

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПІДЛІТКІВ 14-15 РОКІВ



Москаленко Дмитро, Пангелова Наталія
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

DOI:10.32540/2071-1476-2025-1-116

Annotation

Introduction and purpose of the study. The analysis of scientific research on the problem of personal physical culture formation indicates the need for scientific substantiation of modern approaches to solving this problem under the conditions of education reform in Ukraine.

The purpose of the study is to scientifically substantiate the technology of forming personal physical culture of adolescents aged 14-15 for the formation of sustainable motivation to engage in physical culture and sports.

Material and methods. To achieve this goal, the following research methods were used: analysis and synthesis of scientific and methodological literature, sociological research methods (questionnaires, surveys), and methods of mathematical statistics.

The results. As part of the ascertaining experiment, we conducted an anonymous survey of teachers to determine the ways of forming personal physical culture of schoolchildren by teachers.

We have developed the technology based on a comprehensive integrative approach to solving the problem of personal physical culture formation and includes the goal, tasks, principles, directions of influence, organizational and pedagogical conditions of implementation and effectiveness criteria. The implementation of this technology involves the ability to create an individual trajectory of personal physical education of students with the possibility of choosing modern forms, methods and means proposed in the innovative technology.

Conclusions. We conducted a survey of physical education teachers regarding the possibilities of implementing the technology of forming personal physical education in secondary education institutions. Teachers agree that physical education contributes to the formation of physical culture in pupils' personalities. In general, the survey results showed that 87% of teachers support the proposed approach to the formation of individual culture of pupils' personalities. However, 47% believe that the introduction of certain forms, namely facultative classes, is very difficult in the context of an educational institution; 31,6% said that there was an insufficient amount of methodological resources; 39,4% indicated the need for special training for teachers in the course of in-service training or webinars. Teachers noted that there are certain differences in the interpretation of the components of personal physical education, and that its complex nature, which involves the influence on the physical, mental, social, spiritual and value spheres of a pupil's development, is not fully taken into account. Accordingly, attention should be paid to the possibility of using all forms of physical education, including independent ones. The developed technology is based on a comprehensive integrative approach to solving the problem of personal physical culture formation and includes the goal, tasks, principles, directions of influence, organisational and pedagogical conditions of implementation and performance criteria.

Key words: physical culture of the person, technology, adolescents, physical education.

Анотація

Вступ і мета дослідження. Аналіз наукових досліджень з проблеми формування особистої фізичної культури свідчить про необхідність наукового обґрунтування сучасних підходів до вирішення даної проблеми в умовах реформування освіти в Україні.

Мета дослідження – науково обґрунтувати технологію формування особистої фізичної культури підлітків 14-15 років для формування стійкої мотивації до занять фізичною культурою та спортом.

Матеріал і методи. Для досягнення мети були використані такі методи дослідження: аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, соціологічні методи дослідження (анкетування, опитування), методи математичної статистики.

Результати. В рамках констатуючого експерименту нами було проведено анонімне анкетування учителів з метою визначення шляхів формування особистої фізичної культури школярів педагогами.

Розроблена нами технологія побудована на основі комплексного інтегративного підходу до вирішення проблеми формування особистої фізичної культури і включає: мету, завдання, принципи, напрями впливу, організаційно-педагогічні умови реалізації та критерії ефективності. Реалізація даної технології передбачає вміння створювати індивідуальну траєкторію особистої фізичної культури учнів з можливістю вибору сучасних форм, методів і засобів, запропонованих в інноваційній технології.

