

ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Хлус Наталія

Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка

Анотація. **Актуальність.** Протягом останніх років у закладах загальної середньої освіти спостерігається тенденція до зниження обсягу рухової активності учнів, що негативно позначається на показниках їх фізичного стану. Особливого значення набуває питання формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів середнього шкільного віку. Важливу роль у цьому питанні відіграє підвищення мотивації до рухової активності в повсякденному житті учнів, у тому числі до уроків фізичної культури, самостійних занять і вибір адекватних засобів компенсації дефіциту повсякденної рухової активності. **Мета дослідження:** дослідити особливості мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку та визначити шляхи її підвищення. **Методи дослідження:** аналіз літературних та Інтернет-джерел, педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний і контрольний етапи), крокометрія, хронометрія, метод пульсометрії, спостереження, опитувальники для дослідження мотивації до рухової активності, методи математичної статистики. **Результати роботи.** На констатувальному етапі педагогічного експерименту було визначено загальні рівні сформованості мотивації до рухової активності: в КГ високий рівень мають 4 учні (26 %); у 6 учнів (40 %) – середній рівень; 5 учнів (34 %) мають низький рівень. У ЕГ високий рівень мають 4 учні (24 %); у 6 учнів (35 %) – середній рівень; 7 учнів (41 %) – низький рівень. Зазначимо, що КГ і ЕГ за показниками майже однакові. На формувальному етапі було розроблено та впроваджено корекційно-розвивальну програму підвищення мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку. Впровадження програми відбувалося в три етапи: мотиваційний, діяльнісний і особистісно-заохочувальний. На контрольному етапі педагогічного експерименту було повторно проведено

RESEARCH ON THE MIDDLE SCHOOL STUDENTS' MOTIVATION FOR MOVEMENT ACTIVITY.

Khylus Nataliia

Abstract. Relevance. In recent years, it has been observed a tendency to reduce the volume of students' motor activity in secondary education institutions, which affects their physical condition negatively. The issue of forming, preserving and strengthening the health of middle school students is of particular importance. An important role in this issue is played by increasing motivation for motor activity in the daily life of students, including physical education lessons, independent studies and the selection of adequate means of compensating for the deficit of everyday motor activity. **The purpose of the study:** to research the features of middle school students' motivation for motor activity and determine ways to increase it. **Research methods:** analysis of literary and Internet sources, pedagogical experiment (ascertaining, formative and control stages), pedometer, chronometry, pulse rate method, observation questionnaires for studying motivation for motor activity, methods of mathematical statistics. **Results of the research.** At the ascertaining stage of the pedagogical experiment, the general levels of formation of motivation for motor activity were determined: in the control group, 4 students (26%) had a high level; 6 students (40%) had an average level; 5 students (34%) had a low level; in the experimental group, 4 students (24%) had a high level; 6 students (35%) had an average level; 7 students (41%) had a low level. It should be noted that the control and experimental groups were almost identical in terms of indicators. At the formative stage, a correctional and developmental program was developed and implemented to increase middle school students' motivation for motor activity. The implementation of the program was held in three stages: motivational, activity and personal-incentive. At the control stage of the pedagogical experiment, an investigation of the

дослідження рівнів сформованості мотивації до рухової активності учнів. Отримали такі результати: в КГ високий рівень мотивації мають 4 учня (27%), середній рівень – 6 учнів (40%), низький рівень – 5 учнів (33 %). В ЕГ високий рівень мають 6 учнів (35 %), середній рівень – 8 учнів (47 %), низький рівень – 3 учня (18 %). **Висновки.** Порівняльний аналіз результатів на констатувальному та контрольному етапі педагогічного експерименту свідчить про ефективність впровадження корекційно-розвивальної програми підвищення мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку.

levels of students' motivation for motor activity was re-conducted. The following results were obtained: in the control group, 4 students (27%) had a high level of motivation, 6 students (40%) had an average level, and 5 students (33%) had a low level; in the experimental group, 6 students (35%) had a high level, 8 students (47%) had an average level, and 3 students (18%) had a low level.

