9. Zakon Ukrainy “Pro fizychnu kulturu i sport”. (1994). Kyiv. 23 p. Available at: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text [in Ukrainian].
10. Zakon Ukrainy “Pro okhoronu dytynstva”. Available at: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2402-14#Text [in Ukrainian].
11. Krutsevych, T., Ishchenko, O., Imas, T. (2014). Motyvatsiia uchniv 6–9 klasiv do urokiv fizychnoi kultury. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia, 2, 68–72. [in Ukrainian].
12. Krutsevych, T., Pangelova, N., Moskalenko, N. (2023). Fizychne vykhovannia v zakladakh osvity: suchasnyi stan i realii siohodennia. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia, 1, 67–77. https://doi.org/10.32540/2071-1476-2023-1-067 [in Ukrainian].
13. Klapuk, V. (2023). Zalezhist rezultativ testuvannia fizychnoho stanu liudyny vid yii samopochuttia, aktyvnosti, nastroiu, reaktyvnoi ta osobystisnoi tryvozhnosti. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia, 1, 40–46. https://doi.org/10.32540/2071-1476-2023-1-040 [in Ukrainian].
14. Melnyk, S., Malimon, O., Kasarda, O., Kuznetsov, V. (2023). Dynamika zmin pokaznykiv fizychnoi ta tekhnichnoi pidhotovlenosti futbolistiv 10–14 rokiv pid vplyvom vprav lehkoi atletyky. Sportyvni ihry, 1(27), 18–30. https://doi.org/10.15391/si.2023-1.02 [in Ukrainian].
15. Prykhodko, V., Tomenko, O., Chernihivska, S. (2022). Osvitni efekty fizychnoi kultury: monohrafiia. Dnipro: Innovatsiia. 528 p. [in Ukrainian].
16. Pangelova, N., Ryzhyk, R. (2024). Fizychnyi stan i mentalne zdorovia khlopchykiv 12–13 rokiv v umovakh voiennoho stanu. Sports Science Spectrum, 1, 97–103. https://doi.org/10.32782/spectrum/2024-1-15 [in Ukrainian].
17. Pangelova, N. Ye. (1994). Metodyka poiednanoho rozvytku fizychnykh zdibnostei ta navchannia tekhnitsi lehkoatletychnykh vprav uchniv serednoho shkilnoho viku: avtoref. dys. … kand. ped. nauk: 13.00.04. Kyiv. 24 p. [in Ukrainian].
18. Chaika, Yu. Yu., Harlinska, A. M., Hordiichuk, S. V., Solodovnyk, O. V., Yumashieva, O. O. (2022). Vplyv lehkoatletychnykh vprav na riven fizychnoi pidhotovlenosti shkoliariv serednoho viku. U: Osnovy pobudovy trenuvalnoho protsesu v tsyklichnykh ta ekstremalnykh vydakh sportu: zb. nauk. pr. [Elektronnyi resurs]. Kharkiv: KhDAFK, Vyp. 6, pp. 116–126. [in Ukrainian].
19. Kharkova, L. R., Omelchenko, T. H. (2024). Vplyv rukhovoi aktyvnosti na psykhoemotsiinyi stan pidlitkiv v umovakh voiennoho stanu. U: Zdorovia natsii i vdoskonalennia fizkulturno-sportyvnoi osvity: materialy IV Mizhnar. nauk.-prakt. konf. (Kharkiv, 25–26 kvit. 2024 r.). Kharkiv, pp. 179–183. [in Ukrainian].
20. Khanikyants, O. V., Rymar, O. V., Konestyapin, V. H. (2020). Udoskonalennia shvydkisno-sylovoi pidhotovky uchniv serednoho shkilnoho viku z priorytetnym vykorystanniam zasobiv lehkoatletychnykh strybkiv. Teoriia ta metodyka navchannia (z haluzei znan), 22(4), 79–83. Available at: http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped_2020_22%284%29__18 [in Ukrainian].