Висновки. Нами проведено опитування вчителів фізичної культури щодо можливостей реалізації технології формування особистісної фізичної культури в закладах загальної середньої освіти. Погляди учителів сходяться на думці, що фізкультурна галузь сприяє формуванню фізичної культури особистості школярів. У цілому результати опитування показали, що 87% вчителів підтримують запропонований підхід до формування індивідуальної культури особистості школярів. Однак, 47% вважають, що запровадження окремих форм, а саме – факультативних занять, є дуже складним в умовах навчального закладу; 31,6% висловились про недостатню кількість методичного забезпечення; 39,4% вказали на необхідність спеціальної підготовки вчителів у процесі підвищення кваліфікації або вебінарів. Вчителі зазначили, що є певні розходження у трактуванні складових компонентів особистої фізичної культури, не в повній мірі враховується її комплексний характер, що передбачає вплив на фізичну, психічну, соціальну, духовно-ціннісну сфери розвитку учня. Відповідно, слід звернути увагу на можливості застосування всіх форм організації фізичного виховання, у тому числі, самостійних. Розроблена нами технологія побудована на основі комплексного інтегративного підходу до вирішення проблеми формування особистої фізичної культури і включає мету, завдання, принципи, напрями впливу, організаційно-педагогічні умови реалізації та критерії ефективності.

Ключові слова: фізична культура особистості, технології, підлітки, фізичне виховання

Вступ. Метою нової загальної середньої освіти у відповідності до Концепції Нової української школи (НУШ) є різнобічний розвиток, виховання і соціалізація особистості, яка усвідомлює себе громадянином України, має прагнення до самовдосконалення і навчання впродовж життя, готова до свідомого життєвого вибору та самореалізації, трудової діяльності та громадської активності [21].

Важливу роль у процесі формування особистості відіграє фізична культура, яка спрямована на забезпечення високого рівня фізичного здоров'я дітей та молоді.

Т.Ю. Круцевич [17] розглядає фізичну культуру особистості як процес опанування духовними і матеріальними цінностями фізичної культури суспільства (знання, уміння, навички виховної, освіт-

ньої, оздоровчої, рекреаційної діяльності) для подальшого використання у процесі самовдосконалення і як результат – рівень фізичного і духовного здоров'я, яке людина змогла поліпшити, вдосконалити для забезпечення повноцінної біологічної, соціальної і духовної життєдіяльності.

Науковцями приділяється значна увага різним аспектам процесу формування фізичної культури особистості [2, 10, 13].

Про те, що фізична культура особистості – це комплексна проблема, яка повинна бути предметом всіх складових цілісної науки про фізичну культуру, зазначає В.О. Сутула [14].

В. Сутула зі співавторами [15] наголошують на тому, що фізична культура особистості є однією із характеристик загальної культури

людини, а процес формування фізичної культури особистості треба аналізувати крізь призму культурологічного підходу.

Науковцями проведена значна кількість досліджень, що стосуються наукового обґрунтування технологій формування особистої фізичної культури школярів, які мають свої особливості, характерні риси, специфічні засоби, методи та форми навчання.

Серед технологій, які впливають на формування особистої фізичної культури школярів, слід виділити технологію формування мотивів фізичного самовдосконалення підлітків на уроках фізичної культури, розроблену Артющенко О.Ф., Нечипоренко Л.А, Артющенко П.О. [1]. Вона побудована на спільній діяльності учня та вчителя із діагностування,

проекування, організації, контролю та корекції освітнього процесу для досягнення результату.

Одним із основних факторів, який впливає на формування особистої фізичної культури школярів, є вміння організувати самостійну фізкультурну діяльність.

Так, Л. Захожий [5] розробив технологію формування готовності школярів до самостійних занять фізичними вправами, яка спрямована на формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом.

Сучасний підхід, розроблений Д. Єлісеєвою [4] для залучення старшокласників до самостійних занять фізичним вихованням, містить формування системи знань з організації самостійних занять фізичним вихованням, формування свідомого ставлення до збереження і зміцнення здоров'я та комплексного впливу на свідому, емоційно-чуттєву і діяльну сферу особистості школяра.

Н.Л. Корж [7] науково обґрунтувала технологію формування у студентів мотивації до самостійних занять, яка включає передумови прагнення до успіху, самовдосконалення та соціалізації, мету, завдання, принципи фізичного виховання, етапи формування мотивації до самостійних занять фізичною культурою, критерії ефективності самостійних занять.