Conclusions. A comparative analysis of the results at the ascertaining and control stages of the pedagogical experiment indicates the effectiveness of the implementation of a correctional and developmental program to increase middle school students' motivation for motor activity.

Ключові слова: *мотивація, рухова активність, учні середнього шкільного віку, крокометрія, хронометрія, корекційно-розвивальна програма.*

Keywords: *motivation, motor activity, students of middle school age, pedometry, chronometry, correctional and developmental program.*

Постановка проблеми. Протягом останніх років під час освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти (ЗЗСО) спостерігається тенденція до зниження обсягу рухової активності учнів, що негативно позначається на показниках їх фізичного стану [1, 5]. Особливої соціальної значущості набувають питання формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів, а особливо це стосується учнів середнього шкільного віку. Важливу роль у цьому питанні відіграє підвищення мотивації до рухової активності в повсякденному житті учнів, у тому числі до уроків фізичної культури, самостійних занять і вибір адекватних засобів компенсації дефіциту повсякденної рухової активності. Науковці продовжують відзначати дефіцит рухової активності учнів, низький рівень фізичної підготовленості й фізичного здоров'я, що свідчить про потребу в поглибленому вивченні мотиваційних механізмів, що стимулюють рухову активність [2, 3, 8]. Як зазначає професор Т. Ю. Круцевич [10], рухова активність – характерний чинник здорового способу життя учня, яка визначає спрямованість його здібностей, знань, навичок, прагнень, концентрацію вольових зусиль на реалізацію навчальних потреб і фізкультурно-спортивних інтересів.

Вивчення мотивів, які активізують прагнення учнів до рухової активності, а зокрема до систематичних занять фізичною культурою та спортом є однією з важливих педагогічних проблем у фізичному вихованні, оскільки мотиви мають вирішальне значення в поведінці й стимуляції активної діяльності [14]. Науковці В.М. Пристинський, Н.О. Курисько, Т. М. Пристинська, О. І. Григоренко [13] серед мотивів до рухової активності виділяють загальні та конкретні. До загальних мотивів відносять бажання учнів займатись будь-яким видом рухової активності або фізичними вправами, до конкретних – бажання займатись тільки улюбленим

видом спорту. На їх думку, мотиви можуть бути спрямовані на процес діяльності (потреба в руховій активності, отримання вражень від спортивної діяльності) і на результат (прагнення до самовдосконалення, самоствердження, самовираження).

Аналіз основних досліджень і публікацій. Значну роль у вивченні мотивації учнів до рухової активності відіграють дослідження таких науковців як Н. Б. Горшкова [6]; Я. І. Кравчук [9]; В. Д. Винник [4]; С. А. Закопайло [7]. Теоретичні та методичні засади мотивації до занять фізичною культурою та спортом зазначено в працях Є. Франків, І. Григуса [16]; Н. Москаленко, Н. Решетилової [11]; Ю. Цюпак, Т. Цюпак, І. Васкан, Ю. Цюпак, О. Швай, Л. Гнітецького [15].

Таким чином, дослідження мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку є надзвичайно важливим для вчителів фізичної культури, учнів і їх батьків. Це дає змогу розробити ефективні підходи та корекційно-розвивальну програму щодо залучення учнів середнього шкільного віку до активного способу життя та формування позитивного ставлення до занять фізичною культурою та спортом.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дослідження виконано в рамках плану науково-дослідної роботи кафедри теорії і методики фізичного виховання Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка на 2023–2027 рр. за темою «Вдосконалення методичних, психологічних і організаційних основ фізкультурно-спортивної та туристично-краєзнавчої роботи з різними групами населення» (номер державної реєстрації теми в УКР ІНТЕІ: 0122U201671).

Мета дослідження – дослідити особливості мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку та визначити шляхи її підвищення.

Відповідно до поставленої мети були відокремлені такі **завдання дослідження**: 1. Дослідити особливості мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку. 2. Розробити та перевірити ефективність корекційно-розвивальної програми підвищення мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку.

