

3. Demchuk S. (2016). Kharakterystyka prostоровoyi orhanizatsiyi tila molodshykh shkolyariv iz deprivatsiyeyu zoru v protsesi fizychnoho vykhovannya [Characteristics of the spatial organization of the body of younger schoolchildren with visual impairment in the process of physical education]. *Fizychno vykhovannya, sport i kul'tura zdorov'ya u suchasnomu suspil'stvi : zbirnyk naukovykh prats'*. 33: 76-80 [in Ukrainian].
4. Kashuba V. (2017). Populyaryzatsiya suchasnykh form rukhovoyi aktyvnosti sered shkolyariv iz sensornymy poshodzhennyamy shlyakhom vykorystannya multymediynykh tekhnolohiy [Popularization of modern forms of motor activity among schoolchildren with sensory impairments through the use of multimedia technologies]. *Visnyk Prykarpats'koho universytetu*. 25-26: 154-160. [in Ukrainian].
5. Kashuba V. (2016). Otsinka rivny teoretychnoyi pidhotovlenosti shkolyariv iz vadamy slukhu yak nevidyemnoho skladnyka yikh zdorovya formuvalnoyi diyalnosti [Assessment of the level of theoretical preparation of schoolchildren with hearing impairments as an integral component of their health in formative activities]. *Molodizhnyy naukovyy visnyk Skhidnoyevropeys'koho natsional'noho universytetu im. Lesi Ukrayinky*. 24: 50-59. [in Ukrainian].
6. Kashuba V. (2017). Struktura ta zmist tekhnolohiyi profilaktyky y korektsiyi porushennya prostоровoyi orhanizatsiyi tila ditey 6-10 rokiv iz deprivatsiyeyu sensorynykh system [The structure and content of technology for the prevention and correction of disorders of the spatial organization of the body of children aged 6-10 years with deprivation of sensory systems]. *Journal of Education, Health and Sport*. 7(8): 1387-1407. -<http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.1050987>. [in Ukrainian].
7. Ryadova, L. O. (2023). Korelyatsiynny zvyazok pokaznykiv stiykosti vestybulyarnoho analizatora ta dyferentsiyuvannya prostоровykh i chasovykh parametriv rukhiv u slabozorykh uchniv osnovnoyi shkoly [Correlation of indicators of stability of the vestibular analyzer and differentiation of spatial and temporal parameters of movements in visually impaired elementary school students]. *Fizychno vykhovannya ta sport*. 3: 41-48 [in Ukrainian].
8. Savlyuk S. Prostorova orhanizatsiya tila ditey molodshoho shkilnoho viku iz deprivatsiyeyu sensorynykh system u protsesi fizychnoho vykhovannya [Spatial organization of the body of children of primary school age with deprivation of sensory systems in the process of physical education.]. Rivne : O. M. Zen, 2017. – 560 p. [in Ukrainian].
9. Savlyuk S. (2017). Peredumovy rozrobky kontseptsiyi z formuvannya prostоровoyi orhanizatsiyi tila ditey iz deprivatsiyeyu sensorynykh system u protsesi fizychnoho vykhovannya [Prerequisites for the development of a concept for the formation of the spatial organization of the body of children with deprivation of sensory systems in the process of physical education]. *Visnyk Prykarpats'koho universytetu*.; 26: 269-277. [in Ukrainian].
10. Savluik S. (2017). Conceptual basis of the concept of spatial organization of body of children 6-10 years with sensor systems deprivation in the process of physical education. *Fizychno vykhovannya, sport i kul'tura zdorov'ya u suchasnomu suspil'stvi*; 3(39): 180-185. [in English]

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10\(183\).05](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10(183).05)
УДК 796.01

Бакіко І.В.
д.фіз.вих., професор,
Луцький національний технічний університет
<https://orcid.org/0000-0002-8835-8781>

Ніколаєв С.Ю.
к.фіз.вих., доцент,
Волинський національний університет імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0001-8872-3198>

Валькевич О.В.
к.фіз.вих., доцент,
Волинський національний університет імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0003-1229-5056>

Черкашин Р.Є.
к.пед.н., доцент,
Волинський національний університет імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-4334-7448>