Так, технологія «формування в учнів загальноосвітньої школи мотивації до систематичних занять фізичною культурою», розроблена І.В. Іваній, І.О. Калініченко [6], була спрямована на формування у дітей позитивної мотивації до занять у різних формах фізичного виховання. Автори звертають увагу на розуміння школярами необхідності залучення до систематичних занять фізичними вправами, формування вмінь самоаналізу учнями показників фізичного стану, подолання психологічних перешкод засобами творчої діяльності, наявності зворотнього зв'язку від учителя

до особистості учня.

У цілому аналіз наукових досліджень з проблеми формування особистої фізичної культури свідчить про необхідність наукового обґрунтування сучасних підходів до вирішення даної проблеми в умовах реформування освіти в Україні. Дослідження виконано згідно тематичного плану науково-дослідної роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Університету Григорія Сковороди в Переяславі на 2020-2024 рр. за темою «Інтеграція фізичного, інтелектуального й духовного розвитку дітей, підлітків і молоді України в процесі фізкультурно-оздоровчої й спортивної діяльності» (№ державної реєстрації 0118U003847).

Мета – науково обґрунтувати технологію формування особистої фізичної культури підлітків 14-15 років для формування стійкої мотивації до занять фізичною культурою та спортом.

Матеріал і методи. Для досягнення мети були використані такі методи дослідження: аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, соціологічні методи дослідження (анкетування, опитування), методи математичної статистики.

Результати. Важлива роль у становленні особистості підлітка належить шкільному середовищу, фаховості педагогів й адміністрації закладу освіти, організації процесу навчання, якісного навчально-методичного, матеріального забезпечення, ставлення батьків.

У рамках констатуючого експерименту нами було проведено анонімне анкетування учителів з метою визначення шляхів формування особистої фізичної культури школярів з боку педагогів.

Серед пропозицій щодо реалізації завдань з особистісного розвитку школярів у фізичному вихованні учителі вказують на необхідність залучення дітей до систематичних занять у спортивних секціях і гуртках, у тому числі, на

безоплатній основі, поліпшення матеріально-технічної бази закладів освіти, впровадження інноваційних засобів і методів фізичного виховання, що викликають значний інтерес учнів, у тому числі, із застосуванням інформаційно-комунікаційних засобів, формування свідомості та відповідальності у процесі занять фізичними вправами, ціннісного ставлення до власного здоров'я, нарешті, повернення дітей до очної форми навчання для повноцінної організації освітнього процесу.

Таким чином, аналіз ставлення учителів до проблеми формування фізичної культури особистості школярів підтвердив, що це питання є складним і багатограним, залежить від багатьох чинників. Погляди учителів сходяться на думці, що фізкультурна галузь сприяє формуванню фізичної культури особистості школярів. Однак, є певні розходження у трактуванні складових компонентів особистої фізичної культури, не в повній мірі враховується її комплексний характер, що передбачає вплив на фізичну, психічну, соціальну, духовно-ціннісну сфери розвитку учня. Відповідно слід звернути увагу на можливості застосування всіх форм організації фізичного виховання, у тому числі, самостійних.

Аналіз наукових досліджень та результати констатувального експерименту дозволили науково обґрунтувати технологію формування особистої фізичної культури підлітків 14-15 років.

Передумовами створення технології нами визначені: біологічні, психологічні, соціокультурні та особистісні.

Мета технології – сформувати свідоме ставлення школярів до занять фізичною культурою і спортом для побудови індивідуальної траєкторії особистої фізичної культури.

Завдання технології:

1. Сприяти формуванню мотивації учнів до занять фізичною

- культурою і спортом та ціннісних орієнтацій у фізичному вихованні.
2. Формувати свідоме ставлення школярів до власного здоров'я.
 3. Розширити світогляд учнів шляхом підвищення рівня теоретичних знань з основ здорового способу життя та особливостей побудови індивідуальних фізкультурно-оздоровчих занять.
 4. Сформувати високий рівень практичних навичок використання фізичних вправ у різних формах занять з фізичного виховання.
 5. Здійснювати контроль за показниками фізичного стану у процесі занять з фізичного виховання.
 6. Створити умови для успішного самовизначення, розвитку активної життєвої позиції та креативних здібностей школярів.
 7. Розробити та реалізувати систему заходів, спрямованих на розвиток стійкої мотивації до занять фізичною культурою і спортом на основі забезпечення вільного доступу до інформаційного середовища для забезпечення самостійної діяльності у прагненні до активного фізичного та духовного самовдосконалення.

