References

1. Holdys, O. O., Vasylenko, K. S., & Sheremet, I. V. (2025). Osnovni aspekty orhanizatsii osvitnoi diialnosti uchniv z tserebralnym paralichem [Main aspects of organizing educational activities of students with cerebral palsy]. *Osvita i zdorovia pidrostaiuchoho pokolinnia: materialy VII Mizhnarodnoho sympoziumu*, *1*(7), 72–73. [in Ukrainian]
2. Omelchuk, O., Sobolenko, A. (2026). Vplyv indyvidualno-typolohichnykh vlastyvostei nervovoi systemy na rukhovu obdarovanist shkoliariv [Influence of individual-typological properties of the nervous system on motor giftedness of schoolchildren]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15, (3(202)), 103–106. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.03(202).21 [in Ukrainian]
3. Pro zatverdzhennia Kryteriiv otsiniuvannia fizychnoho rozvytku ditei vikom do 18 rokiv [On approval of the Criteria for assessing the physical development of children under 18 years of age]. Ministry of Health of Ukraine. (Order No. 1590, September 13, 2024). https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1459-24#Text [in Ukrainian]
4. Bermejo-Cantarero, A., Álvarez-Bueno, C., Martínez-Vizcaino, V., Redondo-Tébar, A., Pozuelo-Carrascosa, D. P., & Sánchez-López, M. (2021). Relationship between both cardiorespiratory and muscular fitness and health-related quality of life in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis of observational studies. *Health and Quality of Life Outcomes*, 19, Article 127. https://doi.org/10.1186/s12955-021-01766-0
5. Cai, C., Mei, Z., Wang, Z., & Luo, S. (2025). School-based interventions for resilience in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Frontiers in Psychiatry*, 16, Article 1594658. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1594658
6. Llistosella, M., Goni-Fuste, B., Martín-Delgado, L., Miranda-Mendizabal, A., Franch Martinez, B., Pérez-Ventana, C., et al. (2023). Effectiveness of resilience-based interventions in schools for adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1211113. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1211113
7. Manojlovic, M., Roklicer, R., Trivic, T., Milic, R., Maksimović, N., Tabakov, R., et al. (2023). Effects of school-based physical activity interventions on physical fitness and cardiometabolic health in children and adolescents with disabilities: A systematic review. *Frontiers in Physiology*, 14, Article 1180639. https://doi.org/10.3389/fphys.2023.1180639
8. World Health Organization. (2007). Growth reference data for 5–19 years. URL: https://www.who.int/tools/growth-reference-data-for-5to19-years

Стаття надійшла до редакції / Received 07.07.2026
Прийнята до друку / Accepted 17.08.2026
Опубліковано / Published 28.09.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.09(209).14
УДК 796.011.3:796.355-053.6.

Мазур В.С.
аспірант кафедри фізичної культури, спорту та національного спротиву,
Житомирський державний університет імені Івана Франка
https://orcid.org/0009-0001-2166-440X

МЕТОДИКА УДОСКОНАЛЕННЯ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ У ЮНАКІВ 14–16 РОКІВ ЗАСОБАМИ ФЛОРБОЛУ

В статті розкривається зміст методики удосконалення рухових якостей у юнаків 14–16 років засобами флорболу. Ставиться акцент на те, що саме вік 14–16 років є критичним етапом біологічного дозрівання юнаків, коли завершується формування опорно-рухового апарату та нервової системи, що в свою чергу, створює сприятливі умови для розвитку всіх рухових якостей: швидкості, витривалості, сили, гнучкості та координації. Мета статті – полягає в розкритті етапів та завдань упровадження методики удосконалення рухових якостей в юнаків 14–16 років засобами флорболу в освітньому процесі з фізичної культури. Доведено, що кожний компонент (мотиваційно-цільовий, організаційно-моделювальний, змістовий, контрольно-оцінювальний) методики удосконалення рухових якостей у флорболі має завдання, які вирішуються в умовах уроку фізичної культури в залежності від рівня підготовленості юнака, внутрішніх і зовнішніх чинників освітнього процесу, які можуть безпосередньо впливати на його підготовку.

Ключові слова: *ключові компетентності, здоров'язбережувальна компетентність, методика, рухові якості, освітній процес, фізична культура, учні, юнаки 14–16 років, Нова українська школа.*

Maziar Volodymyr. A Methodology for Improving Motor Skills in Boys Aged 14–16 through Floorball.

