

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО УСПІХУ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

Сікорська Лілія,

Вінницький державний педагогічний університет імені
Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, м. Вінниця, 21001, Україна;
<https://orcid.org/0000-0001-5272-5984>;
email: lilukubik@gmail.com

Осаволук Тетяна,

Вінницький державний педагогічний університет імені
Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, м. Вінниця, 21001, Україна;
<https://orcid.org/0000-0002-8223-0613>;
email: tetiana.osavoliuk@vspu.edu.ua

Галайдюк Микола,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
Вінницький державний педагогічний університет імені
Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, м. Вінниця, 21001, Україна;
<https://orcid.org/0000-0003-3250-1005>;
email: halaidiuk.kolya@gmail.com

Анотація. Актуальність. Навчаючись в університеті здобувачі прагнуть досягнути своєї професійної мети, тому формування у них позитивної мотивації є фундаментальною основою сучасної вищої освіти. Вважаємо, що вивчення механізмів формування мотивації до успіху й уникнення невдачі у процесі занять фізичним вихованням і спортом здобувачів вищої освіти є актуальним і важливим завданням, що має практичну та теоретичну значущість. **Мета дослідження** – визначити, проаналізувати та порівняти показники мотивації до успіху здобувачів освіти, які мають різне відношення до спортивної діяльності. **Матеріал та методи дослідження.** Для проведення дослідження ми використали анкетування за методикою Т. Елерс «Діагностика мотивації до успіху та до уникнення невдач». Отримані результати були математично опрацьовані та проаналізовані відносно наявних даних інших дослідників.

В опитуванні брали участь кваліфіковані спортсмени факультету фізичного виховання і спорту ($n = 48$), стаж занять спортом від 6 до 15 років (кваліфікація I розряд, КМС, МСУ); студенти педагогічних спеціальностей факультативних груп з ігрових ($n = 70$) та індивідуальних видів спорту ($n = 24$),

стаж занять спортом до 5 років; здобувачі освіти, що не виявили бажання займатися фізичним вихованням у межах факультативних занять (n = 34).

Результати дослідження. серед здобувачів вищої освіти факультету фізичного виховання та спорту визначена найбільша частка (81,3 %) тих, у кого діагностувалася надія на успіх. Водночас, у жодного з них не виявлена мотивація на невдачу та навіть певна тенденція на невдачу. Менша частина студентів факультативних груп ігрових команд має надію на успіх (45,7 %), у той час, як представники індивідуальних видів спорту мають більшу впевненість у своєму успіху (62,5 %). Тенденція мотивації до успіху серед спортсменів ігрових видів спорту спостерігалася у 25,7 %, у здобувачів освіти, які займаються індивідуальними видами така частка майже вдвічі менше – 12,5 %. Таким чином, загалом майже однакова частка здобувачів у цих групах спорту мають позитивну мотивацію (71,4 % – з ігрових видів спорту; 75 % – з індивідуальних). Серед здобувачів, які не займаються в факультативних групах, у 29,4 % визначена надія на успіх, у 8,8 % – тенденція мотивації на успіх, у 14,7 % – тенденція мотивації на невдачу, у інших 11,8 % – боязнь невдачі. **Висновки.** За результатами нашого дослідження виявлено, що чим вищий рівень спортивної майстерності, тим нижче рівень негативної мотивації, що логічно призводить до висновку про важливу роль занять фізичною культурою та спортом у формуванні особистості майбутнього педагогічного фахівця.

Ключові слова: факультативні заняття, командні ігрові та індивідуальні види спорту, показники мотивації

FORMATION OF MOTIVATION FOR SUCCESS IN HIGHER EDUCATION STUDENTS DURING PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS LESSONS