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).29
УДК 37.091.3:005.32:[373.5+796.325]

Саранча М.П.,
ORCID 0000-0002-5609-2966
аспірант кафедри фізичної культури та базової військової підготовки,
Житомирський державний університет імені Івана Франка;
Грибан Г.П.,
ORCID 0000-0002-9049-1485
доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри фізичної культури та базової військової підготовки,
Житомирський державний університет імені Івана Франка

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ УЧНІВ 9–11 КЛАСІВ ДО ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗАСОБАМИ ВОЛЕЙБОЛУ

Мотивація є важливим компонентом навчально-виховного процесу учнів, оскільки визначає рівень бажання та залученості їх до занять фізичною культурою. Мета дослідження полягає в обґрунтуванні та експериментальній перевірці ефективності методики формування мотивації до занять фізичною культурою учнів. Використані методи: аналіз літературних джерел, спостереження, бесіди, анкетування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. Дослідження проведені в ліцеї № 8, міста Житомира в 2023–2025 рр., в якому взяли участь (ЕГ – 26 учнів, КГ – 27 учнів). Підвищення мотивації до занять волейболом у позакласній роботі є складовою частиною навчально-виховної роботи та формою організації гурткової роботи учнів 9–11 класів.

Ключові слова: *мотивація, позакласна робота, учні, вчитель, уроки фізичної культури, гуртки, заклади загальної середньої освіти.*

Sarancha Mykola, Griban Gryhoriy. Formation of motivation of students in grades 9–11 to extra-curricular work in physical culture by the means of volleyball. *Motivation is an important component of the educational process of students, as it determines the level of their desire and involvement in physical culture. Motivation encompasses a variety of factors - from internal aspirations and values to external stimuli and conditions. Increasing motivation for volleyball in extracurricular activities at school is an integral part of educational work and one of the forms of organizing group work for students in grades 9–11. The purpose of the study is to substantiate and experimentally verify the effectiveness of the methodology for forming students' motivation for physical education. Methods used: analysis of literary sources, observations,*

conversations, questionnaires, pedagogical experiment, methods of mathematical statistics. The research was conducted in Lyceum No. 8, Zhytomyr city in 2023–2025, in which (EG – 26 students, CG – 27 students) participated. Assessment of the dynamics of motivation formation for physical exercise during lessons and extracurricular activities of students in grades 9–11 showed a significant increase in the number of students in the experimental group with a high level of motivation for physical education, in particular, for volleyball classes, namely: 34.6% (t = 4.58; P<0.001), while in the control group only 3.7% (t = 1.93; P>0.05). It has been established that systematic, consistent, and purposeful physical education activities outside of class can create a high level of interest, motivation, and positive attitude of students toward physical activity. Students believe that volleyball is an interesting and attractive form of physical activity, has a positive effect on the development of all physical qualities and is an important means of increasing motivation for physical activity.

Keywords: *motivation, extracurricular activities, students, teacher, physical education lessons, clubs, secondary education institutions.*

Постановка проблеми. Інноваційні та інтеграційні процеси, які відбуваються в системі шкільної освіти зумовлюють реформування та оновлення освітніх систем, від ефективної побудови яких залежить не лише якість навчання підростаючого покоління, але й економічне зростання України. Освітня реформа «Нова українська школа» визначила основні освітні галузі, в межах яких формуватимуться ключові компетентності учнів закладів загальної середньої освіти. Особливого значення набуває розвиток в учнів ключової здоров'язбережувальної компетентності шляхом набуття навичок збереження і зміцнення здоров'я та дбайливого ставлення до нього, що відображено у державному стандарті базової і повної загальної середньої освіти. Вирішення цих завдань здійснюється у процесі використання урочної, позаурочних, позакласних та позашкільних форм занять фізичною культурою.