Реалізація технології передбачає дотримання принципів оздоровчої спрямованості, пріоритету потреб, мотивів та інтересів, всебічного розвитку особистості, індивідуалізації, регулярності, систематичності, доступності, варіативності засобів, цілісності різнобічного розвитку особистості, гуманізації та демократизації, диференціації та індивідуалізації.

Напрями впливу технології нами визначені наступні:

1. Формування ціннісних орієнтацій.
2. Формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом у процесі самовдосконалення.

3. Формування психосоціальних характеристик особистості.

4. Формування мотивації успіху. До організаційно-педагогічних умов реалізації технології можна віднести наступні:

1. Урахування потреби у досягненні успіху.
2. Урахування інтересу, мотивів, позитивного ставлення до занять фізичною культурою і спортом.
3. Опанування уміннями з основ складання індивідуальної траєкторії особистісної фізичної культури.
4. Індивідуальний підхід до складання фізкультурно-оздоровчих, рекреаційних і спортивних програм занять.
5. Оптимізація процесу фізичного виховання (використання багато-варіантних форм, засобів і методів у процесі занять, застосування особистісно-орієнтованого підходу, здійснення комплексного впливу на свідому емоційно-чуттєву та діяльнісну сфери особистості школярів, забезпечення контролю за фізичним станом).

Критеріями ефективності авторської технології нами визначені: адаптивний (рівень адаптації до умов проведення різних форм занять з фізичного виховання); медико-біологічний (оцінка показників фізичного стану); когнітивний (рівень теоретичних знань з фізичної культури, рівень сформованості інтересу до занять); діяльно-поведінковий (рівень фізичної підготовленості, рівень рухової активності, дотримання здорового способу життя, ступінь саморегуляції діяльності під час занять).

Формування особистої фізичної культури школярів необхідно розглядати на когнітивному, мотиваційно-ціннісному, діяльнісному, аксіологічному та інтегративному рівнях.

До когнітивного компоненту входить повнота та обсяг знань про фізичну культуру людини, її

здоров'я, фізичну активність, здоровий спосіб життя і шляхи його дотримання. Тобто, йдеться про ступінь компетентності школярів у сфері фізичної культури і спорту, розуміння її ролі у збереженні та зміцненні здоров'я та забезпеченні активного і тривалого життя [16].

Мотиваційно-ціннісний компонент – це сукупність потреб, мотивів, інтересів, ціннісних орієнтацій, спрямованість на реалізацію професійних здібностей [12, 18]. Він спрямований на формування позитивної мотивації особистості, яка проявляється в сукупності стійких потреб (прагнення до самопізнання, потреба в безпеці, самовдосконаленні, творчому професійному довголітті тощо); мотивів (бути здоровим і працездатним, вести здоровий спосіб життя, застосовувати методики оздоровлення, технології, які зберігають здоров'я, тощо) [9].

Важливим критерієм формування особистісної фізичної культури є діяльнісний компонент. У процесі формування ціннісних ставлень у фізичній культурі важливу роль відіграє інтерес до діяльності.

Аксіологічний компонент спрямовує фізичне виховання особистості на формування її ціннісних орієнтацій, рефлексії, що ґрунтується на суб'єкт-суб'єктних відносинах.

Інтегративний підхід реалізується під час вивчення окремих предметів з освітньої галузі, коли цілісність знань формується завдяки їх інтеграції на основі спільних для всіх предметів понять, застосуванню методів і форм навчання, контролю і корекції навчальних досягнень учнів.

