

ISSN 2786-6645
ISSN online 2786-6653
DOI 10.31891/PCS

Науковий журнал

PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE

2024, № 4

Scientific journal

PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE

2024, Issue 4

Хмельницький 2024
Khmelnyskyi 2024

PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE

SCIENTIFIC JOURNAL

Professional publication of category "B"

Published since 2022 year

4 time a year

Khmelnitskyi, 2024, № 4 (11)

Establishers: Khmelnytskyi National University (Ukraine)

National Library of Ukraine named after V. Vernadsky <http://nbuv.gov.ua/j-tit/phcssp>

The journal is included in scientometric databases:

Google Scholar <https://scholar.google.com.ua/citations?user=XZ66NF8AAAAAJ&hl=uk>

Index Copernicus <https://journals.indexcopernicus.com/search/details?id=70162&lang=en>

CrossRef <http://doi.org/10.31891/PCS>

Editors

Yevgen PAVLYUK

doctor of pedagogical sciences, professor, Professor of Department of Theory and
Methods of Physical Education and Sport, Khmelnytskyi National University
(Khmelnitskyi, Ukraine)

Executive

Nataliia ANTOKHOVA

secretary

senior laboratory technician of the department of physical therapy, occupational therapy, Khmelnytskyi
National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Editorial board:

Monika WILKOŚC-DEBCZYŃSKA

Casimir the Great University (Bydgoszcz, Poland)

Olexander SKALIY

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy (Bydgoszcz, Poland)

Mirosława SZARK-ECKARDT

Casimir the Great University (Bydgoszcz, Poland)

Lorenzo BILLIET

Amsterdam Public Health This link is disabled. (Amsterdam, Netherlands)

Dariusz W. SKALSKI

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu im Jędrzeja Śniadeckiego w
Gdańsku (Gdańsk, Poland)

Halyna KONDRATSKA

Drohobits'kij derzhavnij pedagogichnij universitet imeni Ivana Franka
(Drohobych, Ukraine)

Mykola MAISTRUK

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Zoryana KORYTKO

Lviv State University of Physical Culture (Lviv, Ukraine)

Oleh BAZYLCHUK

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Oleksandr SOLTAK

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Yurii DUTCHAK

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Valeria TYSHCHENKO

Zaporizhzhia National University (Zaporizhzhia, Ukraine)

Anatolii REBRYNA

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Viktorii BOHUSLAVSKA

Vinnitsa State Pedagogical University named after Mykhailo Kotsyubynskyi
(Vinnitsa, Ukraine)

Valentina TODOROVA

South Ukrainian National Pedagogical University named
after K. D. Ushynsky (Odesa, Ukraine)

Kateryna TYMRUK-SKOROPAD

Lviv State University of Physical Culture (Lviv, Ukraine)

Olena HAIDUK

National Pirogov Memorial Medical University (Vinnitsya, Ukraine)

Oksana PAVLYUK

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Tetyana CHOPYK

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Mariia BALAZH

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Oleh KVASNYTSIA

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Oleksandr ANTONIUK

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Yaroslav HNATCHUK

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Sergiy GUMENYUK

Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University (Ternopil,
Ukraine)

Vira BAZYLCHUK

Khmelnitskyi National University (Khmelnitskyi, Ukraine)

Technical editor

Kravchuk Yurii

Recommended for publication by the decision of the Academic Council of Khmelnytskyi National University, protocol № 6 from 24.12.2024

Editorial

Scientific journal "PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE",

board

Khmelnitskyi National University, Instytutska str. 11, Khmelnytskyi, 29016, Ukraine

address:



+38 (067) 381 79 86

e-mail:

pcs@khmnu.edu.ua

web:

<http://pcs.khmnu.edu.ua/>
<http://lib.khnu.km.ua/pcs.htm>

Registration of an entity in the field of print media:

Decision of the National Council of Ukraine on Television and Radio Broadcasting No. 1373 of April 25, 2024.

Media ID: R30-03989

© Khmelnytskyi National University
© Editorial board "PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE", 2024

PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE

НАУКОВИЙ ЖУРНАЛ

Фахове видання категорії "Б". Наказ Міністерства освіти і науки України
про затвердження рішень Атестаційної колегії №1166 від 23.12.2023 року

Засновано у 2022 році

Виходить 4 рази на рік

Хмельницький, 2024, № 4 (11)

Засновник:

Хмельницький національний університет (Україна)

Наукова бібліотека України ім. В.І. Вернадського

<http://nbuv.gov.ua/j-tit/phcssp>

Журнал включено до наукометричних баз:

Google Scholar <https://scholar.google.com.ua/citations?user=XZ66NF8AAAAAJ&hl=uk>
Index Copernicus <https://journals.indexcopernicus.com/search/details?id=70162&lang=en>
CrossRef <http://doi.org/10.31801/PCS>

Головний
редактор

Павлюк Євген Олександрович

доктор педагогічних наук, професор, Хмельницький національний університет
(м. Хмельницький, Україна)

Відповідальний
секретар

Антохова Наталія Михайлівна,
старший лаборант кафедри фізичної терапії, ерготерапії,
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Члени редколегії:

Вількосць-Дембчинська Моніка
Університет Капімара Великого (Бидгощ, Польща)

Богуславська Вікторія Юріївна
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла
Коцюбинського (м. Вінниця, Україна)

Скалій Олександр Вячеславович
Університет економіки (м. Бидгощ, Польща)

Тодорова Валентина Георгіївна
Підприємство національний педагогічний університет імені
К. Д. Ушинського (м. Одеса, Україна)