Савчук С.І.
к.фіз.вих., доцент,
Волинський національний університет імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0003-4398-7282>

ВІДПОВІДНІСТЬ САМООЦІНКИ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ЗА ПОКАЗНИКАМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Мета роботи полягає у дослідженні відповідності самооцінки фізичного розвитку за показниками фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти для визначення ефективності засобів педагогічного контролю в процесі рухової активності. Для досягнення мети були використані такі методи дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, нормативно-правових документів, програми з фізичної культури, педагогічне тестування фізичної підготовленості, методи математичної статистики, тест-опитувальник Є.В. Боченкової «Самоопис фізичного розвитку». Для дослідження індивідуального профілю фізичного «Я» особистості нами був використаний тест-

опитувальник Є. В. Боченкової «Самоопис фізичного розвитку». Опитувальник передбачав 70 тверджень, які відносяться до сфери фізичного розвитку людини і показник загальної самооцінки. Мета цієї методики – вивчення особливостей самооцінки юнаків та дівчат та порівняти отримані дані. Дослідження проводились на базі Луцького національного технічного університету, на факультеті цифрових, освітніх та соціальних технологій із здобувачами вищої освіти.

Проведені дослідження виявили неадекватність самооцінки фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти, що свідчить про важливість теоретичного висвітлення і практичного впровадження на заняттях з фізичного виховання розділу педагогічного контролю і самоконтролю фізичної підготовленості, який має бути стимулом для самовдосконалення юнаків і дівчат в процесі рухової активності.

Ключові слова: самооцінка, фізичний розвиток, фізична підготовленість, здобувачі, кореляційний аналіз.

Bakiko I., Nikolaiev S., Valkevych O., Cherkashyn R., Savchuk S. Correspondence of self-assessment of physical development according to indicators of physical fitness of higher education acquires. The purpose of the work is to study the correspondence of self-assessment of physical development according to indicators of physical fitness of students of higher education to determine the effectiveness of pedagogical control in the process of motor activity. To achieve the goal, the following research methods were used: data analysis of scientific and methodological literature, regulatory and legal documents, programs on physical culture, pedagogical testing of physical fitness, methods of mathematical statistics, test-questionnaire E.V. Bochenkova "Self-description of physical development". To study the individual profile of the physical "I" of the individual, we used the test-questionnaire of E. V. Bochenkova "Self-description of physical development". The questionnaire included 70 statements related to the field of physical development of a person and an indicator of general self-esteem. The purpose of this technique is to study the peculiarities of self-esteem of boys and girls and to compare the obtained data. Research was conducted on the basis of the Lutsk National Technical University, at the Faculty of Digital, Educational and Social Technologies with students of higher education.

The conducted studies revealed the inadequacy of the self-assessment of physical fitness of higher education students, which indicates the importance of theoretical coverage and practical implementation in physical education classes of the section of pedagogical control and self-control of physical fitness, which should be an incentive for self-improvement of boys and girls in the process of physical activity.

Key words: self-esteem, physical development, physical fitness, achievers, correlational analysis.

Постановка проблеми. Для виховання і формування цінностей особистої фізичної культури здобувача необхідні відповідні умови організації фізичного виховання і визначення його значимого статусу та іміджу в суспільстві. Проте вчені відзначають український рейтинг цінностей фізичної культури в сучасному суспільстві [1].

Згідно з думкою авторів [2], необхідні кардинальні зміни щодо розуміння суті фізичної культури на базі широкого філософсько-культурологічного підходу, що дає можливість зорієнтувати систему неспеціальної фізкультурної освіти на формування і відтворення людини в цілісній єдності тілесного і духовного.

Критеріями оцінки ефективності педагогічної діяльності у сфері неспеціальної фізкультурної освіти, на думку М. Масвського [5], мають бути не лише рівень придбаних нових фізкультурних знань, формування рухових умінь і навичок, розвиток фізичних здібностей, але і позитивне мотиваційно-потребове ставлення до фізичного виховання, що може проявлятися у зверненні до саморозвитку, самовираження, самооцінки, самоконтролю, самопізнання, самовиховання, самореалізації, самовизначення, самоосвіти, самовдосконалення, тобто до самореалізації й удосконалення свого духовного і фізичного начала, що і є важливим феноменом культури.

