

Світлана Калитка,
sv-kalitka@ukr.net
Віктор Ребрина,
estet.direktor@gmail.com
Андрій Бухвал,
buhval83@mail.ru,
Володимир Тарасюк,*
olimp_lpk@ukr.net
*Олександр Грабовський***
sanja2163@mail.ru

Мотивація підлітків до занять спортом

*Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк),
 Луцький педагогічний коледж* (м. Луцьк);
 Ківерцівський медичний коледж** (м. Луцьк)*

Анотація:

Мотивація підлітків до занять фізичною культурою й спортом на сьогодні є однією з найбільш актуальних соціально-педагогічних проблем. Система освіти потребує якісного та інноваційного підходу до потреб людини, формування стійких мотивацій до фізкультурно-спортивної діяльності як важливої складової частини здорового способу життя й позитивної соціальної поведінки. *Завдання статті* – дослідити мотиви, які спонукають підлітків до занять фізичною культурою та спортом. У дослідженні застосовували методи теоретичного аналізу наукової, методичної, спеціальної літератури, узагальнення практичного досвіду з цієї теми та анкетування. У дослідженні взяли участь підлітки 12–16 років (56 дівчат і 43 хлопці), які займаються різними видами спорту. Нами встановлено, що мотивація – один із найважливіших компонентів у процесі організації навчальної діяльності. Підлітки керуються різноманітними мотивами, серед яких найбільш важливі – підвищення рівня фізичної підготовленості у 88,37 та 62,50 % опитаних (для юнаків і дівчат); покращити стан здоров'я – 88,37 та 69,64 %; розвивати фізичні якості – 86,05 і 62,50 %; отримувати задоволення від

Светлана Калитка, Виктор Ребрина, Андрей Бухвал, Владимир Тарасюк, Александр Грабовский. **Мотивация подростков к занятиям физической культурой и спортом.** Мотивация подростков к занятиям физической культурой и спортом на сегодня является одной из наиболее актуальных социально-педагогических проблем. Система образования нуждается в качественном и инновационном подходе к потребностям человека, формирования устойчивых мотиваций к физкультурно-спортивной деятельности как важной составляющей здорового образа жизни и позитивного социального поведения. Задачи исследования – исследовать мотивы, побуждающие подростков к занятиям физической культурой и спортом. В исследовании применяли методы теоретического анализа научной, методической, специальной литературы, обобщение практического опыта по данной теме и анкетирование. В исследовании приняли участие подростки 12–16 лет (56 девушек и 43 юноши), которые занимаются различными видами спорта. Нами установлено, что мотивация является одним из важнейших компонентов в процессе организации учебной деятельности. Подростки руководствуются различными мотивами, среди которых наиболее важными являются повышение уровня физической подготовленности – 88,3 и 62,50 % опрошенных (для юношей и девушек, соответственно); улучшить состояние здоровья – 88,3 и 69,64 %;

Svitlana Kalytka, Viktor Rebryna, Andrii Bukhval, Volodymyr Tarasiuk*, Oleksandr Hrabovskyi. **Teenagers' Motivation to Sports Practicing.** Nowadays teenagers' motivation to physical culture and sports practicing is one of the most topical socio-pedagogical problems. Educational system requires qualitative and innovative approach to human needs, formation of stable motivation to sports-recreational activity as an important component of healthy lifestyle and positive social behavior. Objective of the research is to study the motives that prompt teenagers to physical culture and sports practicing. In the study we have applied the methods of theoretical analysis of scientific, methodological, special literature, generalization of practical experience on the topic and questioning. Teenagers aged 12–16 (56 girls and 43 boys) who practice various kinds of sport took part in the study. We have found out that one of the most important components in the process of organization of educational activity is motivation. Teenagers are led by various motives, among them the most important one is increasing the level of physical preparedness among 88,37 % and 62,50 % of the questioned (for boys and girls accordingly); health condition improvement – 88,37 % and 69,64 %; physical qualities development – 86,05 % and 62,50 %; finding