Шарк-Ескард Мирослава
Університет Капімара Великого (Бидгощ, Польща)
Більє Лоренцо
Департамент охорони здоров'я (Амстердам, Нідерланди)

Тимрук-Скоропад Катерина Анатоліївна
Львівський державний університет фізичної культури (м. Львів, Україна)

Гайдук Олена Анатоліївна
Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова
(м. Вінниця, Україна)

Павлюк Оксана Сергіївна
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Чопик Тетяна Вікторівна
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Скальські Даріуш В
Академія фізичного виховання і спорту імені Єнджея Спідецького в Гданську
(м. Гданськ, Польща)

Кондрацька Галина Дмитрівна
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка
(м. Дрогобич, Україна)

Майструк Микола Іванович
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Балаж Марія Степанівна
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Коритко Зоряна Ігорівна
Львівський державний університет фізичної культури (м. Львів, Україна)

Квасниця Олег Михайлович
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Базильчук Олег Вікторович
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Антонюк Олександр Васильович
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Солтик Олександр Олександрович
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Гнатчук Ярослав Ілліч
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Дутчак Юрій Васильович
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Гуменюк Сергій Васильович
Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка
(м. Тернопіль, Україна)

Базильчук Віра Богданівна
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Тищенко Валерія Олексіївна
Запорізький національний університет (м. Запоріжжя, Україна)

Ребрина Анатолій Арсенович
Хмельницький національний університет (м. Хмельницький, Україна)

Технічний редактор

Кравчик Юрій

Рекомендовано до друку рішенням

Вченої ради Хмельницького національного університету, протокол № 6 від 24.12.2024

Адреса: Україна, 29016, м. Хмельницький, вул. Інститутська, 11, Хмельницький національний університет,
редакція журналу "PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE"

☎ +38 (067) 381 79 86

e-mail: pcs@khmnu.edu.ua

web: <http://pcs.khmnu.edu.ua/>
<http://lib.khmnu.km.ua/PCS.htm>

Реєстрація суб'єкта у сфері друкованих медіа :

Рішення Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення №1373 від 25.04.2024.

Ідентифікатор медіа: R30-03989

© Хмельницький національний університет

© Редакція журналу "PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE", 2024

УДК 796.093:127:311

СОБКО Ірина

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

<https://orcid.org/0000-0002-4920-9775>e-mail: sobko.iryana18@gmail.com**ГРИНЧЕНКО Ігор**

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

<https://orcid.org/0000-0001-7469-5819>e-mail: igorgrincenko1963@gmail.com**ПОДМАРЬОВА Ірина**

Харківський національний економічний університет імені С. Кузнеця

<https://orcid.org/0000-0002-9339-6504>e-mail: podmareva@ukr.net**ШИНКАРЕНКО Євгеній**

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

<https://orcid.org/0009-0000-7946-8949>e-mail: evgenyushrinkage@gmail.com

ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ШКОЛЯРІВ СТАРШИХ КЛАСІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Програма фізичного виховання школярів передбачає різні форми організації занять, спрямовані на компенсацію дефіциту рухової активності, який виникає в умовах інтенсивного загальноосвітнього процесу. **Мета дослідження** розробити та перевірити ефективність методів і засобів формування позитивного ставлення школярів старших класів до занять фізичною культурою. **Учасники:** Учасники - учні 11 класу у кількості 26 чоловік (14 дівчат, 12 хлопців) Комунального закладу "Харківський ліцей № 169 Харківської міської ради". Експеримент тривав 9 тижнів з березня по травень 2024. На початку та в кінці експерименту було проведено анкетування в інтерактивній формі за допомогою гугл форми. **Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення наукової літератури, метод анкетування, методи математичної статистики: результати анкети були порівняні за допомогою таблиць сполучності. **Результати:** впроваджено експериментальну програму, що поєднує звичайні уроки з фізичної культури з різними заходами, з метою зацікавлення та залучення школярів до рухової активності. Один з 3 уроків фізичної культури досліджуваної групи приділявся проведенню заходу, а саме челендж «10 тисяч кроків», «TikTok Sport челендж», лекції про здоровий спосіб життя та олімпійську Україну, онлайн Прес-конференція з видатними спортсменами, онлайн-конференції «Мій улюблений спорт», «День самоврядування». Виявлено, що результати позитивних відповідей на питання анкети мають достовірно вищий показник після проведення експерименту ($p < 0,05$; $p < 0,01$). **Висновки:** Показано ефективність використання комплексу онлайн та офлайн заходів, що сприяло підвищенню зацікавленості учнів у заняттях, розвитку їхньої мотивації до фізичної активності, розширенню знань про здоровий спосіб життя, формуванню позитивного емоційного ставлення до спорту, а також покращенню фізичної підготовки й соціальних навичок.

Ключові слова: школярі, анкетування, фізична культура, заходи, мотивація.

<https://doi.org/10.31891/pcs.2024.4.14>

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Основною метою якісної програми фізичного виховання є формування у школярів стійкої мотивації до ведення здорового способу життя, розвиток фізичних здібностей, підтримка оптимального рівня фізичної підготовленості, а також виховання цінностей, пов'язаних із колективною взаємодією, самодисципліною та відповідальним ставленням до свого здоров'я [1]. Вчителі фізичної культури можуть досягти цієї мети надаючи молодим людям середовище фізичної активності,

структуроване таким чином, щоб підвищити їхню мотивацію стати і залишатися фізично активними. Кілька нещодавніх оглядів окреслили використання різних теоретичних підходів, які можуть виявитися ефективними у створенні мотиваційного середовища, що підвищує фізичну активність створення середовищ, що сприяють підвищенню мотивації до фізичної активності [6,11,14]

Олексієнко (2018) зазначив, що двох уроків фізичної культури на тиждень недостатньо для досягнення позитивних змін у стані здоров'я учнів. Щонайменше, необхідно 10-12 годин різноманітної рухової активності, включаючи ігри, ходьбу, біг, ранкову гімнастику та заняття спортом.