Матеріал і методи дослідження. *Учасники та організація дослідження.* З метою дослідження особливостей мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку було проведено педагогічний експеримент на базі Кролевецького ліцею № 1 Кролевецької міської ради Сумської області. Експериментальне дослідження було проведено з учнями середнього шкільного віку, загальна кількість – 36 учнів (5-А, 5-Б клас), з яких було сформовано контрольну групу (КГ, n=15; 5-А) та експериментальну групу (ЕГ, n=17; 5-Б). Учні КГ та ЕГ займалися фізичною культурою два рази на тиждень за Модельною навчальною програмою «Фізична культура. 5-6 класи» для ЗЗСО [12].

Методи дослідження: теоретичний аналіз літературних джерел, педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний і контрольний етапи), крокометрія, хронометрія, метод пульсометрії, спостереження, опитувальники для дослідження мотивації до рухової активності, методи математичної статистики.

Для дослідження мотивації до рухової активності учнів були підібрані діагностичні методики: опитування «Методика оцінювання мотивації навчання» (М. І. Лук'янової, Н. В. Калініної), адаптованої до сучасних умов Л. М. Маниловою (методика вибору улюблених шкільних предметів); опитувальник «Дослідження мотивів відвідування занять різними видами рухової активності» (за М. Є. Маркушевою); методика оцінювання мотивації навчання Н. Лусканової (анкетування та проєктивна частина (малювання на задану тему). Дослідження рівня рухової активності учнів здійснювалося за допомогою методу крокометрії (вимірювання кількості зроблених учнем кроків протягом дня), хронометрія; методом пульсометрії досліджувалася інтенсивність рухової активності учнів. Показники порівнювалися з добовими нормами рухової активності для цієї групи учнів [10].

Результати дослідження. Для отримання необхідних даних про особливості мотивації до рухової активності (перевагу видів діяльності за освітньою програмою НУШ) було проведено опитування з учнями КГ та ЕГ «Методика оцінювання мотивації навчання» (М. І. Лук'янової, Н. В. Калініної). Отримали такі результати: в КГ 27 % учнів вибрали найулюбленіший шкільний предмет – це фізична культура та українська мова, 20 % – образотворче мистецтво, по 13 % учнів – математику та історію. В ЕГ – 30 % учнів вибрали математику, 24 % учнів – фізичну культуру, по 17 % – образотворче мистецтво та математику, 12 % – історію.

Під час опитування за методикою «Дослідження мотивів відвідування занять різними видами рухової активності» (за М. Є. Маркушевою), учням КГ та ЕГ пропонувалося відповісти на ряд питань, а саме: «Чому Ви займаєтеся руховою активністю?» (табл. 1).

Таблиця 1

**Мотиви відвідування занять руховою активністю учнів КГ та ЕГ
на констатувальному етапі**

№	Мотиви відвідування занять руховою активністю	Група	
		КГ (n=15)	ЕГ (n=17)
1.	Заняття проходить весело, отримую гарний настрій	4 (27 %)	4 (24 %)
2.	Щоб стати красивими, стрункими, сильними та здоровими	3 (20 %)	3 (17 %)
3.	Подобається грати в ігри під час занять	4 (27 %)	5 (30 %)
4.	Подобається змагатися один з одним	2 (13 %)	3 (17 %)
5.	Подобається вчитель фізичної культури	2 (13 %)	2 (12 %)

Зміст методики оцінювання мотивації навчання за Н. Лускановою складався з двох частин: анкетування та проєктивної частини (малювання на задану тему).

Під час проведення анкетування за методикою Н. Лусканової для виявлення рівня мотивації до занять фізичною культурою, отримали результати: в КГ 4 учня (27 %) мають високий рівень мотивації до рухової активності; 6 учнів (40 %) –

середній рівень; 5 учнів (33 %) мають низький рівень. В ЕГ по 5 учнів (30 %) мають високий і середній рівень; 7 учнів (40 %) мають низький рівень (рис. 2).

