



Фізична культура і спорт

УДК 376.1:159.922.7:371.3

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.17503403>

**Вплив адаптивних ігор на формування м'яких навичок та
психоемоційного стану дітей молодшого шкільного віку з особливими
освітніми потребами**

Мулик Катерина Віталіївна

доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації,
Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків, Україна,
<https://orcid.org/0000-0002-6819-971X>

Сидорова Тетяна В'ячеславівна

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
завідувач кафедри лижних видів спорту, велоспорту та туризму,
Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків, Україна,
<https://orcid.org/0000-0002-6779-877X>

Абдула Наталя Іванівна

викладач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації,
Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків, Україна,
<https://orcid.org/0009-0006-3315-3777>

Половінко Ксенія Сергіївна

магістр кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації,
Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків, Україна,
<https://orcid.org/0009-0004-8484-7299>



Скалій Тетяна Валеріївна

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
професор Інституту спорту і фізичної культури, Університет економіки в
Бидгощі, м.Бидгощ, Польща
<https://orcid.org/0000-0002-6779-877X>

Прийнято: 15.10.2025 | Опубліковано: 31.10.2025

Анотація: Статтю присвячено вивченню впливу адаптивних ігор на формування м'яких навичок і стабілізацію психоемоційного стану дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами. **Мета дослідження** полягає дослідженні ефективності використання адаптивних ігор як засобу формування м'яких навичок і стабілізації психоемоційного стану дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами. У дослідженні застосовано комплекс теоретичних і емпіричних **методів:** аналіз науково-педагогічної літератури, спостереження, анкетування педагогів і батьків, психодіагностичні методики (шкала тривожності Спілбергера–Ханіна, методика самооцінки Дембо–Рубінштейна, методика самооцінки психічного стану «САН»). **Результати.** Протягом трьох місяців 63 дитини молодшого шкільного віку з ООП брали участь у заняттях, де використовувалися рухливі, сюжетно-рольові та адаптивні ігри. Встановлено статистично достовірне ($p < 0,05–0,001$) покращення емоційної стабільності, самооцінки та настрою дітей обох груп. Виявлено, що у дітей експериментальної групи рівень тривожності знизився на 21%, підвищення самооцінки склало 9%, а показники самопочуття, активності та настрою зросли в середньому на 17–21 бал. **Висновки.** Використання адаптивних ігор у навчально-виховному процесі є ефективним педагогічним засобом розвитку емоційного інтелекту, соціальної компетентності та формування позитивного мікроклімату серед дітей



молодшого шкільного віку з ООП. Отримані результати підтверджують доцільність упровадження адаптивних ігор у систему інклюзивного навчання як чинника психоемоційного благополуччя та розвитку базових soft skills.

***Ключові слова:** адаптивні ігри, м'які навички, діти з особливими освітніми потребами, психоемоційний стан, саморегуляція, емоційна стабільність.*

The impact of adaptive games on the formation of soft skills and psycho-emotional state of primary school children with special educational needs

Kateryna Mulyk

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,
Head of the Department of Health, Fitness and Recreation,
Kharkiv State Academy of Physical Culture, Kharkiv, Ukraine,
<https://orcid.org/0000-0002-6819-971X>

Tetiana Sydorova

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor,
Head of the Department of Skiing, Cycling and Tourism,
Kharkiv State Academy of Physical Culture, Kharkiv, Ukraine,
<https://orcid.org/0000-0002-6779-877X>

Natalia Abdula

Lecturer, Department of Health, Fitness and Recreation,
Kharkiv State Academy of Physical Culture, Kharkiv, Ukraine,
<https://orcid.org/0009-0006-3315-3777>