Розроблена інноваційна технологія включала три етапи впровадження: підготовчий, основний і заключний.

Завданням підготовчого етапу було: розширення та підвищення рівня теоретичних знань для формування мотивації, ціннісних орієнтацій та свідомого ставлення

до занять фізичною культурою і спортом, забезпечення прагнення до самостійної фізкультурної діяльності.

Реалізація завдань здійснювалась у процесі відвідування факультативних занять, уроків фізичної культури, консультацій, лекцій.

Серед сучасних методів теоретичної підготовки нами застосовувались: метод аналізу конкретних ситуацій (ситуація – проблема, ситуація – оцінка, ситуація – вправа); дискусійні методи (дебати, дискусії); ігрові методи (рольові, ситуаційні, ділові, навчальні); методи активізації сприйняття (проблемна лекція, лекція – візуалізація, лекція з використанням техніки зворотного зв'язку); пошукові та дослідницькі методи; проект індивідуальних тренувальних програм; доповіді; презентації.

У позанавчальних формах занять з фізичного виховання використовувались: майстер-класи, квести, інтелектуальні клуби, відео презентації, флешмоби, батл-фести.

На другому етапі вирішувались наступні завдання: формування практичних навичок використання засобів фізичного виховання у різних формах занять: уроків фізичної культури, самостійних занять, тренувальних занять у спортивних секціях. Особлива увага приділялась створенню умов для реалізації індивідуальної траєкторії особистої фізичної культури.

На заключному етапі здійснювався контроль за наступними критеріями: адаптаційний, медико-біологічний, когнітивний, діяльнісно-поведінковий, аксіологічний.

Нами проведено опитування вчителів фізичної культури щодо можливостей реалізації технології формування особистісної фізичної культури в закладах загальної середньої освіти. У цілому 87% вчителів підтримують даний підхід до формування ін-

дивідуальної культури особистості школярів. Однак, 47% вважають, що запровадження окремих форм, а саме факультативних занять, є дуже складним в умовах навчального закладу; 31,6% висловились про недостатню кількість методичного забезпечення; 39,4% вказали на необхідність спеціальної підготовки вчителів у процесі підвищення кваліфікації або вебінарів.

Дискусія. Існують різні підходи до формування особистої фізичної культури школярів у різні вікові періоди. Б.М. Шиян [19, 20] наголошує, що фізична культура особистості розглядається як сукупність властивостей людини, які набуваються у процесі фізичного виховання і виражаються в активній діяльності.

Процес формування особистої фізичної культури здійснюється на всіх етапах онтогенезу, однак, С.О. Свириденко [11] вказує, що найбільш сенситивним є підлітковий вік, який характеризується високим рівнем свідомості та прагнення до самовираження.

Наукове обґрунтування технологій, спрямованих на формування особистої фізичної культури, представлено в роботах Артюшенко О.Ф. зі співавторами [1], які розглядають систему управління формуванням особистості школярів на заняттях фізичною культурою; Л. Захожий [5] представив технологію формування готовності учнів до самостійних занять; Д. Єлісєєва [4] розробила технологію залучення школярів до самостійних занять. В. Сутула [15] наголошує, що процес формування фізичної культури особистості треба аналізувати на основі культурологічного підходу.

У філософсько-соціологічних дослідженнях Т.Ю. Круцевич, О.Ю. Марченко [8] показано значення цілеспрямованого формування цінностей фізичної культури, які забезпечують формування потреб та інтересів до фізкультурної діяльності.

Значний інтерес викликають дослідження інтеграції олімпійської освіти в навчально-виховний процес школярів, що дозволяє залучити більш широкий загал школярів до гуманістичних ідеалів і цінностей олімпізму та фізкультурно-спортивної діяльності [3].

Розроблена нами технологія побудована на основі комплексного інтегративного підходу до вирішення проблеми формування особистої фізичної культури і включає мету, завдання, принципи, напрями впливу, організаційно-педагогічні умови реалізації та критерії ефективності.

