11. Levus, N. I., & Chopko, Kh. B. (2022). Tsinnisno-potrebova sfera osib, yki neprofesiino zaimaiutsia sportom [Value-need sphere of individuals who engage in non-professional sports]. Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology, (1), 37–41. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.7

12. Nakonechna, A. (2014). Psikhoemotsiinyi stan zhinok druhoho zriloho viku, yki zaimaiutsia za systemoiu J. Pilatesa [Psycho-emotional state of second-mature-age women practicing the Pilates system]. Young Sports Science of Ukraine, 18(4), 88–92 [in Ukrainian].

13. Stopa, M. (2024). Kharakterystyka morfolohichnoho profiliu zhinok pershoho periodu zriloho viku [Characteristics of the morphological profile of women of the first period of mature age]. Sports Bulletin of the Dnieper Region, (2), 113–122. https://doi.org/10.32540/2071-1476-2024-2-113

14. Ripak, M., & Bondar, I. R. (2019). Osoblyvosti rukhovoi aktyvnosti doroslykh zhinok u vilnyi chas [Peculiarities of motor activity of adult women in their free time]. Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15, 5K(113), 280–285 [in Ukrainian].

15. Stimson, A. M., Anderson, C., Holt, A. M., & Henderson, A. J. (2024). Why don't women engage in muscle strength exercise? An integrative review. Health Promot J Austral, 35, 911–923. https://doi.org/10.1002/hpja.857

16. Vasudevan, A. et al. (2021). Motivational Factors and Barriers Towards Initiating and Maintaining Strength Training in Women. Journal of Strength and Conditioning Research, 23(4), 674–695. https://doi.org/10.1007/s11121-021-01328-2

Стаття надішла до редакції / Received 13.08.2026
Прийнята до друку / Accepted 24.08.2026
Опубліковано / Published 26.08.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.08(208).31

Шмигановський В.А.
Капітан 1рангу, Начальник Військово-морського ліцею
імені віце-адмірала Володимира Безкоровайного, м. Одеса
https://orcid.org/0000-0005-1187-4269
Ганчар О.І.
доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри
спортивних дисциплін Мелітопольського державного
педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, м. Запоріжжя
https: //orcid.org/0000-0002-2881-4060
Ганчар І.Л.
професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри
спортивних дисциплін Мелітопольського державного
педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, м. Запоріжжя
https://orcid.org/0000-0003-1044-5495
Суханова Г.П,
старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання
Мелітопольського державного педагогічного університету
імені Богдана Хмельницького, м. Запоріжжя
https://orcid.org/0000-0002-0913-8407
Семенов А. А.
доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури та спорту Уманського
національного університету, м. Умань
https://orcid.org/0000-0002-2084-0555
Шевченко Р.І.
кандидат військових наук, полковник, доцент
Інституту Військово-Морських Сил
Національного університету «Одеська морська академія»
https://orcid.org/0000-0002-6398-6247

МОНІТОРИНГ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЯГНЕНЬ ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК ПЛАВАННЯ ПРИЗЕРІВ РІЗНОГО ВІКУ І СТАТІ НА СТАРТАХ XXXII ВСЕСВІТНІЙ УНІВЕРСІАДИ В БЕРЛІНЕ-2025 РОКУ

Метою дослідження є визначення стану сформованості показників різних країн на відстанях плавання серед плавців різного віку і статі за результатами отримання призових медалей на XXXII всесвітній Універсіаді-2025 в Берлині. Як показали результати нашого дослідження, безперечними лідерами (перша десятка) студентського плавання на XXXII всесвітній Універсіада в Берлині були: США-50 медаль (21 чол. + 29 жін.), Японія-15 (8+7), Італія-13 (9+4), Південна Африка-8 (4+4), Польща-7 (4+3) Росія-6 (6+0), Китай-4 (0+4), Південна Корея=3(1+2), Португалія-2 (0+2), Узбекистан-2 (2+0), Друга десятка рейтингу команд за призовими медалями включала: Франція-2 (1+1), Канада-2 (0+2), Австралія-2 (0+2), Киргизія -1(1+0), Чехія-1(0+1), Бразилія-1(1+0), Угорщина-1(0+1), Німеччина-1(1+0), Гонконг-1(1+0), Тайвань-1 (1+0), Малайзія-1(1+0), Литва-1(1+0), Іспанія-1(0+1) медаль. Чоловіки відрізняються за рівнем значення

середньої швидкості плавання результатами, від жінок: на дистанціях вільного стиля – 0,216 м/с, в естафетному плаванні – 0,210 м/с, далі батерфляєм – 0,203 м/с, потім на спині – 0,196 м/с, а також брасом – 0,190 м/с на відстанях стаєрського плавання – 0,140 м/с. Більш низькі показники відмінності були на відстанях комплексного плавання – 0,135 м/с, а загальна, на рівні – 0,18 м/с (чол., x±m=1,85±0,15; жін., x±m = 1,67±0,12; t=1,98, p<0,05).