Проте, за статистичними даними, лише близько 15-20% учнів займаються додатковою позанавчальною руховою діяльністю [2].

Автори галузі фізичної культури підкреслюють, що інтерес до фізичної культури є одним із проявів складних мотиваційних процесів [4,8]. Задоволеність учнів заняттями з фізичної культури може бути важливою для створення інтересу до занять спортом, що є важливим для набуття учнями звички до фізичних вправ [15,18].

Aksoy (2020) зазначив, що на задоволеність заняттями з фізичної культури більшою мірою може впливати роль вчителя, який більшою мірою залежить від ролі, яку відіграє вчитель у класі [7]. Його дослідження показують, що роль вчителя можна розглядати як одну з причин формування дисципліни на уроці фізичної культури; настільки, що деякі автори виділяють мотиваційний клімат, створений вчителем у класі, як такий, що несе відповідальність за успішну або неуспішну поведінку учнів успішну або неуспішну поведінку учнів. Попередні дослідження продемонстрували необхідність більш детального вивчення ролі вчителя у підтримці дисципліни та впливу на соціальне середовище в класі [1,9].

Результати показали, що більшість учнів усвідомлюють позитивний вплив фізичних вправ на здоров'я, але не задоволені рівнем своєї фізичної підготовки. Незадоволеність фізичними заняттями пояснюється також низькою ефективністю поточної системи фізичного виховання. [10,12,16].

Дослідження було проведено відповідно науково-дослідної роботи за темою кафедри олімпійського і професійного спорту, спортивних ігор та туризму Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди на 2021-2026 р. р.: «Розробка і обґрунтування технологій зміцнення здоров'я і гармонійного розвитку людей різних вікових і соціальних груп» (№ держреєстрації: 0121U110053).

2. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Мета дослідження розробити та перевірити ефективність методів і засобів формування позитивного ставлення школярів старших класів до занять фізичною культурою.

Матеріал і методи дослідження.

Учасники - учні 11 класу у кількості 26 чоловік (14 дівчат, 12 хлопців) Комунального закладу "Харківський ліцей № 169 Харківської міської ради". Всі учасники відносяться до основної медичної групи. Учасники та їх батьки дали згоду на участь в експерименті. У дослідженні застосовувався метод математичної статистики з використанням програми Microsoft Excel та SPSS Statistic 26, результати опитування були порівняні з використанням критерію хі-квадрат для перевірки взаємної незалежності двох змінних у таблиці сполучень.

Організація дослідження. Експеримент тривав 9 тижнів з березня по травень 2024.

До та після впровадження експериментальної програми учні заповнили анкету «Вплив різноманітних факторів на формування мотивації школярів старших класів». Опитування пройшло в онлайн-форматі за допомогою Google Forms [4].

Запитання:

1. Вчитель, зазвичай, привертає нашу увагу і робить уроки цікавішими і веселими
2. Вчитель проводить уроки таким чином, що ми звертаємо увагу і розуміємо свої помилки при виконанні вправ
3. Вчитель впроваджує сучасні методики та засоби фізичної активності
4. Зазвичай я отримую задоволення на уроках фізичної культури
5. Я отримую задоволеність від дистанційних занять з фізичної культури
6. Я бачу переваги відвідування уроків фізичної культури та отримую корисний практичний досвід з кожного уроку
7. Я відчуваю велике задоволення, коли вивчаю нові навички або граю у нові спортивні або рухливі ігри
8. Я вважаю, що учитель фізичної культури повністю задоволений, коли всі учні покращують свої навички
9. Навчання викликає у мене бажання займатися спортом додатково
10. Мене повністю задовольняє популяризація фізичної активності та спорту в нашій школі
11. Мене задовольняє атмосфера та відносини у нашому класі на заняттях фізичною культурою
12. Завдання та вправи, які ми виконуємо на уроках відповідають нашому рівню підготовки

13. Я вважаю за необхідність відвідування занять з фізичної культури для опанування знаннями та отримання оцінок на уроці

14. Заняття підвищують мою самоповагу, самовираження, самоствердження

15. Завдяки фізичній культурі і спорту я можу мати привабливий зовнішній вигляд, підтримувати або покращувати фігуру, розвивати м'язи та покращити фізичні здібності

Експериментальна програма включала комплекс онлайн та офлайн заходів з метою зацікавлення та залучення школярів до рухової активності. В розкладі досліджуваної групи 3 уроки фізичної культури на тиждень. Один урок на тиждень приділявся заходу із експериментальної програми.

1 захід, проведення челенджу «10 тисяч кроків» Мета заходу: розвинути звичку повсякденної рухової активності. Активність: кожного дня проходити щонайменш 10 тис. кроків; відслідковувати кількість кроків за допомогою телефона або за наявності смарт годинника. Учні, які виконали челендж мінімум 25 днів за весь період експерименту, отримали додаткові бали до оцінки в семестрі.

2 захід, проведення «TikTok Sport челлендж». Мета заходу: залучити учнів до здорового способу життя використовуючи сучасні канали спілкування, соціалізувати школярів. Активність: учні розбилися на пари або групи з декількох осіб та вели блог з пропагандою здорового способу життя: про харчування, спорт, прогулянки, розваги на свіжому повітрі, активний відпочинок.

