8. Kvasnytsya O., Tyshchenko V., Hlukhov I., Drobot K., Khimich V., Mozoliuk O., Skrypchenko I. Stimulating Aerobic Energy Supply Reactions of Athletes in Rugby Union. *Physical Education Theory and Methodology*. 2024; 2(24): 211-223. DOI: https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.2.04

9. Reza M., Rahman M., Islam M., Mola D., Andrabi S. Assessment of Motor Fitness Metrics among Athletes in Different Sports: An Original Research. *Physical Education Theory and Methodology*. 2024; 1(24): 47-55. DOI: https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.1.06

10. Sari A., Sugiharto D., Pranoto A. Changes in High-Sensitivity C-Reactive Protein Levels After Two-Weeks of Moderate-Intensity Endurance Exercise in Obese Women. *Physical Education Theory and Methodology*. 2024; 2(24): 205-210. DOI: https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.2.03

11. Sharma A., Prasad B. K., Das R., Sharma A., Karmakar D., & Choudhary P. K. Analyzing the Impact of VMBR Training on Table Tennis Players' Competence in Performing Alternate Counter and Forehand Drive Shots With Precision. *Physical Education Theory and Methodology*. 2024; 3(24): 382-387. DOI: https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.3.05

12. Shynkaruk O., Mitova O., Borysova O. Use of modern information technologies for biomechanical analysis of athletes' movements. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022; 4(22): 987-994. DOI: https://doi.org/10.7752/jpes.2022.04124

Стаття надішла до редакції / Received 22.03.2026
Прийнята до друку / Accepted 19.04.2026
Опубліковано / Published 12.05.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.04(204).14

Жлобо Т. М.
Кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри фізичного виховання та хореографії,
Національний університет «Чернігівський колегіум»
імені Т. Г. Шевченка (м. Чернігів, Україна)
https://orcid.org/0000-0002-6811-9388
Сиротинська О. К.,
старший викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту,
Національний технічний університет України
«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»
https://orcid.org/0000-0003-0371-1601
Сергієнко Ю.П.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри технологій оздоровлення та фізкультурно-спортивної реабілітації, Державний податковий університет, Ірпінь
https://orcid.org/0000-0003-1019-6513

ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ БАДМІНТОНУ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У статті розкрито проблему підвищення рухової активності студентів закладів вищої освіти засобами бадмінтону. Актуальність дослідження зумовлена недостатнім рівнем рухової активності студентської молоді, зниженням інтересу до занять фізичним вихованням та потребою в пошуку доступних, емоційно привабливих і ефективних засобів організації рухової діяльності. Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та експериментальна перевірка ефективності застосування бадмінтону для підвищення рухової активності студентів закладів вищої освіти. У дослідженні використано теоретичні, емпіричні та статистичні методи. У педагогічному експерименті взяли участь 40 студентів 1 курсу, яких було розподілено на контрольну та експериментальну групи. В експериментальній групі до змісту навчальних занять і секційної роботи було впроваджено засоби бадмінтону. Ефективність їх застосування оцінювалася за мотиваційним, діяльнісним і руховим критеріями. Результати дослідження засвідчили позитивну динаміку в обох групах, однак більш виражені зміни зафіксовано в експериментальній групі. Це проявилося у підвищенні мотивації до занять фізичним вихованням, збільшенні участі студентів у секційній і самостійній руховій діяльності, а також у покращенні показників спритності, швидкості реакції, координації та точності виконання рухових дій. Доведено, що використання засобів бадмінтону є ефективним напрямом підвищення рухової активності студентів у системі фізичного виховання закладів вищої освіти.

Ключові слова: *бадмінтон, рухова активність, студенти закладів вищої освіти, фізичне виховання, рухові якості, мотивація до занять.*

Zhlobo T. M., Syrotynska O. K., Serhiienko Y.P. Effectiveness of Badminton in Increasing the Physical Activity of Higher Education Students. *The article addresses the issue of increasing the physical activity of higher education students by means of badminton. The relevance of the study is determined by the insufficient level of physical activity among students, a decline in interest in physical education classes, and the need to find accessible, emotionally engaging, and effective means of organizing motor activity. The purpose of the study was to provide a theoretical justification and*

experimental verification of the effectiveness of badminton in increasing the physical activity of higher education students. The study employed theoretical, empirical, and statistical methods. The pedagogical experiment involved 40 first-year students who were divided into control and experimental groups. In the experimental group, badminton was introduced into the content of physical education classes and sports club activities. The effectiveness of its use was assessed according to motivational, activity, and motor criteria. The results of the study demonstrated positive dynamics in both groups; however, more pronounced changes were recorded in the experimental group. This was manifested in increased motivation for physical education classes, greater student participation in sports club and independent motor activity, as well as improved indicators of agility, reaction speed, coordination, and accuracy of motor actions. It was proved that the use of badminton is an effective means of increasing students' physical activity within the system of physical education at higher education institutions.