Таким чином, визначено коло проблем у фізичному вихованні здобувачів у процесі навчання у ВЗО, яке пов'язане з одного боку, з технічним прогресом у розвитку галузі праці, який висуває високі вимоги до інтелектуального, фізичного, духовного і професійного потенціалу особистості, що свідчить про надзвичайну важливість у XXI ст. фізичної культури. З другого боку, відзначається низький рівень функціонування фізичної культури в сучасному суспільстві, що не дає молодій людині можливості збільшити запас міцності у вигляді фізичного здоров'я, функціональної підготовленості, психічної стійкості і емоційної задоволеності, аби протистояти несприятливим умовам зовнішнього середовища і труднощам, пов'язаними з економічною кризою в суспільстві [8].

Аналіз літературних джерел. Одним із шляхів вирішення даної проблеми є удосконалення педагогічного контролю, який спрямований на систематичне та своєчасне надання об'єктивної та достовірної інформації про стан фізичного розвитку та фізичної підготовленості здобувачів [3, 4].

Сьогодні спеціалістами чимало уваги приділяється удосконаленню контролю показників фізичного розвитку молоді у процесі фізичного виховання. Проте, самооцінці фізичного розвитку за показниками фізичної підготовленості здобувачів наукових робіт обмаль.

Вище зазначені положення свідчать про актуальність теми дослідження, пов'язаного із вирішенням питання, яке має суттєве теоретичне і практичне значення для вдосконалення системи фізичного виховання здобувачів вищої школи.

Мета роботи полягає у дослідженні відповідності самооцінки фізичного розвитку за показниками фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти для визначення ефективності засобів педагогічного контролю в процесі рухової активності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Як визначено [6, 7] самооцінка – це елемент самопізнання, рефлексії, яка характеризується емоційно насиченою оцінкою себе як особистості, своїх можливостей, критичному відношенню до себе і тим самим впливає на ефективність діяльності людини. Самооцінка формується протягом розвитку

молоді під впливом соціуму і може відображати їх ціннісні орієнтації, які стимулюють або пригнічують діяльність спрямовану на саморозвиток.

Аналізуючи «координацію рухів» за самооцінкою юнаків і результатами виконання рухових тестів «човниковий» біг 4x9 м та тестом «Фламінго», можна констатувати, що існує від'ємна кореляція із тестом «Фламінго» ($r = -0,50$), тобто оцінка наближена до об'єктивного результату у зв'язку з тим, що чим менше спроб при утриманні пози «Фламінго» тим краще результат. Силові якості юнаків при самооцінці мають найбільш об'єктивне підтвердження так як визначаються значущі кореляційні зв'язки ($p < 0,001$) з такими тестами, як: силою правої та лівої кисті ($r = 0,56$; $r = 0,54$), рівномірного бігу ($r = 0,51$), піднімання тулуба в сід ($r = 0,46$). Від'ємний кореляційний зв'язок простежується серед таких показників фізичної підготовленості, як: біг на 30 м ($r = -0,64$), тест «Фламінго» ($r = -0,55$). Самооцінка «Гнучкості» у юнаків корелює із функціональним тестом Руф'є ($r = 0,69$), рівномірним бігом ($r = 0,50$) та підніманням тулуба в сід ($r = 0,34$), тестом «Фламінго» ($r = -0,48$), бігом на 30 м ($r = -0,39$) та стрибком у довжину з місця ($r = -0,37$), а не з самим тестом на гнучкість. А «витривалість» має кореляційний зв'язок з такими показниками фізичної підготовленості, як: тест Руф'є ($r = 0,60$), рівномірний біг ($r = 0,41$) та піднімання тулуба в сід ($r = 0,31$), що входить у протиріччя з оцінкою індексу Руф'є, тобто чим вище індекс тим гірша фізична працездатність. Прослідковується від'ємна кореляція у бігу на 30 м ($r = -0,41$) та в стрибку у довжину з місця ($r = -0,36$).

