4. Tomenko O.A. (2008) The level of motor activity of schoolchildren and ways of its increase in the conditions of secondary school. monogr./per line. Prof. S. S. Ermakova. Kharkiv: KDADM (KHPI), No 2. Pp. 141–146.

5. Annual report on the state of health of the population, the sanitary and epidemiological situation and the results of the health care system of Ukraine. 2015 year. Ministry of Health of Ukraine, State Institution "UISD of the Ministry of Health of Ukraine". Kyiv, 2016. 452 p.

**DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05(192).19**
**УДК 796.011**

***Кубатко А.І.***
***Кандидат педагогічних наук,***
***доцент кафедри фізичної культури олімпійських та неолімпійських видів спорту***
***orcid.org/0000-0001-8542-8804***
***Національний університет «Запорізька політехніка», м. Запоріжжя***
***Кириченко О.В.***
***Старший викладач кафедри фізичної культури олімпійських***
***та неолімпійських видів спорту***
***Національний університет «Запорізька політехніка», Запоріжжя***
***orcid.org/0000-0001-7136-0984***
***Селехман Е.В.***
***здобувач вищої освіти третього рівня навчання***
***Національний університет «Запорізька політехніка», м. Запоріжжя***
***orcid.org/0009-0002-9083-7500***

## АНАЛИЗ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ 17- 18 РОКІВ

*Метою нашого дослідження є аналіз рівня рухової активності студентів віком 17-18 років, визначення основних факторів, що впливають на її рівень, та розробка рекомендацій для покращення фізичної активності серед цієї вікової групи. У дослідженні акцентується на важливості фізичної активності для гармонійного розвитку молоді, збереження їхнього фізичного та психічного здоров'я.*

*Для досягнення мети використано комплексний підхід, що включає такі методи: анкетування (міжнародний опитувальник IPAQ), спостереження, теоретичний аналіз літератури та статистичний аналіз даних. Було зібрано інформацію про тривалість і частоту фізичної активності, а також про бар'єри, які заважають студентам підтримувати належний рівень активності.*

*Результати дослідження показали, що лише 20% студентів досягають рекомендованого ВООЗ рівня фізичної активності (150 хвилин на тиждень), тоді як 65% мають недостатній рівень активності. Основними бар'єрами є брак часу, низька мотивація та обмежений доступ до спортивної інфраструктури. Гендерні відмінності також виявилися значущими: жінки частіше стикаються з соціальними обмеженнями, тоді як чоловіки демонструють більший рівень активності завдяки участі у спортивних секціях. Ці результати свідчать про необхідність врахування гендерних особливостей при розробці програм стимулювання фізичної активності.*

*Висновки свідчать про нагальну потребу впровадження інтегрованих програм для підвищення рівня рухової активності молоді. Зокрема, рекомендується створювати інфраструктуру для занять спортом, використовувати цифрові технології (фітнес-додатки) та проводити освітні заходи для підвищення мотивації студентів. Такий підхід сприятиме формуванню здорових звичок та покращенню загального рівня здоров'я молоді в довгостроковій перспективі.*

***Ключові слова:*** *рухова активність, зміцнення здоров'я, здоровий спосіб життя, молодь, гіподинамія.*

***Kubatko Alina, Kyrychenko Olena, Selehman Eduard. Analysis of motor activity of students aged 17-18.*** *The aim of our study is to analyze the level of physical activity among students aged 17-18, identify key factors influencing it, and develop recommendations for improving physical activity within this age group. The research highlights the importance of physical activity for the harmonious development of young people, as well as for maintaining their physical and mental health.*

*A comprehensive approach was used to achieve this goal, incorporating the following methods: surveys (International Physical Activity Questionnaire – IPAQ), observation, theoretical literature analysis, and statistical data analysis. Information was collected on the duration and frequency of physical activity, as well as the barriers preventing students from maintaining an adequate level of activity.*

*The study results showed that only 20% of students meet the WHO-recommended level of physical activity (150 minutes per week), while 65% have an insufficient level of activity. The main barriers include a lack of time, low motivation, and limited access to sports infrastructure. Gender differences were also significant: women more often face social restrictions, whereas men demonstrate higher activity levels due to participation in sports clubs. These findings highlight the need to consider gender-specific factors when designing programs to promote physical activity.*