Аналіз літературних джерел. Мотивація охоплює різноманітні чинники – від внутрішніх прагнень і цінностей до зовнішніх стимулів і умов. В учнів мотивація часто змінюється залежно від етапу розвитку особистості, соціальних-психологічних впливів та зовнішніх умов, таких як організація навчального процесу, підтримка з боку батьків та однолітків. Мотивація є важливим компонентом навчально-виховного процесу учнів, оскільки визначає рівень бажання та залученості їх до занять фізичною культурою [5; 12]. У контексті фізичної культури та спорту, мотивація відіграє вирішальну роль у формуванні здорового способу життя, активної участі в заняттях фізичною культурою і спортом та розвитку фізичних, соціальних і фізкультурно-оздоровчих компетенцій учнів [1, с. 29; 2, 4, 7].

Мотивація до занять фізичними вправами учнів формує їх ставлення до рухової активності та бажання включатися в навчальний процес [11, с. 381]. Сучасні дослідження також підкреслюють важливість створення сприятливого, цікавого та різноманітного навчального середовища, яке б відповідало індивідуальним інтересам та потребам учнів [3]. Використання інноваційних педагогічних технологій, таких як ігрові елементи (гейміфікація навчального процесу), інтерактивні вправи, мультимедійні засоби навчання, може зробити заняття більш захоплюючими та стимулювати пізнавальний інтерес учнів до фізичної культури [10, с. 78]. Гейміфікація – це педагогічний підхід, що передбачає використання ігрових методик, в неігрових ситуаціях, набуває все більшої популярності в освітньому процесі. Особливий інтерес викликає застосування гейміфікації для підвищення мотивації та залученості учнів середнього віку в період, що характеризується зниженням навчальної мотивації та пошуком нових форм активності [6, с. 13].

Гейміфікація впливає на підвищення мотивації та залучення учнів до занять фізичною культурою. Застосовуючи метод гейміфікації у навчальному процесі, вчитель використовує різноманітні ігрові стратегії, що сприяють підвищенню інтересу учнів до навчання та формування стійкої мотивації. Гейміфікація навчання передбачає інтеграцію елементів комп'ютерних ігор, соціальних мереж та інших популярних серед учнів цифрових медіа в освітній процес. Це створює комфортне та привабливе навчальне середовище, яке підвищує мотивацію учнів до занять улюбленим видом спорту [6]. Також гейміфікація допомагає створити інтерактивне освітнє середовище та організувати активне навчання, забезпечуючи різноманітні форми діяльності, що підвищує інтерес учнів. Впровадження ігрових елементів та методик може зробити навчання більш цікавим та ефективним. Однак, для успішного застосування гейміфікації необхідний продуманий сюжет уроку, що враховує вікові особливості учнів, навчальні цілі та потенційні ризики [1; 6].

Інтерактивні методи навчання передбачають активну взаємодію між учнями та взаємодію між учнями і вчителем. Вони спрямовані на стимулювання пізнавальної активності, розвиток комунікативних навичок, уміння працювати в команді та обмінюватися думками. Проблемно-пошукові методи, у свою чергу, ставлять учня перед певною проблемою або завданням, для вирішення якого необхідно самостійно шукати інформацію, аналізувати її, висувати гіпотези та знаходити оптимальні шляхи розв'язання [11, с. 381]. Переваги застосування інтерактивних та проблемно-пошукових методів у фізичній культурі є численними, включаючи підвищення мотивації та інтересу, розвиток пізнавальної активності та самостійності, формування ключових компетентностей, покращення розуміння принципів фізичної культури, розвиток творчого мислення та ініціативності, а також формування позитивного емоційного задоволення на заняттях. Активна участь у навчальному процесі, можливість самостійно приймати рішення та бачити результати своєї діяльності значно підвищують інтерес учнів до занять. Проблемно-пошукові методи стимулюють самостійний пошук знань та аналіз інформації. У процесі інтерактивної та проєктної діяльності учні розвивають різноманітні ключові компетентності. Спільна діяльність та позитивні емоції сприяють створенню сприятливого психологічного клімату [8; 10].