Kseniia Polovinko

Master, Department of Health, Fitness and Recreation,

Kharkiv State Academy of Physical Culture, Kharkiv, Ukraine

<https://orcid.org/0009-0004-8484-7299>

Tetiana Skaliy

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor,

Profssor at the Institute of Sports and Physical Culture, University of Economy,

Bydgoszcz, Poland,

<https://orcid.org/0000-0002-6779-877X>

Abstract: *The article examines the impact of adaptive games on the development of soft skills and the stabilization of the psycho-emotional state of primary school children with special educational needs (SEN). The **purpose** of the study is to determine the effectiveness of adaptive games as a means of developing soft skills and improving the psycho-emotional well-being of children with SEN. The research employed a combination of theoretical and empirical **methods**, including analysis of pedagogical and psychological literature, observation, surveys of teachers and parents, and psychodiagnostic techniques (the Spielberger–Khanin Anxiety Scale, the Dembo–Rubinstein Self-Assessment Method, and the “SAN” Self-Assessment of Mental State). **Results.** Over a three-month period, 63 primary school children with SEN participated in sessions that included motor, role-playing, and adaptive games. Statistically significant improvements ($p < 0.05–0.001$) were observed in emotional stability, self-esteem, and mood in both groups, with more pronounced changes in the experimental group. The level of anxiety among experimental group children decreased by 21%, self-esteem increased by 9%, and indicators of well-being, activity, and mood improved by an average of 17–21 points. **Conclusions.** The use of adaptive games in the educational process is an effective pedagogical tool for developing emotional intelligence, social competence, and a positive socio-emotional climate among primary*



school children with SEN. The findings confirm the expediency of implementing adaptive games in inclusive education as a factor promoting psycho-emotional well-being and the development of essential soft skills.

Keywords: *adaptive games, soft skills, children with special educational needs, psycho-emotional state, self-regulation, emotional stability.*

Постановка проблеми. У сучасному освітньому просторі України особливого значення набуває завдання забезпечення інклюзивного підходу до навчання та виховання дітей з особливими освітніми потребами (ООП). Парадигма нової української школи орієнтує педагогів на розвиток не лише когнітивної, а й емоційно-соціальної сфери дитини, що включає формування так званих м'яких навичок (soft skills) – комунікації, співпраці, емоційного самоконтролю, критичного мислення, емпатії та відповідальності. Ці навички є ключовими для соціальної адаптації, подолання бар'єрів у спілкуванні та побудови гармонійних міжособистісних відносин.

Разом з тим, у дітей молодшого шкільного віку з ООП розвиток м'яких навичок має більш уповільнений і неоднорідний характер, що зумовлено індивідуальними особливостями психофізичного розвитку, труднощами соціальної взаємодії та підвищеною емоційною вразливістю. Дослідження свідчать, що емоційна нестабільність і підвищена тривожність у цієї категорії дітей негативно впливають на їхній психоемоційний стан, ускладнюють процес навчання і засвоєння соціальних норм поведінки. Традиційні форми педагогічної взаємодії часто не забезпечують необхідного рівня емоційної підтримки, довіри та активної участі всіх учнів.

У цьому контексті особливої актуальності набуває застосування адаптивних ігор – педагогічного засобу, який поєднує фізичну, емоційну та соціальну активність дитини. Адаптивні ігри передбачають індивідуалізацію навантаження, толерантність до помилки, створення ситуації успіху та



емоційного комфорту, що є критично важливим для дітей з ООП. Саме ігрова діяльність забезпечує природне включення дитини у спілкування, сприяє розвитку саморегуляції й здатності до конструктивної взаємодії.

Попри зростання інтересу до ігрових технологій у педагогіці, проблема наукового обґрунтування впливу адаптивних ігор на розвиток м'яких навичок та психоемоційний стан молодших школярів з ООП залишається недостатньо дослідженою. Відсутні системні дані про механізми впливу адаптивних ігор на емоційну сферу, самооцінку, тривожність і соціальну поведінку таких дітей, що утруднює їх цілеспрямоване використання у практиці інклюзивної освіти.

Отже, актуальність дослідження зумовлена потребою у науково обґрунтованому визначенні педагогічного потенціалу адаптивних ігор як ефективного засобу розвитку м'яких навичок і стабілізації психоемоційного стану дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема розвитку м'яких навичок (soft skills) у дітей молодшого шкільного віку є предметом активних наукових пошуків у сучасній педагогічній і психологічній літературі. У працях І. Г. Барановської [1], О. С. Безверхого [3], А. Вітченко та ін. [5], І. В. Криворучко та ін. [7], J. D. Mayer та ін. [14] підкреслено, що формування комунікативних, емоційно-вольових і соціальних компетентностей є необхідною умовою гармонійного розвитку особистості дитини, її успішної соціалізації та психоемоційної стабільності.