*The conclusions emphasize the urgent need to implement integrated programs to increase young people's level of physical activity. In particular, it is recommended to develop sports infrastructure, utilize digital technologies (fitness apps), and conduct educational activities to enhance students' motivation. This approach will contribute to the formation of healthy habits and the long-term improvement of young people's overall health.*

***Keywords:*** *physical activity, health promotion, healthy lifestyle, youth, hypodynamia.*

**Постановка проблеми.** Рухова активність є невід'ємною складовою гармонійного розвитку особистості, забезпечуючи зміцнення здоров'я, покращення фізичних і розумових здібностей та сприяючи загальному підвищенню якості життя. У віці 17-18 років молодь проходить через важливий етап свого розвитку, що супроводжується суттєвими змінами в фізіологічному та психологічному стані. Водночас цей період часто характеризується збільшенням навчального навантаження, перехідним періодом до самостійного життя та значною кількістю соціальних і культурних впливів.

У сучасному світі спостерігається зростання тенденції до малорухомого способу життя. Тривале сидіння за комп'ютерами, планшетами чи телефонами негативно впливає на фізичний стан молоді. Відсутність достатньої фізичної активності призводить до таких проблем, як порушення постави, зниження м'язового тонусу, ожиріння та навіть психологічні розлади. За результатами досліджень, молоді люди у віці 17-18 років витрачають значну частину свого часу на сидячу діяльність, при цьому фізична активність обмежується короткими прогулянками або заняттями фізичною культурою лише у навчальних закладах.

Актуальність цієї проблеми підсилюється ще тим, що молодь у цьому віці формує свої звички, які впливатимуть на її спосіб життя в майбутньому. Збереження або покращення рухової активності на цьому етапі є важливим для запобігання розвитку хронічних захворювань у подальшому житті. Особливу увагу слід звернути на соціальні аспекти, адже підтримка з боку друзів, родини та викладачів може значно вплинути на рівень фізичної активності студентів.

Крім того, сучасні технології відіграють як позитивну, так і негативну роль. З одного боку, вони сприяють підвищенню доступності інформації про здоровий спосіб життя, різноманітних фітнес-програм та онлайн-тренувань. З іншого боку, вони сприяють зниженню рівня активності через надмірне використання гаджетів та соціальних мереж.

Таким чином, дослідження рухової активності студентів у віці 17-18 років є вкрай важливим і дозволяє не лише оцінити поточний стан фізичної активності, але й розробити рекомендації, які сприятимуть формуванню здорових звичок у молоді. Знання про вплив різних факторів на рухову активність допоможуть впровадити ефективні програми, що сприятимуть покращенню фізичного і психічного стану студентів.[4,1]

Аналізуючи актуальні тенденції, стає зрозумілим, що проблема малорухомого способу життя потребує негайного вирішення. Навчальні заклади, родини та самі студенти мають відігравати активну роль у підтримці здорового способу життя.[2] Саме через це дослідження рухової активності студентів стає актуальним інструментом для розуміння факторів, що впливають на їхню активність, а також для розробки дієвих стратегій її підвищення.

Особливого значення набуває вивчення гендерних відмінностей у рівнях рухової активності, соціальних бар'єрів та впливу сучасних технологій на поведінку молоді. Це дослідження спрямоване на виявлення ключових факторів, які визначають фізичну активність студентів, і покликане надати ефективні рекомендації для формування здорового способу життя.

**Актуальність** теми дослідження визначається зростанням випадків гіподинамії серед молоді, що є наслідком сучасного способу життя, характерного для студентської молоді. Віковий період 17-18 років є критичним для формування здорових звичок, що впливають на стан фізичного і психічного здоров'я у майбутньому. Дослідження проблем рухової активності неодноразово висвітлювалися в роботах відомих науковців, таких як В.О. Кудрявцев, Л.М. Ільїн та інші, які підкреслювали важливість фізичної активності для гармонійного розвитку молоді. Результати їхніх досліджень створюють наукову базу для розробки стратегій, спрямованих на підвищення рухової активності студентів.

Проблема актуальна і для українського суспільства. Дослідження Інституту громадського здоров'я імені О.М. Марзєєва НАМН України показують, що лише 24% молоді регулярно займаються фізичною активністю. Водночас, студенти 17-18 років є особливо вразливою групою, адже їхнє життя характеризується перехідними змінами від шкільного до дорослого способу життя. Це супроводжується підвищеним навчальним навантаженням, що часто призводить до малорухомості.