Використання сучасних методів підвищення мотивації до занять волейболом у позакласній роботі в школі є складовою частиною навчально-виховної роботи, однією з форм організації фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи учнів 9–11 класів [9]. Мотивація учнів до занять волейболом у гуртках залежить від наявності в них певного арсеналу технічних прийомів з волейболу. Важливою умовою формування мотивації є також включення учня у спортивну діяльність.

Мета дослідження полягає в обґрунтуванні та експериментальній перевірці ефективності методики формування мотивації до занять фізичною культурою в учнів 9–11 класів засобами волейболу під час позакласної роботи.

Концепція дослідження ґрунтується на вивченні ефективності формування мотивації учнів 9–11 класів засобами волейболу. Використані методи: аналіз літературних джерел, спостереження, бесіди, анкетування, методи математичної статистики. Дослідження проведені в ліцеї № 8, міста Житомира в 2023–2025 рр., в якому взяли участь (ЕГ – 26 учнів, КГ – 27 учнів). Експериментальна група займалася волейболом в позаурочний час три рази на тиждень по 2 години за авторською методикою, яка включала в навчально-тренувальний процес систему засобів, прийомів і методів, спрямованих на формування мотивації учнів-волейболістів до тренувальних занять. Методика враховувала вікові особливості учнів, базувалася на принципах поступовості, ігрової та змагальної діяльності волейболістів, індивідуального стилю гри тощо. Упровадження методики враховувало інтереси учнів до фізичного вдосконалення, їхню фізичну та технічну підготовленість, що формувало мотивацію учнів до занять фізичною культурою. Експериментальна група займалася за традиційною навчальною програмою.

Виклад основного матеріалу дослідження. Волейбол, як частина уроків фізичної культури та позакласна робота, сприяє всебічному фізичному розвитку учнів, оскільки поєднує в собі швидкість, координацію, витривалість, швидкісно-силові якості та гнучкість. 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. Ураховуючи популярність волейболу серед учнівської молоді, упровадження його в уроки фізичної культури та позакласну роботу, він є важливим чинником мотивації учнів до рухової активності, підвищення рівня їх зацікавленості у заняттях фізичною культурою, що, у свою чергу, сприяє покращенню їхнього фізичного стану та особистісного розвитку.

Оцінювання ставлення учнів експериментальних груп до занять волейболом здійснювалося шляхом анкетування, що дозволило виділити три рівні мотивації учнів: високий, середній і низький. *Високий рівень* мотивації мають учні, які глибоко усвідомлюють необхідність і потребу занять фізичною культурою та спортом, в них є мета і бажання її досягнення. Для учнів із *середнім рівнем* характерне відчуття обов'язку, інтересу, мотивів і потреб до занять фізичною культурою, проте ставлення до навчально-тренувальних занять є дещо гіршим. Учні з *низьким рівнем* мотивації усвідомлюють важливість занять фізичною культурою і спортом, але не мають позитивної мотивації до занять.

Оцінювання динаміки формування мотивації до занять фізичними вправами під час позаурочної діяльності учнів 9–11 класів показало суттєвий приріст кількості учнів експериментальної групи, що має високий рівень мотивації до фізичної культури, зокрема, до занять з волейболу, а саме: 34,6 % ($t = 4,58$; $P<0,001$), натомість у контрольній групі лише 3,7 % ($t = 1,93$; $P>0,05$). В експериментальній групі також спостерігалося значне зменшення кількості учнів із середнім (з 50,0 % до 38,5 %; $t = 3,27$; $P<0,01$) та низьким (з 34,6 % до 11,5 %; $t = 3,85$; $P<0,001$) рівнями мотивації. У контрольній групі рівень мотивації змінився не суттєво: кількість учнів з високим рівнем мотивації збільшилася на 3,7 % ($t = 1,93$; $P>0,05$), середнім рівнем на 7,5 % ($t = 2,03$; $P>0,05$), а кількість учнів з низьким рівнем мотивації зменшилася на 11,3 % при $t = 2,64$; $P<0,05$ (табл. 1).