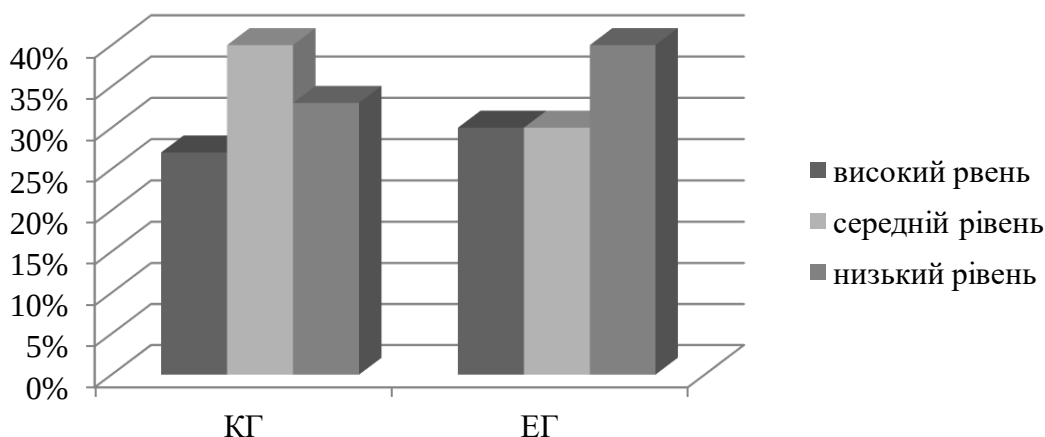


Рис. 2. Результати анкетування за методикою Н. Лусканової на констатувальному етапі експерименту

Після проведення проективної частини методики (малювання на задану тему) отримано результати, які представлено в табл. 3.

Таблиця 3

Рівні сформованості мотивації до рухової активності за методикою Н. Лусканової на констатувальному етапі

Група	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
КГ (n=15)	5 (33 %)	5 (33 %)	5 (34 %)
ЕГ (n=17)	6 (35 %)	6 (30 %)	6 (35 %)

Після проведення з учнями КГ та ЕГ діагностування рівнів рухової активності та порівнявши з добовими нормами рухової активності (за Т.Ю. Круцевич), отримали такі результати (табл. 4).

Таблиця 4

Показники рівнів рухової активності учнів КГ та ЕГ на констатувальному етапі

Діагностичні методики	Експериментальні групи	Рівні рухової активності					
		Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
		Кіл.	%	Кіл.	%	Кіл.	%
Інтенсивність рухової активності методом пульсометрії	КГ (n=15)	3	20	6	40	6	30
	ЕГ (n=17)	4	24	6	35	7	41
Крокометрія	КГ (n=15)	3	20	5	33	7	47
	ЕГ (n=17)	4	24	6	35	7	41
Хронометрія	КГ (n=15)	4	26	5	33	6	40
	ЕГ (n=17)	4	24	7	41	6	35

Інтенсивність рухової активності методом пульсометрії досліджувалася під час заняття руховою активністю: в КГ високий рівень мають 3 учня (20%), середній 6 учнів (40%), низький рівень – 6 учнів (30 %). В ЕГ високий рівень мають 4 учня (24 %), середній 6 учнів (35 %), низький рівень – 7 учнів (41 %).

Метод крокометрії: в КГ високий рівень рухової активності мають 3 учня (20 %), середній рівень мають 5 учнів (33 %), низький рівень – 7 учнів (47%). В ЕГ високий рівень рухової активності мають 4 учня (24 %), середній рівень мають 6 учнів (35 %), низький рівень – 7 учнів (41%).

Метод хронометрії та педагогічного спостереження: в КГ високий рівень мають 4 учня (26 %), середній 5 учнів (33 %), низький рівень – 6 учнів (40 %). В ЕГ високий рівень мають 4 учня (24 %), середній 7 учнів (41 %), низький рівень – 6 учнів (35 %).

Після проведення всіх діагностичних методик на констатувальному етапі педагогічного експерименту отримали загальні рівні сформованості мотивації до рухової активності учнів (табл. 5).

Таблиця 5

Загальні рівні сформованості мотивації до рухової активності учнів КГ та ЕГ на констатувальному етапі

Група	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
КГ (n=15)	4 (26 %)	6 (40 %)	5 (34 %)
ЕГ (n=17)	4 (24 %)	6 (35 %)	7 (41 %)

Таким чином, після проведення діагностичних методик, зазначаємо, що більшість учнів КГ і ЕГ перебували на середньому та низькому рівні сформованості мотивації до рухової активності.