***Ключові слова**: змагання Універсіади, чоловіки-плавці, жінки-плавці, дистанції плавання, стан досягнень, середня швидкість, відмінність показників.*

Shmyganovsky Viktor, Ganchar Oleksiy, Ganchar Ivan, Sukhanova Anna, Semenov Andriy, Shevchenko Ruslan. Monitoring the results of the achievements of the formation of swimming motor skills of prize-winners of different ages and genders at the starts of the XXXII World Universidad in Berlin-2025.

The purpose of the study is to determine the state of development of indicators of different countries at swimming distances among swimmers of different ages and genders based on the results of receiving prize medals at the XXXII World Universiade-2025 in Berlin. The main tasks were: identification of the ranking of achievements among men and women at the World Universiade-2025; b) implementation of the results of the study into the practice of physical education and sports to determine an objective assessment of the difference in the performance of female and male prize-winning swimmers. As the results of our study showed, the undisputed leaders (top ten) of student swimming at the XXXII World Universiade in Berlin were: USA-50 medals (21 men + 29 women), Japan-15 (8+7), Italy-13 (9+4), South Africa-8 (4+4), Poland-7 (4+3) Russia-6 (6+0), China-4 (0+4), South Korea=3(1+2), Portugal-2 (0+2), Uzbekistan-2 (2+0), The second ten teams ranking by prize medals included: France-2 (1+1), Canada-2 (0+2), Australia-2 (0+2), Kyrgyzstan -1(1+0), Czech Republic-1(0+1), Brazil-1(1+0), Hungary-1(0+1), Germany-1(1+0), Hong Kong-1(1+0), Taiwan-1(1+0), Malaysia-1(1+0), Lithuania-1(1+0), Spain-1(0+1) medal. Thus, 42 sets of medals were drawn, which were awarded to 126 prize-winning swimmers from 23 countries, who received medals of various types. Among female students, the following swimmers stood out: USA-29 medals, Japan-7, Italy-4, South Africa-4, CHina-4 medals. Among male students, the leaders in swimming were: usa-21 medals, italy-9, Japan-8, Russia-6, South Africa-4, Poland-4 medals. The largest age difference between men and women was found in 12 cases in the range of 1-3 years (men, x±m=21.90±0.92; women, x±m = 21.22±1.06; t=0.015, p>0.05). a decrease in the age of men from women was observed in 4 cases. The absence of any advantage of the age of women over men and vice versa of men over women is presented in 6 cases. Men differ in the level of average swimming speed from women: at freestyle distances - 0.216 m/s, in relay swimming - 0.210 m/s, then butterfly - 0.203 m/s, then backstroke - 0.196 m/s, and also breaststroke - 0.190 m/s at stayer swimming distances - 0.140 m/s. Lower differences were observed at the distances of the medley swimming – 0.135 m/s, and the total, at the level of – 0.18 m/s (men, x±m=1.85±0.15; women, x±m = 1.67±0.12; T=1.98, P<0.05). The largest difference was recorded at 50 m – 0.230 m/s, then at 100 m – 0.215, then at 400 m – 0.170 m/s, at 200 m – 0.13 m/s, at the distances of the stayer swimming – 800-1500 m and the relay swimming freestyle 4x200 m – 0.156 m/s. Although the lowest figures were in the individual medley, the combined relay – 0.150 m/s.

***Key words:** universidad competitions, male swimmers, female swimmers,.*

Постановка проблеми. Реальна інформація про минулій та нинішній стан розвитку спортивного плавання студентської та учнівської молоді різного віку і статі набуває все більшого значення в пошуках достовірної інформації про наявні можливості плавців, які реалізують сформовані фізичні здібності у досягненні найкращих результатів представників різної статі у навчанні та вдосконаленні своїх рухових навичок плавання в процесі навчання [1-6].

Однак достовірна інформація про динаміку відмінностей у рівні та ступені сформованості рухових навичок плавання серед молоді різного віку і статі та чоловіків і жінок у існуючих публікаціях з теорії й методики фізичного виховання і спорту, як правило, зустрічаються фрагментарно та епізодична [1-6]. Найцікавішими для професіоналів і любителів плавання є особливості виступу учнівської та студентської молоді на досить престижних змаганнях, таких як фінальні старти з плавання на всесвітніх універсіадах, що проводиться в даний час у непарні роки. У практиці їх загальної оцінки, як правило, надають показники певних нагород, в першу чергу золотих, потім срібних та бронзових медалей. між тим, як кількісні показники практично не використовуються, що робить цей процес важким і спотворює об'єктивний аналіз успішності студентського плавання в кожній країні та загалом у світі.

Об'єкт дослідження: стан рейтингу команд-учасниць студентів-плавців та індивідуальних досягнень на змаганнях всесвітній універсіади-2025 у спортивному плаванні.

Предмет досліджень: моніторинг результатів команд сильніших плавців-студентів на всемірної Універсіаді-2025 року у Берліні.