Реалізація даної технології передбачає вміння створювати індивідуальну траєкторію особистої фізичної культури учнів з можливістю вибору сучасних форм, методів і засобів, запропонованих в інноваційній технології.

Висновки. Аналіз ставлення вчителів до проблеми формування фізичної культури особистості школярів підтвердив, що це питання є складним і багатограним, залежить від багатьох чинників. Нами проведено опитування вчителів фізичної культури щодо можливостей реалізації технології формування особистої фізичної культури в закладах загальної середньої освіти.

Погляди учителів сходяться на думці, що фізкультурна галузь сприяє формуванню фізичної культури особистості школярів. У цілому результати опитування показали, що 87% вчителів підтримують запропонований підхід до формування індивідуальної культури особистості школярів. Однак, 47% вважають, що запровадження окремих форм, а саме факультативних занять, є дуже складним в умовах навчального закладу; 31,6% висловились про недостатню кількість методичного забезпечення; 39,4% вказали на необхідність спеціальної підготовки вчителів у процесі підвищення кваліфікації або ве-

бінарів. Вчителі зазначили, що є певні розходження у трактуванні складових компонентів особистої фізичної культури, не в повній мірі враховується її комплексний характер, що передбачає вплив на фізичну, психічну, соціальну, духовно-ціннісну сфери розвитку учня. Відповідно, слід звернути увагу на можливості застосуван-

ня всіх форм організації фізичного виховання, у тому числі, самостійних.

Розроблена нами технологія побудована на основі комплексного інтегративного підходу до вирішення проблеми формування особистої фізичної культури і включає мету, завдання, принципи, напрями впливу, організацій-

но-педагогічні умови реалізації та критерії ефективності.

Перспективи подальших досліджень полягають у визначенні ефективності реалізації технологій формування особистої фізичної культури підлітків.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Література

1. Артющенко О.Ф., Нечипоренко Л.А, Артющенко П.О. Педагогічні умови формування мотивів фізичного самовдосконалення підлітків на уроках фізичної культури. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2006. № 2 (22). С. 26-31.
2. Грибан Г.П. Системний підхід у навчальному процесі з фізичного виховання. *Педагогічні науки: зб. наук. праць*. Полтава: Полтавський національний пед. університет ім. В.Г. Короленка, 2012. Вип. 55. С. 74-79.
3. Ермолова В.М., Булатова М.М. Интеграция олимпийского образования в учебно-воспитательный процесс средней школы. *Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех: материалы XII Междунар. науч. конгр.* М.: Физ. культура, 2008. Т. 1. С. 98-99.
4. Єлісієєва Д.С. Інноваційна технологія зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку в процесі самостійних занять фізичним вихованням: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02; Дніпропетровський держ. інститут фіз. культури і спорту. Дніпро, 2016. 21 с.
5. Захожий Л. Методика формування готовності старшокласників до самостійних занять фізичними вправами. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я: збірник наукових праць*. 2010. № 2. С. 33-37.
6. Іваній І.В., Калініченко І.О. Технологія гармонізації фізичного і інтелектуального особистісного розвитку і здоров'я в системі фізичного виховання молодшого школяра (ч. 1. Теоретичне обґрунтування). *Теорія та методика фізичного виховання*. Х.: ОВС, 2007. № 1. С. 7-11.
7. Корж Н.Л. Формування ціннісного ставлення у студентів до фізичної культури в процесі самостійних занять: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02; Дніпропетровський держ. інститут фіз. культури і спорту. Дніпро, 2016. 21 с.
8. Круцевич Т., Марченко О. Моделі ціннісних орієнтацій у поведінкових характеристиках особистості школярів різних вікових груп.