На формувальному етапі педагогічного експерименту було розроблено корекційно-розвивальну програму підвищення мотивації до рухової активності в учнів середнього шкільного віку (рис. 3). Метою корекційно-розвивальної програми є формування мотивації в учнів середнього шкільного віку до підвищення рухової активності.

Завдання програми: розширити теоретичні знання учнів про значення рухової активності; залучати учнів до рухової активності в режимі навчального дня у взаємозв'язку школа–родина. Корекційно-розвивальна програма впроваджувалася в три етапи: мотиваційний, діяльнісний і особистісно-заохочувальний.

Мотиваційний етап передбачає формування комплексу взаємопов'язаних мотивів під час виховних годин, що спонукали учнів: до самоаналізу власного рухового режиму дня, його порівняння з об'єктивно-необхідною нормою їхньої вікової групи; пробуджувало інтерес до різних форм і засобів фізичного виховання; посилювало відчуття потреби дбати про збереження й зміцнення власного здоров'я, а також відповідальності за стан фізичної підготовленості.

Діяльнісний етап спрямовувався на залучення учнів до використання фізичної культури та різних видів рухової активності в щоденному побуті. Було відновлено фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня закладу загальної середньої освіти (ранкова гімнастика перед початком уроків, динамічні хвилини, паузи, рухливі перерви).

Особистісно-заохочувальний етап сприяв залученню учнів до самостійних занять руховою активністю (ранкова гігієнічна гімнастика, виконання домашніх завдань із фізичної культури, рекомендовані вчителями й особистісно-орієнтованих комплексів для фізичного самовдосконалення).



Рис. 3 Корекційно-розвивальна програма підвищення мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку

Під час реалізації корекційно-розвивальної програми підвищення мотивації до рухової активності були використані такі форми: виховні години (мотиваційний етап); оздоровчі заходи в режимі навчального дня, позакласні заходи (діяльнісний етап); самостійна робота (особистісно-заохочувальний етап).

На контрольному етапі педагогічного експерименту було повторно проведено дослідження рівнів сформованості мотивації до рухової активності учнів КГ та ЕГ та рівень їх рухової активності.

Після дослідження рівнів рухової активності учнів КГ та ЕГ, отримані показники порівняли з добовими нормами рухової активності учнів (табл. 6).

Таблиця 6

**Показники рівнів рухової активності учнів КГ та ЕГ
на контрольному етапі**

Діагностичні методики	Експериментальні групи	Рівні рухової активності					
		Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
		Кіл.	%	Кіл.	%	Кіл.	%
Інтенсивність рухової активності методом пульсометрії	КГ (n=15)	4	27	6	40	5	33
	ЕГ (n=17)	6	35	8	47	3	18
Крокометрія	КГ (n=15)	4	27	6	40	5	33
	ЕГ (n=17)	6	35	7	41	4	24
Хронометрія	КГ (n=15)	4	27	7	46	4	27
	ЕГ (n=17)	6	35	8	47	3	18

Інтенсивність рухової активності методом пульсометрії: в КГ високий рівень мають 4 учня (27 %), середній 6 учнів (40%), низький рівень – 5 учнів (33 %). В ЕГ високий рівень мають 6 учнів (35 %), середній 8 учнів (47 %), низький рівень – 3 учнів (18 %).

Метод крокометрії: в КГ високий рівень рухової активності мають 4 учня (27 %), середній рівень мають 6 учнів (40 %), низький рівень – 5 учнів (33 %). В ЕГ високий рівень рухової активності мають 6 учнів (35 %), середній рівень мають 7 учнів (41 %), низький рівень – 4 учня (24 %).

Метод хронометрії та педагогічного спостереження: в КГ високий рівень мають 4 учня (27 %), середній рівень – 7 учнів (46 %), низький рівень – 4 учня (27 %). В ЕГ високий рівень мають 6 учнів (35 %), середній рівень – 8 учнів (47 %), низький рівень – 3 учня (18 %).

На контрольному етапі педагогічного експерименту отримали загальні рівні сформованості мотивації до рухової активності учнів (табл. 7).