Метою дослідження є визначення стану сформованості показників різних країн на відстанях плавання серед плавців різного віку і статі за результатами отримання призових медалей на XXXII Всесвітній Універсіаді-2025.

Основними завданнями були: ідентифікація рейтингу досягнень серед чоловіків та жінок на Всесвітніх Універсіаді-2025; б) впровадження результатів дослідження у практику фізичного виховання та спорту для визначення об'єктивної оцінки відмінності виступу команд плавців-студентів різного віку і статі. основними методами дослідження були: теоретичний аналіз літератури та практики, узагальнення документарних матеріалів, порівняльний аналіз отриманих даних, математична статистика.

Результати дослідження та їх обговорення. У відповідності з даними літератури і практики, плавання є одним з найпопулярніших і масових видів спорту серед учнівської та студентської молоді. Тому Міжнародна Федерація університетського спорту - ФІСУ, майже завжди включає в себе плавання в програмі своїх літніх студентських ігор, які з 1959 стали називати всесвітні Універсіади. Воно було широко представлено в І Універсіада з 1959, а на сьогоднішній

день було проведено майже 32. Програма цих змагань суттєво доповнюється і розширилася, починаючи з 15-16 видів плавання в 1959-1965, 22-програмні номери в 1967-1977, 26-в 1979, 29-в 1981-1983, 30-в 1985, 32-в 1987-1991, 34-в 1993-1999, 40-2001-20, 2011-2019 41-42 види програми, що дозволяє багатьом студентам-плавцям до 25 років свого життя брати активну участь у розширеному спектру особистих і командних стартів, спортивного і марафонського плавання під міжнародним прапором FISU (FISU).

Крім цього, з 1993 року кількість нових країн, що беруть участь у наступних Універсіади, зросла. Це стосується таких країн, як Росія, Україна, Білорусь, Казахстан, Киргизія Молдова, Чехія, Словаччина, Литва, Сербія, Словенія, Гонконг і ряд других держав. У зв'язку з цим доцільно підкреслити початковий розвиток і формування програми Універсіада з 1959 до 1991. Етап 1 (від 15 до 32 видів програми), а з 1993 по теперішній час – II етап, що представляє поступове розширення складових частин програми і участь нових країн на стартах всесвітніх Універсіад, які проходять через рік.

Як показали результати нашого дослідження, безперечними лідерами (перша десятка) студентського плавання на XXXII всесвітній Універсіада в Берлині були: США-50 медаль (21 чол. + 29 жін.), Японія-15 (8+7), Італія-13 (9+4), Південна Африка-8 (4+4), Польща-7 (4+3) Росія-6 (6+0), Китай-4 (0+4), Південна Корея=3(1+2), Португалія-2 (0+2), Узбекистан-2 (2+0), Друга десятка рейтингу команд за призовими медалями включала: Франція-2 (1+1), Канада-2 (0+2), Австралія-2 (0+2), Киргизстан-1(1+0), Чехія - (0+1), Бразилія-1(1+0), Угорщина-1(0+1), Німеччина-1(1+0), Гонконг-1(1+0), Тайвань-1 (1+0), Малайзія-1(1+0), Литва-1(1+0), Іспанія-1 (0+1) медаль. Так було розіграна 42 комплекту медалей, якими було нагороджено 126 плавців-призерів отримали медалі різного ґатунку (табл. 1). Серед студенток виділялися плавці: США-29 медалі, Японія-7, Італія-4, Південна Африка-4, Китай-4 медалі. Серед студентів, лідерами стали: США-21 медаль, Італія-9, Японія-8, Росія-6, ПАР-4, Польща-4 медалі.

Таблиця 1.

Результати командних досягнень країн-учасниць змагань з плавання НА XXXII Всесвітній Універсіаді в Берліні-2025

№ рейтинг	Медалі країн учасниць100+99	Золоті		Срібні		Бронзові		Всього		Разом
		чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.	чол./жін.
1.	США 27-12-11=50	10	17	3	9	8	3	21	29	50
2.	Японія 3-5-7=15	2	1	3	2	3	4	8	7	15
3.	Італія 3-4-6=13	3		4		2	4	9	4	13
4.	ПАР 2-2-4=8	2		1	1	1	3	4	4	8
5.	Польща 0-4-3=7			2	2	2	1	4	3	7
6.	Росія 3-2-1=6	3		2		1		6	-	6
7.	Китай 1-3-0=4		1		3				4	4
8.	Півд Кор-0-1-2=3			1			2	1	2	3
9.	Португал 1-1-0=2		1		1				2	2
10.	Узбекист-0-1-1=2			1		1		2	-	2
11.	Франція 0-1-1=2				1	1		1	1	2
12.	Канада 0-0-2=2						2		2	2
13.	Австралія-0-1-1=2				1		1		2	2
14.	Киргизія -1-0-0=1	1						1	-	1
15.	Чехія-1-0-0=1		1						1	1
16.	Бразилія 0-0-1=1					1		1	-	1
17.	Угорщин 0-1-0=1				1				1	1
18.	Німеччин 0-1-0=1			1				1	-	1
19.	Гонг конг-0-1-0=1			1				1	-	1
20.	Тайвань 0-1-0=1			1				1	-	1
21.	Малайзія-0-1-0=1			1				1	-	1
22.	Літва-0-0-1=1					1		1	-	1
23.	Іспанія 0-0-1=1						1		1	1
всього отримано медалей		21	21	21	21	21	21	63	63	126
чол.+жін.		42		42		42		126		126

При детальному розгляді результатів на фінальних стартах Всесвітній Універсіади-2025 року серед плавців-призерів на різних відстанях було одержано середні результати, які характерні для більшості учасників цих всесвітніх престижних змагань серед чоловіків і жінок з урахуванням їх віку.