В цілому «самооцінка» фізичного розвитку юнаків адекватно базується на результатах силових тестів (сила правої та лівої кисті, $r = 0,47$; $r = 0,49$), підніманні тулуба в сід ($r = 0,35$), тесті «Фламінго» ($r = -0,59$), бігу на 30 м ($r = -0,54$). Найвищі середні коефіцієнти кореляції між показниками самооцінки і фактичними показниками фізичного розвитку відмічаються при оцінці зовнішнього вигляду ($r = 0,28$), сили ($r = 0,26$) та координації рухів і загальній самооцінці ($r = 0,25$) (табл. 1).

Таблиця 1

Кореляційний аналіз самооцінки фізичного розвитку із фізичною підготовленістю юнаків ВЗО ($n = 50$)

Самооц. Фіз. під.	Здор.	Коорд. рухів	Фіз. акт.	Стр. тіла	Спорт. здіб.	Гл.фіз. Я	Зовн. вигл.	Сила	Гнуч.	Витр.	Самооц.
ДТ	0,24	0,06	0,17	0,03	0,03	0,16	0,20	0,17	0,11	0,06	0,22
МТ	0,05	0,00	0,25	-0,09	0,06	-0,18	-0,10	-0,02	-0,02	0,03	0,07
ЧССсп. уд/хв.	-0,15	0,07	0,37	-0,09	0,16	-0,15	-0,10	-0,01	-0,07	0,03	0,02
АТсист.	-0,19	-0,06	-0,41	0,33	-0,22	0,34	0,34	0,15	-0,02	-0,10	0,11
АТдіаст.	-0,03	0,17	-0,47	0,45	-0,13	0,46	0,50	0,37	0,18	0,05	0,34
ЖЕЛ	-0,21	-0,28	0,12	-0,31	-0,04	-0,12	-0,27	-0,32	-0,26	-0,25	-0,33
Тест Руф'є	0,17	0,77	-0,12	0,40	0,28	0,27	0,50	0,72	0,69	0,60	0,77
Проба М.-К..	0,01	-0,11	-0,01	0,06	0,02	-0,17	-0,28	-0,15	-0,05	-0,03	-0,09
ІМТ	-0,15	0,16	-0,06	0,00	0,12	-0,10	-0,13	-0,03	-0,05	-0,06	0,04
ЖІ	0,25	-0,15	0,11	-0,02	-0,07	0,11	0,06	-0,01	0,01	0,02	-0,06
СІ	0,03	-0,10	0,06	0,00	-0,09	0,01	0,09	0,07	0,15	0,17	0,02
ІР	0,04	0,14	0,10	-0,06	0,18	-0,14	-0,25	-0,06	0,08	0,04	0,10
Біг 30 м	-0,03	-0,54	0,11	-0,51	-0,14	-0,41	-0,54	-0,64	-0,39	-0,41	-0,54
Рівн. біг	0,23	0,59	0,13	0,04	0,47	0,06	0,18	0,51	0,50	0,41	0,48
Згин. розг. рук	0,23	0,04	-0,21	0,26	-0,01	-0,10	-0,08	-0,01	0,17	0,06	0,04
Сила пр. кисті	-0,03	0,40	-0,15	0,29	0,11	0,53	0,68	0,56	0,23	0,22	0,47
Сила лів. кисті	-0,01	0,41	-0,13	0,28	0,14	0,51	0,65	0,54	0,23	0,20	0,49
Під-ння тулуба	0,22	0,30	-0,29	0,48	-0,02	0,34	0,44	0,46	0,34	0,31	0,35
Стр. у довж. з місця	-0,08	-0,42	-0,20	-0,06	-0,32	0,02	0,10	-0,34	-0,37	-0,36	-0,26
«Човн.» біг	-0,06	0,09	0,28	-0,09	0,08	-0,15	-0,30	0,04	0,07	0,20	-0,06
Нахил тулуба	0,01	0,07	-0,08	0,17	-0,09	0,21	0,05	0,18	0,10	0,07	0,13
Тест «Фламінго»	-0,13	-0,50	0,29	-0,42	-0,21	-0,37	-0,48	-0,55	-0,48	-0,26	-0,59
Сума Σ	0,255	0,554	0,412	0,444	0,299	0,491	0,632	0,591	0,457	0,394	0,558
r Сер. ар.	0,11	0,25	0,18	0,201	0,13	0,22	0,28	0,26	0,207	0,17	0,25

Примітка: $r(p = 0,05) = 0,2731$; $r(p = 0,01) = 0,354$

У дівчат відмічається досить багато значущих коефіцієнтів кореляції з руховими тестами і самооцінкою рухових здібностей, які вступають у протиріччя між собою. Так взаємозв'язок з тестом «Фламінго» має бути негативний, а він позитивний, а зв'язок з тестами «піднімання тулуба в сід» ($r = -0,52$), «згинання та розгинання рук в упорі лежачі» ($r = -0,47$), «нахил тулуба вперед» ($r = -0,43$), та «стрибок у довжину з місця» ($r = -0,31$) має бути позитивний.