Таблиця 1

Динаміка формування мотивації учнів 9–11 класів до занять фізичною культурою засобами волейболу в позаурочний час упродовж формувального педагогічного експерименту

Групи	Рівень мотивації	До експерименту		Після експерименту		Приріст у %	Різниця достовірності	
		кіл. чол.	%	кіл. чол.	%		t	P
ЕГ (26 чол.)	Високий	4	15,4	13	50,0	34,6	4,58	<0,001
	Середній	13	50,0	10	38,5	–11,5	3,27	<0,01
	Низький	9	34,6	3	11,5	–23,1	3,85	<0,001
КГ (27 чол.)	Високий	5	18,5	6	22,2	3,7	1,93	>0,05
	Середній	12	44,4	14	51,9	7,5	2,03	>005
	Низький	10	37,1	7	25,9	–11,2	2,64	<0,05

Окрім того учні експериментальної групи висловлювали свою зацікавленість до участі в спортивних змаганнях у школі, що сприяло згуртованості учнівського колективу і залучало інших учнів до занять фізичними вправами. Заняття волейболом позитивно впливали на емоційний стан учнів, їх згуртованість та підвищення мотивації.

Висновки. Упровадження волейболу до програми з фізичної культури НУШ є важливим кроком до модернізації позакласної роботи та підвищення мотивації учнів 9–11 класів до занять фізичною культурою. Встановлено, що систематична, послідовна і цілеспрямована діяльність з фізичної культури в позаурочний час може сформувати високий рівень інтересу, мотивації та позитивне ставлення учнів до фізичної активності. Учні вважають, що волейбол є цікавим та привабливим видом фізичної активності, позитивно впливає на розвиток всіх фізичних якостей і є важливим засобом підвищення мотивації до рухової активності.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на удосконалення методики організації позакласної роботи з волейболу.

Література

1. Грецький О., Мицкан Б. Формування мотивації до занять спортом. *Наук. часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* 2016. № 8 (78 К). С. 24–29.

2. Грибан Г.П. Методична система фізичного виховання як засіб формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів. *Фізичне виховання та спорт у контексті державної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи: зб. наук. праць.* Вип. 1. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. С. 104–108.

3. Грибан Г.П. Формування мотиваційно-цільового блоку методичної системи фізичного виховання студентів-аграріїв. *Вісник Запорізького національ. у-ту. Педагогічні науки.* 2012. № 2 (18). С. 21–26.

4. Грибан Г.П., Тимошенко О.В. Формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів вищих навчальних закладів. *Фізичне виховання в сучасній школі: науково-методичний журнал.* № 6 (88), 2013. С. 30–34.

5. Дзензелюк Д.О., Грибан Г.П., Денисовець А.П. Аналіз мотиваційних пріоритетів до занять фізичними вправами студентів-аграріїв. *Біологічні дослідження – 2014: зб. наук. праць V Всеукраїнської наук.-практ. конф. молодих вчених і студентів* (4–5 березня 2014 р.). Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. С. 465–467.

6. Лелека В., Гузенко Я. Гейміфікація як інноваційний метод навчання фізичної культури в контексті нової української школи. *Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи.* 2(12). 2024, С. 13–19. DOI: https://doi.org/10.31499/2706-6258.2(12).2024.315000.

7. Матвієнко І. Формування мотивації школярів до занять фізичною культурою та спортом в закладах загальної середньої освіти. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Науково-теоретичний журнал.* 2020. № 3. С. 81–85.

8. Прудніkова М.С. Мотивація до занять спортом на початкових етапах тренування. *Основи побудови тренувального процесу в циклічних та екстремальних видах спорту.* Харків. 2019. № 3. С. 205–208.