рухової активності – 74,42 та 46,43; отримувати гармонійність тілобудови – 67,44 й 35,71 %. Достатньо високий рівень спортивної мотивації в опитаних нами підлітків, про що свідчить бажання брати участь у змаганнях 67,44 і 55,36 % (для юнаків і дівчат); досягти високих результатів у спорті – 62,79 та 60,71 %; стати чемпіоном області – 60,47 та 33,93 %; стати чемпіоном України – 62,79 і 57,14 %; стати чемпіоном світу, Олімпійських ігор – 60,4 й 58,93 %; навчитися виховувати вольові якості – 65,12 та 60,71 %, що є необхідною передумовою самоствердження й досягнення поставленої мети.

Ключові слова:

підлітки, мотивація, фізична культура, спорт, попередня базова підготовка.

развивать физические качества – 86,0 и 62,50 %; получают удовольствие от двигательной активности – 74,4 и 46,43 %; получают гармонию телосложения – 67,4 и 35,71 %. Достаточно высокий уровень спортивной мотивации у опрошенных нами подростков, о чем свидетельствует желание принимать участие в соревнованиях 67,4 и 55,36 % (для юношей и девушек); достичь высоких результатов в спорте – 62,7 и 60,71 %; стать чемпионом области – 60,4 и 33,93 %; стать чемпионом Украины – 62,7 и 57,14 %; стать чемпионом мира, Олимпийских игр – 60,4 и 58,93 %; научиться воспитывать волевые качества – 65,1 и 60,71 %, что является необходимым условием самоутверждения и достижения поставленной цели.

подростки, мотивация, физическая культура, спорт, предварительная базовая подготовка

pleasure in motor activity – 74,42 % and 46,43 %; obtaining of body built harmony – 67,44 % and 35,71 %. The questioned teenagers have pretty high level of sports motivation which is proved by desire to participate in competitions – 67,44 % and 55,36 % (for boys and girls accordingly); reaching high results in sport – 62,79 % and 60,71 %; becoming a champion of a region – 60,47 % and 33,93 %; becoming a champion of Ukraine – 62,79 % and 57,14 %; becoming a world champion, the Olympic Games champion – 60,4 % and 58,93 %; learn will qualities training – 65,12 % and 60,71 % which are a necessary precondition of self-affirmation and reaching the set aim.

teenagers, motivation, physical culture, sport, prior basic preparation.

Вступ. Упродовж останніх років однією з найбільш актуальних соціально-педагогічних проблем є ставлення підлітків до занять фізичною культурою й спортом. Численні дослідження вказують на те, що фізична діяльність не є для підлітків необхідністю. Причина цього – різке зростання технічного прогресу, особливості сучасних умов життя, збільшення навчального навантаження, інтенсивне зростання обсягів інформації, а також недостатній рівень інформації про здоровий спосіб життя та стан особистого здоров'я [2; 3; 6]. Система освіти потребує якісного й інноваційного підходу до потреб людини, формування стійких мотивацій до фізкультурно-спортивної діяльності як важливого складника здорового способу життя та позитивної соціальної поведінки [1; 4; 5]. Тому дослідження мотиваційної сфери підлітків до занять фізичною культурою й спортом є актуальним.

Вивчення мотивів, які активізують прагнення підлітків до систематичних занять фізичною культурою та спортом, – одна з важливих педагогічних проблем у фізичному вихованні, оскільки мотиви мають вирішальне значення в поведінці й стимуляції активної діяльності.

Мотивація – процес формування та обґрунтування намірів що-небудь зробити або не зробити. Мотив – це внутрішній стан особистості, яка визначає й спрямовує її дії в кожен момент часу. Мотиви, зазвичай, розділяються на соціально значимі, особистісно значимі та професійно значимі, позитивні й негативні, які визначаються знаннями, переконаннями, установками, інтересами та потребами. [1; 3; 6; 8]

Структура мотивації в освіті складає ієрархічну модель класифікації мотивів, яка часто використовується й запропонована американським психологом А. Маслоу [4] – фізіологічні потреби, потреби в безпеці, у соціальних зв'язках, самоповазі, самоактуалізації. Вищевказані види мотивів у різних їх поєднаннях можуть бути наявні у фізкультурно-спортивній діяльності та сприяти усвідомленому й ефективному розвитку особистості підлітків, при вмілому творчому підході викладача чи тренера до цієї діяльності.