Sikorska Lilia, Osavoliuk Tetiana, Halaidiuk Mykola

Abstract. Topicality. While studying at the university, students strive to achieve their professional goals, therefore, fostering a positive motivation in them is a fundamental basis of modern higher education. We believe that studying the mechanisms of forming motivation for success and avoidance of failure in the process of physical education and sports activities of higher education students is a relevant and important task that has practical and theoretical significance. **The aim of the research** is to identify, analyze, and compare the indicators of motivation for success of students with different attitudes towards sports activities. **Material and Methods.** For the research, we used a survey based on T. Ehlers' methodology "Diagnostics of Motivation for Success and Avoidance of Failure." The obtained results were mathematically processed and analyzed in relation to the available data from other researchers. Qualified athletes of the Faculty of Physical Education and Sports (n = 48) with sports experience ranging from 6 to 15 years (qualification: First Rank, Candidate Master of Sports, Master of Sports of Ukraine); students of pedagogical specialties

from elective groups in team sports ($n = 70$) and individual sports ($n = 24$), with sports experience up to 5 years; and students who did not express a desire to engage in physical education within elective classes ($n = 34$) participated in the survey. **Results of the study.** Among the higher education students of the Faculty of Physical Education and Sports, the largest proportion (81.3 %) of those diagnosed with hope for success was identified. At the same time, none of them showed motivation for failure or even a certain tendency towards failure. A smaller proportion of students in elective team sports groups have hope for success (45.7 %), while representatives of individual sports show greater confidence in their success (62.5 %). A tendency towards motivation for success among team sports athletes was observed in 25.7 %, while among students engaged in individual sports, this proportion is almost half as much – 12.5 %. Thus, overall, almost the same proportion of students in these sports groups have positive motivation (71.4 % – from team sports; 75 % – from individual sports). Among students who do not attend elective groups, 29.4 % showed hope for success, 8.8 % showed a tendency towards motivation for success, 14.7 % showed a tendency towards motivation for failure, and another 11.8 % showed fear of failure. **Conclusions.** According to the results of our research, it was found that the higher the level of sports mastery, the lower the level of negative motivation, which logically leads to the conclusion about the important role of physical culture and sports in the formation of the personality of a future pedagogical specialist.

Keywords: elective classes, team sports and individual sports, motivation indicators.

Постановка проблеми. Мотивація є рухомою силою в житті будь якої людини, від рівня її сформованості залежить успіх у професійній діяльності, певній справі й особистому житті. Виступаючи зовнішнім або внутрішнім стимулом вона спонукає особистість діяти, підтримуючи активність у досягненні поставленої мети. Мотивація може бути усвідомленою або не усвідомленою, але так або інакше вона впливає на рішення, що приймаються та вчинки (Малхазов, 2002).

Водночас, порівнюючи внутрішню та зовнішню мотивацію наголосимо на пріоритеті першої, адже саме вона є маркером особистих інтересів, виникає з бажання самовдосконалення та викликає задоволення від отриманих результатів. Зовнішня мотивація скоріш буває ситуативною, вона залежить від бажання отримати винагороду, визнання або хоча б просту вигоду, уникнути покарання (Занюк, 2002).

Навчаючись в університеті здобувачі прагнуть досягнути своєї професійної мети, тому формування у них позитивної мотивації є фундаментальною основою сучасної вищої освіти. Вважаємо, що вивчення механізмів формування мотивації до успіху й уникнення невдачі у процесі занять фізичним вихованням і спортом здобувачів вищої освіти є актуальним і важливим завданням, що має практичну та теоретичну значущість.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Багато дослідників вивчають проблему мотивації здобувачів різних рівнів освіти, в основному ці дослідження торкаються питання мотивації до навчання (Єльчанінова, & Ткачова, 2013; Сердюк, 2014; Завірюха, 2018; Kim, Brady, & Wolters, 2020) або майбутньої професійної діяльності (Dowson, & McInerney, 2003; Кокун, 2008). Зазвичай, автори пропонують застосовувати різноманітні активні методи навчання, виконання творчих завдань та інші заходи, що дають змогу підвищити зацікавленість студентів до навчання й подальшої діяльності за фахом. Окремо, зазначимо публікації авторів, що вивчали мотиви до занять саме фізичною культурою та спортом (Шаболтас, 2004; Захаріна, 2008; Косинський, 2011; Хуртенко, & Бортун, 2019), визначаючи важливість рухової активності для здоров'я студентської молоді.

Однак, заняття фізичною культурою та спортом також сприяють розвитку мотиваційної сфери здобувачів, так як створюють можливість фізичного самовдосконалення та самореалізації, соціалізації в студентському спортивному середовищі. При цьому, така мотивація зазвичай є внутрішньою, що підтверджується дослідженнями багатьох авторів (Snyder, Shorey, Cheavens, Pulvers, Adams, & Wiklund, 2002; Перепелиця, Фокіна, & Ковальчук, 2022 та ін.). За рахунок організації систематичних спортивних занять у студентів може формуватися цілісна модель, що включає когнітивний, мотиваційний, поведінський і контекстуальний аспект навчання (Малхазов, 2002).

