В останні роки спорт став важливою частиною життя багатьох дітей, і тому психологічна підтримка в цій сфері набуває особливого значення.

Аналіз останніх досліджень з проблеми. Проблема психологічного супроводу дітей у спорті відображена у дослідженнях Шаповалова, Бажанюк та Камишин (2014). Теоретичні засади проблеми розглядаються у працях Волкова (1997), Корольова (2006). Підготовка спортсменів через феномен обдарованості розглядається у дослідженнях Кремінського (2004). Дослідження Занюк (1999) описують психологію мотивації та емоцій, зокрема у спорті. Кокун (2006) наголошує на необхідності фізичної культури в житті кожної дитини як складової її здорового способу життя. Вчені Приступа та Пилат (1991) розкривають різні аспекти національної фізичної культури в Україні. Наголошує на подоланні негативізмів у спорті Третяк (2005), зокрема перенаправлення цього досвіду на збільшення творчого потенціалу особистості.

Метою статті є висвітлення результатів теоретичного аналізу наукових джерел з проблеми психологічного супроводу у дитячому спорті; визначення етапів, які через які реалізовується цей процес.

Виклад основного матеріалу дослідження. Психологічний супровід дітей – це процес, спрямований на забезпечення психологічної підтримки та розвитку дітей, що охоплює різні аспекти їхнього емоційного, когнітивного та соціального становлення. Психологічний супровід може бути спрямований на покращення загального психоемоційного стану дітей, розвиток їхніх навичок адаптації до соціальних умов і навчання, а також на подолання психологічних проблем та труднощів, які виникають у різних сферах їхнього життя. Вчені Шаповалов, Бажанюк та Камишин (2014) розглядають питання крізь призму роботи з спортивно обдарованими дітьми. Спорт, безумовно, має позитивний вплив на фізичний розвиток дитини, але він також може бути джерелом стресу, занепокоєння та психологічних труднощів. Діти, які займаються спортом, можуть переживати нервову напругу, зокрема через високі вимоги, очікування результатів, переживання з приводу змагань або порівнянь із іншими. У таких ситуаціях психологічний супровід допомагає їм подолати емоційні труднощі, розвивати психологічну стійкість, а також навчитися управляти стресом.

Психологічний супровід дітей є важливим для їхнього гармонійного розвитку та благополуччя. Це комплексний підхід, який враховує потреби та особливості дитини, її емоційний і соціальний розвиток. Супровід психолога допомагає дітям подолати труднощі, розвинути позитивні соціальні і психологічні навички, а також створити здорову основу для їхнього дорослого життя. Особливість психологічного супроводу у дитячому спорті полягає в тому, що є важливим аспектом для розвитку дітей, адже спорт для малечі може мати значний вплив на формування особистості, соціальних навичок і емоційного здоров'я. Психологічний супровід включає комплекс заходів, які допомагають дитині адаптуватися до спортивної діяльності, подолати психологічні труднощі та досягти кращих результатів. До основних аспектів психологічного супроводу дітей у спорті належить: підтримка мотивації; подолання стресу та тривожності; розвиток соціальних навичок; розвиток емоційної стійкості; психологічна підготовка до невдач та поразок; індивідуальний підхід та психологічна підтримка; психологічна реабілітація після травм; розвиток концентрації та уваги; робота з батьками та тренерами; підготовка до дорослого спорту.

У дослідженнях Рибковського, Терещенко (2004) розкривається питання психологічного навантаження та високих вимог до дітей, які займаються спортом. Науковий інтерес вчених становить мотивація в управлінні спортивним тренуванням. Спортивний процес, особливо в умовах високих досягнень, часто супроводжується великим психологічним навантаженням. Вихованці спортивних шкіл або секцій зіштовхуються з постійним оцінюванням результатів, а також з великим тиском з боку тренерів чи батьків. Така ситуація може призвести до розвитку стресу, тривожності або навіть депресії. Тому

психологічний супровід необхідний для мінімізації цих ризиків, а також для розвитку здорової мотивації та самооцінки.

Важливими аспектами є формування внутрішньої мотивації (психологічний супровід допомагає дітям розвивати інтерес до занять спортом, підтримує внутрішню мотивацію через позитивне підкріплення досягнень та результатів, а не лише через зовнішні нагороди) та встановлення реалістичних цілей (важливо допомогти дитині ставити досяжні цілі, що відповідають її віковим можливостям. Це знижує рівень стресу та забезпечує відчуття досягнення). У свою чергу Осика (2006) наголошує на формуванні мотивації та цілеспрямованості. Вважає, що для досягнення високих результатів у спорті важливою є мотивація. Психолог допомагає дитині розвивати внутрішню мотивацію, щоб вона не лише змагалася заради нагород чи схвалення з боку дорослих, а й знаходила задоволення в самому процесі тренувань і самовдосконалення. Психологічний супровід сприяє встановленню реалістичних цілей, а також підтримує дітей в моменти поразок, допомагаючи їм зберігати позитивний настрій і прагнення до досягнення нових вершин.