Розгляд фінальних стартів дозволяє вивчати стан сформованості рухових навичок плавання у найсильніших плавців-ПРИЗЕРІВ НА різних відстанях, а також визначити особливості динаміки результатів серед чоловіків і жінок в різних вікових групах (табл. 2).

Найбільша різниця віку учасників виявилася у чоловіків від жінок у 12 випадках у діапазоні від 1-3 років (чол., $x \pm m = 21{,}90 \pm 0{,}92$; жін., $x \pm m = 21{,}22 \pm 1{,}06$; $t = 0{,}015$, $p > 0{,}05$). Зменшення різниці віку чоловіків від жінок спостерігалося в 4 випадках: на дистанції 100 м та 400 м вільним стилем, 50 м на спині та 50 м брасом. Між тим характерна відсутність будь-якої переваги віку жінок над чоловіками та навпаки чоловіків над жінками досить характерно представлена в 6 випадках на цих всесвітніх престижних змаганнях: 400 і 800 м вільним стилем, 100 м брасом, естафеті 4х100 м вільним стилем, 4х100м комбінованої естафеті та сумісної естафеті 4х100 м вільним стилем (табл. 2).

Таблиця 2.

Зведена таблиця середніх результатів призерів фінальних запливів і вік учасників на XXXII всесвітній Універсіаді-2025, Берлін

Результати плавців			Дистанція, способи плавання	Вік пловців		
чоловіки	жінки	відмінності		чол.	жін.	± відмінність
21,95	24,64	2,69	50 м вільний стиль	23	22	+1-
48,16	54,18	6,0	100 м с вільний стиль	22	23	-1+
1.46,60	1.57,44	10,84	200 м вільний стиль	22	23	-1+
3.47,18	4.08,34	21,16	400 м вільний стиль	21	21	0
7.49,58	8.29,77	40,19	800 м вільний стиль	20	20	0
14.59,67	16.16,87	17,20	1500 м вільний стиль	23	20	+3-
24,58	27,63	3,05	50 м на спині	20	21	-1+
52,49	59,38	6,89	100 м на спині	21	20	+1-
1.56,66	2.07,36	13,13	200 м на спині	21	20	+1-
27,46	30,68	3,30	50 м брас	21	22	-1+
59,59	1.07,47	6,75	100 м брас	23	23	0
2.10,19	2.27,60	17,41	200 м брас	21	19	+2-
23,34	26,22	2,88	50 батерфляй	24	22	+2-
51,77	58,44	6,67	100 м батерфляй	23	20	+3-
1.55,98	2.07,16	11,18	200 м батерфляй	24	22	+2-
1.58,01	2.11,11	13,10	200 м комплексне	21	20	+1-
4.12,63	4.30,02	26,48	400 м комплексне	21	20	+1-
3.13,85	3.38,25	24,40	4×100 м вільний стиль	23	23	0
7.07,43	7.56,82	49,39	4×200 м вільний стиль	22	21	+1-
3.34,42	4.00,82	26,40	4×100 м комбінована	22	22	0
97,45	109,09	11,64	4×100 м вільний стиль сумісна	22	22	0
110,64	115,98	5,34	4×100 м комбінована сумісна	22	21	+1-
Відмінність віку: чол., x±m=21,90±0,92; жін., x±m = 21,22±1,06; t= 0,015, p>0,05						

Про значні відмінності показників середньої швидкості подолання відстаней різними способами плавання серед чоловіків і жінок свідчать показники таблиці 3. Отже показані результати достовірної відмінності на рівні – 0,18 м/с, що отримано на II етапі їх проведення та спостереження аж до 2025 року (чол., x±m=1,85±0,15; жін., x±m = 1,67±0,12; t=1,98, p<0,05).

Так чоловіки відрізняються більш високим рівнем результатів, ніж жінки: на 50-100-200 м вільного стиля – 0,216 м/с, далі на 50-100-200 м батерфляєм – 0,203 м/с, а також в естафетному плаванні – 0,210 м/с, потім на 50-100-200 м на спині – 0,196 м/с, а також на відстанях 50-100-200 м брасом – 0,190 м/с. хоча найменша різниця відмінності за параметрами значення середньої швидкості плавання була характерно представлена тільки на відстанях стаєрського плавання 400-800-1500 м вільним стилем – 0,140 м/с. більш низькі показники відмінності середньої швидкості були на відстанях комплексного плавання 200-400 м – 0,135 м/с (табл. 3).