This article outlines the methodology for improving motor skills in boys aged 14–16 through floorball. It emphasises that the age range of 14–16 years is a critical stage in the biological maturation of boys, when the development of the musculoskeletal system and the nervous system is completed, which in turn creates favourable conditions for the development of all motor skills: speed, endurance, strength, flexibility and coordination. The aim of this article is to outline the stages and objectives of implementing a methodology for improving motor skills in boys aged 14–16 through floorball within the physical education curriculum. The methodology for improving motor skills in boys aged 14–16 through floorball follows a specific algorithm, which involves: assessing the initial level of development of pupils' motor skills; selecting effective floorball exercises to develop motor skills in boys of this age group; determining the optimal methods and physical workload for physical

education lessons, based on the pupils' fitness levels (high, medium, low); determining the duration of the period for improving motor skills and the number of lessons required to cover the "Floorball" module in physical education classes. The implementation of a person-centred approach to physical education is closely interlinked with and mutually dependent on the introduction of the "Floorball" modular programme. The methodology is based on the requirements for physical education lessons, which fulfil educational, formative, health-promoting, organisational, training, preventative and rehabilitative functions. It has been demonstrated that each component (motivational-goal-oriented, organisational-modelling, content-related, and monitoring-and-assessment) of the methodology for improving motor skills in floorball has specific objectives that are addressed within the context of a physical education lesson, depending on the young person's level of fitness and the internal and external factors of the educational process that may directly influence their training.

Keywords: *key competences, health-promoting competence*, *methodology, motor skills, educational process, physical education, pupils, boys aged 14–16, New Ukrainian School.*

Постановка проблеми. Удосконалення рухових якостей учнів 14–16 років засобами флорболу є важливим чинником збереження здоров'я та рухової активності сучасної учнівської молоді. Саме вік 14–16 років є критичним етапом біологічного дозрівання юнаків, коли завершується формування опорно-рухового апарату та нервової системи, що в свою чергу, створює сприятливі умови для розвитку всіх рухових якостей: швидкості, витривалості, сили, гнучкості та координації. Уроки фізичної культури часто втрачають привабливість для юнаків середнього та старшого віку, не викликають мотиваційного підйому через застарілі методики проведення уроків. Упровадження флорболу для формування рухових якостей юнаків є новітнім, емоційним, високодинамічним та командним видом спорту з низьким рівнем травматизму, який не потребує коштовного спорядження та є легким для оволодіння.

Аналіз літературних джерел. Створення методики удосконалення рухових якостей в юнаків 14–16 років засобами флорболу має певний алгоритм, який передбачає: оцінку вихідного рівня розвитку рухових якостей учнів; підбір ефективних вправ з флорболу для розвитку рухових якостей для юнаків даного віку; визначення оптимальних методів та фізичних навантажень на уроках фізичної культури, виходячи з рівня підготовленості учнів (високий, середній, низький); встановлення, виходячи з програми НУШ, тривалості періоду удосконалення рухових якостей та кількість уроків на вивчення варіативного модулю «Флорбол» на заняттях з фізичної культури. На цьому аспекті також акцентують увагу О. А. Івчук та Г. П. Грибан, що методика розвитку фізичних якостей в учнів середнього віку в настільному тенісі має певний алгоритм: постановку навчального завдання, які і до якого рівня розвивати фізичні якості у даному віковому періоді; застосування найбільш ефективних фізичних вправ з настільного тенісу; підбір і застосування адекватних методів виконання фізичних вправ для даної вікової групи; визначення вправ та їх повторення у кожному занятті; визначення періоду розвитку фізичних якостей та кількості навчальних занять; встановлення величини навчальних навантажень та їх динаміки відповідно до закономірностей вікової адаптації учнів середнього віку [3, с. 107]. Розвитком рухових якостей в учнів середнього та старшого віку займалися Логвиненко С. С., Грибан Г. П. [4, 5]; О. Р. Нагорний та Г. П. Грибан в кросфіті [8], Худолій О. М., Іващенко О. В. [10] та ін.