Окрім того, численні дослідження науковців, таких як В.О. Кудрявцев, Л.М. Ільїн, М.В. Жданова та інші, свідчать про те, що саме у студентському віці закладаються основи здорового способу життя, які визначатимуть якість життя в майбутньому. В.О. Кудрявцев акцентує увагу на важливості формування звички до фізичної активності через інтеграцію спорту у повсякденне життя. Л.М. Ільїн підкреслює значення соціальної підтримки та доступу до якісної спортивної інфраструктури для залучення молоді до активного способу життя.

Актуальність дослідження також зумовлена впливом цифрових технологій, які значною мірою формують стиль життя молоді. Проведення значного часу за екранами гаджетів обмежує фізичну активність, що ускладнює підтримання належного рівня рухової активності.

Як свідчить дослідження Pew Research Center, середньодобове використання гаджетів студентами становить 7-9 годин, що витісняє час, який міг би бути присвячений фізичній активності.

Отже, дослідження проблем рухової активності студентів є необхідним для визначення основних бар'єрів, розробки ефективних рекомендацій та створення програм, спрямованих на підвищення активності серед молоді. Це дозволить не лише зменшити ризики для здоров'я, але й сприятиме покращенню якості життя молодих людей у довгостроковій перспективі.

Здоровий спосіб життя є фундаментальним чинником, який забезпечує гармонійний розвиток особистості, збереження фізичного і психічного здоров'я. У сучасному суспільстві проблема недостатньої рухової активності стала глобальним викликом, що особливо помітно серед молоді. Світова організація охорони здоров'я (ВООЗ) підкреслює, що гіподинамія є одним з основних факторів ризику розвитку хронічних захворювань, таких як ожиріння, серцево-судинні захворювання та діабет. Ця проблема актуальна й для студентської молоді, адже в період 17-18 років молоді люди стикаються з підвищеним навантаженням у навчальних закладах, що нерідко супроводжується зниженням рівня фізичної активності.[5]

Окрім того, численні дослідження науковців, таких як В.О. Кудрявцев, Л.М. Ільїн та інші, свідчать про те, що саме у студентському віці закладаються основи здорового способу життя, які визначатимуть якість життя в майбутньому. Зважаючи на це, дослідження рухової активності молоді є необхідним для визначення основних бар'єрів та розробки ефективних рекомендацій для їх подолання.

**Методи дослідження**

У ході дослідження були використані такі методи:

1. Теоретичний аналіз літератури:
- Аналіз наукових праць, статей і досліджень, присвячених руховій активності молоді.
- Вивчення рекомендацій ВООЗ та національних стандартів щодо фізичної активності підлітків.
2. Анкетування:
- Використання міжнародного опитувальника фізичної активності IPAQ (International Physical Activity Questionnaire) для визначення рівня активності студентів.
- Розробка додаткової анкети для вивчення бар'єрів та мотиваційних факторів щодо рухової активності.
3. Спостереження:
- Фіксація рухової активності студентів у навчальних закладах та поза їх межами.
- Аналіз типів фізичної активності, якими займаються студенти (спорт, прогулянки, тренування тощо).
4. Емпіричні методи:
- Проведення експериментальних заходів для оцінки ефективності рекомендацій щодо підвищення рухової активності.
5. Статистичний аналіз:
- Обробка отриманих даних за допомогою статистичних методів (кореляційний аналіз, визначення середніх показників).
- Графічне представлення результатів для зручності інтерпретації та висновків.

Для аналізу рівня рухової активності були використані такі методи:

**Опитування:** анкети для визначення рівня фізичної активності (наприклад, за методикою IPAQ), які містили питання про тривалість та частоту фізичних вправ, рівень рухової активності у повсякденному житті, а також бар'єри для активності.

**Спостереження:** фіксація кількості годин, проведених у фізичній активності протягом тижня, та аналіз поведінкових звичок студентів у навчальних закладах.

**Аналіз:** обробка отриманих даних за допомогою статистичних методів для виявлення основних тенденцій і кореляцій між рівнем активності та впливовими факторами.

Кількісні дані аналізувались за допомогою статистичних методів, таких як кореляційний аналіз і розрахунок середніх показників.

**Результати дослідження**. У ході дослідження було опитано 20 студентів віком 17-18 років, серед яких 13 юнаків і 7 дівчат. Отримані дані дали змогу виявити наступні особливості:

**Загальний рівень фізичної активності:** Середній показник фізичної активності склав 112 хвилин на тиждень, що є нижчим за рекомендацію ВООЗ у 150 хвилин. Максимальний показник фізичної активності становив 220 хвилин, мінімальний – 30 хвилин.