9. Саранча М.П., Грибан Г.П. Теоретико-методичні засади залучення учнів до позакласної роботи з фізичної культури в загальноосвітніх школах. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково- педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць.* За ред. О.В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. Випуск 6 (179) 24. С. 206–209. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6(179).38

10. Семенов С.П. Інноваційні технології як засіб підвищення мотивації учнів на уроках фізичної культури. *Інформаційні технології в освіті.* (2). 2024. С. 78–85.

11. Шукатка О.В., Пухир О.В. Формування мотивації до занять фізичною культурою та спортом у молодшому шкільному віці. *Модернізація змісту освіти у підготовці майбутніх професійно-педагогічних фахівців.* Львів. 2023. С. 381–383.

12. Gryban Grygoriy, Romanchuk Sergiy, Romanchuk Victor, Tkachenko Pavlo. (2014). Teaching Students a positive attitude to the educational process of physical training. *Australian Journal of Scientific Research.* No. 2. (6) (July–December). Volume III. “Adelaide University Press”. Adelaide. 2014. P. 884–889.

References

1. Gretsky O., Mytskan B. (2016). De institutione motiva pro ludis. Acta scientifica Universitatis Polytechnicae Nationalis ab M. P. Drahomanova nuncupata. N. 8 (78 K). CUM. 24–29.

2. Griban G.P. (2014). Systema methodologicum educationis physicae pro instrumentis formationis corporis culturae et sanitatis melioris competentiae in alumnis. Physica educatio et lusus in contextu publicae progressionis ad progressionem physicae culturae in Ucraina: experientia, problemata, prospectus: collectio. of scientiarum opera Vol. 1. Zhytomyr: Publica Universitas Publica Domus Zhytomyr. ET. Franko. P. 104-108.

3. Griban G.P. (2012). Institutio motivationalis et meta ordinatis scandali methodologici systematis physicae educationis studentium agriculturae. Nomenclator nationalis Zaporizhzhia. in-ibi paedagogiam. N. 2 (18). CUM. 21–26.

4. Hryban H.P., Tymoshenko O.V. (2013). Institutio physicae educationis et sanitatis melioris competentiae in alumnis institutorum educationis superiorum. Physica institutio in schola moderna: Acta scientifica et emendatiora. N. VI (88). P. 30–34.

5. Dzenzelyuk D.O., Griban G.P., Denisovets A.P. (2014). Analysis prioritatum motivationalium pro physica exercitatione inter studentes agriculturae. Investigatio biologica - 2014: Collectio. of science Processions of the V Conference All-Ucrainian Scientific-Practical. conf. iuvenes docti et discipuli (March 4-5, 2014). Zhytomyr: Publica Universitas Publishing Domus Zhytomyr. ET. Franko. P. 465-467.

6. Leleka V., Guzenko Ya. (2024). Gamification ut porttitor methodus docendi physicam educationem in contextu novae scholae Ucrainae. Problemata psychologica et paedagogica scholae hodiernae. 2 (12). P. 13-19.

7. Matvienko I. (2020). Institutio puerorum ad motivationem puerorum ad educationem physicam et lusum exercendum in institutis secundariis educationis. Theoria ac methodi educationis physicae et ludicrae. Acta scientifica et theorica. No. 3. P. 81-85.

8. Prudnikova M.S. (2019). Causam exercendi in rudimentis disciplinae. Fundamenta aedificandi processus paedagogici in ludis cyclicis et extremis. Kharkiv. No. III. P. 205-208.

9. Sarancha M.P., Hryban H.P. (2024). Principia theorica et methodologica studiosorum in extracurriculares physicas educationis involventium opera in scholis secundariis. Acta scientifica Universitatis Civitatis Ucrainae Mykhailo Dragomanov. Series 15. Quaestiones scientificae et paedagogicae physicae culturae (culturae physicae et ludi): collectio. opera scientifica. Sub editione AT. IN. Tymoshenko Kyiv: Domus Publishing Mykhailo Dragomanov UDU. Part 6 (179) 24. P. 206-209.