References

1. Artiushenko O.F., Nechiporenko L.A, Artiushenko P.O. Pedagogical conditions for the formation of motives for physical self-improvement of adolescents in physical education lessons. *Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia*. 2006. №2 (22). S. 26-31. (In Ukrainian).
2. Hryban H.P. A systematic approach to the educational process in physical education. *Pedahohichni nauky: zb. nauk. prats*. Poltava: Poltavskyi natsionalnyi ped. universytet im. V.H. Korolenka, 2012. Vyp. 55. S. 74-79. (In Ukrainian).
3. Ermolova V.M., Bulatova M.M. Integration of Olympic education into the educational process of secondary schools. *Sovremennyi olimpiiskii i paralimpiiskii sport i sport dlia vseh: materialy XII Mezhdunar. nauch. konhr*. M.: Fiz. kultura, 2008. T. 1. S. 98-99. (In Russian).
4. Ielisieieva D.S. Innovative technology for improving the health of senior school-age children during independent physical education classes: avtoref. dys. ... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: 24.00.02; Dnipropetrovskyi derzh. instytut fiz. kultury i sportu. Dnipro, 2016. 21 s. (In Ukrainian).
5. Zakhozhyi L. Methodology for forming the readiness of high school students for independent physical exercise classes. *Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorovia: zbirnyk naukovykh prats*. 2010. № 2. S. 33-37. (In Ukrainian).
6. Ivaniy I.V., Kalinichenko I.O. Technology of harmonization of physical and intellectual personal development and health in the system of physical education of younger schoolchildren (p. 1. Theoretical justification). *Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia*. Kh.: OVS, 2007. № 1. S – 7-11. (In Ukrainian).
7. Korzh N.L. Formation of students' value attitudes towards physical education in the process of independent studies: avtoref. dys. ... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: 24.00.02; Dnipropetrovskyi derzh. instytut fiz. kultury i sportu. Dnipro, 2016. 21 s. (In Ukrainian).
8. Krutsevych T., Marchenko O. Models of value orientations in the behavioral characteristics of the per-