У публікація Третьак (2005) знаходимо питання подолання травм та реабілітації після них. Травми, як фізичні, так і психологічні, є частими супутниками спортивної діяльності. Для багатьох дітей травма може стати великим стресом, а в разі її повторення – причиною втрати впевненості у своїх силах. Психологічний супровід у процесі реабілітації після травм допомагає дитині повернутися до спорту, знову відчути себе впевненою та мотивованою для подолання труднощів [9]. Деякі діти можуть мати схильність до тривожності, низької самооцінки або переживати депресивні стани, які можуть погіршити їхні спортивні досягнення. Психологічний супровід в таких випадках допомагає з'ясувати причини цих проблем, впоратися з емоційними труднощами і покращити загальний психоемоційний стан дитини. Вчені наголошують на необхідності зменшення спортивного стресу. Як показують дослідження Третьак (2005), спорт для дітей може викликати стрес, особливо якщо вони відчувають надмірний тиск через очікування батьків чи тренера. Психолог працює над зниженням рівня тривожності та допомагає дітям розвивати стійкість до стресових ситуацій. Особливу увагу слід приділяти періоду підготовки до змагань. Психологічний супровід перед важливими змаганнями включає вправи на релаксацію, дихальні техніки та візуалізацію для заспокоєння та фокусування.

Одним із важливих аспектів психологічного супроводу дітей в спорті є психологічна підготовка до невдач та поразок. Спорт включає як перемоги, так і поразки. Важливо навчити дитину правильно ставитись до поразок, використовувати їх як можливість для навчання та росту. Необхідно проводити роботу з почуттям розчарування. Психолог допомагає дитині долати розчарування після невдач, допомагаючи їй зберегти позитивне ставлення до тренувань та спортивної діяльності в цілому.

Корольов (2006) розглядає питання соціальної адаптації та розвитку соціальних навичок. На думку вченого спортивні заняття сприяють розвитку соціальних навичок, таких як співпраця, взаємодія в команді, а також навички управління конфліктами. Психологічний супровід допомагає дітям краще адаптуватися до командної роботи, справлятися з емоційними труднощами в міжособистісних стосунках, наприклад, з іншими спортсменами чи тренером. На думку дослідників Шаповалова, Бажанюк, Камишина (2014) важливим фактором є співпраця в команді. Для дітей, які займаються командними видами спорту, психологічна підтримка важлива для розвитку соціальних навичок, таких як співпраця, взаємодія, розвиток комунікації з іншими спортсменами. Вчені наголошують і на необхідності систематичної роботи з конфліктами. У дитячому спорті можуть виникати конфлікти між дітьми або з тренером. Психолог допомагає дітям навчитись правильно вирішувати конфліктні ситуації, проявляти терпимість і взаємоповагу. Вчені Приступа та Пилат (1991) наголошують на вчасній підготовці дітей до дорослого спортивного життя. На їхню думку для дітей, які серйозно займаються спортом, дуже важливою є психологічна підготовка до дорослого спортивного життя. Це включає підтримку в моменти змін, як-от

Випуск 23, 2024. Збірник наукових праць РДГУ

перехід від аматорського спорту до професіонального рівня, або ж адаптацію до нових, більш вимогливих тренувальних програм. Психологічний супровід забезпечує плавний перехід і допомагає зберегти здорову мотивацію та позитивне ставлення до спорту. У дослідження Волова (1997) зустрічаємо тезу про те, що слід значну вагу приділяти розвитку концентрації та уваги. Це покращення фокуса – психологічний супровід включає вправи на розвиток концентрації уваги, що допомагає дітям зосереджуватись на завданнях та тренуваннях, покращує їхні показники в змаганнях. А також слід доповнювати роботу техніками візуалізації. Візуалізація є ефективним інструментом для підвищення спортивних результатів. Діти можуть уявляти себе успішно виконуючими завдання чи досягати мети, що підвищує їхню впевненість у своїх силах [1].