Нами встановлено, що найбільшою перешкодою для впровадження флорболу на уроках і в позаурочний час у закладах загальної середньої освіти є відсутність спортивних майданчиків, потрібного обладнання й відповідної професійної підготовки вчителів фізичної культури [6, с. 110]. Наразі на факультеті фізичного виховання і спорту ЖДУ імені Івана Франка розроблений та упроваджений курс з дисципліни «Сучасні модулі НУШ з методикою викладання», де підняті питання розвитку флорболу в закладах загальної середньої освіти. Окрім того, наші дослідження та інших авторів підтвердили, що ставлення учнів до уроків фізичної культури в значній мірі залежать від мотивації та інтересу до засобів фізичної культури [1, 2, 7, 9 та ін.]. Опитування учнів дозволило виокремити ключові мотиви, що спонукають їх до активної участі в уроках фізичної культури, а саме : емоційне задоволення від проведеного уроку (34,5 %), досягнення спортивних результатів (31,0 %), набуття нових вмінь та навичок (29,3), гра флорбол (28,4 %), розвиток фізичних якостей (25,8 %) та ін. [7, с. 124].

Аналіз літературних джерел дає підстави стверджувати, що упровадження варіативного модулю «Флорбол» в уроки фізичної культури в закладах загальної середньої осіти є важливим етапом модернізації освітнього процесу та підвищення мотивації учнів середнього та старшого віку до активних занять фізичною культурою.

Мета статті – полягає в розкритті етапів та завдань упровадження методики удосконалення рухових якостей в юнаків 14–16 років засобами флорболу в освітньому процесі з фізичної культури.

Концепція дослідження базується на тому, що методика удосконалення рухових якостей юнаків 14–16 років ґрунтується на основних положеннях теорії і методики фізичного виховання, враховує особливості вікового розвитку учнів, педагогічні умови проведення уроків фізичної культури з флорболу в умовах Нової української школи. Дослідження проведені на базі ліцею № 6 м. Житомира в 2025–2026 рр. в якому взяли участь юнаки 14–16 років. Використані методи: аналіз літературних джерел, узагальнення практичного досвіду вчителів, педагогічне спостереження, бесіда, тестування фізичних якостей.

Виклад основного матеріалу дослідження. Упровадження особистісно орієнтованого підходу та інноваційних організаційних форм, засобів та методів проведення уроку фізичної культури за проєктом Нової української школи варіативним модулем «Флорбол» дозволило проєктувати та контролювати всі етапи впровадження методики удосконалення рухових якостей у юнаків 14–16 років засобами флорболу. Реалізація методики удосконалення рухових якостей юнаків здійснювалася у двох напрямках: 1) особистісно орієнтованої фізичної культури за варіативним модулем «Флорбол»; 2) оволодіння теоретичними знаннями, технічними уміннями і навичками та методикою вдосконалення спортивної майстерності у флорболі. Реалізація особистісно орієнтованої фізичної культури тісно взаємопов'язана і взаємообумовлена з упровадженням варіативного модулю «Флорбол» (табл. 1). Оволодіння

юнаками спортивною майстерністю в флорболі є підґрунтям для формування відповідних знань, умінь і навичок, що закладає основу для формування здоров'язбережувальних компетентностей учнів закладів загальної середньої освіти. При цьому методичне забезпечення уроку з флорболу виконує функцію адаптації методів, форм, засобів флорболу до всебічного фізичного розвитку та здорового способу життя учнівської молоді.

Таблиця 1

Упровадження флорболу в уроки фізичної культури за новоствореною методикою удосконалення рухових якостей у юнаків 14–16 років

Етапи	Завдання впровадження методики удосконалення рухових якостей у юнаків 14–16 років засобами флорболу
I (мотиваційно-цільовий)	1. Визначення мети уроків фізичної культури з флорболу. 2. Активізація інтересу та мотивації юнаків до уроку фізичної культури з варіативного модулю «Флорбол».
II (організаційно-моделювальний)	3. Визначення освітніх умов досягнення мети методики удосконалення рухових якостей юнаків засобами флорболу. 4. Моніторинг вихідних даних юнаків, що визначають якісні показники освітнього процесу з фізичної культури. 5. Упровадження методики удосконалення рухових якостей юнаків засобами флорболу.
III (змістовий)	6. Визначення змісту і форм освітнього процесу з фізичної культури у відповідності до варіативного модулю «Флорбол». 7. Реалізація методики удосконалення рухових якостей в юнаків 14–16 років в освітньому процесі з фізичної культури засобами флорболу.
IV (контрольно-оцінювальний)	8. Визначення критеріїв оцінювання та контрольних нормативів за освоєнням варіативного модулю «Флорбол» та фізичної культури. 9. Оцінювання показників ефективності методики удосконалення рухових якостей юнаків 14–16 років засобами флорболу.