Keywords: *badminton, physical activity, higher education students, physical education, motor abilities, motivation for participation.*

Постановка проблеми. Однією з актуальних проблем сучасної системи фізичного виховання у закладах вищої освіти є недостатній рівень рухової активності студентів [1]. Навчальне навантаження, переважання малорухомого способу життя, тривале перебування в цифровому середовищі та нестійка мотивація до занять фізичними вправами зумовлюють зниження інтересу студентської молоді до систематичної рухової діяльності [1]. У зв'язку з цим особливого значення набуває пошук таких засобів фізичного виховання, які були б доступними, емоційно привабливими, варіативними у застосуванні та здатними стимулювати студентів до більш активної участі як у навчальних, так і в позанавчальних формах рухової діяльності [1; 2].

У цьому контексті бадмінтон привертає увагу як ефективний засіб, що поєднує доступність, динамічність, оздоровчу спрямованість і значний мотиваційний потенціал [2; 3; 6; 8; 9]. Заняття бадмінтоном сприяють активізації рухової діяльності, розвитку координації, швидкості реакції, спритності, підтриманню функціонального стану організму та формуванню стійкого інтересу до рухової активності [2; 3; 6; 8; 9].

Водночас у науковій літературі недостатньо розкрито можливості комплексного застосування бадмінтону в закладах вищої освіти — у поєднанні навчальних і секційних форм занять — для підвищення рівня рухової активності студентів [2; 4; 8]. Недостатньо представленими залишаються й результати експериментальної перевірки такого підходу, що й зумовлює актуальність нашого дослідження [3; 4; 5].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема недостатньої рухової активності студентів закладів вищої освіти залишається однією з актуальних у сучасній системі фізичного виховання [1]. У наукових працях наголошується, що студентська молодь часто характеризується зниженням обсягу повсякденної рухової діяльності, нестійкою мотивацією до занять фізичними вправами та потребою в пошуку доступних і привабливих форм рухової активності [1]. У цьому контексті бадмінтон розглядається як ефективний засіб фізичного виховання студентів, що поєднує доступність, емоційну привабливість, варіативність використання та позитивний вплив на функціональний стан організму [2; 3; 8]. Це підкреслено, зокрема, у праці О. П. Митчик та ін., де бадмінтон охарактеризовано як результативний компонент фізичного виховання студентської молоді [2].

Окремі дослідження безпосередньо стосуються впливу бадмінтону на рухову активність студентів. Найбільш близькою до нашої теми є праця В. В. Стадника та ін., у якій обґрунтовано можливість розвитку рухової активності студентів засобами бадмінтону у позааудиторних заняттях [4]. Це дослідження підтверджує перспективність використання бадмінтону як засобу активізації студентської молоді, однак зосереджується переважно на позааудиторній формі організації занять [4].

У сучасній літературі бадмінтон також розглядається як засіб оздоровчо-рекреаційної діяльності студентів. У роботах А. Невеликої, Н. Зелененко, О. Сутули, а також O. Sutula, A. Nevelyka та Yu. Chucha доведено позитивний вплив занять бадмінтоном на фізичний розвиток, функціональний стан і фізичну підготовленість студентів [3; 8]. У зарубіжних дослідженнях C.-C. J. Chen та співавт. показано, що університетські заняття бадмінтоном позитивно впливають на здоров'я та загальне благополуччя нетренованих студентів коледжу [6]. Крім того, Zhou C. підкреслює значення бадмінтону для формування навчальної мотивації та впевненості студентів спеціальностей фізичного виховання [9]. Дослідження Lin M.-L. та ін. акцентує увагу на можливостях підвищення якості викладання бадмінтону у вищій школі завдяки використанню сучасних освітніх технологій [7].

Аналіз наукових джерел свідчить, що бадмінтон уже розглядається як засіб фізичного виховання студентів, оздоровчо-рекреаційної діяльності та розвитку рухової активності в позааудиторній роботі [2; 3; 4; 8]. Проте недостатньо розкрито можливості його комплексного застосування в закладах вищої освіти — у поєднанні навчальних і секційних форм занять — для підвищення рівня рухової активності студентів [2; 4; 5]. Недостатньо представленими залишаються й результати експериментальної перевірки такого підходу, що й зумовлює актуальність нашого дослідження [3; 4; 5].

Мета дослідження. Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці ефективності застосування бадмінтону для підвищення рухової активності студентів закладів вищої освіти.

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження було використано комплекс взаємопов'язаних методів. До теоретичних методів належали аналіз, узагальнення, систематизація та інтерпретація науково-методичної літератури з проблеми рухової активності студентів закладів вищої освіти й можливостей застосування бадмінтону в системі фізичного виховання. Емпіричні методи охоплювали педагогічне спостереження, анкетування, тестування, педагогічний експеримент і методи математичної статистики.