3 захід, лекція «Здоровий спосіб життя – основа довголіття», з інтерактивною презентацією та вікториною. Мета: ознайомити учнів з основними аспектами здорового способу життя, підкреслити важливість фізичної активності, правильного харчування, та психологічного благополуччя, огляд важливості регулярних фізичних вправ; вплив фізичної активності на здоров'я. вивчення основних принципів здорового харчування; важливості збалансованого раціону: білки, жири, вуглеводи, вітаміни та мінерали; правильного режиму харчування та ролі води в організмі. Активність: учні самостійно обирають порядок тем лекції та відповідають на поточні питання інтерактивної презентації.

4 захід, проведення Майстер-клас з баскетболу «Розвиток координаційних здібностей, ознайомлення з технічними навичками у баскетболі та стимулювання командного духу» на відкритому баскетбольному майданчику. Мета: вивчення базових рухів на місці з м'ячем; ознайомлення з дриблінгом в баскетболі; ознайомлення з найпопулярнішими фінтами в баскетболі. Активність: товариський матч з баскетболу 5 на 5 із заміною гравців.

5 захід, Лекція «Олімпійська Україна». Мета: ознайомити з історією та досягненнями українських спортсменів на Олімпійських іграх, а також надихнути на підтримку та розвиток олімпійського руху в Україні, короткий огляд історії участі України в Олімпійських іграх; знайомство з відомими українськими чемпіонами та призерами Олімпійських ігор, ознайомлення з національним олімпійським комітетом України

6 захід, проведення Спортивно-виховного заходу «Рухайся до перемоги!». Мета: заохочення учнів до здорового способу життя та розвиток фізичних якостей. Активність: церемонія відкриття заходу, привітальні слова гостей, гімн України; цікаві естафети серед учнів 10-А, 11-А та 11-Б класів, нагородження переможців

7 захід, онлайн Прес-конференція з видатними спортсменами. Мета: залучити школярів займатися спортом через надихаючі історії успіху видатних спортсменів, надати інформацію про запрошених спортсменів (МСМК з бадмінтону, учасник Олімпійських ігор 2020, Артем Почтарьов, Заслужений майстер спорту України, срібний та бронзовий призер чемпіонатів світу Роман Свічкарь). Активність: питання від учнів на тему «Історія спортивної кар'єри. Виклики та досягнення на шляху до успіху»

8 захід, онлайн-конференція «Мій улюблений спорт» Мета: залучити учнів до самостійних роздумів про улюблені види фізичної активності; розвиток комунікативних, лідерських якостей. Активність: напередодні заходу всі бажаючи готують доповідь та презентацію (3-4 слайди) про свій улюблений вид спорту (короткий опис спорту, основні правила, особистий досвід учасника, досягнення та цікаві факти). Готову роботу учень відправляє вчителю на перевірку. Під час зустрічі школярі

виступають зі своєю доповіддю та відповідають на питання.

9. захід, «День самоврядування». Мета: розвиток лідерських якостей, навички організації. Активність: проведення онлайн-уроків фізичної культури разом з вчителем для учнів молодших класів за навчальною програмою. Завдання учнів підібрати корисні цікаві вправи та наглядно демонструвати їх класу.

3. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБҐРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

Після проведення експерименту було порівняно результати відповідей на запитання анкети, за критерієм хі-квадрат виявлено, що відповіді досліджуваної групи спортсменів суттєво не відрізняються до та після експерименту за відповідями №1, №2, №7, №8, №10, №11, №12, №14, №15. Однак відповіді на інші запитання анкети за критерієм хі-квадрат показали, достовірне підвищення позитивної відповіді в кінці експерименту.

Відповідей ТАК на питання №3 «Вчитель впроваджує сучасні методики та засоби фізичної активності» (табл. 1.1, 1.2) виявилось достовірно більше після експерименту ($p < 0,0001$).

Таблиця 1.1.

Результати відповідей старшокласників на питання №3 у відсотках до та після експерименту (n = 26)

Варіанти відповідей		ТАК	НІ	НЕ ЗНАЮ
До експерименту	Кількість	2	13	11
	Очікувана кількість	2,0	13,0	11,0
	%	7,7%	50,0%	42,3%
Після експерименту	Кількість	19	5	2
	Очікувана кількість	19,0	5,0	2,0
	%	73,1%	19,2%	7,7%

Застосування запропонованих заходів на заняттях дозволило вчителю осучаснити засоби та методи фізичної культури, що

допомогло учням краще засвоювати навчальне навантаження.

Таблиця 1.2.

Результатів відповідей старшокласників на питання №3 за критерієм хі-квадрат до та після експерименту (n = 26)

Назва статистичного показника	Значення	Асимптотична значимість (2-стороння)	Значимість Монте-Карло (2-стороння)	99% confidence interval	
				Нижня межа	Верхня межа
Хі-квадрат Пірсона	23,548	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
Відносини правдоподібності	26,446	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
Критерій Фішера	24,704		0,0001	0,0001	0,0001
Лінійний зв'язок	20,232	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001

Відповідей ТАК на питання №4, «Зазвичай я отримую задоволення на уроках фізичної культури» (табл. 2.1., 2.2.) виявилось

достовірно більше після експерименту ($p < 0,05$).

Таблиця 2.1.

Результати відповідей старшокласників на питання №4 у відсотках до та після експерименту (n = 26)

Варіанти відповідей		ТАК	НІ	НЕ ЗНАЮ
До експерименту	Кількість	12	7	7
	Очікувана кількість	12,0	7,0	7,0
	%	46,2%	26,9%	26,9%
Після експерименту	Кількість	21	3	2
	Очікувана кількість	21,0	3,0	2,0
	%	80,8%	11,5%	7,7%

Результати відповідей після проведення експерименту на дане твердження показує, що старшокласникам сподобались зміни в

проведенні уроків, вони переживають приємні емоції, стають більш життєрадісними та енергійними.