Мотивація до фізичної активності – особливий стан особистості, який спрямований на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності [8].

Процес формування інтересу до занять фізичною культурою й спортом – це не одномоментний, а багатоступінчастий процес: від перших елементарних гігієнічних знань і навичок (у дитячому віці) до глибоких психофізіологічних знань теорії і методики фізичного виховання й інтенсивних занять спортом [9].

У теорії та методиці фізичного виховання, педагогіці та педагогічній психології з'явилось багато наукових робіт щодо мотивації навчального процесу, визначення зовнішніх і внутрішніх факторів, які впливають на формування мотивації підлітків до фізкультурно-спортивної діяльності [1; 3; 5].

О. О. Бойко [1] вивчала аспекти впливу мотиваційних складових частин на підвищення ефективності занять із фізичної культури, серед яких основним компонентом мотивації автором виділено інтереси, формування яких, особливо у підлітковому віці, у школярів відбувається перехід від природної потреби в рухах в усвідомлену необхідність занять фізичними вправами.

Будь-який мотив є усвідомленою потребою, виникає на її основі. У зв'язку з цим треба детально розглянути основні потреби, що впливають із мотивів до фізичної активності. А. Ц. Пуні розглядає три групи подібних мотивів: потреби в русі, у виконанні обов'язків учня, реалізації спортивної діяльності [7].

І. С. Сирвачева [9] виділяє внутрішню (активний інтерес до занять фізичними вправами) і зовнішню (стосовно учня) мотивацію діяльності, у тому числі й фізкультурно-спортивної. Зовнішня мотивація виникає за умови відповідності цілей і мотивів можливостям учнів. Внутрішня мотивація виникає при успішній реалізації мотивів та цілей, виникненні в підлітків натхнення, бажання займатися, інтересу до самостійних занять, а також тоді, коли під час занять вони відчують задоволення від самого процесу, умов занять (відносин) із педагогом, тренером, товаришами по групі.

Однак серед доступних нам дослідницьких матеріалів, на жаль, недостатньо тих, що стосуються особливостей формування мотивації, мотиваційних пріоритетів у підлітків до занять спортом.

Завдання дослідження – дослідити мотиви, які спонукають підлітків до занять спортом.

Матеріал і методи дослідження. У дослідженні застосовували методи теоретичного аналізу наукової, методичної, спеціальної літератури, узагальнення практичного досвіду щодо цієї теми. Для виявлення основних мотивів, які спонукають підлітків до занять спортом, проведено анкетування (за В. Г. Григоренко, Є. П. Ільїним) [2; 3; 5]. Анкета включала 18 запитань.

У дослідженні взяли участь підлітки 13–16 років (56 дівчат і 43 юнаки) – учні ДЮСШ м. Луцька, які займаються різними видами спорту (волейбол – 15 юнаків та 22 дівчини, бокс і кікбоксинг – 10 юнаків та дев'ять дівчат, легка атлетика – вісім юнаків і 10 дівчат, карате – 10 юнаків та гімнастика – 15 дівчат), на етапі попередньої базової підготовки (стаж занять – 2–3 роки).

Результати дослідження. Дискусія. Аналіз сучасних наукових досліджень дав підставу виділити основні мотиви підлітків до занять фізичною культурою й спортом [2; 6; 7; 9].

1. Зміцнення здоров'я та профілактика захворювань. Найбільш сильною мотивацією самостійних занять фізичними вправами, безумовно, є можливість зміцнення здоров'я й профілактика захворювань. Сприятливий вплив на організм фізичних вправ відомий дуже давно та не викликає сумнівів. На сьогодні його можна розглядати у двох взаємозалежних напрямках: формування здорового способу життя й зменшення вірогідності захворювань; лікувальний вплив фізичних вправ при багатьох видах хвороб.