Проведені дослідження зі спортсменами різної кваліфікації свідчать, що мотивація є важливою складовою їхньої готовності до змагань і одним із критеріїв визначення психологічної підготовленості (Clancy, Herring, MacIntyre, & Campbell, 2016; Воронова, & Ковальчук, 2024).

За кількістю наукових розробок, пов'язаних з аспектами мотивації можемо констатувати, що це досить цікава та практико-орієнтована тема. Водночас, актуальним є порівняння сформованості мотивації до успіху й уникнення невдач у групах здобувачів вищої освіти, що мають різний досвід спортивних занять і спортивну кваліфікацію.

Мета дослідження – визначити, проаналізувати та порівняти показники мотивації здобувачів освіти, які мають різне відношення до спортивної діяльності.

Метеріал та методи дослідження. Для проведення дослідження ми використали анкетування за методикою Т. Елерс «Діагностика мотивації до успіху та до уникнення невдач» (Кокун, Пішко, Лозінська, Копаниця, & Малхазов, 2011). Отримані результати були математично опрацьовані та проаналізовані відносно наявних даних інших дослідників.

В опитуванні брали участь кваліфіковані спортсмени факультету фізичного виховання і спорту ($n = 48$), стаж занять спортом від 6 до 15 років (кваліфікація I розряд, КМС, МСУ); студенти педагогічних спеціальностей факультативних груп з ігрових ($n = 70$) та індивідуальних видів спорту ($n = 24$),

стаж занять спортом до 5 років; здобувачі освіти, що не виявили бажання займатися фізичним вихованням у межах факультативних занять (n = 34).

Від учасників отримано поінформовану згоду на участь у дослідженні відповідно до Гельсінської декларації прав людини 2008 року.

Результати дослідження. Мотивація на успіх відноситься до позитивної мотивації. При такій мотивації людина, починаючи справу, має на увазі досягнення чогось конструктивного та позитивного. В основі її активності лежить надія на успіх і потреба в досягненні успіху. Такі люди зазвичай упевнені в собі, в своїх силах, відповідальні, ініціативні й активні. Їх відрізняє наполегливість у досягненні мети, цілеспрямованість. Отримані нами дані засвідчили наявність прямої залежності мотивації до успіху від спортивної кваліфікації тих, хто відвідував спортивні секції (табл. 1).

Таблиця 1

Показники мотивації здобувачів вищої освіти

Показники мотивації	К-сть балів	Кваліфіковані спортсмени (n = 48)	Факультативні групи		Не займаються спортом (n = 34)
			Ігрові види спорту (n = 70)	Індивідуальні види спорту (n = 24)	
Надія на успіх	14–20	39 (81,3 %)	32 (45,7%)	15 (62,5 %)	10 (29,4 %)
Тенденція мотивації на успіх	12–13	6 (12,5 %)	18 (25,7 %)	3 (12,5 %)	3 (8,8 %)
Яскраво не виражена	10–11	3 (6,2 %)	14 (20 %)	2 (8,33 %)	12 (35,3 %)
Тенденція мотивації на невдачу	8–9	–	6 (8,6 %)	2 (8,33 %)	5 (14,7 %)
Боязнь невдачі	1–7	–	–	2 (8,33 %)	4 (11,8 %)

Так, серед здобувачів вищої освіти факультету фізичного виховання та спорту визначена найбільша частка (81,3 %) тих, у кого діагностувалася надія на успіх. Водночас, у жодного з них не виявлена мотивація на невдачу та навіть певна тенденція на невдачу. Отже, можемо констатувати, що спорт надає більше впевненості у своїх можливостях.