Подібна тенденція склалася із «фізичною активністю». Позитивна кореляція притаманна з тестом «Фламінго» ($r = 0,59$), а від'ємна з АТсист. ($r = -0,54$), підніманням тулуба в сід ($r = -0,53$), нахилом тулуба вперед ($r = -0,45$), згинанням та розгинанням рук в упорі лежачі ($r = -0,43$), ЖЕЛ ($r = -0,35$), рівномірним бігом ($r = -0,33$) та стрибком у довжину з місця ($r = -0,31$). «Спортивні здібності» дівчат мають позитивну кореляцію тільки з тестом «Фламінго» ($r = 0,50$). А від'ємний кореляційний зв'язок ми бачимо із АТсист. ($r = -0,57$), підніманням тулуба в сід ($r = -0,39$), нахилом тулуба вперед ($r = -0,38$), бігом на 30 м ($r = -0,34$), згинанням та розгинанням рук в упорі лежачі ($r = -0,32$) та рівномірним бігом ($r = -0,28$). Силкові здібності при самооцінці мають кореляційний зв'язок із результатами тесту «Фламінго» ($r = 0,47$), життєвим ($r = 0,43$) та силовим індексом ($r = 0,34$). Від'ємна кореляція простежується серед таких показників фізичної підготовленості, як: «човниковий» біг 4x9 м ($r = -0,49$), біг на 30 м ($r = -0,36$), рівномірний біг ($r = -0,34$), що є виправданим тому що пов'язано з часом виконання бігу, а стрибок у довжину з місця ($r = -0,30$) та піднімання тулуба в сід ($r = -0,30$) не відповідає оцінці силових здібностей.

Загалом «самооцінка» фізичного розвитку дівчат у ВЗО об'єктивно ґрунтується на результатах піднімання тулуба в сід ($r = 0,61$), нахилі тулуба вперед з положення сидячи ($r = 0,46$), згинанні та розгинанні рук в упорі лежачи ($r = 0,38$), стрибку у довжину з місця ($r = 0,34$). Середні коефіцієнти кореляції між показниками самооцінки і фактичними показниками фізичного розвитку найбільші у струнності тіла ($r = 0,24$), координації рухів ($r = 0,23$) та фізичній активності, силі, витривалості ($r = 0,22$) (табл. 2).

Таким чином, при суттєвому підвищенні середніх коефіцієнтів кореляції між показниками самооцінки і результатами фізичної підготовленості здобувачів значущі коефіцієнти кореляції існують між тестами на координацію ($r = -0,50$), силу (динамометрія $r = 0,56$) і витривалість ($r = 0,40$) у юнаків.

Таблиця 2

Кореляційний аналіз самооцінки фізичного розвитку із фізичною підготовленістю дівчат ВЗО ($n = 50$)