2. Підвищення працездатності. Тривалі психологічні дослідження поведінки людини при виконанні роботи показали, що зниження продуктивності праці відбувається внаслідок її монотонності, одноманітності. Безперервне виконання розумової діяльності призводить до зниження відсотка сприйняття інформації, до більшого числа професійних помилок. Короткочасне виконання спеціальних фізичних вправ для м'язів усього тіла й зорового апарату значно підвищує ефективність релаксації, ніж пасивний відпочинок.

3. Задоволення від самого процесу занять фізичними вправами. У процесі занять фізичними вправами в організмі людини відбуваються зміни діяльності всіх систем, насамперед серцево-судинної й дихальної. Певні види фізичних вправ – незамінний засіб їх розрядки та нейтралізації негативних емоцій. Задоволення від тренувальної роботи пов'язане з виділенням гормонів надниркових залоз – адреналіну й норадреналіну.

4. Спортивна мотивація. Цей вид мотивації ґрунтується на прагненні людини покращити власні спортивні досягнення. Уся історія людства, процес еволюції будувалися на дусі суперництва, на змагальному дусі взаємин. Прагнення досягти певного рівня, перегнати у своїх спортивних досягненнях суперника є одним із потужних регуляторів.

5. Естетична мотивація. Суть естетичної мотивації полягає в дотриманні моди на здоров'я, гармонійне людське тіло. Вона досить часто присутня там, де займаються аеробікою, атлетичною гімнастикою, системою йоги тощо. Зазвичай, естетична мотивація не має довгострокової спрямованості на конкретні напрями й види спорту.

6. Прагнення до спілкування. Самостійні заняття фізичними вправами з групою, наприклад у клубах за інтересами (оздоровчий біг, туризм, велоспорт), були однією з головних мотивацій у нашій країні більше десяти років, тому й носили масовий характер. Нині ситуація дещо змінилася. Ця мотивація не має настільки дієвого ефекту.

7. Прагнення пізнати свій організм, можливості. Ця мотивація багато в чому близька до спортивної мотивації, але не повністю аналогічна їй. Якщо спортивна мотивація – це суперництво між спортсменами, то цей вид мотивації заснований на бажанні перемогти себе, свої лінощі. Така мотивація полягає в бажанні максимально використовувати фізичні можливості свого організму, покращити свій фізичний стан, підвищити фізичну підготовленість.

8. Мотивація творчості, виховання й зміцнення сім'ї. Наступна складова частина самостійних занять фізичними вправами – група мотивацій. Фізичні вправи дають практично необмежені можливості для вдосконалення в різних напрямках, у тому числі й у зміцненні сім'ї. Вони відіграють величезну роль у справі виховання дітей: фактично через них проходить передача життєвого досвіду з покоління в покоління.

9. Випадкові мотивації. До них належать усі інші мотивації, що мають вузьку специфічну спрямованість. Найчастіше трапляється приклад випадкової мотивації зайнятися фізичними вправами – це бажання скинути зайву вагу й схуднути.

Поряд із позитивними на фізкультурно-спортивній активності позначаються й «негативні» мотивації. Основними факторами є домашня зайнятість, особливості характеру, професійної діяльності, відсутність компанії для занять, місця занять поруч із будинком, погане самопочуття та ін. [9].

Результати дослідження мотивів занять підлітків спортом показали, що найважливіше для них, особливо для юнаків, підвищити рівень фізичної підготовленості – 88,37 і 62,50 % опитаних (для юнаків та дівчат), покращити стан здоров'я – 88,37 і 69,64 %, розвивати фізичні якості – 86,05 та 62,50 %, отримувати задоволення від рухової активності – 74,42 й 46,43 %, отримувати гармонійність тілобудови – 67,44 та 35,71 %, нормалізувати масу тіла – 46,51 й 33,93 %, отримувати розрядку після розумового навантаження – 58,14 та 33,93 %, що вказує на прагнення задовольнити потреби підвищення працездатності й фізичної підготовленості, зміцнення здоров'я та профілактики захворювань, отримувати задоволення від самого процесу занять фізичними вправами (табл. 1).