Анкетування застосовувалося з метою з'ясування інтересу студентів до занять фізичним вихованням, їхнього ставлення до бадмінтону, готовності брати участь у секційній роботі та частоти самостійної рухової активності.

Педагогічне спостереження дало змогу оцінити активність студентів на заняттях, рівень їхньої залученості до виконання завдань, а також особливості участі в навчальних та ігрових формах роботи.

Для оцінювання змін у рівні рухової активності та розвитку рухових якостей використовувалися показники мотиваційного, діяльнісного та рухового критеріїв. Зокрема, за діяльнісним критерієм ураховувалися відвідуваність занять, регулярність участі в секційній роботі та частота самостійної рухової активності протягом тижня. За руховим критерієм оцінювалися спритність, швидкість реакції, координація та точність виконання рухових дій.

Педагогічний експеримент використовувався для перевірки ефективності застосування бадмінтону з метою підвищення рухової активності студентів. Методи математичної статистики застосовувалися для кількісного аналізу отриманих результатів. Для цього визначали середні арифметичні значення досліджуваних показників, аналізували їх зміни до і після педагогічного експерименту, а також здійснювали порівняння результатів у контрольній та експериментальній групах. Це дало змогу встановити загальну динаміку показників мотиваційного, діяльнісного та рухового критеріїв і оцінити результативність упровадження засобів бадмінтону в процес фізичного виховання студентів.

Виклад основного матеріалу дослідження. У сучасних умовах рухова активність студентів закладів вищої освіти є важливою передумовою збереження здоров'я, підтримання працездатності та формування потреби в систематичній руховій діяльності [1]. Недостатній обсяг рухів у повсякденному житті студентської молоді актуалізує пошук доступних і привабливих засобів фізичного виховання, здатних мотивувати до регулярної рухової діяльності [1]. Одним із таких засобів є бадмінтон, який поєднує доступність, динамічність, оздоровчу спрямованість і значний мотиваційний потенціал [2; 3 6; 8; 9].

Перевага бадмінтону в системі фізичного виховання студентів зумовлена тим, що цей вид рухової діяльності не потребує складного обладнання, може реалізовуватися в різних організаційних умовах і водночас поєднує координаційне навантаження, високу швидкість рухових реакцій, ігрову емоційність та змагальний характер [2, 4, 6, 8]. Це сприяє підвищенню інтересу студентів до занять і позитивно позначається на їхньому функціональному стані, руховій підготовленості та загальному благополуччі [3, 6, 8, 9].

Дослідження проводилося на базі Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка упродовж І семестру 2025/2026 навчального року. У ньому брали участь 40 студентів 1 курсу, яких було розподілено на контрольну та експериментальну групи. Студенти контрольної групи навчалися за традиційною програмою фізичного виховання, тоді як в експериментальній групі до змісту навчальних занять і секційної роботи було впроваджено бадмінтон.

Організація роботи в експериментальній групі ґрунтувалася на поєднанні навчальної та секційної форм. Під час побудови змісту занять ураховувалися принципи доступності, поступовості, варіативності вправ, ігрової спрямованості та поетапного опанування технічних елементів бадмінтону. У процесі навчання студенти оволодівали базовими технічними діями, елементарними пересуваннями, подачами, ударами та виконували вправи, спрямовані на розвиток координації й точності рухів. Секційна робота була спрямована на розширення обсягу рухової діяльності, удосконалення набутих умінь, підтримання зацікавленості та формування стійкої потреби в регулярній руховій активності.