Таблиця 3.

Зведена таблиця доягнень призерів фінальних запливів різними способами плавання на всесвітній Універсіаді у 2025 році: Берлін, ФРГ

Дистанція, м	Середня швидкість плавання, дистанція: час, хв./с, чоловіки - жінки	Відмінність середній швидкості плавання чол./жін.	Відмінність способу плавання чол./жін., хв./с	Відмінність плавців чол./жін.,хв./с
50 м в/стиль	50:21,95-50:24,64	2,27-2,02=0,25	0,216	0,18±0,14 t=1,98, p<0,05
100 м в/стиль	100:48,16-100:54,18	2,07-1,84=0,23		
200 м в/стиль	200:1.46,60-200:1.57,44	1,87-1,70=0,17		
400 м в/стиль	400:3.47,18-400:4.08,34	1,76-1,61=0,15	0,140	
800 м в/стиль	800:7.49,58-800:8.29,77	1,70-1,56=0,14		
1500 м в/стиль	1500:14.59.67-1500:16.16.87	1,66-1,53=0,13		
50 м на спині	50:24.58-50:27.63	2,03-1,80=0,23	0,196	
100 м на спині	100:52,49-100:59,38	1,90-1,68=0,22		
200 м на спині	200:1.56,66-200:2.07,36	1,71-1,57=0,14		
50 м брас	50:27.46-50:30.68	1,82-1,62=0,20	0,190	
100 м брас	100:59,59-100:1.07,47	1,67-1,48=0,19		
200 м брас	200:2.10,19-200:2.27,60	1,53-1,35=0,18		
50 м батерфляй	50:23.34-50:26.22	2,14-1,90=0,24	0.203	
100 м батерфляй	100:51,77-100:58,44	1,93-1,71=0,22		
200 м батерфляй	200:1.55,98-200:2.07,16	1,72-1,57=0,15		

200 м комплексне	200:1.58.01-200:2.11,11	1,69-1,52=0,17	0.135	
400 м комплексне	400:4.12,63-400:4.30,02	1,58-1,48=0,10		
4х100 м в/стиль	400:3.13,85-400:3.38,25	2,06-1,83=0,23	0.210	
4х200 м в/стиль	800:7.07,43-800:7.56,82	1,87-1,67=0,20		
4х100 м комбіновано	400:3.34,42-400:4.00,82	1,86-1,66=0,20		
4х100 м в/стиль сумі	200:97,45-200:109,09	2,05-1,83=0,22	0.15	
4х100 м комб. сумісна	200:110,64-200:115,98	1,80-1,72=0,08		
Відмінність середній швидкості плавання: чол., x±m=1,85±0,15; жін., x±m = 1,67±0,12; t=1,98, p<0,05				

Між тим, різниця між результатами параметрів середньої швидкості у чоловіків і жінок на різних відстанях в деякій мірі характеризується ступенем сформованості рухових навичок плавання на різних дистанціях плавання, що було отримано на всіх всесвітніх Універсіадах на I-II етапі їх тривалого періодичного з 1959 та сучасного проведення з 1993-2025 роки (табл. 3).

Отже, загальна середня швидкість плавання цих змагань становить понад – 0,18 м/с. між тим, різниця між результатами параметрів середньої швидкості у чоловіків і жінок на різних відстанях в деякій мірі характеризує та відображає певну ступень сформованості їх рухових навичок плавання (табл. 4).

Ретельно досліджено динаміку сформованості рухових навичок плавання залежно від гендерної відмінності учасників фінальних стартів на всесвітній Універсіаді 2025 року: найбільшу відмінність зафіксовано в естафетному плаванні, відповідно на 50 м – 0,230 м/с, далі на 100 м – 0,215, потім на 400 м – 0,170 м/с, на 200 м – 0,13 м/с, на відстанях стаєрського плавання – 800-1500 м та естафетного плавання вільним стилем 4х200 м – 0,156 м/с.

Таблиця 4.

Зведена таблиця середніх результатів призерів фінальних запливів по дистанціям плавання на всесвітній Універсіаді-2025, Берлін