Результати анкетування дають нам змогу порівняти здобувачів освіти факультативних груп з ігрових видів спорту (теніс настільний, волейбол, футбол) та з індивідуальних видів спорту (легка атлетика, силові види спорту та фітнес). Наявність певних відмінностей у показниках підтверджує існування впливу характерологічних особливостей змагальної діяльності на формування механізмів мотивації. Зокрема, результат змагань у командних видах спорту значною мірою залежить від узгоджених дій всіх членів спортивного колективу, на відміну від індивідуальних видів спорту, в яких кожен учасник розраховує, в першу чергу, на свої власні сили. Розуміючи це, менша частина студентів

факультативних груп ігрових команд має надію на успіх (45,7 %), у той час, як представники індивідуальних видів спорту мають більшу впевненість у своєму успіху (62,5 %).

Тенденція мотивації до успіху серед спортсменів ігрових видів спорту спостерігалася у 25,7 %, у здобувачів освіти, які займаються індивідуальними видами така частка приблизно вдвічі менше – 12,5 %. Таким чином, загалом майже однакова частка здобувачів у цих групах спорту мають позитивну мотивацію (71,4 % – з ігрових видів спорту; 75 % – з індивідуальних). Якщо ж порівняти за цим критерієм зі здобувачами, які не займаються в факультативних групах, то можемо побачити, що їх кількість менша майже в двічі та складає 38,2 % (29,4 % – надія на успіх, 8,8 % – тенденція мотивації на успіх).

Мотивація на невдачу вважається негативною мотивацією, адже в такому випадку активність людини пов'язана з потребою уникнути невдачі осуду, зриву, покарання. В її основі лежить ідея уникнення й ідея негативних очікувань. Ще перед початком справи виникає страх можливої невдачі, людина зосереджується на пошуку шляхів уникнення цієї гіпотетичної невдачі та зовсім не думає про те, як можна досягнути успіху.

Серед здобувачів, які брали участь у нашому дослідженні найменша частка з негативною мотивацією (лише тенденція мотивації на невдачу) виявлена в факультативних групах з ігрових видів спорту – 8,6 %. У здобувачів, що відвідували факультативні заняття з індивідуальних видів спорту у 2 осіб (8,33 %) результат в анкетуванні показав тенденцію мотивації на невдачу і ще у 2 осіб (8,33 %) – боязнь невдачі. Найбільша частка здобувачів з негативною мотивацією виявлена в групі респондентів, які не відвідували спортивні заняття – 14,7 % (тенденція мотивації на невдачу), 11,8 % (боязнь невдачі).

Як зазначається в спеціальній літературі та перевірено проведеними дослідженнями, люди, мотивовані на невдачу, зазвичай відрізняються підвищеною тривожністю, низькою упевненістю в своїх силах (Занюк, 2002). Вони прагнуть уникати відповідальних завдань, а при необхідності рішення надвідповідальних завдань можуть впадати в стан, близький до панічного. Принаймні, ситуативна тривожність у них у цих випадках стає надзвичайно високою. Разом з тим все це може поєднуватися з вельми відповідальним відношенням до справи. Відтак, бажання до креативних рішень викликає страх, що погіршує якість професійної викладацької роботи та робить таких здобувачів у майбутньому лише гарними виконавцями, що занадто мало для сучасної школи. Висока мотивація уникнення невдач завжди перешкоджає досягненню успіху.

Дискусія. Українське суспільство сьогодні знаходиться в важких умовах військового стану внаслідок агресії з боку РФ. Це беззаперечно відбивається на здоров'ї та психоемоційному стані людей, у тому числі й студентів, що чинить значний, а іноді й руйнівний вплив на мотиваційну сферу. Наслідками цього для здобувачів освіти, які знаходяться під постійним стресом,

переживаючи за себе та своїх близьких є втрата інтересу до навчального процесу та відсутність задоволення від самого навчання. Особливо це помітно, коли освітній процес здійснюється онлайн – відсутність звичайного спілкування в колективі та дружніх стосунків, підтримки з боку викладачів та одногрупників, заставляє переживати свої тривоги всередині, а навчання сприймати як обтяжливий обов'язок. Здобувачі, в такому випадку, намагаються відкласти виконання завдань або уникати навчальних ситуацій, як спосіб впоратися з негативними емоціями, що лише посилює проблему та зменшує мотивацію до досягнення успіху. Також, це може мати довгострокові негативні наслідки для академічної успішності й особистісного розвитку здобувачів.