Таблиця 1

Результати дослідження мотивації підлітків до занять спортом

Мотив	Види спорту									
	волейбол		бокс, кікбоксинг		легка атлетика		карате	гімнастика	усього	
	юнаки n=15	дівч. n=22	юнаки n=10	дівч. n=9	юнаки n=8	дівч. n=10	юнаки n=10	дівч. n=15	юнаки n=43	дівч. n=56
Отримати залік, гарну оцінку	2	0	3	0	2	3	9	1	16	4
Підвищити рівень фізичної підготовленості	12	13	10	7	6	7	10	8	38	35
Отримати задоволення від рухової активності	13	12	3	4	7	9	9	1	32	26
Покращити стан здоров'я	13	10	9	8	8	9	8	12	38	39
Отримати гармонійність тілобудови	8	6	5	3	6	8	10	3	29	20
Нормалізувати масу тіла	6	1	4	3	3	9	7	6	20	19
Навчитися нових вправ	4	3	6	5	2	4	5	4	17	16
Отримати консультацію для самостійних занять фізичними вправами	1	1	0	0	1	1	4	0	6	2
Отримати розрядку після розумового навантаження	9	3	1	2	7	9	8	5	25	19
Розвивати фізичні якості	11	15	9	7	8	10	9	3	37	35
Брати участь у змаганнях	11	11	6	8	7	9	5	2	29	31
Досягти високих результатів у спорті	12	19	7	6	6	8	2	1	27	34
Стати чемпіоном області	10	5	7	4	7	9	2	1	26	19
Стати чемпіоном України	14	18	8	5	6	8	1	1	27	32
Стати чемпіоном світу, Олімпійських ігор	12	18	9	5	5	7	0	3	26	33
Отримувати фінансову винагороду	7	1	2	2	3	5	0	1	12	9

Закінчення таблиці 1

Покращити матеріальний стан	6	2	1	0	4	7	0	1	11	10
Навчитися виховувати вольові якості	7	13	5	9	7	8	9	4	28	34

Достатньо високий рівень спортивної мотивації в опитаних нами підлітків, про що свідчить бажання брати участь у змаганнях, – 67,44 і 55,36 % (для юнаків та дівчат); досягти високих результатів у спорті – 62,79 та 60,71 %, стати чемпіоном області – 60,47 і 33,93 %, стати чемпіоном України – 62,79 та 57,14 %, стати чемпіоном світу, Олімпійських ігор – 60,4 й 58,93 %, навчитися виховувати вольові якості – 65,12 та 60,71 %, що є необхідною передумовою самоствердження й досягнення поставленої мети. Для дівчат спортивна мотивація виявилася найважливішою серед інших, що, можливо, пов'язано з більш раннім статевим дозріванням та становленням характеру, цілеспрямованістю й потребою самореалізації.

Значно нижчий рівень мотивації, особливо в дівчат, пов'язаний із пізнавальною діяльністю та отриманням винагороди й прибутку, а саме: навчитися нових вправ – 39,53 і 28,57 %; отримати консультацію для самостійних занять фізичними вправами – 13,95 та 3,57 %; отримати залік, гарну оцінку – 32,21 та 7,14 %, отримувати фінансову винагороду – 27,91 й 16,07 %; покращити матеріальний стан – 25,58 та 17,86 %.

Наші дослідження підтверджують результати ряду авторів [1; 3; 5] щодо мотивації підлітків до занять фізичною культурою й спортом, серед яких – покращення стану здоров'я, розвиток фізичних якостей, удосконалення форм тіла та досягнення високих спортивних результатів. Водночас визначений нами значно вищий рівень мотивації підлітків до занять спортом, на нашу думку, пов'язаний зі стажем тренування 2–3 роки, що відповідає етапу попередньої базової підготовки.