Таблиця 2.2.

Результати відповідей на питання №4 за критерієм хі-квадрат старшокласників до та після експерименту (n = 26)

Назва статистичного показника	Значення	Асимптотична значимість (2-стороння)	Значимість Монте-Карло (2-стороння)	99% confidence interval	
				Нижня межа	Верхня межа
Хі-квадрат Пірсона	6,832	0,033	0,039	0,034	0,044
Відносини правдоподібності	7,074	0,029	0,045	0,039	0,050
Критерій Фішера	6,610		0,039	0,034	0,044
Лінійний зв'язок	6,216	0,013	0,019	0,015	0,022

Відповіді на питання №5 «Я отримую задоволеність від дистанційних занять з фізичної культури» (табл. 3.1, 3.2.) суттєво не

відрізняються при порівнянні показників після експерименту ($p > 0,05$).

Таблиця 3.1.

Результати відповідей старшокласників на питання №5 у відсотках до та після експерименту (n = 26)

Варіанти відповідей		ТАК	НІ	НЕ ЗНАЮ
До експерименту	Кількість	18	2	6
	Очікувана кількість	18,0	2,0	6,0
	%	69,2%	7,7%	23,1%
Після експерименту	Кількість	23	1	2
	Очікувана кількість	23,0	1,0	2,0
	%	88,5%	3,8%	7,7%

Відповіді на це запитання вказують на позитивну динаміку покращення результатів, хоча вона і не є статистично значущою. Оновлені уроки з іграми змогли забезпечити

позитивну атмосферу, що дозволяє старшокласникам повністю зануритися в навчальний процес, відволіктися від стресу, пов'язаного з воєнним станом в нашій країні.

Таблиця 3.2.

Результати відповідей старшокласників на питання №5 за критерієм хі-квадрат до та після експерименту (n = 26)

Назва статистичного показника	Значення	Асимптотична значимість (2-стороння)	Значимість Монте-Карло (2-стороння)	99% confidence interval	
				Нижня межа	Верхня межа
Хі-квадрат Пірсона	2,943	0,230	0,341	0,329	0,353
Відносини правдоподібності	3,044	0,218	0,341	0,329	0,353
Критерій Фішера	2,906		0,273	0,261	0,284
Лінійний зв'язок	2,831	0,092	0,135	0,126	0,144

Відповідь ТАК на питання №6 «Я бачу переваги відвідування уроків фізичної культури та отримую корисний практичний

досвід з кожного уроку» (табл. 4.1, 4.2) показує достовірне підвищення результату після експерименту ($p < 0,001$).

Таблиця 4.1

Результати відповідей старшокласників на питання №6 у відсотках до та після експерименту (n = 26)

Варіанти відповідей		ТАК	НІ	НЕ ЗНАЮ
До експерименту	Кількість	6	8	12
	Очікувана кількість	6,0	8,0	12,0
	%	23,1%	30,8%	46,2%
Після експерименту	Кількість	17	5	4
	Очікувана кількість	17,0	5,0	4,0
	%	65,4%	19,2%	15,4%

Можна підкреслити правильну організацію уроків та професійну методику викладання навчального матеріалу вчителем,

що дозволяє спрямоване на формування необхідних знань з метою ведення здорового способу життя.

Таблиця 4.2

Результати відповідей старшокласників на питання №6 за критерієм хі-квадрат до та після експерименту (n = 26)

Назва статистичного показника	Значення	Асимптотична значимість (2-стороння)	Значимість Монте-Карло (2-стороння)	99% confidence interval	
				Нижня межа	Верхня межа
Хі-квадрат Пірсона	9,953	0,007	0,007	0,005	0,010
Відносини правдоподібності	10,367	0,006	0,010	0,007	0,012
Критерій Фішера	9,872		0,009	0,006	0,011
Лінійний зв'язок	9,303	0,002	0,004	0,002	0,005

Відповіді ТАК на питання №9 «Навчання викликає у мене бажання займатися спортом

додатково» (табл. 5.1., 5.2.) мають достовірно вищий показник після експерименту ($p < 0,05$).

Таблиця 5.1

Результати відповідей на питання №9 у відсотках старшокласників до та після експерименту (n = 26)

Варіанти відповідей		ТАК	НІ	НЕ ЗНАЮ
До експерименту	Кількість	11	6	9
	Очікувана кількість	11,0	6,0	9,0
	%	42,3%	23,1%	34,6%
Після експерименту	Кількість	21	3	2
	Очікувана кількість	21,0	3,0	2,0
	%	80,8%	11,5%	7,7%

Результати відповідей на дане твердження показує, що старшокласникам сподобалось спілкування з відомими

спортсменами та перегляд мотиваційних спортивних відео.

Таблиця 5.2

Результати відповідей на питання №9 за критерієм хі-квадрат старшокласників до та після експерименту (n = 26)

Назва статистичного показника	Значення	Асимптотична значимість (2-стороння)	Значимість Монте-Карло (2-стороння)	99% confidence interval	
				Нижня межа	Верхня межа
Хі-квадрат Пірсона	8,580	0,014	0,014	0,011	0,016
Відносини правдоподібності	9,016	0,011	0,014	0,011	0,016
Критерій Фішера	8,435		0,014	0,011	0,016
Лінійний зв'язок	8,211	0,004	0,006	0,004	0,008

Відповіді на питання №13 «Я вважаю за необхідність відвідування занять з фізичної культури для опанування знаннями та

отримання оцінок на уроці» (табл. 6.1, 6.2) відрізняються не достовірно після експерименту ($p > 0,05$).