Дистанція (м)	Середня швидкість плавання, дистанція, час, хв./с, чоловіки - жінки	Відмінність середньої швидкості плавання, чол./жін.	Відмінність дистанції плавання чол./жін., хв./с	Відмінність плавців чол./жін.,хв./с
50 м в/стиль	50:21,95-50:24,64	2,27-2,02=0,25	0,92:4=0,230	0,18±0,15 t=1,98, p<0,05
50 м на спині	50:24.58-50:27.63	2,03-1,80=0,23		
50 м брас	50:27.46-50:30.68	1,82-1,62=0,20		
50 м батерфляй	50:23.34-50:26.22	2,14-1,90=0,24		
100 м в/стиль	100:48,16-100:54,18	2,07-1,84=0,23	0,86:4=0,215	
100 м на спині	100:52,49-100:59,38	1,90-1,68=0,22		
100 м брас	100:59,59-100:1.07,47	1,67-1,48=0,19		
100 м батерфляй	100:51,77-100:58,44	1,93-1,71=0,22		
200 м в/стиль	200:1.46,60-200:1.57,44	1,87-1,70=0,17	0,81:5=0,162	
200 м на спині	200:1.56,66-200:2.07,36	1,71-1,57=0,14		
200 м брас	200:2.10,19-200:2.27,60	1,53-1,35=0,18		
200 м батерфляй	200:1.55,98-200:2.07,16	1,72-1,57=0,15		
200 м комплексне	200:1.58.01-200:2.11,11	1,69-1,52=0,17		
400 м в/стиль	400:3.47,18-400:4.08,34	1,76-1,61=0,15	0,68:4=0,17	
400 м комплексне	400:4.12,63-400:4.30,02	1,58-1,48=0,10		
4х100 м в/стиль	400:3.13,85-400:3.38,25	2,06-1,83=0,23		
4х100 м комбінована	400:3.34,42-400:4.00,82	1,86-1,66=0,20		
800 м в/стиль	800:7.49,58-800:8.29,77	1,70-1,56=0,14	0,47:3=0,156	
1500 м в/стиль	1500:14.59.67-1500:16.16.87	1,66-1,53=0,13		
4х200 м в/стиль	800:7.07,43-800:7.56,82	1,87-1,67=0,20		
4х100 м в/стиль сумісна	200:97,45-200:109,09	2,05-1,83=0,22	0,30:2=0,150	
4х100м комбінов.сумісна	200:110,64-200:115,98	1,80-1,72=0,08		
Відмінність середній швидкості плавання: чол., x±m=1,85±0,15; жін., x±m = 1,67±0,12; t=1,98, p<0,05				

Хоча найнижчі показники було зафіксовано у сумісному естафетному плаванні 4х100 м вільним стилем і сумісної естафеті. отже, загальна відмінність також зазначено–0,18 м/с (чол., x±m=1,85±0,15; жін., x±m= 1,67±0,12; t=1,98, p<0,05). Отримані дані дозволяють зробити висновки:

а) безперечні лідери (перша десятка) студентського плавання на XXXII всесвітній Універсіада в Берлині стали: США-50 медаль (21 чол. + 29 жін.), Японія-15 (8+7), Італія-13 (9+4), Південна Африка-8 (4+4), Польща-7 (4+3) Росія-6 (6+0), Китай-4 (0+4), Південна Корея=3(1+2), Португалія-2 (0+2), Узбекистан-2 (2+0), Друга десятка рейтингу команд за призовими медалями включала: Франція-2 (1+1), Канада-2 (0+2), Австралія-2 (0+2), Киргизстан-1(1+0), Чехія - (0+1), Бразилія-1(1+0), Угорщина-1(0+1), Німеччина-1(1+0), Гонконг-1(1+0), Тайвань-1 (1+0), Малайзія-1(1+0), Литва-1(1+0), Іспанія-1 (0+1) медаль. Так було розіграна 42 комплекту медалей, якими було нагороджено 126 плавців-призерів отримали медалі різного ґатунку (табл. 1).

б) найбільша різниця віку учасників виявилася у чоловіків від жінок у 12 випадках у діапазоні від 1-3 років (чол., x±m=21,90±0,92; жін., x±m = 21,22±1,06; t=0,015, p>0,05). Зменшення різниці віку чоловіків від жінок спостерігалося в 4 випадках: на дистанції 100 м та 400 м вільним стилем, 50 м на спині та 50 м брасом. Між тим характерна відсутність будь-якої переваги віку жінок над чоловіками та навпаки чоловіків над жінками досить характерно представлена в 6 випадках на цих

всесвітніх престижних змаганнях: 400 і 800 м вільним стилем, 100 м брасом, естафеті 4х100 м вільним стилем, 4х100м комбінованої естафеті та сумісної естафеті 4х100 м вільним стилем.

в) з'ясована динаміка більш надійної сформованості рухових навичок плавання за можливостями подолання різними способами плавання залежно від гендерної відмінності учасників фінальних стартів на всесвітній універсіаді 2025 року з плавання: найбільша відмінність зафіксована у плаванні вільним стилем на короткі та середні відстані – 0,216 м/с, в естафетному плаванні – 0,210 м/с, далі в плаванні батерфляєм – 0,203 м/с, на спині – 0,196 м/с, брасом – 0,190 м/с, на відстанях середнього та стаєрського плавання вільним стилем – 0,140 м/с. Хоча найнижчі показники було зафіксовано у комплексному плаванні різними способами – 0,135 м/с. Загальна відмінність показників середній швидкості на всіх відстанях плавання чоловіків від жінок складає понад – 0,18 м/с (чол., $x \pm m = 1,85 \pm 0,15$; жін., $x \pm m = 1,67 \pm 0,12$; $t = 1,98$, $p < 0,05$);