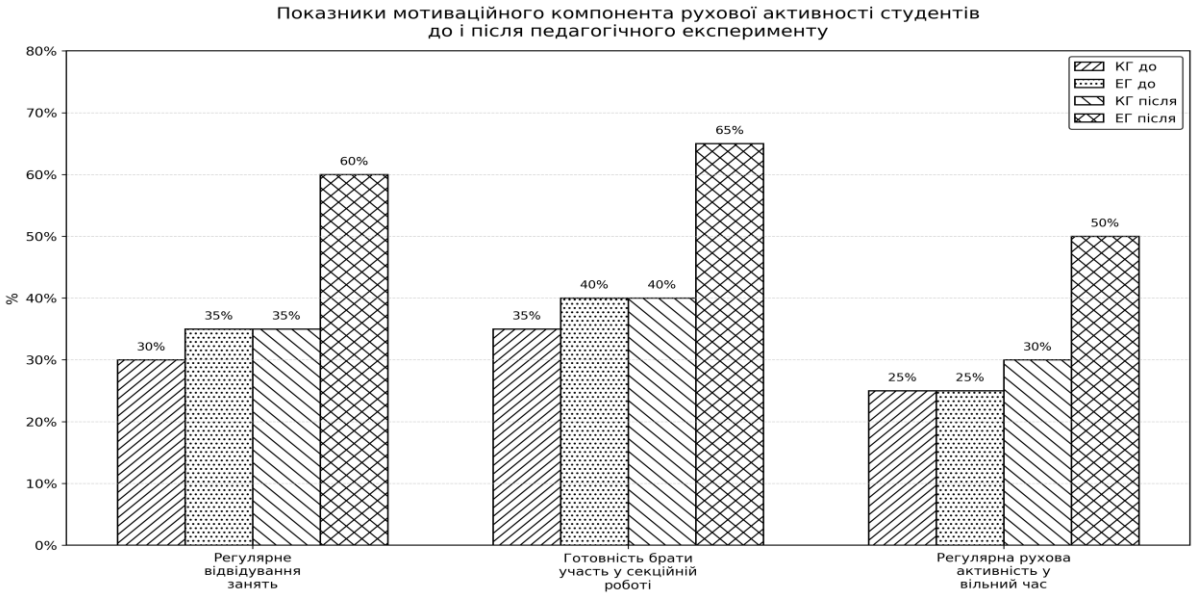
Підвищення рухової активності студентів засобами бадмінтону здійснювалося на основі цілеспрямованої організації роботи, за якої визначена мета виступала системоутворювальним чинником побудови навчально-тренувального процесу. Усвідомлення цільового результату давало змогу логічно вибудовувати зміст, добирати відповідні засоби, методи, організаційні форми й параметри навантаження. При цьому передбачалися формування інтересу до занять, засвоєння базових елементів гри, подальше вдосконалення рухових умінь, збільшення обсягу рухової активності, розвиток координації, швидкості реагування та точності виконання дій. У змісті роботи широко використовувалися ігрові та змагальні форми, що сприяло закріпленню набутих умінь, підтриманню мотивації та переходу студентів до більш стійкої й усвідомленої рухової активності.

Ефективність упровадження бадмінтону оцінювалася за трьома критеріями: мотиваційним, діяльнісним і руховим. Мотиваційний критерій відображав інтерес студентів до занять, їхнє ставлення до фізичного виховання, готовність брати участь у секційній роботі та прагнення до самостійної рухової активності. Діяльнісний критерій характеризував фактичний рівень рухової активності та визначався за відвідуваністю занять, регулярністю участі в секційній роботі й частотою самостійної рухової діяльності протягом тижня. Руховий критерій пов'язувався зі змінами у спритності, швидкості реакції, координації та точності виконання рухових дій, що безпосередньо забезпечували результативність занять бадмінтоном. На початку й наприкінці експерименту проводилося оцінювання визначених критеріїв і показників, що дало змогу встановити ефективність запропонованого підходу щодо підвищення рухової активності студентів закладів вищої освіти.

До початку педагогічного експерименту було проведено опитування студентів, спрямоване на з'ясування бажання регулярно відвідувати заняття з фізичного виховання, готовності брати участь у секційній роботі та рівня самостійної рухової активності. У контрольній групі бажання регулярно відвідувати заняття виявляли 30% студентів, готовність долучитися до секційної роботи — 35%, а регулярну рухову активність у вільний час — 25%. В експериментальній групі відповідні показники становили 35%, 40% і 25%. Загалом результати початкового опитування засвідчили недостатній рівень сформованості стійкої мотивації до рухової активності, що підтвердило потребу в пошуку ефективних засобів її підвищення. Одним із таких засобів було визначено бадмінтон.

Після завершення педагогічного експерименту було проведено повторне опитування студентів з метою визначення змін у мотиваційному компоненті рухової активності. Аналіз отриманих результатів засвідчив позитивну динаміку в обох групах, однак в експериментальній групі вона була більш вираженою. У контрольній групі бажання