Самооц. Фіз. під.	Здор.	Коорд. рухів	Фіз. акт.	Стр. тіла	Спорт. здіб.	Гл.фіз. Я	Зовн. вигл.	Сила	Гнуч.	Витр.	Самооц.
ДТ	0,19	0,09	-0,04	0,13	0,05	0,11	0,02	-0,11	0,00	0,06	0,06
МТ	0,19	0,09	-0,04	0,13	0,05	0,11	0,02	-0,11	0,00	0,06	0,06
ЧССсп. уд/хв.	-0,19	-0,10	0,03	-0,14	0,06	-0,18	-0,05	0,12	0,00	-0,03	-0,09
АТсист.	-0,27	-0,56	-0,54	0,50	-0,57	0,28	0,57	-0,08	-0,57	-0,58	0,25
АТдіаст.	0,10	0,04	0,09	-0,11	-0,12	0,11	0,04	-0,03	-0,13	-0,01	-0,30
ЖЕЛ	-0,13	-0,21	-0,35	0,43	-0,16	0,22	0,26	-0,07	-0,27	-0,25	0,26
Тест Руф'є	0,06	0,14	0,10	-0,04	0,10	0,21	-0,10	0,18	-0,01	0,05	-0,14
Проба М.-К.	-0,17	-0,10	0,02	-0,14	-0,07	-0,28	-0,10	0,13	0,01	0,02	-0,14
ІМТ	0,01	0,04	0,03	-0,03	0,01	0,19	0,05	-0,28	-0,16	-0,07	0,00
ЖІ	-0,14	-0,14	-0,12	0,07	-0,14	0,06	0,10	0,43	-0,04	-0,10	0,06
СІ	-0,05	-0,07	-0,06	0,04	-0,04	-0,13	-0,01	0,34	0,11	0,03	0,02
ІР	0,05	0,01	0,01	0,01	0,05	-0,27	-0,11	0,18	0,21	0,13	-0,03
Біг 30 м	-0,22	-0,37	-0,41	0,49	-0,34	0,28	0,38	-0,36	-0,39	-0,41	0,43
Рівн. біг	-0,31	-0,34	-0,33	0,38	-0,28	0,16	0,24	-0,34	-0,35	-0,34	0,30
Згин. розг. рук	-0,21	-0,47	-0,43	0,43	-0,32	0,23	0,40	-0,10	-0,28	-0,51	0,38
Сила пр. кисті	0,09	0,11	0,09	-0,06	0,08	-0,01	-0,08	0,02	0,08	0,10	-0,08
Сила лів. кисті	0,21	0,24	0,21	-0,19	0,18	-0,06	-0,18	0,09	0,19	0,23	-0,17
Під-ння тулуба	-0,20	-0,52	-0,53	0,59	-0,39	0,37	0,56	-0,30	-0,38	-0,59	0,61
Стр. у довж. з місця	-0,16	-0,31	-0,31	0,30	-0,27	0,13	0,31	-0,31	-0,27	-0,30	0,34
«Човн.» біг	-0,06	-0,15	-0,15	0,17	-0,12	0,03	0,10	-0,49	-0,17	-0,15	0,09
Нахил тулуба	-0,14	-0,43	-0,45	0,42	-0,38	0,04	0,46	-0,39	-0,33	-0,37	0,46
Тест «Фламінго»	0,23	0,57	0,59	-0,57	0,50	-0,15	-0,60	0,47	0,47	0,52	-0,63
Сума Σ	0,338	0,510	0,493	0,537	0,428	0,361	0,474	0,493	0,442	0,491	0,490
r Сер. ар.	0,15	0,23	0,22	0,24	0,19	0,16	0,21	0,22	0,2009	0,22	0,22

Примітка: $r(p = 0,05) = 0,2731$; $r(p = 0,01) = 0,354$

У дівчат значущих зв'язків рухових тестів і самооцінкою рухових якостей не знайдено, однак вони асоціюють розвиток сили, швидкісно-силових якостей, гнучкості, координації зі стрункістю тіла і загальною самооцінкою. Це свідчить, що на заняттях з фізичного виховання недостатньо уваги приділяється обґрунтуванню значення педагогічного контролю фізичної підготовленості здобувачів. Виконання рухових тестів на заняттях використовуються викладачем загалом для виставлення балів, а не з метою визначення прогресу досягнень молоді в розвитку фізичних якостей в процесі занять

спеціально-організованої руховою активністю. Тому молодь не бачить взаємозв'язку між результатами у конкретних вправах і розвитком своїх фізичних здібностей, тобто педагогічний контроль не стає стимулом для їх саморозвитку і самовдосконалення. Це пояснює той факт, що науковці [3, 7, 8] визначають в своїх дослідженнях відсутність у молоді мотиву підвищення фізичної підготовленості при заняттях фізичним вихованням.

Висновки. Проведені дослідження виявили неадекватність самооцінки фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти, що свідчить про важливість теоретичного висвітлення і практичного впровадження на заняттях з фізичного виховання розділу педагогічного контролю і самоконтролю фізичної підготовленості, який має бути стимулом для самовдосконалення юнаків і дівчат в процесі фізичного виховання.