- Спортивний вісник Придніпров'я*. 2018. №2. С. 57-64.
9. Марченко О.Ю. Формування ціннісних категорій особистої фізичної культури у студентської молоді: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02; Дніпропетровський держ. інститут фіз. культури і спорту. Дніпропетровськ, 2010. 20 с.
 10. Приходько В., Томенко О., Чернігівська С. Освітні ефекти фізичної культури: монографія. Дніпро: Інновація, 2022. 528 с.
 11. Свириденко С.О. Педагогічні технології виховання самостійності учня. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*: зб. наук. праць. Ін-т проблем виховання АПН України. Кіровоград: ТОВ «ІмексЛТД», 2010. Вип. 14, кн. I. С. 460-469.
 12. Сергієнко Н. Організаційно-методичні умови розвитку професійної компетентності вчителів загальноосвітніх навчальних закладів. *Теорія та методика управління освітою*. 2010. № 3. С. 1-14.
 13. Собко С.Г. Фізична культура особистості студента крізь призму гуманістичної парадигми освіти. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2009. № 1. С. 135-139.
 14. Сутула В.О. Теоретико-методичні засади формування фізичної культури особистості в умовах цілісної соціально-педагогічної системи: автореф. дис. ... доктора пед. наук: 13.00.07 Теорія і методика виховання. Сутула Василь Опанасович. Східноукраїнський національний університет ім. Володимира Даля. Луганськ, 2012. 40 с.
 15. Сутула В.О., Власов Г.В., Булгаков О.І. Сучасні педагогічні технології в системі фізичного виховання школярів: навч.-метод. посібник. Харків: ХДАФК, 2013. 117 с.
 16. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: В 2-х томах; за ред. Круцевич Т.Ю. Київ: Олімпійська література, 2008. Т. 1 Загальні основи теорії і методики фізичного виховання.. 423 с.
 17. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: У 2-х томах; за ред. Круцевич Т.Ю. Київ: Олімпійська література, 2008. Т. 2 Методика фізичного виховання різних груп населення. 392 с.
 18. Швець О.Є. Гендер: реалії та перспективи в українському суспільстві. Гуманітарний вісник Запорізької держ. інженерної академії. 2004 № 19. С. 160-165.
 - sonality of schoolchildren of different age groups. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2018. №2. S. 57-64. (In Ukrainian).
 9. Marchenko O.Yu. Formation of value categories of personal physical culture among student youth: avtoref. dys. ... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: 24.00.02; Dnipropetrovskiy derzh. instytut fiz. kultury i sportu. Dnipropetrovsk, 2010. 20 s. (In Ukrainian).
 10. Prykhodko V., Tomenko O., Chernihivska S. Educational effects of physical education: monohrafiia. Dnipro: Innovatsiia, 2022. 528 s. (In Ukrainian).
 11. Svyrydenko S.O. Pedagogical technologies for fostering student independence. *Teoretyko-metodychni problemy vykhovannia ditei ta uchnivskoi molodi*: zb. nauk. prats. In-t problem vykhovannia APN Ukrainy. Kirovohrad: TOV «ImeksLTD», 2010. Vyp. 14, kn. I. S 460-469. (In Ukrainian).
 12. Serhiienko N. Organizational and methodological conditions for the development of professional competence of teachers of general education institutions. *Teoriia ta metodyka upravlinnia osvitoiu*. 2010. № 3. S. 1-14. (In Ukrainian).
 13. Sobko S.H Physical culture of the student's personality through the prism of the humanistic paradigm of education. *Pedahohika, psykhohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*. 2009. № 1. S. 135-139. (In Ukrainian).
 14. Sutula V.O. Theoretical and methodological principles of the formation of physical culture of the personality in the conditions of a holistic socio-pedagogical system: avtoref. dys. ... doktora ped. nauk: 13.00.07 Teoriia i metodyka vykhovannia. Sutula Vasyl Opanasovych. Shkhydnoукраїнський національний університет ім. Володимира Дalia. Luhansk, 2012. 40 s. (In Ukrainian).
 15. Sutula V.O., Vlasov H.V., Bulhakov O.I. Modern pedagogical technologies in the system of physical education of schoolchildren: navch.-metod. posibnyk. Kharkiv: KhDAFK, 2013. 117 s. (In Ukrainian).
 16. Theory and methods of physical education: pidruch. dlia stud. vyshch. navch. zakl. fiz. vykhovannia i sportu: V 2-kh tomakh; za red. Krutsevych T.Iu. Kyiv: Olimpiiska literatura, 2008. T. 1 Zahalni osnovy teorii i metodyky fizychnoho vykhovannia.. 423 s. (In Ukrainian).
 17. Theory and methods of physical education: pidruch. dlia stud. vyshch. navch. zakl. fiz. vykhovannia i sportu: U 2-kh tomakh; za red. Krutsevych T.Iu. Kyiv: Olimpiiska literatura, 2008. T. 2 Metodyka fizychnoho vykhovannia riznykh hrup naseleennia. 392 s. (In Ukrainian).
 18. Shvets O.Ye. Gender: realities and prospects in Ukrainian society. *Humanitarnyi visnyk Zaporizkoi*

19. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль: Навч. книга – Богдан, 2007. 271 с.
20. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. Тернопіль: Навч. книга – Богдан, 2007. 248 с.
21. Концепція «Нова українська школа». <http://mon.gov.ua/activity/>
19. Shyian B.M. Theory and methods of physical education of schoolchildren. Part 1. Ternopil: Navch. knyha – Bohdan, 2007. 271 s. (In Ukrainian).
20. Shyian B.M. Theory and methods of physical education of schoolchildren. Part 2. Ternopil: Navch. knyha – Bohdan, 2007. 248 s. (In Ukrainian).
21. Constitution of Ukraine <https://www.president.gov.ua/documents/constitution>

Москаленко Дмитро

Університет Григорія Сковороди в Переяславі
м. Переяслав, вул. Сухомлинського 30, 08400, Україна
e-mail: dmitry.moskalenko85@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0008-1396-2088>

Пангелова Наталія

Університет Григорія Сковороди в Переяславі
м. Переяслав, вул. Сухомлинського 30, 08400, Україна
e-mail: kafedra.tmfvis@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0002-4846-3907>