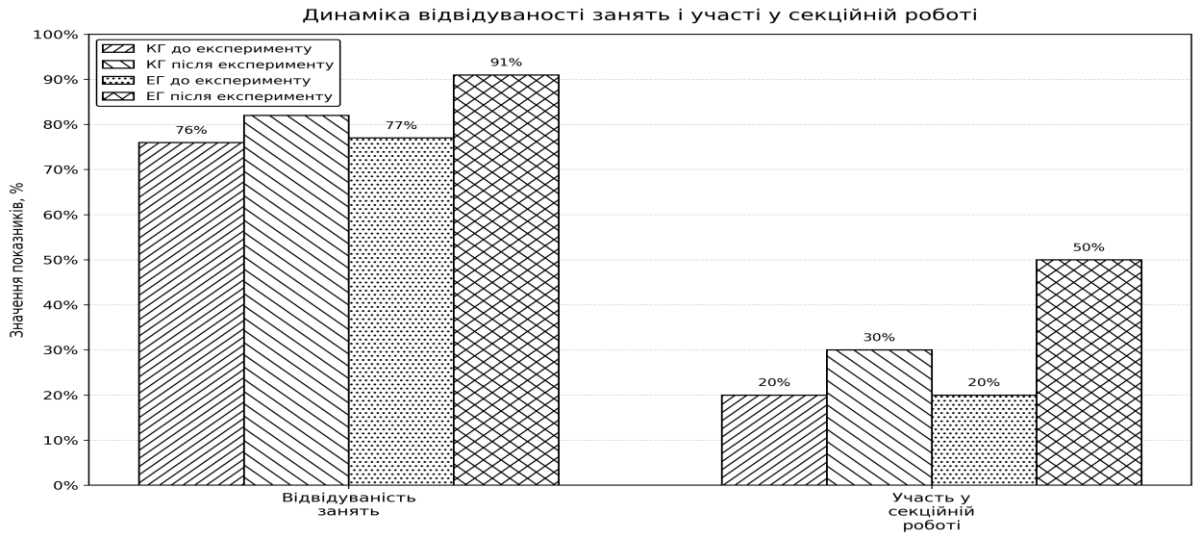
регулярно відвідувати заняття становило 35%, готовність брати участь у секційній роботі — 40%, а регулярна рухова активність у вільний час — 30%. В експериментальній групі відповідні показники становили 60%, 65% і 50%. Отримані результати свідчать про підвищення рівня мотивації до рухової активності в обох групах, проте більш суттєві зміни зафіксовано в експериментальній групі, де в освітній процес було впроваджено засоби бадмінтону, що відображено на мал. 1.



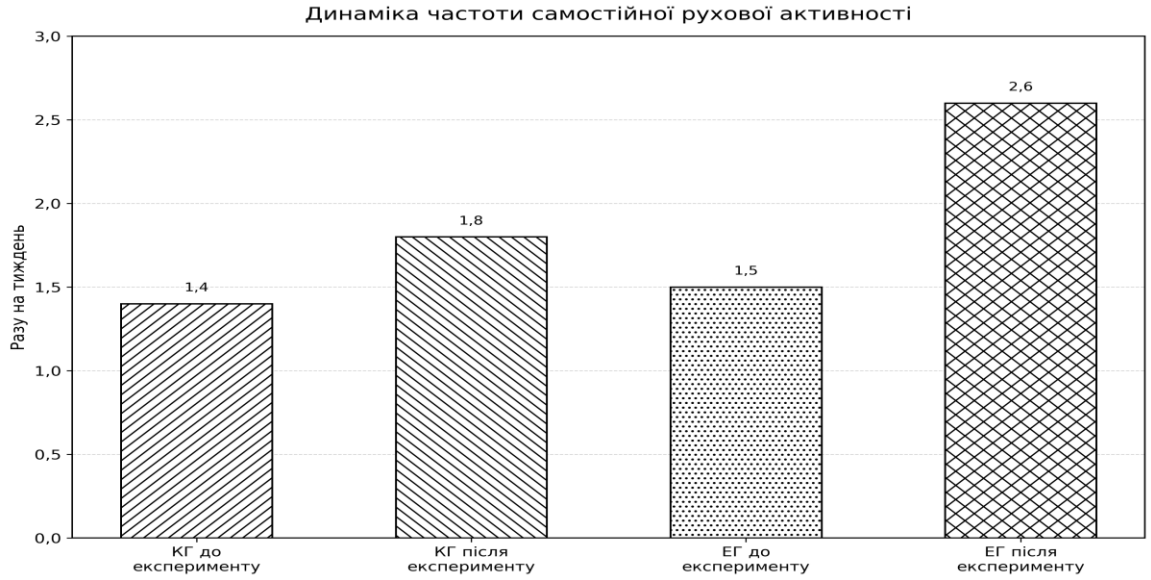
Мал. 1. Динаміка показників мотиваційного критерію рухової активності студентів контрольної та експериментальної груп до і після педагогічного експерименту, %.

За діяльнісним критерієм до початку педагогічного експерименту суттєвих відмінностей між контрольною та експериментальною групами не виявлено. Оцінювання здійснювалося за трьома показниками: відвідуваністю занять, участю у секційній роботі та частотою самостійної рухової активності. Відвідуваність занять визначали за журналом обліку, участь у секційній роботі — за регулярністю відвідування секційних занять, а частоту самостійної рухової активності — за результатами анкетування студентів. У контрольній групі відвідуваність занять становила 76%, систематична участь у секційній роботі — 20%, а частота самостійної рухової активності — 1,4 разу на тиждень. В експериментальній групі відповідні показники становили 77%, 20% і 1,5 разу на тиждень. Отримані результати свідчать про майже однаковий вихідний рівень сформованості діяльнісного компонента рухової активності студентів в обох групах.