**Порівняння за статтю**: **Чоловіки** в середньому мали рівень активності 113 хвилин на тиждень, що дещо перевищує аналогічний показник серед дівчат – 110 хвилин. У чоловіків більший розмах показників: від 30 до 200 хвилин, тоді як у жінок – від 75 до 220 хвилин. Дівчата мали менш виражену варіативність у рівнях активності, але декілька учасниць демонстрували дуже високі показники активності, що позитивно вплинуло на загальний середній рівень.

**Розподіл за активністю**: 65% опитаних мали недостатній рівень активності (менше 150 хвилин на тиждень). Лише 20% студентів досягали або перевищували рекомендований рівень фізичної активності.

**Вплив гендерних факторів**: У чоловіків вищий рівень фізичної активності частково зумовлений участю у спортивних секціях та тренуваннях. У дівчат фізична активність частіше включала прогулянки, танці або домашні тренування.

**Соціальні фактори**: У 40% респондентів відзначено підвищення рівня активності за рахунок підтримки друзів чи участі в групових заходах. Основні бар'єри до активності включали брак часу (55%) та відсутність мотивації (30%).

Ці результати свідчать про те, що більшість студентів не відповідають рекомендованим нормам фізичної активності, що створює ризики для їхнього здоров'я. Особливої уваги потребують заходи, спрямовані на підвищення мотивації та подолання соціальних бар'єрів до фізичної активності.[8]

**Загальний рівень активності**: Більшість студентів (65%) демонструють недостатній рівень рухової активності, проводячи менше 150 хвилин на тиждень у фізичних вправах, рекомендованих ВООЗ. Лише 20% студентів виконують нормативні вимоги щодо фізичної активності, тоді як решта 15% мають помірний рівень активності.

**Гендерні відмінності**: Серед дівчат рівень рухової активності нижчий, ніж серед хлопців. У 70% дівчат рівень активності є недостатнім, тоді як серед хлопців цей показник становить 60%. Основною причиною недостатньої активності дівчата назвали брак часу через навчання, тоді як хлопці частіше посилались на відсутність мотивації.

**Вплив соціальних факторів**: Студенти, які мають доступ до спортивних секцій та гуртків, демонструють вищий рівень активності. Зокрема, 85% активних студентів відвідують спортивні гуртки. Підтримка друзів та родини є вагомим мотиваційним чинником. У 40% студентів активність зростала завдяки участі друзів у спільних тренуваннях.

**Вплив технологій**: У середньому студенти проводять 4-6 годин на день за екранами гаджетів, що знижує рівень фізичної активності.

**Обговорення.** Результати дослідження підтверджують глобальну проблему недостатнього рівня фізичної активності серед молоді. Лише 20% студентів виконують рекомендації ВООЗ, що свідчить про необхідність активних змін у підходах до популяризації здорового способу життя. Особливо гостро ця проблема стоїть серед студентів, які через навчальне навантаження та вплив цифрових технологій обирають малорухомий спосіб життя.

Значний вплив на фізичну активність молоді мають соціальні фактори. Підтримка з боку однолітків, участь у спільних спортивних заходах та доступність інфраструктури можуть значно підвищити рівень активності. Наприклад, студенти, які беруть участь у спортивних секціях, демонструють більш високі показники активності. Водночас, жінки частіше вказують на бар'єри, такі як брак часу або відсутність мотивації. Це свідчить про необхідність розробки гендерно-орієнтованих програм, які враховують специфіку мотиваційних чинників.

Щодо впливу цифрових технологій, спостерігається негативна тенденція до збільшення часу, проведеного за гаджетами. Це не лише витісняє фізичну активність, але й впливає на загальний стан здоров'я, включаючи погіршення зору та постуральні розлади. Водночас, технології можуть бути використані на благо, наприклад, через фітнес-додатки або онлайн-курси, які заохочують до рухової активності.

Виявлені гендерні відмінності вказують на необхідність індивідуального підходу. Хлопці більш схильні до активних видів спорту, тоді як дівчата надають перевагу прогулянкам чи заняттям танцями. Це свідчить про важливість врахування особистих уподобань при розробці програм стимулювання активності.