У сучасних наукових підходах розвиток м'яких навичок розглядається крізь призму системно-діяльнісного підходу, де soft skills визначаються як результат формування універсальних навчальних дій, що забезпечують становлення саморегуляції, критичного мислення, емоційного інтелекту й уміння співпрацювати. Науковці (М. Галузяк та ін. [6], І. В. Криворучко та ін. [7], І. С. Турчина та ін. [10], О. Demchenko та ін. [12]) наголошують, що м'які



навички є фундаментом для розвитку позитивної самооцінки, упевненості у власних силах, відповідальності, відкритості до взаємодії з іншими людьми.

Важливим компонентом формування soft skills є емоційний інтелект. У працях Н. А. Басюк [2], Н. І. Буркало [4], Т. Цюпенко [11], G. George [13], J. D. Mayer та ін. [14], зазначено, що здатність розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, а також адекватно реагувати на емоційні стани інших людей визначає рівень емоційної зрілості, стійкості до стресу й адаптаційний потенціал особистості. Для дітей з особливими освітніми потребами ці процеси ускладнені підвищеною емоційною вразливістю, труднощами комунікації та соціальної взаємодії, що потребує використання спеціальних педагогічних засобів і корекційно-розвивальних технологій.

Одним із ефективних інструментів розвитку м'яких навичок і покращення психоемоційного стану дітей визнаються адаптивні ігри. Як свідчить дослідження А. Скалія [9], А. Skaliy та ін. [16], такі ігри мають виражений позитивний вплив на показники самопочуття, активності, настрою й рівень тривожності дітей різного віку. Результати міждержавного польсько-українського проекту «Український центр ерготерапії через адаптивні ігри» підтвердили, що вже після нетривалого періоду занять діти 8–12 років демонструють підвищення настрою, активності та соціальної взаємодії, що вказує на їхню роль як засобу емоційної реабілітації, інтеграції та розвитку базових soft skills у дітей з особливими освітніми потребами.

Гра є провідним видом діяльності молодшого школяра, який забезпечує розвиток саморегуляції, моральних орієнтацій і соціальної взаємодії, що зазначено в дослідженні І. О. Сидорука та ін. [8]. Адаптивні ігри, орієнтовані на потреби дітей з різними психофізичними можливостями, створюють атмосферу довіри, знижують рівень напруження, стимулюють емпатію та толерантність. Подібні ефекти описані й у роботі К. Mulyk та ін. [15], де доведено позитивний



вплив адаптивних спортивних ігор на психоемоційний стан і сенсомоторну реакцію учасників реабілітаційних програм.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.

Узагальнення наукових джерел дозволяє стверджувати, що адаптивні ігри виступають ефективним педагогічним інструментом формування м'яких навичок та психоемоційної стабільності дітей молодшого шкільного віку, особливо тих, хто має особливі освітні потреби. Проте механізми їх впливу, педагогічні умови реалізації та способи оцінювання результативності цієї діяльності залишаються недостатньо вивченими, що зумовлює необхідність подальших досліджень у цьому напрямі.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Мета дослідження – визначити ефективність використання адаптивних ігор як засобу формування м'яких навичок і стабілізації психоемоційного стану дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами.

Вирішення поставленої мети здійснювалось із застосуванням комплексу емпіричних і теоретичних методів: аналіз психолого-педагогічної літератури, спостереження, анкетування педагогів і батьків, психодіагностичні методики (шкала тривожності Спілбергера–Ханіна, методика самооцінки Дембо–Рубінштейна, методика самооцінки психічного стану «САН»).

Дослідження тривало 3 місяці, в якому взяли участь 63 дитини з особливими освітніми потребами молодшого шкільного віку (середній вік учасників склав $9,3 \pm 1,13$ років) різної статі. Діти були поділені на дві групи: контрольну ($n=31$) та експериментальну ($n=32$). За загальною характеристикою та станом здоров'я учасників дослідження, групи були однорідними. Діти контрольної та експериментальної груп тричі на тиждень відвідували заняття в одному центрі розвитку дітей з ООП, тривалістю 60 хвилин кожне. До програми занять обох груп входили рухливі та сюжетно-рольові ігри з елементами сенсорної інтеграції, спрямовані на розвиток комунікації, взаємодії, емоційної