Таблиця 7

**Загальні рівні сформованості мотивації до рухової активності учнів
КГ та ЕГ на контрольному етапі**

Група	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
КГ (n=15)	4 (27 %)	6 (40 %)	5 (33 %)
ЕГ (n=17)	6 (35 %)	8 (47 %)	3 (18 %)

У кінці педагогічного експерименту отримали такі результати: В КГ високий рівень мотивації до рухової активності мають 4 учня (27 %), середній рівень мають 6 учнів (40%), низький рівень – 5 учнів (33 %). Щодо ЕГ високий рівень мають 6 учнів (35 %), середній рівень – 8 учнів (47 %), низький рівень – 3 учня (18 %).

Дискусія. Узагальнення результатів попередніх досліджень [4, 5, 7] дозволяє зауважити, що до загальних мотивів відносять бажання учнів займатись будь-яким видом рухової активності або фізичними вправами, до конкретних – бажання займатись тільки улюбленим видом спорту. В нашому дослідженні ми підвередили наукові обґрунтування авторів, що мотиви можуть бути спрямовані на процес діяльності (потреба в руховій активності, отримання вражень від спортивної діяльності) і на результат (прагнення до самовдосконалення, самоствердження, самовираження) [13]. Під час педагогічного експерименту розроблено та впроваджено корекційно-розвивальну програму підвищення мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку. Порівнюючи показники, які отримали на констатувальному етапі педагогічного експерименту з показниками контрольного етапу відмічаємо покращення високого та середнього рівнів у КГ та ЕГ. Суттєве збільшення кількості учнів з високим і середнім рівнем відбулося в ЕГ.

Таким чином, після проведення діагностичних методик на контрольному етапі експерименту, в ЕГ спостерігаємо значне покращення показників, що свідчить про ефективність впровадження корекційно-розвивальної програми підвищення мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку.

Висновки. Проведений нами педагогічний експеримент складався з констатувального, формуального та контрольного етапів. На констатувальному етапі педагогічного експерименту було визначено загальні рівні сформованості мотивації до рухової активності: в КГ високий рівень сформованості мотивації до рухової активності мають 4 учня (26 %); 6 учнів (40 %) – середній рівень; 5 учнів (34 %) мають низький рівень. В ЕГ високий рівень сформованості мотивації до рухової активності мають 4 учні (24 %); 6 учнів (35 %) – середній рівень; 7 учнів (41 %) – низький рівень. Після отримання результатів зазначаємо, що і КГ і ЕГ мають показники однакового рівня.

На формуальному етапі педагогічного експерименту було розроблено та впроваджено корекційно-розвивальну програму підвищення мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку. Зміст програми було спрямовано на впровадження засобів фізичного виховання в повсякденне життя учнів. Впровадження програми відбувалося в три етапи: мотиваційний, діяльнісний і особистісно-заохочувальний. Ефективність реалізації програми забезпечували такі форми: виховні години (мотиваційний етап); оздоровчі заходи в режимі навчального дня, позакласні заходи (діяльнісний етап); самостійна робота (особистісно-заохочувальний етап).

На контрольному етапі педагогічного експерименту було повторно проведено діагностичними методиками дослідження рівнів сформованості мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку. Отримали такі

результати: в КГ високий рівень мотивації до рухової активності мають 4 учня (27 %), середній рівень мають 6 учнів (40%), низький рівень – 5 учнів (33 %). Щодо ЕГ високий рівень мають 6 учнів (35 %), середній рівень – 8 учнів (47 %), низький рівень – 3 учня (18 %). На кінець педагогічного експерименту в ЕГ спостерігаємо значне покращення показників, що свідчить про ефективність впровадження корекційно-розвивальної програми підвищення мотивації до рухової активності учнів середнього шкільного віку.

Перспективи подальших досліджень полягають у подальшому дослідженні мотивації до рухової активності учнів молодшого шкільного віку.