Дослідженнями проведеними фахівцями ще у 2008 р. було визначено, що з 748 студентів педагогічних спеціальностей у 22 % був виявлений низький рівень мотивації до навчання, а 30 % з тих, хто навчається загалом не збирається працювати вчителем (Кокун, 2008). На сьогодні такі цифри можуть виглядати ще гірше під негативним впливом психоемоційного стану та соціальних умов життя в сучасних реаліях повномасштабної війни, що беззаперечно вказує на актуальність проблеми формування мотивації в здобувачів освіти педагогічних спеціальностей.

Як стверджують науковці (Biddle, Mutrie, & Gorely, 2015; Ареф'єва, Плющакова, Ганчева, & Гончаренко, 2021; Коваленко, 2024), а також відповідно до наших даних (Сікорська, Л., & Вознюк, Т., 2024) рухова активність, зокрема, заняття фізичною культурою та спортом позитивно впливають на психоемоційний стан людини. Адже фізична активність стимулює вироблення «гормонів щастя» – ендорфінів, що допомагають знизити стрес та тривожність, покращити настрій. Рухова діяльність позитивно впливає на функціональний стан всіх систем організму, сприяє збільшенню енергії, що дозволяє покращити свої когнітивні функції, знизити рівень негативних емоцій, боротися з апатією та створити більш сприятливий внутрішній стан для постановки та досягнення цілей, підвищити віру у власні сили.

Отримані нами результати щодо впливу занять спортом на мотивацію до успіху свідчать, що чим вище кваліфікація спортсменів, тим вищі показники позитивної мотивації. Регулярні заняття та постійне подолання труднощів, пов'язаних з тренувальною та змагальною діяльністю вчить ставити конкретні цілі, дотримуватися режиму, долати втому та не здаватися при невдачах. Навіть досягнення незначних цілей підвищує впевненість у власних силах і можливостях, гарна фізична форма покращує самооцінку, що разом складає всі передумови для формування мотивації до успіху.

Порівняння показників мотивації у здобувачів освіти, які займалися в різних факультативних групах показало, що разом з загальною переважаючою позитивною мотивацією існує відмінність у дольових співвідношеннях мотивації до успіху та тенденції мотивації до успіху, що можна пояснити

особливостями змагальної діяльності в командних та індивідуальних видах спорту. Отримані нами дані щодо цього аспекту підтверджують результати проведених раніше досліджень Van De Pol P. K., & Kavussanu, M. (2012).

Висновки. Мотивація є складовою психічного здоров'я, що беззаперечно передбачає й достатній рівень фізичного стану, який здобувачі освіти можуть підтримувати й удосконалювати під час занять спортом. Спортивна діяльність сприяє розвитку важливих якостей, необхідних для досягнення цілей у будь – якій сфері життя. При цьому важливо обрати той вид спорту, що відповідає власним потребам і приносить задоволення, а також підтримувати регулярність занять і намагатися досягнути поставлені цілі. Як видно з нашого дослідження, навіть помірна фізична активність має позитивний вплив на рівень мотивації.

За результатами нашого дослідження виявлено, що чим вищий рівень спортивної майстерності, тим нижче рівень негативної мотивації, що логічно призводить до висновку про важливу роль занять фізичною культурою та спортом у формуванні особистості майбутнього фахівця педагога. Адже лише той може мотивувати до досягнення успіху, хто сам не боїться невдач, готовий випробувати щось нове, ризикувати та не боятися програти. Як відомо, дорогу може осилити лише той, хто не стоїть на місці, а рухається вперед.

Вивчення особливостей формування мотивації до успіху в студентській молоді, яка віддає перевагу активному спортивному дозвіллю є ще одним важливим аргументом щодо необхідності повернення в навчальні плани здобувачів вищої освіти дисципліни «Фізичне виховання» та подальшого розвитку системи студентського спорту.

Перспективами подальших досліджень є визначення спортивних засобів, що впливають на покращення рівня мотивації на успіх.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Ареф'єва, Л. П., Плющакова, О. В., Ганчева, В. І., & Гончаренко, В. І. (2021). Вплив занять спортивними іграми на психофізичний стан студентів. *Науковий часопис. Серія №15. Науково–педагогічні проблеми фізичної культури*, 11(143), 26–29.
2. Воронова, В., & Ковальчук, В. (2024). Психологічні складові готовності борців до змагальної діяльності. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*, 4, 67–83. <https://doi.org/10.31652/3041-2463/2024-4-6>
3. Єльчанінова, Т., & Ткачова, Є. (2013). Мотивація досягнення успіху студентів з активною життєвою позицією: сиблінговий аспект. *Освіта регіону*, 2, 256.
4. Завірюха, В. В. (2018). Психологічні особливості розвитку мотивації досягнень у підлітковому віці. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових*

праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія, 18, 72–82.