Таблиця 6.1.

Результати відповідей на питання №13 у відсотках старшокласників до та після експерименту (n = 26)

Варіанти відповідей		ТАК	НІ	НЕ ЗНАЮ
До експерименту	Кількість	15	5	6
	Очікувана кількість	15,0	5,0	6,0
	%	57,7%	19,2%	23,1%
Після експерименту	Кількість	22	2	2
	Очікувана кількість	22,0	2,0	2,0
	%	84,6%	7,7%	7,7%

Достатньо високий результат відповідей ТАК, хоча і не достовірний, означає, що їх основна мотивація полягає не в отриманні знань або розвитку навичок, а лише в отриманні формального результату, який

відобразиться в їхньому табелі. Такий підхід може свідчити про недостатню зацікавленість у предметі або навчанні загалом.

Таблиця 6.2.

Результати відповідей на питання №13 за критерієм хі-квадрат старшокласників до та після експерименту (n = 26)

Назва статистичного показника	Значення	Асимптотична значимість (2-стороння)	Значимість Монте-Карло (2-стороння)	99% confidence interval	
				Нижня межа	Верхня межа
Хі-квадрат Пірсона	4,610	0,100	0,114	0,106	0,122
Відносини правдоподібності	4,754	0,093	0,114	0,106	0,122
Критерій Фішера	4,413		0,114	0,106	0,122
Лінійний зв'язок	4,117	0,042	0,062	0,056	0,069

Таким чином, експериментальна методика, що поєднує звичайні уроки з фізичної культури з різними заходами, такими як лекції, презентації, різні види рухової активності та челенджі, сприяє підвищенню мотивації старшокласників до занять. Адже впроваджені форми навчання дозволили урізноманітнити процес навчання, подолати рутину традиційних уроків фізичної культури, зробити його більш цікавим і привабливим для учнів. Використання презентацій та челенджів створюють інтерактивне середовище, що сприяє формуванню внутрішньої мотивації, оскільки учні відчувають себе учасниками освітнього процесу, а не просто спостерігачами. На сьогоднішній день спілкування та показ успішних спортсменів та активних людей у ЗМІ та соціальних мережах надихає школярів різного віку інших слідувати їх прикладу. Популяризація спорту та рухової активності може призвести до збільшення кількості спортивних заходів, секцій та гуртків, що робить фізичну активність більш доступною

адже, коли активний спосіб життя стає модними та соціально схваленим, більше людей відчувають бажання приєднатися до цього руху, щоб бути в тренді [19]. Сучасні старшокласники активно залучені до челенджів у соціальних мережах. Інтеграція цього формату в заняття фізичною культурою робить їх більш актуальними для молоді, створює дух суперництва та бажання досягти результатів, що мотивує до участі. Використання різних видів фізичних вправ дозволяє учням обрати ті, які відповідають їхнім інтересам і можливостям, що підвищує задоволення від занять і стимулює до подальшої участі у фізичній культурі [13,16,20].

4. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Показано ефективність використання комплексу онлайн та офлайн заходів, що сприяло підвищенню зацікавленості учнів у

заняттях, розвитку їхньої мотивації до фізичної активності, розширенню знань про здоровий спосіб життя, формуванню позитивного емоційного ставлення до спорту, а також покращенню фізичної підготовки й соціальних навичок.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці засобів дистанційного навчання галузі фізичного виховання і спорту для удосконалення освітнього процесу школярів старших класів.

