**DOI:** https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.09(209).06

***Грибан Г.П.***
*https://orcid.org/0000-0002-9049-1485*
***доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізичної культури, спорту та національного спротиву,***
***Лайчук А.М.***
*https://orcid.org/0000-0001-9102-1381*
***доктор філософії, доцент***
***декан факультету фізичного виховання і спорту;***
***Ляшевич А.М.***
*https://orcid.org/0000-0002-3939-7493*
***кандидат біологічних наук, доцент, завідувач кафедри кафедри фізичної культури, спорту та національного спротиву;***
***Жуковський Є.І.,***
*https://orcid.org/0000-0002-4870-4248*
***кандидат педагогічних наук, доцент, кафедри фізичної культури, спорту та національного спротиву;***
***Цимер А.В.***
*https://orcid.org/0009-0007-6380-681X*
***магістрантка, Житомирський державний університет імені Івана Франка;***
***Ніконов О.В.***
*https://orcid.org/0009-0003-1238-0178*
***вчитель фізичної культури, Іршанський ліцей.***

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ УПРОВАДЖЕННЯ ВАРІАТИВНОГО МОДУЛЯ «ВЕСЛУВАННЯ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ» У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

*В статті розкриті особливості впровадження варіативного модуля «Веслування на байдарках і каное» з програми для учнів 10–11 класів Нової української школи. Варіативний модуль «Веслування на байдарках і каное» для учнів 10–11 класів є перспективним, однак недостатньо методично забезпеченим напрямом. Мета дослідження полягає в теоретико-методичному обґрунтуванні упровадження варіативного модуля для учнів 10–11 класів у закладах загальної середньої освіти. Встановлено, що мотивація учнів до нових видів рухової активності є важливим чинником розвитку інтересу та виявлення активності до уроків фізичної культури та занять спортом. Отримані дані засвідчили значний інтерес учнів 10–11 класів до веслування, а саме: 78,0 % учнів знайомі з веслуванням, 66,4 % висловили бажання займатися цим видом спорту, 69,9 % обрали б цей модуль на уроках фізичної культури.*

***Ключові слова**: варіативний модуль, веслування на байдарках і каное, учні 10–11 класів, фізична культура, мотивація, Нова українська школа, заклади загальної середньої освіти.*

***Griban Gryhoriy, Laichuk Andriy, Lyashevych Alyona, Zhukovskyi Yevhenii, Tsymmer Anastasiia, Nikonov Oleksandr. Theoretical and Methodological Foundations for Implementing the "Kayak and Canoe Paddling" Elective Module in General Secondary Education Institutions.** The article outlines the specifics of implementing the "Kayak and Canoe Paddling" elective module from the curriculum for 10th and 11th-grade students within the New Ukrainian School framework. The elective module "Kayak and Canoe Paddling" for 10th and 11th-grade students represents a promising area, yet one that lacks sufficient methodological support. The aim of the study is to provide a theoretical and methodological rationale for implementing this elective module for 10th and 11th-grade students in general secondary education institutions. The vast majority of physical education teachers (82.4%) view the idea of implementing the module positively, and 76.5% are prepared to implement it provided the necessary conditions are met. A significant gap was also identified between this positive attitude and actual readiness: only 26.5% of teachers have personal rowing experience, while 14.7% possess relevant professional qualifications. A third critical issue concerns the material and technical resources, which only one in five teachers (20.6%) considers adequate for this module. It has been established that student motivation regarding new forms of physical activity is a key factor in fostering interest and engagement in physical education lessons and sports activities. The data obtained demonstrated significant interest in rowing among 10th and 11th-grade students. Specifically, 78.0% of students are familiar with this sport, and 66.4% expressed a desire to practice it during physical education classes. Notably, 69.9% would choose this module if given the option, indicating that the demand for it is both real and sustained. The elective module "Kayak and Canoe Rowing" aligns with modern educational trends and the natural resource potential of a significant number of Ukraine's regions. Comparing the students' motivational profile with the pedagogical potential of the elective module leads to an important conclusion: the content and teaching methods of the developed module are purposefully aligned with the identified motives.*

***Keywords:*** *elective module, kayak and canoe paddling, 10th–11th grade students, physical education, motivation, New Ukrainian School, general secondary education institutions.*