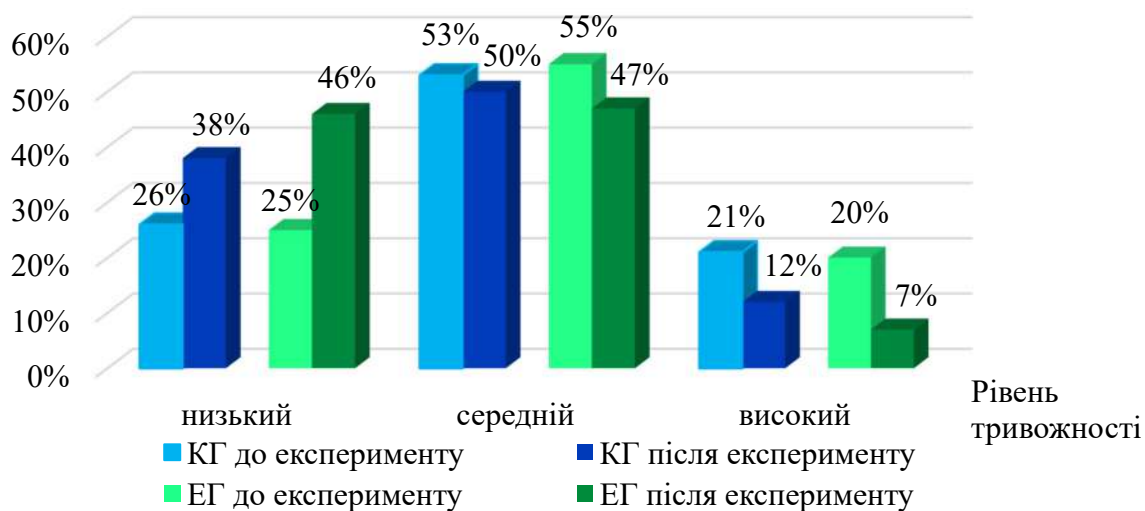
регуляції та впевненості у собі. Під час занять в експериментальній групі додатково використовувались адаптивні ігри (Cornhole, Jacollo, Elastik, Kulbutto, Воссіа, Рака Іака).

Виклад основного матеріалу дослідження. В ході дослідження було встановлено, що використання адаптивних ігор упродовж трьох місяців позитивно вплинули на формування м'яких навичок і психоемоційний стан дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами.

Дані рисунка 1 свідчать про виражене зниження рівня тривожності у дітей з експериментальної групи. Так, до напочатку дослідження лише 25% дітей мали низький рівень тривожності, а після – стало 46%, тобто показник зріс на 21% після занять із використання адаптивних ігор. Водночас рівень тривожності у дітей контрольної групи також позитивно змінився, але лише на 12%. Також встановлено, що частка дітей КГ із високим рівнем тривожності скоротилася на 9%, тоді як з ЕГ – на 13%, що демонструє зменшення емоційного напруження та підвищення почуття безпеки під час міжособистісної взаємодії.

Рисунок 1

Динаміка рівня тривожності дітей молодшого шкільного віку з ООП контрольної (n=31) та експериментальної (n=32) груп (методика Спілберга–Ханіна)