В основу методики удосконалення рухових якостей в юнаків 14–16 років засобами флорболу було покладено вимоги до уроку фізичної культури з вирішенням освітніх, виховних, оздоровчих, організаційних, тренувальних, профілактичних та відновлювальних функцій. Усі функції у варіативному модулі «Флорбол» є взаємопов'язаними і забезпечуються проведенням уроків фізичної культури, їх змістом, методами, формами, засобами флорболу, контролем та оцінюванням результатів навчання учнів.

Висновки. Методика удосконалення рухових якостей юнаків 14–16 років закладів загальної середньої освіти засобами флорболу враховує особистісно орієнтований вибір виду рухової активності учнями, психолого-педагогічні умови формування інтересів та мотивів учнів, їх рівень фізичного розвитку та фізичної підготовленості, рівень технічної майстерності в флорболі. Кожний компонент (мотиваційно-цільовий, організаційно-моделювальний, змістовий, контрольно-оцінювальний) методики удосконалення рухових якостей у флорболі має завдання, які вирішуються в умовах уроку фізичної культури в залежності від рівня підготовленості юнака, внутрішніх і зовнішніх чинників освітнього процесу, які можуть безпосередньо впливати на його підготовку.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на вивчення динаміки удосконалення рухових якостей юнаків 14–16 років в флорболі.

Література

1. Грецький О. В. Формування мотивації до спортивної діяльності на початковому етапі підготовки: *автореф. дис. … канд. наук з фіз. вих. та спорту*: Львів. 2019. 22 с.

2. Дзюбко Л. В. Особливості навчальної мотивації як складової самодетермінації підлітків. *Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі. Колективна монографія.* Кіровоград. 2013. С 314–335.

3. Івчук О. А., Грибан Г. П. Методика розвитку фізичних якостей в учнів середнього віку в настільному тенісі. *Наук. часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15. Наук.-пед. проблеми фізич. культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць.* За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова. 2025. Вип. 10 (196). С. 106–109. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.10(197).18

4. Логвиненко С. С., Грибан Г. П. Оптимізація процесу вдосконалення координаційних здібностей юнаків 9–11 класів на уроках фізичної культури засобами футзалу. *Наук. часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15. Наук.-пед. проблеми фізич. культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць.* За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова. 2025. Вип. 12 (199). С. 111–115. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.12(199).22

5. Логвиненко С. С., Грибан Г. П. Особливості розвитку координаційних здібностей учнів середнього віку на уроках фізичної культури. *Наук. часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15. Наук.-пед. проблеми фізич. культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць.* За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова. 2025. Вип. 11. № 198. С. 105–108. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).21.

6. Мазяр В. С., Грибан Г. П. Перспективи впровадження варіативного модулю «Флорбол» до навчальної програми з фізичної культури для юнаків 14–16 років. *Наук. часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15. Наук.-пед. проблеми фізич. культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць.* За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова, 2024. Вип. 5 (178) 24. С. 108–111. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).22

7. Мазяр В. С., Грибан Г. П. Формування мотивації в учнів 14–16 років до уроків фізичної культури з варіативного модулю «Флорбол». *Наук. часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15. Наук.-пед. проблеми фізич. культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць*. За ред. О. В. Тимошенка. Київ: Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова, 2025. Вип. 5К (191). С. 122–126. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05к(191).26

8. Нагорний О. Р., Грибан Г. П. Методика розвитку швидкісно-силових здібностей в учнів старшого віку засобами кросфіту. *Наук. часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15. Наук.-пед. проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць*. За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова. 2025. №11 (198). С. 152–155. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).30

9. Саранча М. П., Грибан Г. П. Формування мотивації учнів 9–11 класів до позакласної роботи з фізичної культури засобами волейболу. *Наук. часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15. Наук.-пед. проблеми фізич. культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць*. За ред. О. В. Тимошенка. Київ: Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова, 2025. Вип. 8 (195). С. 133–137. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).29

10. Худолій О. М., Іващенко О. В. Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків: *Монографія.* Харків: ОВС. 2014. 320 с.