**Постановка проблеми.** Сучасна система освіти в Україні переживає масштабну трансформацію, пов'язану з реформою Нової української школи, що передбачає перехід від авторитарної до особистісно орієнтованої моделі навчання. У сфері фізичної культури ця реформа виявляється у впровадженні варіативних модулів – складових освітньої програми, що дозволяють учням обирати вид рухової активності відповідно до власних інтересів, здібностей і регіональних умов. Особливе місце серед варіативних модулів для учнів займає «Веслування на байдарках і каное» – вид водного спорту з багатою олімпійською традицією, що поєднує комплексний фізичний розвиток із вихованням вольових якостей, екологічної свідомості та навичок командної взаємодії.

**Аналіз літературних джерел.** За даними ВООЗ, менше 20,0 % підлітків у світі дотримуються рекомендованого рівня фізичної активності – щонайменше 60 хв помірної або інтенсивної рухової активності щодня [2, с. 14]. В Україні результати моніторингових досліджень є ще більш тривожними: систематичні спостереження свідчать, що понад 60,0 % учнів старших класів є недостатньо фізично активними у позаурочний час, а традиційні уроки фізичної культури, побудовані на стандартизованих нормативах і одноманітних вправах, часто не спроможні зацікавити сучасних старшокласників [1, с. 28]. Це зумовлює нагальну потребу в пошуку нових, мотивуючих форм фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах загальної середньої освіти.

Мотивація учнів до нових видів рухової активності є важливим чинником розвитку інтересу та виявлення активності. Г.П. Грибан з співавт. виокремили ключові мотиви, що спонукають учнів до активної участі в уроках фізичної культури, а також визначили основні чинники, які можуть негативно впливати на їхню зацікавленість та відвідування занять. Провідними мотивами для учнів середніх класів є соціальна взаємодія та емоційне задоволення від проведеного активного часу з друзями (21,5 %) та одержання задоволення від уроків (20,2 %), що свідчить про важливість створення на уроках фізичної культури позитивної, дружньої атмосфери, де учні відчувають себе комфортно та мають можливість для спілкування. Використання ігрових методів, командних змагань, заохочення до співпраці можуть значно підвищити емоційну привабливість уроків фізичної культури [4, с. 79]. Г. П. Грибан з співавт. також довели, що можна цілеспрямовано сформувати значне зростання задоволеності учнів руховою активністю, покращення самооцінки фізичної форми, збільшення позакласної фізичної активності та підвищення інтересу до уроків фізичної культури учнів. Посилити позитивний вплив уроків на емоційний стан учнів, а зацікавленість у нових видах рухової активності сприяла зростанню бажання займатися фізичними вправами. Важливу роль у формуванні мотивації учнів до фізичної культури займає вчитель, а саме його культура спілкування з учнями, педагогічна майстерність, педагогічний такт збагачують досвід учнів, формують їх ставлення до занять фізичними вправами [3, с. 47].

В. П. Ільченком з Г. П. Грибаном встановлено, що мотивація учнів суттєво впливає на успішність навчальної діяльності з фізичної культури. Оцінювання мотивації учнів старших класів до уроків фізичної культури здійснювалося анкетуванням та експертною оцінкою викладача, що дозволило виділити високий, середній і низький рівні мотивації в учнів. Високий рівень мотивації показали учні, які глибоко усвідомлюють цінність занять фізичною культурою, мають постійну потребу в фізичній активності, спрямовані на фізичне вдосконалення, мають мету і бажання її досягнення [5, с. 70]. М. П. Саранча та Г. П. Грибан вказують, що використання волейболу під час позакласної роботи та на уроках фізичної культури є ефективним підходом до підвищення мотивації учнів 9–11 класів до занять фізичною культурою і спортом. Завдяки розвитку комплексу фізичних якостей та поєднання тактичного мислення, змагального духу та вольової активності, волейбол сприяє формуванню гармонійно розвиненої особистості, здатної до самореалізації, здорового способу життя, критичного мислення та активної життєвої позиції [8, с. 135].