10. Semenov S.P. (2024). technologiae innovativae ut instrumentum augendi student motiva in lectionibus physicae educationis. Informationes technologiae in educatione. (2). P. 78–85.

11. Shukatka O.V., Puhyr O.V. (2023). Institutio motivationis ad educationem physicam et lusum in schola prima aetatis. Modernisation of educational content in the formation of future professional and pedagogical specialists. Leopolis. P. 381-383.

12. Gryban Grygoriy, Romanchuk Sergiy, Romanchuk Victor, Tkachenko Pavlo. (2014). Teaching Students, a positive attitude to the educational process of physical training. Australian Journal of Scientific Research. 2014, No. 2. (6) (July–December). Volume III. "Adelaide University Press". Adelaide. P. 884-889.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).30
УДК 796.012.1+8:796.8(477)

Семенів Б. С.,
кандидат педагогічних наук, доцент, в.о. декана факультету суспільного благополуччя та здоров'я людини Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького
ORCID https://orcid.org/0000-0002-8302-1389
Мартин В.Д.,
кандидат педагогічних наук, доцент, в.о. завідувача кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького
ORCID https://orcid.org/0000-0001-6100-4724
Приставський Т.Г.,
старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького
ORCID https://orcid.org/0000-0002-7309-8024
Бабич А.М.,
старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького
ORCID https://orcid.org/0000-0003-3650-449X
Стахів М.М.,
старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та
ORCID https://orcid.org/0000-0003-1154-2035
Коптєв К.Г.,
старший викладач кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації Державного торговельно-економічного університету
ORCID https://orcid.org/0000-0002-2045-8516

УДОСКОНАЛЕННЯ МЕТОДИКИ ПІДВИЩЕННЯ РІВННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СПОРТСМЕНІВ В УКРАЇНСЬКІЙ БОРОТЬБІ НА ПОЯСАХ

У статті розкриваються питання удосконалення методики підвищення рівня технічної підготовленості спортсменів в українській боротьбі на поясах у навчально-тренувальному процесі на етапі підготовки до основних змагань. Основне завдання спортивної підготовки в українській боротьбі на поясах у навчально-тренувальному процесі – підвищення рівня спортивної майстерності шляхом формування умінь та навичок, підвищення рівня спеціальної фізичної підготовленості, що дозволяє ефективно використовувати високий рівень спортивної майстерності спортсмена на різних етапах багаторічної спортивної підготовки у змагальному процесі.

Мета дослідження: *підвищити рівень технічної підготовленості спортсменів в українській боротьбі на поясах на етапі підготовки до основних змагань в умовах навчального закладу.* ***Методи дослідження:*** *узагальнення науково-методичної літератури, вивчення документальних матеріалів із проблеми дослідження; педагогічне тестування для визначення рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості; педагогічний експеримент для оцінювання функціонального стану роботи серцево-судинної системи, рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості спортсменів в українській боротьбі на поясах.* ***Висновки:*** *застосування збільшення інтенсивності удосконалення техніко-тактичних дій боротьби в основній частині заняття у навчально-тренувальному процесі з української боротьби на поясах зумовило зміни у рівні спеціальної фізичної підготовленості спортсменів експериментальної групи – швидкість кидків партнера зросла на 11,2%, перевороти з упору головою в килим на міст та в зворотному напрямку – на 10,7%.*

Ключові слова: *українська боротьба на поясах, спортсмени, дослідження, підготовка, фізична підготовленість, майстерність, заняття, інтенсивність.*

Semeniv Bohdan, Martin Volodymyr, Prystavskyi Taras, Babych Andrew, Stahiv Mykhailo, Koptev Konstantin. ENHANCEMENT OF THE METHODOLOGY FOR INCREASING ATHLETES' TECHNICAL PROFICIENCY IN UKRAINIAN BELT WRESTLING. *The article addresses the improvement of the methodology for enhancing the technical preparedness of athletes in Ukrainian belt wrestling within the training process at the stage of preparation for major competitions. The primary*