г) досліджено динаміку сформованості рухових навичок плавання за можливостями подолання різних відстаней плавання залежно від гендерної відмінності учасників фінальних стартів на всесвітній Універсіаді 2025 року з плавання: найбільшу відмінність зафіксовано в естафетному плаванні, відповідно на 50 м – 0,230 м/с, далі на 100 м – 0,215, потім на 400 м – 0,170 м/с, на 200 м – 0,13 м/с, на відстанях стаєрського плавання – 800-1500 м та естафетного плавання вільним стилем 4х200 м – 0,156 м/с. Хоча найнижчі показники було зафіксовано у сумісному естафетному плаванні 4х100 м вільним стилем і сумісної естафеті, 0,150 м/с, а загальна відмінність також зазначено–0,18 м/с (чол., $x \pm m = 1,85 \pm 0,15$; жін., $x \pm m = 1,67 \pm 0,12$; $t = 1,98$, $p < 0,05$);

Д) отримані дані зроблять помітний науково-методичній внесок у подальше вдосконалення системи програмного забезпечення з фізичного виховання та спорту в чутливому до гендерних питань підході до процесу навчання та вдосконалення молоді у фізичному вихованні та спорті. Це може спонукати до більш кращого рейтингу виступу найсильніших плавців на престижних змаганнях, якими є літні фінальні старти з плавання на всіх всесвітніх універсіадах, як на і етапі їх проведення з 1959-1991 рр., а також на іі етапі їх проведення з 1993-2025 рр. він суттєво деталізує минулий стан та сучасний розвиток сформованості рухових навичок спортивного плавання серед молоді різного віку і статі за тривалий час розвитку.

Література

1. Ганчар И. Л., Ганчар А. И., Фомичов А. Н. Изменение рейтинга стран-участниц всемирных Универсиад по плаванию // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. / під ред. С. С. Єрмакова. Х.: ХДАДМ (ХХПІ), 2002. № 24. С. 54-62.

2. Ганчар И. Л. Плавание: теория и методика преподавания спортивно-педагогического совершенствования: Часть III: учебное пособие для студентов высших учебных заведений Украины по специальности «Физическое воспитание и спорт». Одесса: Друк, 2007. 816 с., ил.

3. Ганчар И. Л., Ганчар А. И., Солоненко Г. С. Изучение динамики рейтинга выступления сильнейших пловцов на всемирных Универсиадах с 1959 по 2005 гг. //Sesiunea anuala de comunikari stiintifice cu participare internationale "Edukatiel Fizice si Sportului in slujba vietii si a pervomantei umane": Brasov, marte 2007. Brasov: Editura Universitatii «Transilvania», 2007. P. 260-265.

4. Ганчар А. И. Рейтинг достижений командного выступления сильнейших пловцов-студентов на всемирных Универсиадах с 1959-1991 гг. (I этап)//Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт» / зб. наукових праць / за ред. Г. М. Арзютова. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. Випуск 1 (42). С. 21-29.

5. Ганчар А. И. Рейтинги командных достижений пловцов-студентов на всемирных Универсиадах с 1993-2013 гг. (II этап) // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт» / зб. наукових праць / за ред. Г. М. Арзютова. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. Випуск 9(50). С. 48-55.

References

1. Ganchar I. L., Ganchar A. I., Fomichov A. N. (2002). Izmenenie rejtinga stran-uchastnic vsemirnyh Universiad po plavaniyu // Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vihovannya i sportu: zb. nauk. pr. / pid red. S. S. Yermakova. H.: HDADM (HHPI). № 24. S. 54-62. [in Ukrainian].

2. Ganchar I. L.(2007). Plavanie: teoriya i metodika prepodavaniya sportivno-pedagogicheskogo sovershenstvovaniya: Chast III: uchebnoe posobie dlya studentov vysshih uchebnyh zavedenij Ukrainy, Belarusi, Moldovy i Rossijskoj Federacii po specialnosti «Fizicheskoe vospitanie i sport». Odessa: Druk. 816 s. [in Ukrainian].

3. Ganchar I. L., Ganchar A. I., Solonenko G. S. (2007). Izuchenie dinamiki rejtinga vystupleniya silnejshih plovcov na vsemirnyh Universiadah s 1959 po 2005 gg. //Sesiunea anuala de comunikari stiintifice cu participare internationale "Edukatiel Fizice si Sportului in slujba vietii si a pervomantei umane": Brasov, marte 2007. Brasov: Editura Universitatii «Transilvania». P. 260-265. [in Romania].

4. Ganchar A. I. (2014). Rejting dostizhenij komandnogo vystupleniya silnejshih plovcov-studentov na vsemirnyh Universiadah s 1959-1991 gg. (I etap)//Naukovij chasopis NPU imeni M.P. Dragomanova. Seriya № 15. «Naukovo-pedagogichni problemi fizichnoyi kulturi / fizichna kultura i sport» / zb. naukovih prac / za red. G. M. Arzyutova. Kiyiv: NPU imeni M. P. Dragomanova. Vipusk 1 (42). S. 21-29. [in Ukrainian].