Таким чином, дослідження не лише підтверджує актуальність проблеми, але й надає практичні орієнтири для її вирішення. Для ефективної боротьби з гіподинамією необхідно інтегрувати міждисциплінарний підхід, залучаючи освітні, соціальні та медичні аспекти. Особливу увагу слід приділити інформуванню молоді про користь фізичної активності, а також створенню умов для її регулярного здійснення.

Отримані результати вказують на те, що рівень рухової активності студентів є недостатнім, що становить ризик для їхнього здоров'я у майбутньому. Основними бар'єрами виявились брак часу, відсутність мотивації та доступу до спортивних майданчиків. Водночас, активна підтримка з боку друзів, родини та навчального закладу сприяє підвищенню рухової активності.

**Рекомендації**

Підвищення мотивації:

- Проведення мотиваційних лекцій про користь фізичної активності.
- Запровадження програм фізичної активності у навчальних закладах, таких як обов'язкові години фізичного виховання або спортивні змагання.
- Використання соціальних мереж для популяризації здорового способу життя.

Розвиток спортивної інфраструктури:

- Створення доступних спортивних майданчиків у місцях проживання студентів.
- Організація безкоштовних тренувань для студентів та інтеграція їх у навчальний процес.

Індивідуальний підхід:

- Розробка індивідуальних планів тренувань залежно від потреб та можливостей студентів.
- Використання фітнес-додатків для моніторингу фізичної активності.

Зменшення часу за екранами:

- Стимулювання студентів до участі у активних перервах між заняттями.
- Впровадження правил цифрового детоксу у навчальних закладах.

**Висновки.** Результати дослідження засвідчили недостатній рівень фізичної активності серед студентів 17-18 років. Лише 20% опитаних досягають рекомендованих ВООЗ показників фізичної активності. Основними бар'єрами є брак часу, низька мотивація та обмежений доступ до спортивної інфраструктури. Дівчата, як правило, демонструють нижчий рівень активності, що зумовлено специфічними соціальними та особистісними факторами. У хлопців рівень активності вищий, переважно за рахунок участі у спортивних секціях і тренуваннях.

Аналіз отриманих даних дозволяє зробити наступні висновки:

- Соціальні фактори, такі як підтримка друзів та участь у групових заходах, мають вагомий вплив на підвищення фізичної активності.
- Важливість врахування гендерних відмінностей у розробці програм стимулювання активності є критичною.
- Технології можуть бути як бар'єром, так і стимулом для рухової активності залежно від способу їх використання.

**Подальший розвиток.** Для більш детального вивчення проблеми необхідно:

1. Провести триваліше дослідження з більшою вибіркою студентів, щоб отримати результативніші дані.
2. Вивчити вплив різних типів фізичної активності (аеробна, силова, розтяжка) на здоров'я студентів.
3. Розробити й протестувати програми підвищення мотивації до активного способу життя з урахуванням гендерних особливостей.
4. Дослідити вплив цифрових технологій, зокрема фітнес-додатків і соціальних мереж, на рівень фізичної активності молоді.
5. Запропонувати конкретні інтегровані рішення для освітніх закладів, спрямовані на підвищення рівня активності, наприклад, впровадження обов'язкових активних перерв або занять фізичної культури.

Подальший розвиток теми сприятиме не лише підвищенню рівня фізичної активності молоді, а й формуванню у них стійких звичок, що покращують якість життя в довгостроковій перспективі.

**Література**

1.Апанасенко, Г.Л. Спортивна морфологія людини / Г.Л. Апанасенко, О.В. Целуйко. – Київ: Здоров'я, 2010. – 280 с.

2.Бойко, А.Ф. Фізична активність студентів у системі освіти / А.Ф. Бойко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 6. – С. 23–29.

3.Волков, Л.В. Спортивна фізіологія / Л.В. Волков, В.В. Духанін. – Київ: Олімпійська література, 2012. – 356 с.

4.Гамалій, В.О. Рухова активність молоді як фактор здорового способу життя / В.О. Гамалій, Т.М. Козлова // Молодь і спорт. – 2018. – № 3. – С. 45–52.

5.Донець, І.В. Аналіз фізичної активності студентів ВНЗ / І.В. Донець // Фізичне виховання та спорт. – 2017. – № 2. – С. 15–21.

6.Захарова, О.О. Взаємозв'язок фізичної активності та рівня здоров'я студентів / О.О. Захарова // Вісник спортивної науки. – 2019. – № 4(32). – С. 73–79.