Джерело: власна розробка авторів

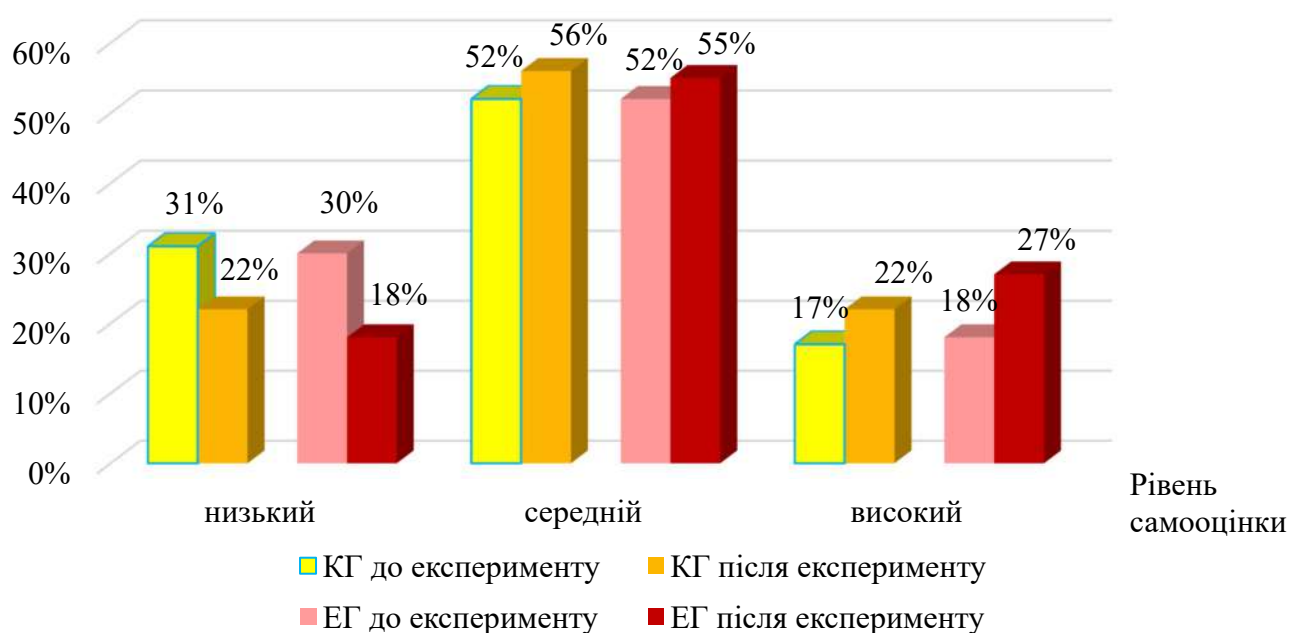
Такі зміни свідчать про позитивну динаміку емоційної стабільності, зниження страху помилки, невпевненості та внутрішнього напруження. Адаптивні ігри створюють умови, у яких дитина може діяти без страху осуду, навчатися емоційної саморегуляції, розвивати довіру до дорослих і однолітків. Це проявляється у переході від реакцій уникання до проявів ініціативності та соціальної активності.

Таким чином, систематичне застосування адаптивних ігор упродовж трьох місяців сприяло формуванню емоційної саморегуляції, стресостійкості та впевненості у власних можливостях складових емоційно-вольових м'яких навичок.

Результати, наведені на рисунку 2, підтверджують також покращення показників самооцінки дітей з ООП.

Рисунок 2

Динаміка рівня самооцінки дітей молодшого шкільного віку з ООП контрольної (n=31) та експериментальної (n=32) груп (методика Дембо-Рубінштейна)



Джерело: власна розробка авторів

Якщо на початку дослідження кількість дітей з низьким рівнем самооцінки становила 30% в ЕГ та 31% в КГ, то наприкінці дослідження частка зменшилася до 18% та 22% відповідно. Водночас частка дітей із високим рівнем самооцінки в ЕГ зросла на 9%, а в КГ – на 5%.

Такі результати пояснюються тим, що під час адаптивних ігор діти отримували досвід успіху в безпечному, сприятливому соціально-емоційному середовищі, де результат залежав не лише від фізичних можливостей, а й від умінь співпрацювати, висловлювати власні емоції, допомагати одноліткам. Ці фактори сприяли формуванню позитивного «Я-образу», зростанню впевненості та внутрішньої мотивації до спілкування й активної участі у грі.

Зміни у показниках самооцінки також відображають розвиток таких м'яких навичок, як self-awareness (усвідомлення себе), self-efficacy (впевненість у власних силах) та соціальна компетентність. Вони є базовими для соціальної адаптації дітей з ООП у навчальному середовищі.

Дані таблиці 1 демонструють позитивну динаміку показників психоемоційного стану дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами після тримісячного курсу занять у центрі розвитку дітей з ООП.