Також важливу роль відіграє психологічна підтримка батьків і тренерів. Так, психологічний супровід важливий не лише для самих дітей, а й для їх батьків та тренерів. Вони відіграють ключову роль у розвитку дитини в спорті, і їхнє розуміння психологічних аспектів спорту допомагає створити підтримуюче і здорове середовище для дитини. Психологічні консультації для батьків і тренерів можуть допомогти уникнути перенавантаження дитини, а також сформувати здорову атмосферу в команді чи спортивній групі. Загалом вчені наголошують на важливості забезпечення здорового балансу між спортом і іншими аспектами життя. Діти, які активно займаються спортом, можуть зіштовхуватися з труднощами в балансуванні між спортивною діяльністю, навчанням, особистим життям і відпочинком. Психологічний супровід допомагає дітям організувати свій час таким чином, щоб не виникало перевантажень і дитина могла отримувати позитивні емоції як від спорту, так і від інших сфер життя. Дослідження вчених в різних суміжних галузях дозволяють стверджувати що досить важливим питанням є розвиток емоційної стійкості у дітей. Першочергово – це контроль емоцій (за Занюк (1999)). Діти, що займаються спортом, можуть мати труднощі з контролем своїх емоцій (агресія, розчарування, занадто висока самокритика). Психолог допомагає дітям навчитися справлятися з негативними емоціями і підтримує розвиток самоконтролю. Важливу роль відіграє також позитивна самооцінка. Важливо працювати над підвищенням самооцінки дітей через позитивні тренування і підтримку від тренера та батьків є важливим аспектом психологічного супроводу.

У кожної дитини є свої особливості – когнітивні, емоційні, фізичні. Індивідуальний підхід до кожної дитини дозволяє правильно побудувати психологічну підтримку, враховуючи її здібності, темперамент, рівень стресостійкості. Свою роль відіграє і підтримка тренера. Важливо, щоб тренер мав базові психологічні знання та вмів створювати позитивну атмосферу для дітей, мотивувати їх і підтримувати у важких ситуаціях.

Процес психологічного супроводу дітей у спорті можна поділити на кілька етапів, кожен з яких має свої особливості та завдання.

1. Підготовчий етап. На цьому етапі важливо оцінити психологічний стан дитини, її мотивацію до занять спортом, а також сформувати позитивний психологічний клімат. До завдань підготовчого етапу належать:

- оцінка психологічного стану: психолог проводить первинну діагностику емоційного стану, рівня тривожності, самооцінки та готовності до спортивних навантажень;
- підготовка до тренувань: створення позитивного та підтримуючого середовища для дитини, що дозволяє їй комфортно входити в спортивний процес;
- формування початкової мотивації: дитина має чітко зрозуміти, чому вона займається спортом, і отримати стимул для досягнення результатів. Важливо встановити здорову мотивацію (внутрішня мотивація) до занять.

2. Етап адаптації. Під час цього етапу дитина адаптується до нових вимог спортивного життя. Це може включати фізичні навантаження, взаємодію з тренером та іншими спортсменами, а також нові соціальні ролі в спортивній команді.

- Соціальна адаптація: допомога в розвитку взаємодії з іншими спортсменами, тренером, батьками.
- Емоційна підтримка: допомога дитині впоратися з емоційними труднощами, наприклад, через страхи перед виступами або соціальними взаємодіями в команді.
- Індивідуальна підтримка: у цьому періоді важливо враховувати індивідуальні потреби та можливості дитини, щоб адаптація була м'якою і без стресу.

3. Етап розвитку мотивації та психологічної стійкості. Під час цього етапу важливо формувати у дитини здатність справлятися з труднощами, зберігати мотивацію та зосередженість, а також підтримувати позитивний емоційний настрій.

- Робота з мотивацією: створення умов для розвитку внутрішньої мотивації дитини, а також допомога в досягненні конкретних цілей.
- Розвиток психологічної стійкості: тренування дитини до сприйняття поразок і труднощів як частини процесу вдосконалення. Важливо навчити дитину бути стійкою до невдач і не втрачати інтересу до спорту після кожної помилки чи поразки.
- Підтримка позитивного образу себе: розвиток впевненості в своїх силах та формування здорової самооцінки.

4. Етап оптимізації результатів. Цей етап настає, коли дитина вже починає досягати певних спортивних результатів. Психологічний супровід спрямований на допомогу у вдосконаленні спортивних досягнень, а також збереженні здорової психологічної мотивації. Аналіз досягнень: психолог допомагає дитині проаналізувати свої досягнення, визначити сильні та слабкі сторони для подальшого розвитку. Корекція психологічних бар'єрів: якщо дитина стикається з труднощами у досягненні поставлених цілей (наприклад, страхи перед змаганнями, стрес через високі очікування), психолог працює над подоланням цих бар'єрів. Психологічна підтримка під час змагань: психолог готує дитину до стресових ситуацій, пов'язаних зі змаганнями, допомагає розвивати техніки саморегуляції (наприклад, дихальні вправи для зниження тривожності).