5. Занюк, С. С. (2002). *Психологія мотивації: Навч. посібник*. Київ: Либідь.

6. Захаріна, Є. А. (2008). *Формування мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів* (Дисертація кандидата наук з фізичного виховання та спорту). Київ, Україна.

7. Коваленко, А. (2024). Вплив регулярних фізичних навантажень на емоційний стан здобувачів освіти. *Наука і освіта*, 1, 27–31. https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2024/1_2024/7.pdf

8. Кокур, О. М., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С., Копаниця, О. В., & Малхазов, О. Р. (2011). *Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: Методичний посібник*. Київ: НДЦ ГП ЗСУ.

9. Косинський, Е. (2011). Самооцінка стану здоров'я студентів і їх мотивація до занять фізичним вихованням. *Молода спортивна наука України*, 15(2), 106–109.

10. Малхазов, О. Р. (2002). *Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю: Монографія*. Київ: Євролінія.

11. Перепелиця, А., Фокіна, Є., & Ковальчук, В. (2022). Мотивація як фактор впливу в спортивній діяльності. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, 4, 89–94. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.4.89-94>

12. Кокур, О. М. (Ред.). (2008). *Психофізіологічне забезпечення готовності студентів до педагогічної діяльності: Монографія*. Київ: Педагогічна думка.

13. Сердюк, Л. З. (2014). Діагностика спрямованості мотивації учіння студентів у ВНЗ. У С. Д. Максименка, & Н. О. Євдокимової (Ред.), *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського: Збірник наукових праць*, 2.12(103), 163–168. Миколаїв: МНУ імені В. О. Сухомлинського.

14. Сікорська, Л., & Вознюк, Т. (2024). Вплив занять спортивними іграми на якість життя студентської молоді. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*, 4, 19–30. <https://doi.org/10.31652/3041-2463/2024-4-2>

15. Хуртенко, О. В., & Бортун, Б. О. (2019). Структурні особливості формування мотивації до занять спортом у студентів. *Теорія і практика сучасної психології*, 2(1). <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.2-1.5>

16. Шаболтас, А. (2004). *Мотиви занять спортом*. Київ: Олімпійська література.

17. Biddle, S. J. H., Mutrie, N., & Gorely, T. (2015). *Psychology of physical activity: Determinants, well-being and interventions* (3rd ed.). Routledge.
18. Clancy, R. B., Herring, M. P., MacIntyre, T. E., & Campbell, M. J. (2016). A review of competitive sport motivation research. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 232–242. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.09.003>
19. Dowson, M., & McNerney, D. M. (2003). What do students say about their motivational goals? Towards a more complex and dynamic perspective on student motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 28(1), 91–113.
20. Snyder, C. R., Shorey, H. S., Cheavens, J., Pulvers, K. M., Adams, V. H., & Wiklund, C. (2002). Hope and academic success in college. *Journal of Educational Psychology*, 94(4), 820–826.
21. Van de Pol, P. K., & Kavussanu, M. (2012). Achievement motivation across training and competition in individual and team sports. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 1(2), 91–105. <https://doi.org/10.1037/a0025967>
22. Kim, Y.-e., Brady, A. C., & Wolters, C. A. (2020). College students' regulation of cognition, motivation, behavior, and context: Distinct or overlapping processes? *Learning and Individual Differences*, 80, 101872. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2020.101872>