Таблиця 1

Оцінка самопочуття, активності та настрою дітей молодшого шкільного віку до та після експерименту (за методикою САН), бали

Шкали		До експерименту	Після експерименту	Оцінка достовірності	
		$\bar{X}_1 \pm m_1$	$\bar{X}_2 \pm m_2$	t	P
Самопочуття	КГ (n=31)	32,9±6,24	48,2±3,84	2,09	<0,05
	ЕГ (n=32)	32,3±5,68	50,9±4,23	2,63	<0,05
Активність	КГ (n=31)	47,1±4,26	59,4±3,93	2,12	<0,05
	ЕГ (n=32)	46,8±3,91	60,4±2,19	3,03	<0,01
Настрій	КГ (n=31)	41,8±5,06	56,7±4,21	2,26	<0,05
	ЕГ (n=32)	42,4±4,73	63,8±3,01	3,82	<0,001

Джерело: власна розробка авторів



За всіма показниками (самопочуття, активність, настрій) спостерігається статистично достовірне ($p < 0,05-0,001$) покращення результатів як у контрольній, так і в експериментальній групах, проте вираженість змін була суттєво більшою саме в ЕГ, в якій додатково використовувались адаптивні ігри.

Так, рівень самопочуття у дітей ЕГ покращився на 18,6 бала ($t=2,63$; $p < 0,05$), тоді як у КГ – на 15,3 бала ($t=2,09$; $p < 0,05$); показники активності в ЕГ також зросли істотніше – на 13,6 бала ($t=3,03$; $p < 0,01$), ніж у КГ – на 12,3 бала ($t=2,12$; $p < 0,05$). Найпомітніші зміни спостерігалися за шкалою настроїв, в ЕГ показник зріс на 21,4 бала ($t=3,82$; $p < 0,001$), тоді як в КГ – на 14,9 бала ($t=2,26$; $p < 0,05$). Отримані результати підтверджують, що систематичне використання адаптивних ігор позитивно впливає на психоемоційний стан дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами. Після участі у програмі діти продемонстрували підвищення фізичного та емоційного комфорту, зменшення напруження і тривожності, а також зростання впевненості у власних можливостях. Відзначено суттєве підвищення рівня активності, зацікавленості у спільних завданнях і готовності до взаємодії. Діти стали ініціативнішими, охочіше брали участь у колективних вправах, демонстрували взаємопідтримку та позитивне ставлення до партнерів по грі. Це свідчить про стабілізацію емоційного фону, формування доброзичливості, довіри та соціальної відкритості – базових складових м'яких навичок.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що адаптивні ігри є ефективним педагогічним засобом розвитку емоційної саморегуляції, комунікативної взаємодії та соціальної впевненості дітей з ООП, створюючи сприятливі умови для їхньої гармонійної інтеграції в навчальне середовище.

Висновки. Результати дослідження підтвердили, що адаптивні ігри є ефективним педагогічним засобом розвитку м'яких навичок і стабілізації психоемоційного стану дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами. Їх систематичне використання сприяє підвищенню емоційної



саморегуляції, комунікативної взаємодії, соціальної впевненості та створює умови психологічного комфорту й підтримки.

Після тримісячного курсу занять в експериментальній групі спостерігалось зниження рівня тривожності на 21%, підвищення самооцінки на 9%, а також достовірне покращення показників самопочуття, активності та настрою ($p < 0,05 - 0,001$). Це свідчить про зростання емоційного тону, впевненості у власних силах і готовності до соціальної взаємодії.

Водночас отримані результати відкривають перспективу подальших наукових пошуків у напрямі розроблення диференційованих програм адаптивних ігор, що враховують типологічні особливості дітей з різними нозологіями, а також вивчення довготривалого ефекту їх впровадження на соціальну адаптацію та навчальну успішність учнів.

Отже, проведене дослідження робить вагомий внесок у розвиток теорії й практики інклюзивної освіти, доводячи, що адаптивні ігри можуть стати інноваційною технологією формування м'яких навичок та емоційного благополуччя дітей з особливими освітніми потребами у сучасному освітньому просторі.

Подяки. Автори висловлюють щирі вдячність усім, хто сприяв успішному проведенню та завершенню цього дослідження. Особлива подяка батькам учасників за їхню довіру, згоду на участь дітей у дослідженні та надання дозволу на обробку персональних даних.

Дослідження проведено в межах діяльності Польсько-українського адаптаційного центру Харківської державної академії фізичної культури, створеного в рамках міжнародного проєкту, що реалізований спільно з польським партнером Асоціацією AZS WSG за програмою «RITA – Przemiany w regionie», яку впроваджує фонд Edukacja dla Demokracji та співфінансує Польсько-Американський фонд Wolności.