Список літературних джерел:

1. Боднар І. Р., Гук Г. І., Рихаль В. І., Пастерніков В. В. Рухова активність дітей середнього шкільного віку. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 11 (157) 2022. С. 35–40.
2. Бойко О. Теоретичні аспекти впливу мотиваційних складових на підвищення ефективності занять із фізичної культури. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту. ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т. ім. Лесі Українки, 2013. № 1 (21). С. 94–98.
3. Васкан І. Г. Стан та перспективи вдосконалення спеціально- організованої рухової активності учнів у загальноосвітніх навчальних закладах. Молодий вчений. 2017. № 3 (1). С. 54–57.
4. Винник В. Д. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням. Теорія та методика фізичного виховання. 2010. № 12. С. 39–42.
5. Власюк О. Деякі проблеми фізичного виховання школярів і сучасні шляхи їх розв'язання. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. С. 30–33.
6. Горшкова Н. Б. Мотивація школярів до занять фізичною культурою і спортом. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту, 2005. № 6–7. С. 130–133.
7. Закопайло С. А. Формування мотивації та інтересу в учнів загальноосвітніх шкіл до занять фізичною культурою. Вісник Кам'янець-

References:

1. Bodnar, I. R., Huk, H. I., Rykhal, V. I., & Pasternikov, V. V. (2022). Rukhova aktyvnist ditei serednoho shkilnoho viku. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Vypusk, 11 (157). S. 35–40. [in Ukrainian].
2. Boiko, O. (2013). Teoretychni aspekty vplyvu motyvatsiinykh skladovykh na pidvyshchennia efektyvnosti zaniat iz fizychnoi kultury. Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : zb. nauk. pr. Skhidnoievrop. nats. un-tu. im. Lesi Ukrinky / uklad. A. V. Tsos, S. P. Kozibrotskyi. Lutsk: Skhidnoievrop. (nats. un-t. im. Lesi Ukrinky, № 1 (21). S. 94–98. [in Ukrainian].
3. Vaskan, I. H. (2017). Stan ta perspektyvy vdoskonalennia spetsialno-orhanizovanoi rukhovoi aktyvnosti uchniv u zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladykh. Molodyi vchenyi. № 3 (1). S. 54–57. [in Ukrainian].
4. Vynnyk, V. D. (2010). Osoblyvosti formuvannia interesu ta motyvatsii do zaniat fizychnym vykhovanniam. Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia. № 12. S. 39–42. [in Ukrainian].
5. Vlasiuk, O. (2016). Deiaki problemy fizychnoho vykhovannia shkoliariv i suchasni shliakhy yikh rozviazannia. Sportyvnyi visnyk Prydniprov'ia. S. 30–33. [in Ukrainian].
6. Horshkova, N. B. (2005). Motyvatsiia shkoliariv do zaniat fizychnoiu kulturoiu i sportom. Aktualni problemy fizychnoi kultury i sportu, № 6–7. S. 130–133. [in Ukrainian].
7. Zakopailo, S. A. (2015). Formuvannia motyvatsii ta interesu v uchniv zahalnoosvitnikh shkil do zaniat fizychnoiu kulturoiu. Visnyk Kamianets-Podilskoho