References

1. Hretskyi O. V. (2019). Formatio incitamenti ad exercitationem athleticam ineunte tempore institutionis [Developing motivation for sports activity at the initial stage of training]: Summarium dissertationis … Candidati Scientiarum in Educatione Physica et Re Athletica. Leopoli. 22 pp. [in Ukrainian]

2. Dziubko L. V. (2013). Proprietates incitamenti academici ut pars determinationis sui apud adolescentes [Characteristics of academic motivation as a component of adolescent self-determination]. Causae psychologicae determinationis sui in ambitu educationis. Opus collectivum. Kirovohradi. Pp. 314–335. [n Ukrainian]

3. Ivchuk O. A., Hryban H. P. (2025). Ratio facultatum physicarum apud discipulos aetatis mediae in ludo mensali pilae reticulatae excolendarum [Methodology for Developing Physical Qualities in Middle-School-Age Table Tennis Players]. Acta Scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Series XV: Quaestiones Scientificae et Paedagogicae Culturae Physicae (Cultura Physica et Athletica): Collectio Operum Scientificarum. Curante O. V. Tymoshenko. Kioviae: Officina Editoria Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Fasciculus X (CXCVI). Paginae 106–109. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.10(197).18 [in Ukrainian]

4. Lohvynenko S. S., Hryban H. P. (2025). Optimizatio rationis ad facultates coordinationis meliorandas apud discipulos classium nonae usque ad undecimam inter lectiones educationis physicae, ludo futsal adhibito [Optimizing the process of improving the coordination abilities of 9th–11th grade boys during physical education lessons using futsal]. Acta Scientifica Universitatis Nationalis Ucrainicae M. Drahomanov. Series XV: Quaestiones Scientificae et Paedagogicae Culturae Physicae (Cultura Physica et Athletica): Collectio Operum Scientificarum. Curante O. V. Tymoshenko. Kioviae: Officina Editoria Universitatis Nationalis Ucrainicae M. Drahomanov. Fasciculus XII (CXCIX). Paginae CXI–CXV. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.12(199).22 [in Ukrainian]

5. Lohvynenko S. S., Hryban H. P. (2025). Proprietates progressionis facultatum coordinationis apud discipulos aetatis scholae mediae inter lectiones educationis physicae [Specifics of Developing Coordination Abilities in Middle-School-Age Students During Physical Education Lessons]. Acta Scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Series XV: Quaestiones Scientificae et Paedagogicae Culturae Physicae (Cultura Physica et Ars Athletica): Collectio Operum Scientificarum. Curante O. V. Tymoshenko. Kioviae: Officina Editoria Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Fasciculus XI, Nr. 198, pp. 105–108. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).21 [in Ukrainian]

6. Maziar V. S., Hryban H. P. (2024). De opportunitate moduli ad libitum "Floorball" in rationem studiorum educationis physicae pro pueris annos XIV–XVI natis introducendi [Prospects for Introducing the "Floorball" Elective Module into the Physical Education Curriculum for Boys Aged 14–16]. Acta Scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Series XV. Quaestiones Scientificae et Paedagogicae Culturae Physicae (Cultura Physica et Athletica): Collectio Operum Scientificarum. Curante O. V. Tymoshenko. Kioviae: Officina Editoria Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Fasciculus V (178) 24. Pag. 108–111. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).22 [in Ukrainian]

7. Maziar V. S., Hryban H. P. (2025). Studium discipulorum (XIV–XVI annos natorum) in exercitationibus corporis, quae in modulo electivo "Floorball" nituntur, fovendum [Fostering motivation for physical education lessons based on the "Floorball" elective module among students aged 14–16]. Acta Scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Series XV: Quaestiones Scientificae et Paedagogicae Culturae Physicae (Cultura Physica et Ars Athletica): Collectio Operum Scientificorum. Curante O. V. Tymoshenko. Kioviae: Officina Editoria Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Fasciculus 5K (191). Pag. 122–126. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05к(191).26 [in Ukrainian]

8. Nahornyi O. R., Hryban H. P. (2025). Ratio facultatum celeritatis et roboris apud discipulos aetatis scholasticae provectioris per disciplinam "CrossFit" augendarum [Methodology for developing speed-strength abilities in older students using CrossFit]. Acta Scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Series XV: Quaestiones Scientificae et Paedagogicae Culturae Physicae (Cultura Physica et Ars Athletica): Collectio Commentationum Scientificarum. Curavit O. V. Tymoshenko. Kioviae: Officina Editoria Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Nr. 11 (198), pp. 152–155. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).30 [in Ukrainian]