Після завершення педагогічного експерименту за діяльнісним критерієм виявлено позитивні зміни в обох групах, однак в експериментальній групі вони були більш вираженими. Аналіз отриманих результатів засвідчив зростання відвідуваності занять, підвищення активності студентів у секційній роботі та збільшення частоти самостійної рухової активності. У контрольній групі відвідуваність занять становила 82%, систематична участь у секційній роботі — 30%, а частота самостійної рухової активності — 1,8 разу на тиждень. В експериментальній групі відповідні показники становили 91%, 50% і 2,6 разу на тиждень. Отримані результати свідчать про позитивну динаміку сформованості діяльнісного компонента рухової активності студентів в обох групах, проте більш суттєві зміни зафіксовано в експериментальній групі, де в освітньому процесі цілеспрямовано використовувалися засоби бадмінтону, що відображено на мал. 2 і 3.



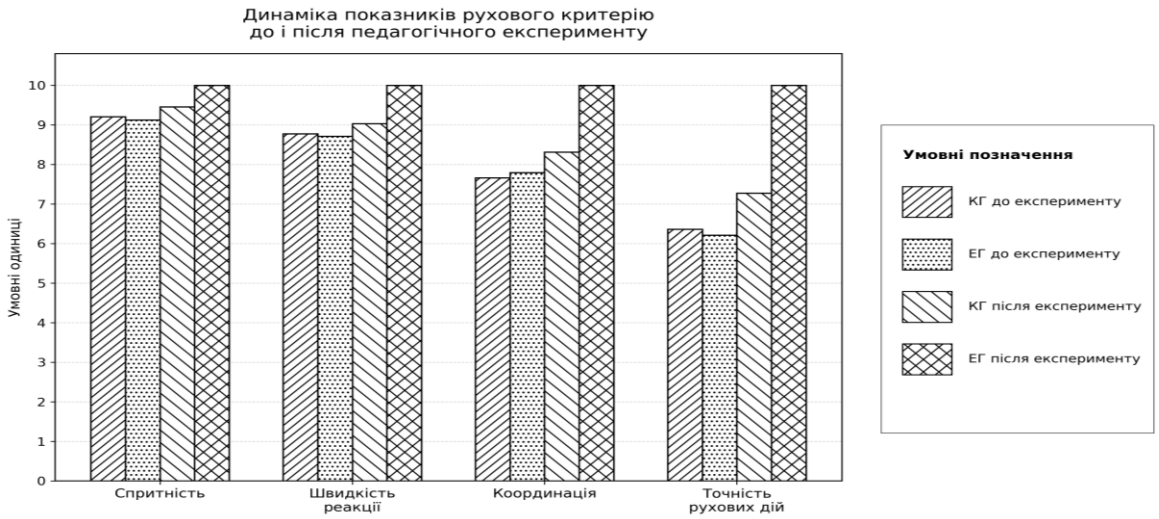
Мал. 2. Динаміка відвідуваності занять і участі у секційній роботі студентів контрольної та експериментальної груп до і після педагогічного експерименту, %.



Мал. 3. Динаміка частоти самостійної рухової активності студентів контрольної та експериментальної груп до і після педагогічного експерименту, разу на тиждень.

За руховим критерієм до початку педагогічного експерименту суттєвих відмінностей між контрольною та експериментальною групами не встановлено. Оцінювання здійснювалося за чотирма показниками: спритністю, швидкістю реакції, координацією та точністю виконання рухових дій. Спритність визначали за результатами тесту «човниковий біг 4×9 м», швидкість реакції — за латентним часом простої зорово-моторної реакції на візуальний сигнал, координацію — за якістю виконання координаційних вправ, а точність виконання рухових дій — за результативністю виконання спеціально підібраних рухових завдань з елементами бадмінтону. У контрольній групі показник спритності становив 11,3 с, швидкості реакції — 0,286 с, координації — 5,9 бала, точності виконання рухових дій — 4,2 бала. В експериментальній групі відповідні показники становили 11,4 с, 0,288 с, 6,0 бала і 4,1 бала. Це свідчить про приблизно однаковий вихідний рівень розвитку рухових якостей студентів в обох групах.

Після завершення педагогічного експерименту за руховим критерієм виявлено позитивні зміни в обох групах, однак в експериментальній групі вони були більш вираженими. Аналіз отриманих результатів засвідчив покращення спритності, скорочення часу реакції, підвищення рівня координації та точності виконання рухових дій. У контрольній групі показник спритності покращився до 11,0 с, швидкості реакції — до 0,278 с, координації — до 6,4 бала, точності виконання рухових дій — до 4,8 бала. В експериментальній групі відповідні показники становили 10,4 с, 0,251 с, 7,7 бала і 6,6 бала. Отримані результати свідчать про позитивну динаміку розвитку рухових якостей студентів в обох групах, проте більш суттєві зміни зафіксовано в експериментальній групі, де в освітньому процесі цілеспрямовано використовувалися засоби бадмінтону (мал. 4).