Література

1. Безверхня Г. В., Цибульська В. В., Гончар Г. І. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів та студентів. *Монографія. Умань, ВПЦ «Візаві»*, 2016, 234 с.
2. Олексієнко Я. І. Формування мотивації до занять фізичною культурою у школярів – запорука зміцнення їхнього здоров'я. 2018, С.1-3. <https://www.pdau.edu.ua/np/pdf2/5.pdf>
3. Омеляненко О. Виховання дисциплінованості як основи спортивного тренування учнів. Витоки педагогічної майстерності. 2015, Випуск 16, С. 210-217.
4. Собко І., Собко Я., Баламута Н., Курило І. Формування мотивації юних спортсменів до занять плаванням у дистанційному тренувальному процесі. *Physical culture and sport: scientific perspective*, 2024. №(3), С. 103–113. <https://doi.org/10.31891/pcs.2024.3.17>
5. Шалар О. Г., Гузар В. М., Шалар О. Г., Унгурян А. А., Бережков Т. І. Виховання дисциплінованості підлітків на уроках фізичної культури. *XIV Міжнар. наук.-практ. конф. «Актуальні проблеми сучасної біології та здоров'я людини»: зб. наук. праць Миколаїв*, 2014. Вип. 14. С. 23-26.
6. Щирба В. А. Проблема формування інтересу та мотивації до занять фізичною культурою старших школярів. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2016. №1. С. 16-23.
7. Aksoy P. The Challenging Behaviors Faced by the Preschool Teachers in Their Classrooms, and the Strategies and Discipline Approaches Used against These Behaviors: The Sample of United States. *Particip. Educ. Res.* 2020, №7, С. 79–104.
8. Escartí A., & Gutiérrez M. Influence of the motivational climate in physical education on the intention to practice physical activity or sport. *European Journal of Sport Science*, 2020, №1(4), pp. 1–12. <https://doi.org/10.1080/17461390100071406>
9. Claver F., Martínez-Aranda L., Conejero M., Gil-Arias A. Motivation, Discipline, and Academic Performance in Physical Education: A Holistic Approach From Achievement Goal and Self-Determination Theories. *Front. Psychol., Educational Psychology*, 2020, pp. 11-18 <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01808>
10. Filatova Z., Prontenko K., Griban G., Medvedeva, I., Alosyna, A., Bloshchynskyi I., Bezpalii S., Bychuk O., Mudryk Z., Bychuk I., Radziyevsky V., Yevtushok M. Interrelation of Students' Motivation for Physical Education and Their Physical Fitness Level. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 2020. Vol.8 №2.1, pp.896-900. Doi: 10.30472/ijaep.v8i2.1.566
11. Granero-Gallegos A., Baena-Extremera A., Bracho-Amador C., Pérez-Quero F.J. Metas sociales, clima motivacional, disciplina y actitud del alumno según el docente. Social Goals, Motivational Climate, Discipline and Attitudes of the Student According to Teacher. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 2016, 16 (64), pp. 649-666. <http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2016.64.00>
12. Johnson C.E. Erwin H.E., Kipp L., Beighle A. Student perceived motivational climate, enjoyment, and physical activity in middle school physical education. *J. Teach. Phys. Educ.* 2017, 36, 398–408.
13. Mandigo J. L., & Holt N. L. Putting theory into practice: How cognitive evaluation theory can help us motivate children in physical activity environments. *Journal of Physical Education, Recreation St Dance*, 2010. №71(1), pp. 44-49.
14. Marchenko S., Ivashchenko O., Khudolii O., Lubchenkov R. Use of game tools in martial arts for endurance development. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 2023, №27(6), pp. 494-502. <https://doi.org/10.15561/26649837.2023.0608>
15. Hassandra M., Goudas M., Chroni S. Examining factors associated with intrinsic motivation in physical education: a qualitative approach. This study was funded by a research grant from the Research Committee of the University of Thessaly. *Psychology of Sport and Exercise*, 2013, №4(3), pp. 211-223, [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00006-7](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00006-7).
16. Leyton-Román M., José León J., Batista M., Jiménez-Castuera R. Predictive Model for Amotivation and Discipline in Physical Education Students Based on Teaching–Learning Styles. *Sustainability*. 2021, №13, pp. 187-194. <https://dx.doi.org/10.3390/su13010187>
17. Moreno J. A., Zomeño T. E., Marín L. M., Ruiz L. M., Cervelló E. Percepción de la utilidad e importancia de la EF según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 2013, 362 p.
18. Rama Kurniawan, Febrita Paulina Heynoek, Fajar Raya Ferdinal Kusuma Bakti, Cahyo Nugroho Sigit. Motivation in physical education for junior high school students: a gender perspective. *Journal of Physical Education and Sport*, 2022, №22 (12), Art 389, pp. 3072-3079.
19. Sobko I.M., Chucha Y.I., Podmaryova I.A., Nagovitsyna O.P., Zhuravlova I.M. Application of the video-tutorial "Challenge for Referees" in sports training of young basketball referees for the game season. *Health, Sport, Rehabilitation*, 2021, 7(1), 42-53. <https://hsr-journal.com/index.php/journal/article/view/30/23>

20. Stéphanie Girard, Jérôme St-Amand and Roch Chouinard. Motivational Climate in Physical Education, Achievement Motivation, and Physical Activity: A Latent Interaction Model. *Journal of Teaching in Physical Education*. 2021, №38(4), pp. 305–315.