9. Sarancha M. P., Hryban H. P. (2025). Studium exercitationum physicarum extra scholam apud discipulos classium nonae ad undecimam per ludum folle volubili (volleyball) fovendum [Fostering Motivation for Extracurricular Physical Education Activities Among 9th–11th Grade Students Through Volleyball]. Acta Scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Series XV. Quaestiones Scientificae et Paedagogicae Culturae Physicae (Cultura Physica et Athletica): Collectio

Commentationum Scientificarum. Ed. O. V. Tymoshenko. Kioviae: Officina Editoria Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Fasciculus VIII (CXCV). Pag. 133–137. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).29 [in Ukrainian]

10. Khudolii O. M., Ivashchenko O. V. (2014). Processus discendi facultatesque motus apud liberos adulescentesve excolendi ad exemplar descripti [Modeling the process of learning and developing motor abilities in children and adolescents]: Monographia. Charcoviae: OVS. Pag. 320. [in Ukrainian]

Стаття надішла до редакції / Received 08.07.2026
Прийнята до друку / Accepted 20.08.2026
Опубліковано / Published 28.09.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.09(209).15

Маняк С.В.,
аспірант Навчально-наукового інституту "Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту" Українського державного університету науки і технологій, м. Дніпро;
https://orcid.org/0009-0004-8176-3444
Откидач В. С.,
доктор філософії, доцент, ст. викладач кафедри фітнесу та адаптивного спорту Українського державного університету імені М. Драгоманова, м. Київ;
https://orcid.org/0000-0002-3859-0128
Золочевський В. В.,
к.п.н, доцент, професор кафедри Фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Харківського національного університету Повітряних Сил, м. Харків;
https://orcid.org/0000-0002-0713-7435
Ключник В.В.,
старший викладач кафедри Фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Військового інституту танкових військ Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут», м. Харків
https://orcid.org/0009-0005-3340-0822.

ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ПОКАЗНИКІВ ЗДОРОВ'Я КУРСАНТІВ НА ЕТАПІ ПЕРВИННОЇ ПІДГОТОВКИ

Стаття присвячена актуальному питанню покращення здоров'я курсантів вищих військових навчальних закладів сектору безпеки і оборони. Гіпотезою дослідження є твердження науковців про поступове покращення стану здоров'я курсантів завдяки заняттям фізичною культурою і спортом.

У сучасних умовах функціонування сектору безпеки та оборони України підвищуються вимоги до рівня фізичної підготовленості військовослужбовців. Фізична підготовка організовуються і проводиться з урахуванням покладених на підрозділи та органи СБУ завдань та особливостей їх службової діяльності, географічних умов, рівня підготовленості особового складу, а також досвіду проведення спеціальних операцій та навчань в інтересах забезпечення безпеки України. Особливо важливим є етап первинної підготовки курсантів, під час якого формується основа розвитку фізичних якостей, необхідних для ефективного виконання службово-бойових завдань. Систематична організація та науково обґрунтований підхід до фізичного виховання є основою професійної адаптації майбутніх офіцерів та їхньої бойової готовності. Саме тому дослідження показників соматичного здоров'я курсантів на початковому етапі навчання набуває особливої актуальності. Водночас спостерігається тенденція до зниження показників здоров'я молоді, що обумовлює необхідність її наукового аналізу.

Ключові слова: *курсанти, стан здоров'я, військовослужбовці.*

S. Maniak, V. Otkydach, V. Zolochevskyi, V. Kliuchnyk. Research on the level of health indicators of cadets at the stage of primary training. *The article is devoted to the urgent issue of improving the health of cadets of higher military educational institutions of the security and defense sector. The hypothesis of the study is the statement of scientists about the gradual improvement of the health of cadets due to physical education and sports.*

In the modern conditions of the functioning of the security and defense sector of Ukraine, the requirements for the level of physical fitness of military personnel are increasing. Physical training is organized and carried out taking into account the tasks assigned to the units and bodies of the SBU and the peculiarities of their official activities, geographical conditions, the level of preparedness of personnel, as well as the experience of conducting special operations and exercises in the interests of ensuring the security of Ukraine. Of particular importance is the stage of initial training of cadets, during which the basis for the development of physical qualities necessary for the effective performance of service and combat tasks is formed. A systematic organization and scientifically sound approach to physical education are the basis for the professional adaptation of future officers and their combat readiness. That is why the study of indicators of somatic health of cadets at the initial stage of training becomes particularly relevant. At the same time, there is a trend towards a decline in youth health indicators, which necessitates its scientific analysis.

Key words: *cadets health status, military personnel.*