У навчальній програмі з фізичної культури сказано, що варіативний компонент навчальних програм – це та частина навчального часу з фізичної культури, що відводиться на реалізацію конкретного варіативного модуля, обраного учнями та педагогом з урахуванням матеріально-технічних можливостей закладу освіти, регіональних особливостей та запитів учнівської громади. Чинне законодавство закріплює право учнів 10–11 класів на вибір освітнього модуля, причому варіативна частина може займати від 30 до 50 % загального обсягу навчального часу [6, с. 7]. Таким чином, за 35 навчальних тижнів у 10–11 класах учні можуть присвятити обраному виду рухової активності від 35 до 52 академічних годин на навчальний рік, що є достатнім для досягнення базового рівня оволодіння навичками та суттєвого впливу на фізичну підготовленість.

**Мета статті** – дослідити теоретико-методичні основи упровадження варіативного модуля для учнів 10–11 класів «Веслування на байдарках і каное» у закладах загальної середньої освіти.

**Концепція дослідження** спрямована на вивчення особливостей впровадження варіативного модуля «Веслування на байдарках і каное» для учнів 10–11 класів закладів загальної середньої освіти. У дослідженні використані такі методи: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури та нормативно-правових документів, педагогічне спостереження, анкетування, педагогічне тестування, методи математичної статистики. Дослідження проведені на базі Ліцею № 8 м. Житомира впродовж 2025–2026 навчального року.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Методичне забезпечення варіативного модуля «Веслування на байдарках і каное» є складним і комплексним завданням, що потребує системного підходу. Успішна реалізація модуля можлива лише за умови одночасного вирішення нормативно-правових питань, забезпечення матеріально-технічної бази, підготовки кваліфікованого педагога та розробки детальних методичних матеріалів.

Аналіз результатів анкетування вчителів фізичної культури щодо їхньої готовності до впровадження варіативного модуля «Веслування на байдарках і каное» дозволив виокремити кілька ключових тенденцій. По-перше, переважна більшість педагогів (82,4 %) позитивно сприймає ідею впровадження модуля та 76,5 % готові реалізувати

його за наявності відповідних умов. Це свідчить про принципову педагогічну відкритість вчителів до нових підходів. По-друге, виявлено суттєву прогалину між позитивним ставленням і реальною готовністю: лише 26,5 % педагогів мають особистий досвід веслування, а 14,7 % – профільну кваліфікацію. Третьою визначальною проблемою є матеріально-технічна база, яку лише кожен п'ятий учитель (20,6 %) вважає достатньою (табл. 1). У цілому, можна стверджувати, що суб'єктивна мотивація вчителів до впровадження модуля є значно вищою за їхню об'єктивну готовність, а це означає, що надання якісного організаційно-методичного забезпечення може суттєво наблизити реалізацію модуля до практичного впровадження в навчальний процес.

*Таблиця 1*

**Готовність учителів фізичної культури до впровадження варіативного модуля «Веслування на байдарках і каное» (n=34)**

| Показники готовності | Кількість осіб | % |
|---|---|---|
| Позитивно ставляться до впровадження модуля | 28 | 82,4 |
| Мають особистий досвід занять веслуванням | 9 | 26,5 |
| Пройшли підвищення кваліфікації з водних видів спорту | 5 | 14,7 |
| Вважають матеріально-технічну базу достатньою | 7 | 20,6 |
| Потребують навчально-методичних посібників | 32 | 94,1 |
| Потребують семінарів-практикумів на воді | 29 | 85,3 |
| Готові впровадити модуль за наявності умов | 26 | 76,5 |

Отримані дані дозволяють окреслити основні напрями підготовчих заходів для успішного впровадження модуля. Насамперед, пріоритетним завданням є організація системи підвищення кваліфікації вчителів фізичної культури з водних видів спорту – у форматі як очних семінарів-практикумів, так і дистанційних курсів. Водночас необхідно вирішити питання матеріально-технічного забезпечення на рівні регіональних органів управління освітою або залучення позабюджетних джерел фінансування. Без цих передумов навіть найвмотивованіший педагог не зможе якісно реалізувати модуль [7, с. 22].

Встановлено значний інтерес учнів 10–11 класів до веслування, зокрема, 78,0 % учнів знайомі з цим видом спорту, а 66,4 % висловили бажання займатися веслуванням на уроках фізичної культури. Показово, що 69,9 % обрали б цей модуль за умови вибору – а це означає, що попит на нього є і реальним, і стійким. Важливою знахідкою є те, що 92,4 % учнів усвідомлюють критичне значення безпеки на воді – це свідчить про зрілу установку, що є сприятливою передумовою для проведення безпечних занять (табл. 2).