Мал. 4. Динаміка показників рухового критерію студентів контрольної та експериментальної груп до і після педагогічного експерименту, ум. од.

Узагальнення результатів педагогічного експерименту дає підстави констатувати, що застосування засобів бадмінтону в освітньому процесі позитивно впливає на формування рухової активності студентів. Порівняльний аналіз показників контрольної та експериментальної груп засвідчив позитивну динаміку в обох групах, однак у студентів експериментальної групи зміни були більш суттєвими. Це виявилося у підвищенні мотивації до занять фізичним вихованням, активізації участі в організованих і самостійних формах рухової діяльності, а також у покращенні показників рухових якостей.

Висновки. На основі аналізу науково-методичної літератури теоретично обґрунтовано доцільність застосування засобів бадмінтону для підвищення рухової активності студентів закладів вищої освіти. Визначено, що бадмінтон має значний потенціал як засіб фізичного виховання завдяки доступності, емоційній привабливості та комплексному впливу на мотиваційний, діяльнісний і руховий компоненти рухової активності студентів.

У ході педагогічного експерименту встановлено позитивну динаміку показників мотиваційного, діяльнісного та рухового критеріїв у студентів обох груп. Це підтверджує позитивний вплив засобів бадмінтону на формування інтересу до занять фізичним вихованням, залучення студентів до різних форм рухової діяльності та розвиток їхніх рухових якостей.

Більш виражені зміни, зафіксовані в експериментальній групі, свідчать про вищу ефективність упровадження засобів бадмінтону порівняно з традиційною організацією занять. Отримані результати дають підстави розглядати цей підхід як перспективний напрям удосконалення змісту фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Перспективи подальших досліджень вбачаються у розробленні та експериментальній перевірці інноваційних програм фізичного виховання студентів із використанням засобів бадмінтону, спрямованих на підвищення рухової активності та вдосконалення рухових якостей.

Література

1.Андрєєва О. В., Степанюк В., Хрипко І. В., Івчатова Т. В. Рухова активність і здоров'я студентів: сучасний стан, проблеми і перспективи. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15.* 2024. № 12(185). С. 9–14. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12(185).01.

2.Митчик О. П., Тарасюк В. Й., Хомич А. В., Козіброцький С. П. Бадмінтон у фізичному вихованні студентів. *Академічні студії. Серія «Педагогіка»*. 2024. № 1. С. 39–44. DOI: https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2024.1.6.

3.Невелика А., Зелененко Н., Сутула О. Вплив занять бадмінтоном в процесі фізичного виховання на фізичний розвиток і функціональний стан студенток. *Спортивні ігри*. 2023. № 2(20). С. 56–63. DOI: https://doi.org/10.15391/si.2021-2.05.

4.Стадник В. В., Булатов О. В., Світлик В. В., Куспиш О. В., Зубрицький Я. Я. Розвиток рухової активності студентів засобами бадмінтону у позааудиторних заняттях. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць*. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. Вип. 9(103). С. 85–90.

5.Стецюк Т. І. Результати впровадження методики навчання фізичних вправ засобами бадмінтону студентів педагогічного профілю з ослабленим здоров'ям. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2023. № 10(170). С. 132–136. DOI: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.10(170).28.

6.Chen C.-C. J., Stubbington K., Lim S., Pan C.-Y. The effects of university badminton class on health and well-being in untrained college students. *Journal of American College Health*. 2025. Vol. 73, No. 9. P. 3470–3477. DOI: https://doi.org/10.1080/07448481.2024.2418533.

7.Lin M.-L., Chen N.-C., Luo Y.-J., Liao C.-C., Kao C.-C. From Tradition to Innovation: Analyzing Strategies and Support for Enhancing Badminton Course Teaching Quality through Educational Technology. *Behavioral Sciences*. 2024. Vol. 14, No. 9. Article 857. DOI: https://doi.org/10.3390/bs14090857.

8.Sutula O., Nevelyka A., Chucha Yu. Badminton as one of the means of health and recreational activities of students. *Slobozhanskyi Herald of Science and Sport*. 2021. Vol. 9, No. 6(86). P. 45–49. DOI: https://doi.org/10.15391/snsv.2021-6.007.

9.Zhou C. Learning motivation and self confidence in badminton of PE students. *International Journal of Research Studies in Education*. 2024. Vol. 13, No. 4. P. 221–228. DOI: https://doi.org/10.5861/ijrse.2024.24661.