REFERENCE

1. Arefieva, L. P., Pliushchakova, O. V., Hancheva, V. I., & Honcharenko, V. I. (2021). The influence of sports games on the psychophysical state of students. *Scientific Journal. Series No. 15. Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture*, 11(143), 26–29.
2. Voronova, V., & Kovalchuk, V. (2024). Psychological components of wrestlers' readiness for competitive activity. *Current Issues of Physical Education and Sports Training Methods*, 4, 67–83. <https://doi.org/10.31652/3041-2463/2024-4-6>
3. Yelchaninova, T., & Tkachova, Y. (2013). Achievement motivation of students with an active life position: The sibling aspect. *Ukrainian Scientific Journal "Education of the Region"*, 2, 256.
4. Zaviriukha, V. V. (2018). Psychological characteristics of achievement motivation development in adolescence. *Current Problems of Psychology: Collection of Scientific Works of the G. S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. Vol. V: Psychophysiology. Psychology of Work. Experimental Psychology*, 18, 72–82.
5. Zaniuk, S. S. (2002). *Psychology of motivation: A textbook*. Kyiv: Lybid.
6. Zakharina, Y. A. (2008). *Formation of motivation for motor activity in the process of physical education of university students* (PhD thesis in Physical Education and Sports). Kyiv, Ukraine.

7. Kovalenko, A. (2024). The impact of regular physical activity on the emotional state of students. *Science and Education*, 1, 27–31. https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2024/1_2024/7.pdf
8. Kokun, O. M., Pishko, I. O., Lozinska, N. S., Kopanytsia, O. V., & Malkhazov, O. R. (2011). *Collection of methods for diagnosing the psychological readiness of contract military personnel for participation in peacekeeping units: A methodological manual*. Kyiv: Research and Development Center of the General Staff of the Armed Forces of Ukraine.
9. Kosynskyi, E. (2011). Self-assessment of students' health and their motivation for physical education. *Young Sports Science of Ukraine: Collection of Scientific Papers in Physical Education, Sports and Human Health*, 15(2), 106–109.
10. Malkhazov, O. R. (2002). *Psychology and psychophysiology of motor activity management: Monograph*. Kyiv: Eurolinia.
11. Perepelytsia, A., Fokina, Y., & Kovalchuk, V. (2022). Motivation as an influencing factor in sports activities. *Theory and Methods of Physical Education and Sports*, 4, 89–94. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.4.89-94>
12. *Psychophysiological support of students' readiness for pedagogical activity: Monograph*, edited by O. M. Kokun. (2008). Kyiv: Pedahohichna dumka. ISBN 978-966-644-116-7
13. Serdiuk, L. Z. (2014). Diagnosis of students' learning motivation orientation in higher educational institutions. *Scientific Bulletin of Mykolaiv V. O. Sukhomlynskyi National University: Collection of Scientific Works*, 2.12(103), 163–168.
14. Sikorska, L., & Vozniuk, T. (2024). The influence of sports games on the quality of life of student youth. *Current Issues of Physical Education and Sports Training Methods*, 4, 19–30. <https://doi.org/10.31652/3041-2463/2024-4-2>
15. Khurtenko, O. V., & Bortun, B. O. (2019). Structural features of the formation of motivation for sports among students. *Theory and Practice of Modern Psychology*, 2(1). UDC 159.947.5:796.011.1–057.875
16. Shaboltas, A. (2004). *Motives for doing sports*. Kyiv: Olympic Literature.
17. Biddle, S. J. H., Mutrie, N., & Gorely, T. (2015). *Psychology of physical activity: Determinants, well-being and interventions* (3rd ed.). Routledge.
18. Clancy, R. B., Herring, M. P., MacIntyre, T. E., & Campbell, M. J. (2016). A review of competitive sport motivation research. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 232–242. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.09.003>
19. Dowson, M., & McInerney, D. M. (2003). What do students say about their motivational goals? Towards a more complex and dynamic perspective on student motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 28(1), 91–113.

20. Snyder, C. R., Shorey, H. S., Cheavens, J., Pulvers, K. M., Adams, V. H., & Wiklund, C. (2002). Hope and academic success in college. *Journal of Educational Psychology*, 94(4), 820–826.

21. Van de Pol, P. K., & Kavussanu, M. (2012). Achievement motivation across training and competition in individual and team sports. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 1(2), 91–105. <https://doi.org/10.1037/a0025967>

22. Kim, Y.-e., Brady, A. C., & Wolters, C. A. (2020). College students' regulation of cognition, motivation, behavior, and context: Distinct or overlapping processes? *Learning and Individual Differences*, 80, 101872. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2020.101872>

Стаття надіслана до редколегії 21.02.2025

Статтю рекомендовано до друку 10.03.2025