- Подільського національного університету імені Івана Огієнка. 2015. Вип. 8. С. 140–146.
8. Кіндзера А. Б., Боднар І. Р. Характеристика фізичної активності школярів 5-9 класів. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Київ, 2017. № 5 (86), С. 144–147.
9. Кравчук Я. Формування у школярів інтересу до виконання фізичних вправ. Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. 2009. № 2. С. 67–71.
10. Круцевич Т. Ю. Методичні рекомендації щодо визначення добової рухової активності школярів. Київ: Наук. світ, 2004. 18 с.
11. Москаленко Н., Решетилова Н. Сучасні підходи щодо підвищення рухової активності дітей шкільного віку. Вісник Придніпров'я. 2018. С. 203–208.
12. Педан, О.С., Коломоєць Г.А., Боляк А.А., Ребрина А.А., Деревянко В.В., Стеценко В.Г., Остапенко О.І., & Лакіза О.М. (2022). Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти. «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 17.08.2022 року № 752.
13. Пристинський В. М., Курисько Н. О., Пристинська Т. М., Григоренко О. І. Взаємозв'язок пізнавальної активності та розвитку мотивації до занять фізичною культурою в навчально-виховному процесі загальноосвітніх шкіл. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. проф. С. С. Єрмакова. Харків : ХДАДМ (ХХІІ), 2008. № 6. С. 59–63.
14. Психологічна діагностика мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства : монографія / Н. В. Пророк, Л. О. Кондратенко, Л. М. Манилова та ін. ; за ред. Н. В. Пророк. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2020. 131 с.
15. Цюпак Ю., Цюпак Т., Васкан natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohiiienka. Vyp. 8. S. 140–146. [in Ukrainian].
8. Kindzera, A. B., & Bodnar, I. R. (2017). Kharakterystyka fizychnoi aktyvnosti shkoliariv 5-9 klasiv. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Kyiv, № 5 (86), S. 144–147. [in Ukrainian].
9. Kravchuk, Ya. (2009). Formuvannia u shkoliariv interesu do vykonannia fizychnykh vprav. Fizychna kultura, fizychnе vykhovannia riznykh hrupp naselennia. № 2. S. 67–71. [in Ukrainian].
10. Krutsevych, T. Yu. (2004). Metodychni rekomendatsii shchodo vyznachennia dobovoi rukhovoi aktyvnosti shkoliariv. Kyiv: Nauk. svit, 18 s. [in Ukrainian].
11. Moskalenko, N., & Reshetylova, N. (2018). Suchasni pidkhody shchodo pidvyshchennia rukhovoi aktyvnosti ditei shkilnoho viku. Visnyk Prydniprov'ia. S. 203–208. [in Ukrainian].
12. Pedan, O.S., Kolomoiets H.A., Boliak A.A., Rebryna A.A., Derevianko V.V., Stetsenko V.H., Ostapenko O.I., & Lakiza O.M. (2022). Modelna navchalna prohrama «Fizychna kultura. 5-6 klasy» dlia zakladiv zahalnoi serednoi osvity. «Rekomendovano Ministerstvom osvity i nauky Ukrainy» nakaz Ministerstva osvity i nauky Ukrainy vid 17.08.2022 roku № 752. [in Ukrainian].
13. Prystynskyi, V. M., Kurysko, N. O., Prystynska, T. M., & Hryhorenko, O. I. (2008). Vzaïmozv'iazok piznavalnoi aktyvnosti ta rozvytku motyvatsii do zaniat fizychnoiu kulturoiu v navchalno-vykhovnomu protsesi zahalnoosvitnikh shkil. Pedahohika, psykhohohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu : nauk. monohr. / za red. prof. S. S. Yermakova. Kharkiv : KhDADM (KhKhIP), № 6. S. 59–63. [in Ukrainian].
14. Psykhohohichna diahnostyka motyvatsii osobystosti do navchannia v umovakh informatsiinoho suspilstva : monohrafiia (2020) / N. V. Prorok, L. O. Kondratenko, L. M. Manylova ta in. ; za red. N. V. Prorok. Kyiv: Vydavnychi Dim «Slovo», 131 s. [in Ukrainian].
15. Tsiupak, Yu., Tsiupak, T., Vaskan, I., Tsiupak, Yu., Shvai, O., & Hnitetskyi, L. (2019). Rukhova aktyvnist u strukturi

- І., Цюпак Ю., Швай О., Гнітецький Л. Рухова активність у структурі мотиваційно-ціннісних орієнтацій підлітків. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2019. № 2(46). С. 48–54.
16. Франків Є. Є., Григус І. М. Мотивація рухової активності школярів. Теорія та методика фізичного виховання. 2012. № 6. С. 15–18.
- motyvatsiino-tsinnisnykh oriientatsii pidlitkiv. Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorov'ia u suchasnomu suspilstvi. № 2(46). S. 48–54. [in Ukrainian].
16. Frankiv, Ye. Ye., & Hryhus, I. M. (2012). Motyvatsiia rukhovoі aktyvnosti shkoliariv. Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia. № 6. S. 15–18. [in Ukrainian].

DOI: 10.31652/2071-5285-2025-19(38)-103-114

Відомості про автора:

Хлус Н. О.; orcid.org/0000-0001-9860-1047; Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка