

2025

# ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ: СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

*Збірник тез доповідей І Всеукраїнської науково-  
практичної конференції з міжнародною участю*



Прикарпатський національний університет імені  
Василя Стефаника



Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника  
Кафедра теорії та методики фізичної культури

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ: СТАН І  
ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ**

*Збірник тез доповідей  
І Всеукраїнської наукової конференції з міжнародною участю  
(23–25 травня 2025 року)*

**Івано-Франківськ–Микуличин  
2025**

УДК 796/372.8

*Редакційна колегія*

**Зіновій ОСТАПЯК** – доктор медичних наук, професор, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника (**голова редакційної колегії**)

**Ігор ВИПАСНЯК** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

**Ірина ІВАНИШИН** – кандидат хімічних наук, доцент, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

**Ярослав ЯЦІВ** – кандидат педагогічних наук, професор, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

**Віктор ШАНДРИГОСЬ** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка

**Юрій ЮРЧИШИН** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка

**Лідія КОВАЛЬЧУК** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

**Сергій КУРИЛЮК** – кандидат психологічних наук, доцент, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

**Інна ТКАЧІВСЬКА** – кандидат педагогічних наук, доцент, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Фізична культура в закладах освіти: стан і перспективи розвитку [Текст]: зб. тез доп. І Всеукр. наук. конф. з міжнар. участю (23–25 травня 2025 р.) / уклад.: І.М. Іванишин. Івано-Франківськ: Прикарпатський нац. ун-т імені Василя Стефаника, 2025. 217 с.

Збірник містить наукові роботи учасників І Всеукраїнської наукової конференції з міжнародною участю. Матеріали представляють узагальнені результати досліджень з організаційно-управлінських та соціально-гуманітарних аспектів фізичної культури в закладах освіти; з питань сучасних тенденцій безперервної освіти у сфері фізичної культури та форм організації фізичної культури; психолого-педагогічного супроводу фізичної культури в закладах освіти; розглядаються проблеми інклюзивної та корекційної фізичної культури в закладах освіти, а також шляхи використання фітнес-програм, спортивної анімації й активного туризму в організації дозвілля різних груп населення.

За достовірність фактів, статистичних та інших даних, точність формулювань і висновки несуть відповідальність автори матеріалів.

© Прикарпатський національний університет  
імені Василя Стефаника, 2025

© Іванишин І.М. (укладання), 2025

<u>КУРКО ЯРОСЛАВ, ВАЛЬЧАК НАТАЛЯ, БОСЮК ОЛЕНА.</u> ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ АЕРОБІКИ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	51
<u>КУРКО ЯРОСЛАВ, КАЗМІРЧУК ІГОР, КУЛЬЧИЦЬКИЙ ЗІНОВІЙ.</u> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ПЛАВЦІВ НА ЕТАПАХ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ	53
<u>ПРИХОДЬКО ГАННА, БОДРЕНКОВА ІННА.</u> ВИКОРИСТАННЯ МУЛЬТИМОДАЛЬНОГО ПІДХОДУ ПІД ЧАС ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОНЛАЙН ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНІ	55
<u>ШАНКОВСЬКИЙ АНДРІЙ, УЛІЗЬКО ВІРА, ВІНТОНЯК ОЛЕГ, ЗАХАРКЕВИЧ ТЕТЯНА.</u> ОСНОВНІ НАПРЯМКИ НАВЧАННЯ УЧНІВ ГРІ В ШАХИ, НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	57
<u>ДУДЦЬКА СВІТЛАНА, МЕДВІДЬ АНЖЕЛА.</u> РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧА ДІЯЛЬНІСТЬ У СОЦІАЛЬНО-КУЛЬТУРНІЙ СФЕРІ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ	59
<u>KNOMA OLEKSANDR, ANHELIUK IRYNA, LAVRIN HALYNA, OSIP NATALIA.</u> FORMING STUDENTS' MOTIVATION TOWARDS EXERCISE	61
<u>ТЯГУР РОМАН, ЦАП ІРИНА, ГРУШЕЦЬКА НАТАЛІЯ.</u> СПОРТИВНІ ЗМАГАННЯ ЯК СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ І ВИХОВНИЙ ФЕНОМЕН У ПОЛІТЕЇСТИЧНІЙ СИСТЕМІ СТАРОДАВНЬОЇ ГРЕЦІЇ	65
<u>ПІВЕНЬ МИКОЛА, ЛОПАТЮК ОЛЕНА.</u> ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ У КУРСАНТІВ-ПІЛОТІВ САМОСТІЙНОСТІ В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧІЙ ДІЯЛЬНОСТІ	68
<u>ЗАХОЖА НАТАЛІЯ.</u> ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРНО-ДОЗВІЛЄВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	70
<u>ДЕМ'ЯНЧУК ОЛЕНА.</u> ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ ЯК КЛЮЧОВИЙ ФАКТОР ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ	73
<u>ВАЩУК ЛЮДМИЛА.</u> ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ПОЗАКЛАСНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ ФІТНЕСУ ТА СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ	75
<u>ПЛАХОТНЮК ДІАНА.</u> ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ	78
<u>КОРОТИЧ ВІТАЛІЙ.</u> ЗМІСТ ТА ОСНОВНІ ПОЛОЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ОЗДОРОВЧОГО ТРЕНУВАННЯ СИЛОВОЇ СПРЯМОВАНOSTІ ДЛЯ ЧОЛОВІКІВ МОЛОДОГО ВІКУ	80
<u>БОНДАРЄВА ВІКТОРІЯ, САВЧЕНКО КАРИНА.</u> АДАПТИВНА ТА ІНКЛЮЗИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ЗАСІБ ВСЕБІЧНОГО РОЗВИТКУ	83
<u>РИМИК РОМАН, РИМИК ВЛАДИСЛАВ, СИНИЦЯ АНДРІЙ, ХАШАЛОВ ФЕДІР.</u> ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОГО ПЛАВАННЯ	85
<u>КРІЩАК ЮЛІЯ, РИМИК ВЛАДИСЛАВ, РИМИК РОМАН, МАЛАНЮК ЛЮБОМИР.</u> ШВИДКІСНО-СИЛОВА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЮНИХ	87

**Висновок.** Зміст та специфіка організації рекреаційно-оздоровчої діяльності з людьми похилого віку в умовах санаторно-курортних установ зумовлена такими методологічними положеннями: спрямованістю рекреаційно-оздоровчої діяльності на соціальну адаптацію, на фізичну та духовну реабілітацію, збагачення внутрішнього світу, зміцнення здоров'я; обліком індивідуальних соціально-психологічних характеристик людей похилого віку, а також їх ціннісними орієнтаціями; добровільністю при виборі роду занять та ступеня активності при використанні рекреаційно-оздоровчих технологій; задоволеністю тими видами рекреаційно-оздоровчої діяльності, що сприяють стимулюванню соціально-культурної активності, забезпечення фізичного, психологічного та емоційного благополуччя людей похилого віку, реалізації їх внутрішнього потенціалу.

### *Список використаних джерел*

1. Андрєєва, О., & Гакман, А. (2019). Залучення осіб похилого віку до оздоровчої рухової активності. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт*, 33, 34–39.
2. Гакман, А., Дудіцька, С., & Вілігорський, О. (2020). Задоволеність життям та роль психофізичних компонентів у якості життя людей похилого віку. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*, 36, 3–9.
3. Дудіцька, С. П., Гакман, А. В., & Медвідь, А. М. (2020). Сучасні методологічні та організаційні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності у похилому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*, 6(126), 40–44.

### ***FORMING STUDENTS' MOTIVATION TOWARDS EXERCISE***

**OLEKSANDR KHOMA IRYNA ANHELIUK HALYNA LAVRIN NATALIYA OSIP**

*Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University*

**Relevance.** Students are the main labor reserve of the state, future parents, their health and well-being are the key to the health and well-being of the entire nation. Students, especially at the initial stage of study, are the most vulnerable part of society, because they face a number of difficulties associated with an increase in academic workload, a low level of physical activity, relative freedom of student life, problems in social and interpersonal communication. In this regard, the study of the motives, interests and needs of modern youth related to physical culture is of great importance. The formation of motivation is one of the main conditions for ensuring high effectiveness of any educational process. However, at the present stage, insufficient attention is paid to the issues of physical culture and health-improving activities among students, which is due to the attitude towards mass physical culture in society, serious shortcomings in family and school education, lack of motivation or its underestimation at all stages of a person's physical improvement [3].



**Aim of research** to presents the main motives to join physical education classes and sport activities while studying at a higher educational institution, which forms the need for a healthy lifestyle of students.

**Methods:** analysis of scientific researches.

**Results.** The goal of physical education in higher education is the formation of a student's physical culture and the ability to implement it in socio-professional, physical education and sports activities and in the family. Sports and physical education are a form of self-expression and self-affirmation of a student, determining his lifestyle, general cultural and socially significant priorities. Our task is to determine these priorities that would help attract students to physical education and sports in higher education institutions.

Physical education of students is an integral part of higher humanitarian education, the result of a complex pedagogical influence on the personality of a future specialist in the process of forming his professional competence. Student age is a special period in a person's life. The novelty of educational activities and the difficulties associated with it create a kind of didactic barrier that must be overcome. In this regard, the formation of positive motives and goals is of great importance in the physical development of a student's personality, since they constitute an important component of activity. Therefore, the study of the motivational sphere of personality as a factor in the effectiveness of educational activities is one of the most relevant scientific tasks [5].

Physical culture affects almost all components of a person's life, in particular, it develops his moral traits, strengthens the motivation for self-development, helps to adequately respond to stress factors in life, and strengthens health. The founder of the modern Olympic movement, Pierre de Coubertin, argued: "Sport is not a luxury. Its absence cannot be replaced by anything... I think that every person should work on himself, as a sculptor works on a block of stone" [4].

Students, as practice shows, do not feel a stable interest in physical culture classes. The reasons for this may be the inadequacy of physical activity to the physical capabilities of students, dissatisfaction with the methodology of conducting classes of program content, the organization of the educational process, and the lack of theoretical knowledge in physical culture.

The physical education program of higher education institutions provides for forms of organizing classes that can, to some extent, compensate for the deficit of students' motor activity that arises in conditions of a saturated educational process. In general, higher education is not yet ready to perceive the significance of physical culture as the main factor in health and personality development, improving the functional state of the student's body. Due to certain reasons, modern practice of physical culture is unable to provide the proper level of physical, intellectual and cognitive training of students, which is required by modern technologies and the lifestyle of society.

Motive is a person's incentive to activity, associated with an attempt to satisfy certain needs. As a result of awareness and experience of needs, a person has certain motivations to actions, as a result of which these needs are satisfied.

The influence of motivation on human behavior depends on many factors, which we have divided into the following groups: 1) needs as the basis of activity; 2) reasons that determine the choice of activity, depending on the orientation of the individual; 3) subjective experiences, emotions as forms of regulation (self-regulation) are largely individual and can change under the influence of feedback from the person's activity. The following motives are manifested in educational activity:

- cognitive, aimed at the learning process (mastery of knowledge and methods of activity, the need for intellectual activity, solving difficult-to-achieve goals, etc.);
- social (motives of duty, responsibility, self-determination, self-improvement);
- narrowly personal (motives of well-being, prestige, avoiding trouble, etc.).

Physical education activities of students have the following classification of motives:

- motives associated with satisfaction with the process of activity (dynamism, emotionality, novelty, diversity, communication, etc.);
- motives associated with satisfaction with the result of classes (acquiring new knowledge, skills and abilities, mastering various motor actions, testing oneself, improving the result, etc.);
- motives associated with the vision of specific prospects of classes (physical perfection and harmonious development, education of personal qualities, health promotion, improvement of sports qualifications, etc.) [4].

To increase students' motivation for systematic independent physical education classes, it is necessary to provide a full range of information about the means and methods of physical education. It is necessary to show the social significance of physical education, both for an individual and for society as a whole, which will increase the interest of student youth in physical education classes. The process of forming motivation to do sports is not a one-time, but a multi-stage process: from the first elementary hygienic knowledge and skills (in childhood) to deep psychophysiological knowledge of the theory and methodology of physical education and intensive sports [2].

Factors that determine the needs, interests and motives for including students in physical education activities are the state of the material sports base, the orientation of the educational process and the content of classes, the level of requirements of the curriculum, the personality of the teacher, his own health, the frequency of classes, their duration and emotional coloring.

The teacher should be given a due place in the physical education of student youth. The main role belongs to him, because no matter how perfect the programs and methodological developments are, they do not carry out the pedagogical process by themselves. Regardless of their quality, one teacher can provide stable motivation for classes, and another will destroy even the one that was.

One of the central problems of physical education and a reserve for increasing its effectiveness is individualization. Due to different preparedness and interest,

different abilities, intellectual and physical capabilities of students, the pace of their assimilation of educational material cannot be the same [6].

The use of information technologies in education contributes to: finding effective forms of organizing classes; developing new means, methods, and technologies of learning; improving the content of education (including physical education) in accordance with the tasks of personality development in modern society.

Physical education is designed to form a careful attitude towards one's health in students. It is important that not only teachers and students, but also higher education institutions as a whole are interested in improving physical development as the main component of the health of the younger generation. The identified age-related characteristics of students' attitudes towards the process of physical education in higher education institutions indicate the need to refine physical education programs adequately to the age-sex needs, motives, and interests of future specialists, which will help increase their motivation to engage in physical exercises. If we look at the world through the eyes of student youth and keep pace with the development of society, we will achieve the desired result faster [1].

**Conclusions.** Based on the above, we note the following:

- analysis of modern scientific and pedagogical literature indicates the absence of pedagogical conditions for the implementation of a motivational approach to the organization of the process of physical education in higher education. The study of this problem allowed to determine the organizational and pedagogical conditions for the formation of students' motivation for regular physical education classes: external conditions created by a special educational environment that ensure this process, and internal ones determined by the student's own potential.

- motivation is considered as a component of any professional activity. Motivation is the main component for the successful implementation of any activity, including physical education and sports. In our opinion, motivation is the process of forming and justifying intentions to do or not do something.

- to increase students' motivation for systematic independent physical education and sports, it is necessary to provide a full range of information about the means and methods of physical education. It is necessary to show the social significance of physical culture both for the individual and for society as a whole, which will increase the interest of student youth in physical culture.

### *References*

- 
1. Apanasenko, H. L. (2013). Problems of human health management. *Science in Olympic Sport, Special Issue*(1), 56–60.
  2. Aliev, Kh. M. (2011). Increasing motivation for physical education classes through the innovative synchromethod “Key”. *Sportivnyy Psikholog*, (3), 87–91.
  3. Study of students' motivation for physical education self-improvement. (n.d.). Retrieved from <http://textreferat.com.ua/>
  4. Nesterova, T. V., & Pavliuk, A. A. (n.d.). The structure of motivation to engage in physical education and sports of students of the higher education establishments.



*Physical Culture and Sports in Modern Society: Experience, Problems, and Solutions.*

5. Plachinda, T. S. (2008). *Pedagogical conditions for stimulating the activity of students of higher pedagogical educational institutions in physical activity* (Author's abstract of the dissertation ... candidate of pedagogical sciences: 13.00.04). Kyiv.
6. Gubenko, O. V. (2009). Psychological features of popularizing a healthy lifestyle in higher educational institutions. *Practical Psychology and Social Work*, (11), 35.

## **СПОРТИВНІ ЗМАГАННЯ ЯК СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ І ВИХОВНИЙ ФЕНОМЕН У ПОЛІТЕЇСТИЧНІЙ СИСТЕМІ СТАРОДАВНЬОЇ ГРЕЦІЇ**

РОМАН ТЯГУР, ІРИНА ЦАП, НАТАЛІЯ ГРУШЕЦЬКА

*Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника*

**Актуальність теми.** У сучасному світі спортивні змагання залишаються важливою складовою соціального та культурного життя суспільства, формуючи ідеали, моделі поведінки та національну ідентичність. Звернення до витоків спорту в історичній ретроспективі, зокрема до епохи Стародавньої Греції, дає змогу глибше зрозуміти його первинну сутність як феномену, що поєднує фізичну досконалість, етичні цінності та релігійно-культурні уявлення. У політеїстичній системі Стародавньої Греції спортивні змагання мали не лише змагально-розважальний, а й ритуальний, виховний і сакральний характер, виступаючи одним із головних механізмів соціалізації громадян, утвердження колективної ідентичності та вшанування богів. Вивчення цього явища дозволяє не лише реконструювати історико-культурну специфіку грецької цивілізації, а й провести паралелі з сучасною роллю спорту у формуванні цінностей та вихованні особистості. Саме тому тема є актуальною як у контексті історико-культурних досліджень, так і для осмислення сучасних підходів до виховання через фізичну культуру і спорт [6,7].

**Мета дослідження** – проаналізувати соціокультурне, релігійне і виховне значення панеллінських і локальних змагальних свят Стародавньої греції; визначити їх роль у конструюванні колективної ідентичності еллінського світу.

**Методи дослідження.** Історико-культурний, порівняльно-аналітичний, феноменологічний, морфологічний.

**Результати дослідження.** *ОЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ* – загальногрецькі ігри на честь Зевса Олімпійського, які відбувалися раз на чотири роки в Олімпії. Перші Олімпійські ігри, засвідчені істориками, відбулися у 776 до н. е. *Цей рік став початком грецького літочислення* (Тімей). Всього їх було 293. Офіційно заборонені у 394 році. Засновником Олімпійських ігор вважався Геракл. Під час проведення змагань припинялися війни – діяла екзехерія (*священне Олімпійське перемир'я*). Перемир'я тривало близько трьох місяців – час,

Наукове електронне видання

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ: СТАН  
І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ**

Збірник тез доповідей

І Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю  
(23–25 травня 2025 р.)

Видання українською мовою

Головний редактор Зіновій ОСТАПЯК  
Комп'ютерна верстка Ірина ІВАНИШИН