5. Етап реабілітації після травм та стресових ситуацій. Травми та стресові ситуації, пов'язані з поразками або конфліктами, можуть серйозно впливати на психологічний стан дитини. На цьому етапі психологічний супровід є важливим для відновлення психоемоційного стану. Реабілітація після травм: психологічна підтримка в період відновлення після фізичних травм, допомога у поверненні до спорту. Психологічне відновлення після стресових ситуацій: робота з дитячими переживаннями щодо поразок, неуспіху на змаганнях або через конфлікти в команді.

6. Етап професіоналізації (для талановитих спортсменів). Якщо дитина переходить до професійного рівня спорту, психологічний супровід стає необхідним для підтримки стабільної психоемоційної рівноваги на високому рівні напруги та стресу.

- Робота з високими вимогами: психолог допомагає дитині справлятися з підвищеними вимогами до результатів, навчити її ефективно управляти стресом і зберігати психологічну стійкість у складних ситуаціях.
- Підготовка до змагань міжнародного рівня: специфічні психологічні техніки для підтримки концентрації, мотивації та боротьби з тривожністю під час міжнародних змагань.
- Підтримка довготривалих спортивних кар'єр: психологічний супровід на цьому етапі передбачає допомогу в збереженні гармонії між спортивним життям і особистим, уникання професійного вигорання.

Таким чином, потреба психологічного супроводу дітей у спорті обумовлена необхідністю створення здорових умов для фізичного і психоемоційного розвитку молодих спортсменів. Психологічна підтримка допомагає дітям подолати труднощі, пов'язані зі стресом, травмами, соціальною адаптацією та досягненням високих результатів, що є ключовими факторами для їхнього успішного розвитку як у спорті, так і в повсякденному житті.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Психологічний супровід у дитячому спорті є важливою складовою успішного розвитку дитини як спортсмена та особистості. Це включає як підтримку мотивації, так і роботу з емоційним станом, подоланням стресу та адаптацією до спортивного середовища. Важливо, щоб психологічний супровід був індивідуальним і комплексним, враховуючи як потреби дитини, так і її батьків та тренерів. Подальші наукові розвідки спрямуємо на дослідження проблеми психологічного супроводу у дитячому професійному спорті.

СПИСОК ПОСИЛАНЬ

- Волков, Л. В. (1997). *Теорія спортивного відбору: здібності, обдарованість, талант*. Київ: Вежа. 1997.
- Занюк, С. С. (1999). *Психологія мотивації та емоцій*: навч. посібн. для студ. гуманітарних фак-тів ВНЗ. Луцьк: РВВ Волинського держ. ун-ту ім. Лесі Українки.
- Кокун, О. М. (2006). *Фізична культура та спорт як невід'ємна складова здорового способу життя підлітків та юнаків*. Практична психологія та соціальна робота.
- Корольов, Д. К. (2006). *Підходи до визначення взаємозв'язку когнітивних та особистісних чинників обдарованості*. Актуальні проблеми соціології, психології та педагогіки: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. Київ: «Либідь».
- Кремінський, Б. Г. (2004). *Обдарованість та проблема розвитку здібностей особистості*. Практична психологія та соціальна робота.
- Осика, К. С. (2006). *Психологічні особливості мотивації досягнення у спортсменів-каратистів*. Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ.
- Приступа, Є. Н., Пилат, В. С. (1991). *Традиції української національної фізичної культури*. Львів: Троян.
- Рибковський А., Терещенко, В. (2004). *Функція мотивації в управлінні спортивним тренуванням*. Теорія і практика фізичного виховання.
- Третяк, Т. М. (2005). *Вплив негативних чинників на реалізацію і розвиток творчого потенціалу особистості*. Практична психологія та соціальна робота.
- Шаповалов, Б. Б., Бажанюк, В. С., Камишин, В. В. (2014). *Психологічні особливості роботи з спортивно обдарованими дітьми*: монографія. Київ: Інститут обдарованої дитини.