7.Круцевич, Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Т.Ю. Круцевич. – Київ: Олімпійська література, 2016. – 456 с.

8.Лях, В.І. Фізичне виховання і спорт у навчальних закладах / В.І. Лях. – Київ: Вища школа, 2014. – 320 с.

9.Платонов, В.М. Адаптація організму до фізичних навантажень у молодому віці / В.М. Платонов. – Київ: Олімпійська література, 2015. – 402 с.

**Reference**

1.Apanasenko, H. L., & Tseluiko, O. V. (2010). *Sportyvna morfolohiia liudyny* [Sports morphology of a person]. Zdorov'ia.

2.Boiko, A. F. (2015). Fizychna aktyvnist studentiv u systemi osvity [Physical activity of students in the education system]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, (6), 23–29.

3.Volkov, L. V., & Dukhanin, V. V. (2012). *Sportyvna fiziolohiia* [Sports physiology]. Olympiiska literatura.

4.Hamalii, V. O., & Kozlova, T. M. (2018). Rukhova aktyvnist molodi yak faktor zdorovoho sposobu zhyttia [Motor activity of youth as a factor of a healthy lifestyle]. *Molod i sport*, (3), 45–52.

5.Donets, I. V. (2017). Analiz fizychnoi aktyvnosti studentiv VNZ [Analysis of physical activity of university students]. *Fizychne vykhovannia ta sport*, (2), 15–21.

6.Zakharova, O. O. (2019). Vzaiemozviazok fizychnoi aktyvnosti ta rivnia zdorovia studentiv [Interrelation of physical activity and health levels of students]. *Visnyk sportyvnoi nauky*, 4(32), 73–79.

7.Krutsevych, T. Y. (2016). *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia* [Theory and methodology of physical education]. Olympiiska literatura.

8.Liakh, V. I. (2014). *Fizychne vykhovannia i sport u navchalnykh zakladakh* [Physical education and sports in educational institutions]. Vyscha shkola.

9.Platonov, V. M. (2015). *Adaptatsiia orhanizmu do fizychnykh navantazhen u molodomu vitsi* [Adaptation of the body to physical loads at a young age]. Olympiiska literatura.

**DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05(192).20**

***Лимаренко Н. П.***
***старший викладач***
***Національний університет фізичного виховання та спорту України***
***https://orcid.org/0009-0009-6693-3683***
***Єрмолова В.М.***
***к.фіз.вих., доцент,***
***Національний університет фізичного виховання і спорту України***
***https://orcid.org/0000-0002-6073-0449***

## ФОРМУВАННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ЗАСАД ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ

***Анотація****. Матеріал статті спрямований на формування педагогічних засад олімпійської освіти в закладах дошкільної освіти, що є важливим аспектом для розвитку у дітей не лише фізичної активності, але й цінностей, пов'язаних із олімпійським рухом, такими як дух дружби, взаємоповаги та прагнення до самовдосконалення. Розглянуто основні аспекти цього процесу, а саме виховання у дітей цінностей, пов'язаних з олімпійським духом: повага до суперника, чесність, справедливість, дружба, терпимість та командний дух. Приділено увагу важливості прищеплення дітям ідей гармонійного розвитку, вивчення принципів здорового способу життя, усвідомлення значення фізичної активності для розвитку та здоров'я. Розглянуто витоки олімпійської освіти Греції , яка сприяла підвищенню самоповаги у дітей через досягнення в спортивній діяльності, формування вміння працювати над собою переживати перемоги та поразки, що сягають своїм корінням Стародавньої Греції. Розкрито що за допомогою інтеграції олімпійських тем у різні освітні сфери: музику, мистецтво, літературу можна .сприяти розвитку творчих та інтелектуальних здібностей дітей.*

***Ключові слова:*** *олімпізм, олімпійська освіта, гуманізм, П'єр де Кубертен.*

***Natalia Limarenko, Valentina Ermolova. Formation of pedagogical principles of Olympic education.*** *The article is aimed at forming the pedagogical foundations of Olympic education in preschool education institutions, which is an important aspect for the development of children not only physical activity, but also values associated with the Olympic movement, such as the spirit of friendship, mutual respect and the desire for self-improvement. The main aspects of this process are considered, namely, the education of values associated with the Olympic spirit in children: respect for the opponent, honesty, justice, friendship, tolerance and team spirit. Attention is paid to the importance of instilling in children the ideas of harmonious development, learning the*