*Таблиця 2*

**Ставлення учнів 10–11 класів до занять веслуванням на байдарках і каное (в %, n=223)**

| Показники | Кількість | % |
|---|---|---|
| Знають про веслування на байдарках і каное | 174 | 78,0 |
| Бажають займатися веслуванням на уроках | 148 | 66,4 |
| Мають досвід катання на байдарці / каное | 67 | 30,0 |
| Вважають, що веслування розвиває тілобудову | 191 | 85,7 |
| Обрали б модуль за наявності вибору | 156 | 69,9 |
| Усвідомлюють важливість правил безпеки на воді | 206 | 92,4 |

Заслуговує на увагу гендерний аналіз отриманих даних. Серед дівчат дещо вищою є частка тих, хто висловив бажання займатися веслуванням (68,3 % проти 64,7 % серед хлопців), що може пояснюватися привабливістю природного середовища та можливістю займатися у парі, що є характерним для жіночої соціальної мотивації. Хлопці, своєю чергою, виявляють дещо вищий рівень обізнаності з технічними аспектами веслування та частіше зазначають мотив фізичного розвитку.

Провідними мотивами є новизна та незвичність виду діяльності (62,3 %) і перебування на природі (57,0 %). Це є характерним для учнів 10–11 класів з їхньою потребою у нових враженнях та виходом за межі звичного шкільного простору. Важливим є також мотив отримання прикладного навику (46,2 %), що свідчить про прагматичне мислення старшокласників (табл. 3). Ці дані мають стати основою методичного планування: у програмі модуля слід максимально використовувати природне середовище, постійно вводити нові завдання та підкреслювати прикладну цінність отримуваних умінь.

*Таблиця 3*

**Мотиви учнів 10–11 класів до занять веслуванням на байдарках і каное (в %, n=223, до 3 варіантів)**

| Мотиви | Кількість | % |
|---|---|---|
| Новизна та незвичність виду діяльності | 139 | 62,3 |
| Можливість бути на природі та на свіжому повітрі | 127 | 57,0 |
| Розвиток фізичних якостей | 118 | 52,9 |
| Отримання корисного навику для життя | 103 | 46,2 |
| Командна взаємодія та спілкування | 94 | 42,2 |
| Відчуття пригоди та емоційного підйому | 87 | 39,0 |
| Зміна звичного шкільного середовища занять | 72 | 32,3 |

**Висновки.** Варіативний модуль «Веслування на байдарках і каное» відповідає сучасним освітнім тенденціям і природно-ресурсному потенціалу значної частини регіонів України. Зіставлення мотиваційного профілю учнів із педагогічними можливостями варіативного модуля дозволяє дійти важливого висновку: зміст і методи навчання у розробленому модулі цілеспрямовано відповідають виявленим мотивам. Зокрема, практичні заняття на відкритій воді задовольняють потребу учнів у перебуванні на природі; постійне введення нових технічних завдань і ігрових форм роботи.

**Перспективи подальших досліджень** спрямовані на комплексне організаційно-методичне забезпечення варіативного модуля «Веслування на байдарках і каное» для учнів 10–11 класів.

**Література**

1. Глазирін І. Д. Основи диференційованого навчання фізичної культури у школі. *Черкаси: Відлуння-Плюс.* 2003. 261 с. https://surl.li/pcxlnb

2. Глобальні рекомендації з фізичної активності для здоров'я підлітків. Женева: ВООЗ, 2020. 60 с. https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128

3. Грибан Г.П., Лайчук А.М., Мичка І.В., Чайка Ю.Ю., Блажиєвський Г.В., Твардовський В.О., Гошко А.М. Вплив мотивації учнів до занять фізичною культурою на показники фізичної підготовленості. *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. Вип. 8 (195). С. 45–48. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).0

4. Грибан Г.П., Мичка І.В., Лайчук А.М., Жуковський Є.І., Кондратюк А.Ю., Опанчук Д.Р., Ткаченко Д.С. Стан мотивації учнів середнього віку до уроків фізичної культури. *Наук. часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15. Наук.-пед. проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць*. За ред. О. В. Тимошенка. Київ: Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова, 2025. Вип. 7 (194). С.77–81. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.07(194).14