Список використаних джерел

1. Барановська І. Г. Творчий розвиток молодших школярів засобами театральної діяльності. *Наукові записки* : Збірник матеріалів наукової конференції викладачів та студентів інституту педагогіки психології та мистецтв. Серія «Мистецтво». Вип. 3. Вінниця: ВДПУ ім. М. Коцюбинського, 2012. С. 11-15.
2. Басюк Н. А. Емоційний інтелект і психічне здоров'я учасників освітнього процесу : навчальний посібник. Житомир, 2024. 140 с.
3. Безверхий О. С. Розвиток моральної саморегуляції у молодшому шкільному віці : автореф. дис. ... канд. псих. наук. Київ. 2021. 22 с.
4. Буркало Н. І. Психологічні особливості емоційного інтелекту. *Психологічний часопис*. 2019. № 7. С. 34–49.
5. Вітченко А., Лисенко Л., Воєділова О. Аналіз сформованості ціннісного ставлення дітей молодшого шкільного віку до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 20 (176) / Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка; голов. ред. М. О. Носко. (Серія: Педагогічні науки). Чернігів : НУЧК, 2023. С. 183-186.
6. Галузяк М., Холковська І. Педагогічна діагностика : курс лекцій. Вінниця. ТОВ «НІЛАН ЛТД». 2015. 155 с.
7. Криворучко І. В., Шукатка О. В. Дослідження розвитку soft skills дітей з особливими освітніми потребами засобами театралізованої діяльності в умовах інклюзивного освітнього простору. *Інклюзивна освіта як індивідуальна траєкторія особистісного зростання дитини з особливими освітніми потребами*: збірник матеріалів V Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (Вінниця, 17-18 листопада 2021 р). Вінниця: Авторський колектив Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, 2021. С. 297–299.



8. Сидорук І. О., Гірак А. М., Гамма Т. В., Орел І. О. Рухливі ігри в системі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. *Rehabilitation and Recreation*, 2021. (9), 200–204. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2021.9.27>
9. Скалій А. Теоретико-методичні основи фізкультурно-оздоровчої діяльності різних груп населення з використанням здоров'язбережувальних проєктів : дис. ... д-ра фіз. вих. : 24.00.02. Львів, 2025. 544 с.
10. Турчина І. С., Вахрушева Н. М. Формування навчально-пізнавальної компетентності учнів початкової школи як педагогічна проблема. *Молодий учений*. 2018. №2.1 (54.1). лютий. С. 13-16.
11. Цюпенко Т. Емоційний інтелект як засіб розвитку психологічної стійкості особистості в умовах сьогодення. *Наукові записки. Серія: Психологія*, 2024. (4), 109–115. <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-4-16>
12. Demchenko O., Kazmirchuk N., Zhovnych O., Stakhova I., Podorozhnyi V., Baranovska I. Preparing students for the use of theater activities for children's development soft skills: european context. *Society. Integration. Education Proceedings of the International Scientific Conference*. Volume I, May 27th-28th, 2022. 31-46. URL: <http://journals.rta.lv/index.php/SIE/article/view/6866>
13. George G. Emotions and Leadership: The Role of Emotional Intelligence. *Human Relations*. 2000. Vol. 53. P. 45–59.
14. Mayer J. D., Caruso D. R., Salovey P. The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*. 2016. Vol. 8 (4). P. 290–300.
15. Mulyk K., Skaliy A., Grynova T., Skaliy T., Polovinko K. The influence of adaptive games on the psycho-emotional state of military personnel during rehabilitation. *Physical rehabilitation and recreational health technologies*. 2024. Vol.9 No.5. 343-351. [https://doi.org/10.15391/prrht.2024-9\(5\).01](https://doi.org/10.15391/prrht.2024-9(5).01)
16. Skaliy A., Mulyk V., Skaliy T., Maksymova K., Mulyk K. Determining the Impact of Adaptive Games on the Individuals' Psycho-Emotional State among



Different Age Groups in Poland and Ukraine. *Physical Education Theory and Methodology*, 2024. 24(5), 769–776. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.5.12>.