REFERENCES

- Volkov, L. V. (1997). *Teoriia sportyvnoho vidboru: zdibnosti, obdarovanist, talant* [Theory of sports selection: talent, giftedness, talent]. Kyiv: Vezha. 1997.
- Zaniuk, S. S. (1999). *Psykhologhiia motyvatsii ta emotsii: navch. posibn. dlia stud. humanitarnykh fak-tyv HEI* [Psychology of motivation and emotions: especially possible for studying humanitarian factors of the higher educational institution]. Lutsk: RVV Volynskoho derzh. un-tu im. Lesi Ukrainky.
- Kokun, O. M. (2006). *Fizychna kultura ta sport yak nevidiemna skladova zdorovoho sposobu zhyttia pidlitkiv ta yunakiv* [Physical culture and sport as an invisible component of a healthy way of life for children and young people]. Praktychna psykhologhiia ta sotsialna robota.
- Korolov, D. K. (2006). *Pidkhody do vyznachennia vzaïmozv'iazku kohnityvnykh ta osobystisnykh chynnykiv obdarovanosti* [Approaches to determining the relationship between cognitive and personal factors of giftedness]. Aktualni problemy sotsiologhii, psykhologhii ta pedahohiky: materialy Vseukr. nauk.-prakt. konf. Kyiv: «Lybid».
- Kreminskyi, B. H. (2004). *Obdarovanist ta problema rozvytku zdibnostei osobystosti* [Giftedness and the problem of the development of personality traits]. Praktychna psykhologhiia ta sotsialna robota.
- Osyka, K. S. (2006). *Psykhologhichni osoblyvosti motyvatsii dosiahnennia u sportsmeniv-karatystiv* [Psychological features of the motivation of achievement in sportsmen-karatystiv]. Випуск 23, 2024. Збірник наукових праць РДГУ

- Problemy zahalnoi ta pedahohichnoi psykholohii: zb. nauk. pr. In-tu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN Ukrainy. Kyiv.
- Prystupa, Ye. N., Pylat, V. S. (1991). *Tradysii ukrainskoi natsionalnoi fizychnoi kultury [Traditions of Ukrainian national physical culture]*. Lviv: Troian.
- Rybkovskyi A., Tereshchenko, V. (2004). *Funktsiia motyvatsii v upravlinni sportyvnyim trenuvanniam [The function of motivation in the management of sports training]*. Teoriia i praktyka fizychnoho vykhovannia.
- Tretiak, T. M. (2005). *Vplyv nehatyvnykh chynnykiv na realizatsiiu i rozvytok tvorchoho potentsialu osobystosti [The influence of negative factors on the realization and development of creative potential of the individual]*. Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota.
- Shapovalov, B. B., Bazhaniuk, V. S., Kamyshyn, V. V. (2014). *Psykholohichni osoblyvosti roboty z sportyvno obdarovanyimi ditmy: monohrafiia [Psychological characteristics of work with sports-gifted children]*. Kyiv: Instytut obdarovanoi dytyny.

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT IN CHILDREN'S SPORTS

Vadym Koval

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Physical Culture and Sports.
Private Higher Educational Institution
"International University of Economics and Humanities named after
Academician Stepan Demyanchuk"
<https://orcid.org/0009-0000-4659-8819>

DOI https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi23.412

Abstract. *Psychological support in children's sports is an important tool for ensuring the emotional and mental well-being of children involved in sports. It includes an individual approach to each child, the development of internal motivation, assistance in overcoming stressful situations, as well as support in social adaptation and interaction in a sports team. Psychological support contributes to the formation of healthy self-esteem, emotional stability and helps children cope with difficulties that arise during training and competitions. An important aspect is working with parents and coaches to ensure the harmonious development of the child. Psychological support allows you to optimize the process of sports training and minimize the negative impact of stress, which is important for achieving success and supporting the overall well-being of young athletes. main aspects of psychological support for children in sports: support for motivation; overcoming stress and anxiety; development of social skills; development of emotional stability; psychological preparation for failures and defeats; individual approach and psychological support; psychological rehabilitation after injuries; development of concentration and attention; work with parents and coaches; preparation for adult sports.*

The process of psychological support for children in sports can be divided into several stages, each of which has its own characteristics and tasks. The following stages are revealed: preparatory stage (assessment of psychological state, preparation for training, formation of initial motivation), adaptation stage (social adaptation, emotional support, individual support), stage of development of motivation and psychological resilience (working with motivation, development of psychological resilience, support of a positive self-image), stage of optimization of results (analysis of achievements, correction of psychological barriers, psychological support during competitions), stage of rehabilitation after injuries and stressful situations (rehabilitation after injuries, psychological recovery after stressful situations), stage of professionalization (work with high demands, preparation for international level competitions, support of long-term sports careers).

Key words: *children's sports, psychological support, physical education, coach.*

Стаття надійшла до редакції 12.11.2024 р