Перспективи подальших досліджень полягають у виявленні ціннісних орієнтацій здобувачів, щодо формування індивідуальної фізичної культури і підвищення рівня фізичного здоров'я засобами фізичного виховання.

Література

1. Дєдх М. Сформованість цінностей індивідуальної фізичної культури юнаків та дівчат. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Зб. наук. праць; Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка. 2018. № 6 (25). С. 47-54.*
2. Ільченко С. Мотивація до занять спортом і відвідування занять з фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017. № 1. С. 15-19.*
3. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Структура моделі ціннісних орієнтирів індивідуальної фізичної культури школярів різних вікових груп. *Слобожанський науково-спортивний вісник. 2018. № 5 (67). С. 5-10.* Доступно на: <http://journals.urpn.ua/index.php/1991-0177/article/view/145466>
4. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Гендерні особливості самоопису фізичного розвитку школярів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2015. № 12. С. 56-60.*
5. Маєвський М. Формування фізичної культури особистості як головна мета фізичного виховання студентської молоді. *Зб. наук. праць Уманського держ. пед. ун-у. 2019. С. 62-68.*
6. Маєвський М. І. Ціннісні орієнтації у сфері фізичної культури і спорту студентів педагогічних спеціальностей : дисертація кандидата педагогічних наук : 13.00.02. Умань : Уманський державний педагогічний університет. 2016. 251 с.
7. Марченко О. Вікові та гендерні особливості формування цінностей індивідуальної фізичної культури школярів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Науково-теоретичний журнал. 2018. № 3. С. 80-87.*
8. Цибульська В. В. Формування мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів педагогічних спеціальностей на різних формах навчання : автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук : 13.00.02. Дніпропетровськ : ДДІФКіС. 2019. 22 с.

References

1. Dedukh, M. (2018). Formation of values of individual physical culture of boys and girls. *Physical culture, sports and health of the nation. Coll. Science. to work; Zhytomyr: Zhytomyr State University named after Ivan Franko, 6 (25), 47–54.*
2. Ilchenko, S. (2017). Motivation to play sports and attend physical education classes for students of pedagogical specialties. *Theory and methods of physical education and sports, 1, 15-19.*
3. Krutsevich, T. Y., & Marchenko, O. Y. (2018). The structure of the model of values of individual physical culture of schoolchildren of different age groups. *Slobozhansky scientific and sports bulletin.*
4. Krutsevich, T. Y., & Marchenko, O. Y. (2015). Gender features of self-description of physical development of schoolchildren. *Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports.*
5. Maevsky, M. (2019). Formation of physical culture of personality as the main goal of physical education of student youth. *Coll. Science. works of Uman state. ped. un-u.*
6. Mayevsky, M. I. (2016). Value orientations in the field of physical culture and sports of students of pedagogical specialties [Value orientations in the field of physical culture and sports of students of pedagogical specialties]. *Candidate's thesis.* Uman, Ukraine: Uman State Pedagogical University.
7. Marchenko, O. (2018). Age and gender features of formation of values of individual physical culture of schoolchildren. *Theory and methods of physical education and sports. Scientific and Theoretical Journal, 3, 80-87.*
8. Tsybullska, V.V. (2015). Formation of motivation for professional and applied physical training of students of pedagogical specialties in different forms of education [Formation of motivation for professional and applied physical training of students of pedagogical specialties in different forms of education]. *Extended abstract of candidate's thesis.* Dnipropetrovsk, Ukraine : DDIFKiS.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10\(183\).06](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10(183).06)
УДК: 796.332.015.1406

Балан Б. А.
ст. викладач кафедри футболу
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
orcid.org/0000-0001-9282-1276

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЯК ФАКТОР ЕФЕКТИВНОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФУТБОЛІСТІВ 17-18-РІЧНОГО ВІКУ В ПЕРІОД ПЕРЕХОДУ ДО ПРОФЕСІЙНИХ КОМАНД

Стаття присвячена вирішенню проблеми ефективності змагальної діяльності футболістів 17-18-річного віку в період переходу до професійних команд. В роботі виявлено, що віковий діапазон від 17 до 21 року припадає на період