s

References

1. Bezverkhnia H. V., Tsybul'ska V. V., Honchar H. I. Motyvatsiia do zaniat fizychnoiu kulturoiu i sportom shkoliariv ta studentiv. Monohrafiia. Uman, VPTs «Vizavi», 2016, 234 s.
2. Oleksiienko Ya. I. Formuvannia motyvatsii do zaniat fizychnoiu kulturoiu u shkoliariv – zaporuka zmitsnennia yikhnoho zdorovia. 2018, S.1-3. <https://www.pdau.edu.ua/np/pdf2/5.pdf>
3. Omelianenko O. Vykhovannia dystsyplinovanosti yak osnovy sportyvnoho trenuvannia uchniv. Vytoky pedahohichnoi maisternosti. 2015, Vypusk 16, S. 210-217.
4. Sobko I., Sobko Ya., Balamutova. N., Kurylo I. Formuvannia motyvatsii yunikh sportsmeniv do zaniat plavanniam u dystantsiinomu trenuvalnomu protsesi. Physical culture and sport: scientific perspective, 2024. №(3), S. 103–113. <https://doi.org/10.31891/pcs.2024.3.17>
5. Shalar O. H., Huzar V. M., Shalar O. H., Unhurian A. A., Berezhkov T.I. Vykhovannia dystsyplinovanosti pidlitkiv na urokakh fizychnoi kultury. XIV Mizhnar. nauk.-prakt. konf. «Aktualni problemy suchasnoi biolohii ta zdorovia liudyny»: zb. nauk. prats Mykolaiv, 2014. Vyp. 14. S. 23-26.
6. Shchyryba V.A. Problema formuvannia interesu ta motyvatsii do zaniat fizychnoiu kulturoiu starshykh shkoliariv. Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia. 2016. №1. S. 16-23.
7. Aksoy P. The Challenging Behaviors Faced by the Preschool Teachers in Their Classrooms, and the Strategies and Discipline Approaches Used against These Behaviors: The Sample of United States. *Particip. Educ. Res.* 2020, №7, C. 79–104.
8. Escarti A., & Gutiérrez M. Influence of the motivational climate in physical education on the intention to practice physical activity or sport. *European Journal of Sport Science*, 2020, №1(4), pp. 1–12. <https://doi.org/10.1080/17461390100071406>
9. Claver F., Martínez-Aranda L., Conejero M., Gil-Arias A. Motivation, Discipline, and Academic Performance in Physical Education: A Holistic Approach From Achievement Goal and Self-Determination Theories. *Front. Psychol., Educational Psychology*, 2020, pp. 11-18 <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01808>
10. Filatova Z., Prontenko K., Griban G., Medvedeva, I., Alosyna, A., Bloshchynskyi I., Bezpaliy S., Bychuk O., Mudryk Z., Bychuk I., Radziyevsky V. Yevtushok M. Interrelation of Students' Motivation for Physical Education and Their Physical Fitness Level. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 2020. Vol.8 №2.1, pp.896-900. Doi: 10.30472/ijaep.v8i2.1.566
11. Granero-Gallegos A., Baena-Extremera A., Bracho-Amador C., Pérez-Quero F.J. Metas sociales, clima motivacional, disciplina y actitud del alumno según el docente. Social Goals, Motivational Climate, Discipline and Attitudes of the Student According to Teacher. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 2016, 16 (64), pp. 649-666. <http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2016.64.00>
12. Johnson C.E. Erwin H.E., Kipp L., Beighle A. Student perceived motivational climate, enjoyment, and physical activity in middle school physical education. *J. Teach. Phys. Educ.* 2017, 36, 398–408.
13. Mandigo J. L., & Holt N. L. Putting theory into practice: How cognitive evaluation theory can help us motivate children in physical activity environments. *Journal of Physical Education, Recreation St Dance*, 2010. №71(1), pp. 44-49.
14. Marchenko S., Ivashchenko O., Khudolii O., Lubchenkov R. Use of game tools in martial arts for endurance development. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 2023, №27(6), pp. 494-502. <https://doi.org/10.15561/26649837.2023.0608>
15. Hassandra M., Goudas M., Chroni S. Examining factors associated with intrinsic motivation in physical education: a qualitative approach. This study was funded by a research grant from the Research Committee of the University of Thessaly, *Psychology of Sport and Exercise*, 2013, №4(3), pp. 211-223, [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00006-7](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00006-7).
16. Leyton-Román M., José León J., Batista M., Jiménez-Castuera R. Predictive Model for Amotivation and Discipline in Physical Education Students Based on Teaching–Learning Styles. *Sustainability*. 2021, №13, pp. 187-194. <https://dx.doi.org/10.3390/su13010187>
17. Moreno J. A., Zomeño T. E., Marín L. M., Ruiz L. M., Cervelló E. Percepción de la utilidad e importancia de la EF según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 2013, 362 p.
18. Rama Kurniawan, Febrita Paulina Heynoek, Fajar Raya Ferdinal Kusuma Bakti, Cahyo Nugroho Sigit. Motivation in physical education for junior high school students: a gender perspective. *Journal of Physical Education and Sport*, 2022, №22 (12), Art 389, pp. 3072-3079.
19. Sobko I.M., Chucha Y.I., Podmaryova I.A., Nagovitsyna O.P., Zhuravlova I.M. Application of the video-tutorial "Challenge for Referees" in sports training of young basketball referees for the game season. *Health, Sport, Rehabilitation*, 2021, 7(1), 42-53. <https://hsr-journal.com/index.php/journal/article/view/30/23>
20. Stéphanie Girard, Jérôme St-Amand and Roch Chouinard. Motivational Climate in Physical Education, Achievement Motivation, and Physical Activity: A Latent Interaction Model. *Journal of Teaching in Physical Education*. 2021, №38(4), pp. 305–315.

Abstract

SOBKO Iryna, HRYNCHENKO Ihor

H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

PODMARYOVA Iryna

Semen Kuznets Kharkiv National University of Economics

SHINKARENKO Yevgeny

H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

FORMATION OF A POSITIVE ATTITUDE OF HIGH SCHOOL STUDENTS TO PHYSICAL EDUCATION

*The program of physical education of schoolchildren provides for various forms of organizing classes aimed at compensating for the lack of physical activity that occurs in the conditions of an intensive general education process. **The purpose of the study** is to develop and test the effectiveness of methods and means of forming a positive attitude of high school students to physical education. **Participants:** The participants are 11th grade students in the amount of 26 people (14 girls, 12 boys) of the Municipal Institution "Kharkiv Lyceum № 169 of the Kharkiv City". The experiment lasted 9 weeks from March to May 2024. At the beginning and end of the experiment, an interactive survey was conducted using a Google form. **Research methods:** theoretical analysis and synthesis of scientific literature, questionnaire method, methods of mathematical statistics: the results of the questionnaire were compared using the connectivity tables. **Results:** an experimental program combining regular physical education lessons with various activities was implemented to interest and engage schoolchildren in physical activity. One of the 3 physical education lessons of the study group was devoted to an event, namely the "10 thousand steps" challenge, the "TikTok Sport Challenge", lectures on healthy lifestyles and Olympic Ukraine, an online press conference with prominent athletes, online conferences "My favorite sport", and "Self-government Day". It was found that the results of positive answers to the questionnaire have a significantly higher rate after the experiment ($p < 0.05$; $p < 0.01$). The effectiveness of using a set of online and offline activities has been shown, which contributed to increasing students' interest in classes, developing their motivation for physical activity, expanding knowledge about a healthy lifestyle, forming a positive emotional attitude to sports, as well as improving physical fitness and social skills.*

Keywords: schoolchildren, survey, physical education, activities, motivation.

Стаття надійшла до редакції 10.10.2024 р.