5. Ільченко В.П., Грибан Г.П. Формування мотивації до захисту України учнів старшого віку засобами фізичного виховання. *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. Вип. 8 (195). С. 68–71. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).14

6. Навчальна програма з фізичної культури для 10–11 класів закладів загальної середньої освіти: *затверджена МОН України. Київ*, 2019. 55 с. https://surli.cc/kqvbsg

7. Петрів В. Б. Матеріально-технічне забезпечення шкільних секцій з веслування. *Спортивна наука України.* 2022. № 1 (107). С. 18–27. https://surl.li/pcxlnb

8. 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 (фізич. 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

**References**

1. Hlazyrin I. D. (2003). Fundamenta institutionis gymnasticae in scholis differentiatae. [Fundamentals of Differentiated Physical Education Instruction in Schools]. Cherkasy: Vidlunnia-Plus. 261 p. (in Ukrainian)

2. Praecepta universalia de exercitatione corporis ad salutem adulescentium pertinentia. (2020). [Global recommendations on physical activity for adolescent health]. Genavae: WHO. 60 pp. [in Ukrainian]

3. Hryban H.P., Laichuk A.M., Mychka I.V., Chaika Yu.Yu., Blazhyievskyi H.V., Tvardovskyi V.O., Hoshko A.M. (2025). De influxu studii discipulorum in exercitationes corporis in indices aptitudinis physicae. [The impact of student motivation for physical education classes on physical fitness indicators]. 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 VIII (CXCV). Paginae XLV–XLVIII. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).0 [in Ukrainian]

4. Hryban H.P., Mychka I.V., Laichuk A.M., Zhukovskyi Ye.I., Kondratiuk A.Yu., Opanchuk D.R., Tkachenko D.S. (2025). De studio discipulorum aetatis scholasticae mediae ad exercitationes corporis per agendas. [The state of motivation among middle-school students regarding physical education lessons]. Acta Scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Series XV: Quaestiones Scientificae et Paedagogicae Culturae Physicae (Cultura Physica et Athletica): Collectio Operum Scientificorum. Curante O. V. Tymoshenko. Kioviae: Officina Editoria Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Drahomanov. Fasciculus VII (CXCIV). Paginae 77–81. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.07(194).14 [in Ukrainian]

5. Ilchenko V.P., Hryban H.P. (2025). Studium discipulorum aetate provectiorum ad Ucrainam defendendam per educationem physicam fovendum. [Fostering Motivation to Defend Ukraine Among Older Students Through Physical Education]. 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 VIII (CXCV). Paginae 68–71. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).14 [in Ukrainian]

6. Curriculum Educationis Physicae pro Classibus X–XI Institutionum Educationis Secundariae Generalis: (2019). [Physical Education Curriculum for Grades 10–11 of General Secondary Education Institutions]: a Ministerio Educationis et Scientiae Ucrainae approbatum. Kioviae, MMXIX. Paginae LV[in Ukrainian]

7. Petriv V. B. (2022). Apparatus et Subsidia Technica pro Sectionibus Remigii Scholasticis. [Material and technical support for school rowing sections]. Scientia Athletica Ucrainae. MMXXII. Nr. I (CVII). Paginae XVIII–XXVII. (in Ukrainian)

8. Sarancha M.P., Hryban H.P. (2025). Studium discipulorum classium nonae usque ad undecimam ad exercitationes corporis extra scholam agendas per ludum folli volatilis fovendum. [Fostering Motivation for Extracurricular Physical Education Activities Among 9th–11th Grade Students Through Volleyball]. Acta Scientifica Universitatis Nationalis Ucrainicae M. Drahomanov. Series XV: Quaestiones Scientificae et Paedagogicae Culturae Corporalis (Cultura Corporalis et Ars Athletica): Collectio Commentationum Scientificarum. Curante O. V. Tymoshenko. Kioviae: Officina Editoria Universitatis Nationalis Ucrainicae M. Drahomanov. Fasciculus VIII (CXCV). Paginae 133–137. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025. 08(195). 29 [in Ukrainian]

***Стаття надійшла до редакції / Received 08.07.2026***
***Прийнята до друку / Accepted 02.08.2026***
***Опубліковано / Published 28.09.2026***