References

1. Andrieieva, O. V., Stepaniuk, V., Khrypko, I. V., & Ivchatova, T. V. (2024). *Rukhova aktyvnist i zdorovia studentiv: suchasnyi stan, problemy i perspektyvy* [Physical activity and health of students: current state, problems and prospects]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15*, 12(185), 9–14. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12(185).01

2. Mytchyk, O. P., Tarasiuk, V. Y., Khomych, A. V., & Kozibrotskyi, S. P. (2024). *Badminton u fizychnomu vykhovanni studentiv* [Badminton in students' physical education]. *Akademichni studii. Seriia "Pedahohika"*, 1, 39–44. https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2024.1.6

3. Nevelyka, A., Zelenenko, N., & Sutula, O. (2023). *Vplyv zaniat badmintonom v protsesi fizychnoho vykhovannia na fizychnyi rozvytok i funktsionalnyi stan studentok* [The influence of badminton classes in the process of physical education on the physical development and functional state of female students]. *Sportyvni ihry*, 2(20), 56–63. https://doi.org/10.15391/si.2021-2.05

4. Stadnyk, V. V., Bulatov, O. V., Svitlyk, V. V., Kuspysh, O. V., & Zubrytskyi, Ya. Ya. (2018). *Rozvytok rukhovoi aktyvnosti studentiv zasobamy badmintonu u pozaaudytornykh zaniattiakh* [Development of students' motor activity by means of badminton in extracurricular classes]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriia 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport): zbirnyk naukovykh prats*, 9(103), 85–90.

5. Stetsiuk, T. I. (2023). *Rezultaty vprovadzhennia metodyky navchannia fizychnykh vprav zasobamy badmintonu studentiv pedahohichnoho profiliu z oslablenym zdoroviam* [Results of implementing the methodology of teaching physical exercises by means of badminton for pedagogical students with weakened health]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15*, 10(170), 132–136. https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.10(170).28

6. Chen, C.-C. J., Stubbington, K., Lim, S., & Pan, C.-Y. (2025). *The effects of university badminton class on health and well-being in untrained college students*. *Journal of American College Health*, 73(9), 3470–3477. https://doi.org/10.1080/07448481.2024.2418533

7. Lin, M.-L., Chen, N.-C., Luo, Y.-J., Liao, C.-C., & Kao, C.-C. (2024). *From tradition to innovation: Analyzing strategies and support for enhancing badminton course teaching quality through educational technology*. *Behavioral Sciences*, 14(9), Article 857. https://doi.org/10.3390/bs14090857

8. Sutula, O., Nevelyka, A., & Chucha, Yu. (2021). *Badminton as one of the means of health and recreational activities of students*. *Slobozhanskyi Herald of Science and Sport*, 9(6(86)), 45–49. https://doi.org/10.15391/snsv.2021-6.007

9. Zhou, C. (2024). *Learning motivation and self-confidence in badminton of PE students*. *International Journal of Research Studies in Education*, 13(4), 221–228. https://doi.org/10.5861/ijrse.2024.24661

Стаття надійшла до редакції / Received 03.04.2026
Прийнята до друку / Accepted 21.04.2026
Опубліковано / Published 12.05.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.04(204).15

Журавель О. А.,
доктор філософії в галузі права, старший викладач
кафедри спеціальної фізичної підготовки,
Дніпровський державний університет внутрішніх справ,м. Дніпро
https://orcid.org/0000-0002-6830-150X

СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ УНІВЕРСИТЕТІВ ВНУТРІШНІХ СПРАВ ДО ДІЙ В УМОВАХ ЗАГРОЗИ БПЛА: РОЗВИТОК ВИТРИВАЛОСТІ, МОБІЛЬНОСТІ ТА НАВИЧОК УХИЛЕННЯ

У статті обґрунтовано актуальність удосконалення змісту спеціальної фізичної підготовки курсантів університетів внутрішніх справ у зв'язку зі зміною характеру сучасних загроз, зокрема широким використанням безпілотних літальних апаратів у бойових та службово-оперативних умовах. Доведено, що традиційні програми фізичної підготовки не повною мірою формують прикладні рухові навички, необхідні для швидкого переміщення в умовах небезпеки з повітря, ефективного використання природних укриттів, зміни положення тіла, ухилення та виконання короткочасних інтенсивних дій у бронежилетах та іншому захисному спорядженні. Метою дослідження стало теоретичне обґрунтування та розроблення змісту спеціальної фізичної підготовки курсантів, спрямованої на розвиток спеціальної витривалості, мобільності, координації рухів і навичок ухилення в умовах загрози БПЛА. У роботі використано комплекс методів: аналіз науково-методичної літератури, узагальнення практичного досвіду підготовки військовослужбовців і правоохоронців, педагогічне моделювання, спостереження, експертне оцінювання ефективності запропонованих вправ. Розроблено структуру спеціалізованих занять, що включає човниковий біг у бронежилетах, біг зі зміною траєкторії («біг дзигою»), подолання перешкод, короткі спринтерські переміщення з