5. Ganchar A. I. (2014). Rejtingi komandnyh dostizhenij plovcov-studentov na vsemirnyh Universiadah s 1993-2013 gg. (II etap) // Naukovij chasopis NPU imeni M. P. Dragomanova. Seriya № 15. «Naukovo-pedagogichni problemi fizichnoyi kulturi / fizichna kultura i sport» / zb. naukovih prac / za red. G. M. Arzyutova. Kiyiv: NPU imeni M. P. Dragomanova. Vipusk 9(50). S. 48-55. [in Ukrainian].

6. Ganchar A. I. (2015). The state of gender differences in the performance results of the strongest swimmers at the World Universiade in Gwangju-2015. Bulletin of ChNPU of T. G. Shevchenko. Issue. 129. Vol. IV. Chernigiv: ChNPU of T. G. Shevchenko. P. 43-47. [in Ukrainian]

Стаття надійшла до редакції / Received 09.08.2026
Прийнята до друку / Accepted 14.08.2026
Опубліковано / Published 26.08.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.08(208).32

Щекотиліна Н.Ф.
кандидат педагогічних наук, доцент
Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», м. Одеса
https://orcid.org/0000-0003-1312-7038

ВИКОРИСТАННЯ М'ЯКИХ НАВИЧОК, ЯК ЕФЕКТИВНОГО ЗАСОБУ ВПЛИВУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті досліджено особливості використання м'яких навичок (soft skills) як засобу позитивного педагогічного впливу в процесі фізичного виховання. Актуальність проблеми зумовлена необхідністю переходу від традиційного розуміння уроку фізичної культури як засобу розвитку рухових якостей до компетентнісно орієнтованої моделі, спрямованої на формування соціально значущих якостей особистості. Метою дослідження є теоретичне обґрунтування ролі soft skills у підвищенні ефективності навчальної діяльності, мотивації та соціальної взаємодії учнів. У роботі використано методи аналізу, узагальнення та систематизації наукових джерел. Визначено основні м'які навички, що формуються засобами фізичної культури: комунікація, командна робота, відповідальність, лідерство, емоційна саморегуляція та прийняття рішень. Обґрунтовано педагогічні прийоми їх розвитку через кооперативне навчання, групову взаємодію та рефлексивні методи.

***Ключові слова:** компетентнісний підхід; соціальна взаємодія; емоційний інтелект; кооперативне навчання; особистісний розвиток.*

***Shchekotylina Natalia. Using soft skills as an effective means of influence in physical education lessons.** The article examines the peculiarities of using soft skills as an effective means of pedagogical influence in physical education classes. The relevance of the study is determined by the transformation of modern educational priorities, which focus not only on the development of physical abilities and motor skills but also on the formation of personal, social, and communicative competencies of students. In this context, physical education is considered as an important educational environment that provides opportunities for the development of universal skills necessary for successful interaction, self-regulation, and adaptation in contemporary society.*

The purpose of the article is to theoretically substantiate the role of soft skills in improving students' learning activities, motivation, and social interaction during physical education classes. The research is based on the analysis, generalization, and systematization of scientific literature devoted to soft skills development, competency-based education, and social-emotional learning in the field of physical education.

The study identifies the main soft skills that can be effectively developed through physical education, including communication skills, teamwork, responsibility, leadership, emotional self-regulation, decision-making, and cooperation. The analysis demonstrates that the practical and interactive nature of physical activity creates favorable conditions for their formation through group tasks, sports games, cooperative learning, and reflective practices.

The article substantiates pedagogical approaches to integrating soft skills into the educational process, including cooperative learning strategies, situations requiring independent decision-making, peer interaction, and reflective activities. These approaches contribute to increasing students' motivation, improving the psychological climate within the group, and developing constructive patterns of social behavior.

The obtained results confirm that soft skills should be considered an integral component of modern physical education, expanding its traditional focus from physical development toward the comprehensive formation of students' personalities.

***Keywords:** competency-based approach; social interaction; emotional intelligence; cooperative learning; personal development.*

Постановка проблеми. Сучасна система освіти орієнтується не лише на формування предметних компетентностей, а й на розвиток особистості, здатної до ефективної комунікації, співпраці, критичного мислення, відповідального прийняття рішень та адаптації до суспільних змін. У цьому контексті особливого значення набуває розвиток м'яких навичок (soft skills), які визначають успішність соціальної взаємодії та професійної самореалізації здобувачів освіти. Уроки фізичної культури мають значний потенціал для формування таких навичок завдяки організації командної діяльності, взаємодії між учнями, розвитку лідерських якостей, самодисципліни, емоційної стійкості та відповідальності. Проте можливості використання м'яких навичок як ефективного педагогічного засобу впливу в процесі фізичного виховання залишаються недостатньо розкритими як у теоретичному, так і в практичному аспектах, що зумовлює актуальність дослідження цієї проблематики.