Висновки. Мотивація – один із найважливіших компонентів у процесі організації навчальної діяльності. Підлітки керуються різноманітними мотивами, серед яких найбільш важливими є підвищення рівня фізичної підготовленості – 88,37 та 62,50 % опитаних (для юнаків і дівчат), покращити стан здоров'я – 88,37 та 69,64 %, розвивати фізичні якості – 86,05 і 62,50 %, отримувати задоволення від рухової активності 74,42 та 46,43 %, отримувати гармонійність тіла будови – 67,44 й 35,71 %.

Достатньо високий рівень спортивної мотивації в опитаних нами підлітків, про що свідчить бажання брати участь у змаганнях – 67,44 й 55,36 % (для юнаків і дівчат); досягти високих результатів у спорті 62,79 та 60,71 %, стати чемпіоном області 60,47 і 33,93 %, України – 62,79 та 57,14 %, чемпіоном світу, Олімпійських ігор – 60,4 й 58,93 %, навчитися виховувати вольові якості – 65,12 та 60,71 %, що є необхідною передумовою самоствердження й досягнення поставленої мети.

Отже, на етапі попередньої базової підготовки в підлітків виникає стійкий інтерес до обраного виду спорту, що характерно для учнів спортивної школи. Метою занять стає не лише отримання задоволення від процесу, але й досягнення високих результатів. У підлітків 13–16 років мотиви систематично займатися спортом обумовлені становленням характеру та утвердженням себе в суспільстві. У них відзначено переважання двох основних мотивів занять спортом: це прагнення покращити власні фізичні можливості й досягти високих спортивних результатів.

Перспективи подальших досліджень. Процес формування мотивації підлітків нерозривно пов'язаний зі специфічними психологічними характеристиками, рівнем фізичної підготовленості та спортивним результатом, що й буде нами досліджуватись у перспективі.

Джерела та література

1. Бойко О. Теоретичні аспекти впливу мотиваційних складових на підвищення ефективності занять із фізичної культури / О. Бойко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту. ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т. ім. Лесі Українки, 2013. – № 1 (21). – С. 94–98.

2. Біліченко О. О. Особливості мотивації до занять з фізичного виховання у студентів / О. О. Біліченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 5. – С. 3–5.

References

1. Boyko, O. (2013). Teoretychni perspektyvy motyvatsiynykh skladovykh na pidvyshchennia efektyvnosti zanyat iz fizychnoi kultury [Theoretical perspectives of influence of motivational components on increasing the effectiveness of physical culture trainings]. *Fizychna vykhovannia, sport i kultura zdorovya u suchasnomu suspilstvi*, 1 (21), 94–98.

2. Bilichenko, O. O. (2011). Osoblyvosti motyvatsii do zanyat z fizychnoho vykhovannia u studentiv [Peculiarities of motivation to physical education classes among students]. *Pedahohika, psykhohohiya ta medyko-biologichni problem fizychnoho vykhovannia i sportu*, 5, 3–5.

3. Горшкова Н. Б. Мотивація школярів до занять фізичною культурою і спортом / Н. Б. Горшкова // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту, 2005. – № 6–7. – С. 130–133.
4. Маслоу А. Г. Мотивація і личність / А. Г. Маслоу. – СПб. : Евразія, 1999. – 478 с.
5. Переверзеєва С. Определение факторов мотивации старшеклассников к занятиям физической культурой и спортом / С. Переверзеєва, Т. Андрианов, Т. Дронникова, Е. Дронникова // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту. ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т. ім. Лесі Українки, 2012. – № 2 (18). – С. 188–191.
6. Пристинський В. М. Взаємозв'язок пізнавальної активності та розвитку мотивації до занять фізичною культурою в навчально-виховному процесі загальноосвітніх шкіл / В. М. Пристинський, Н. О. Курисько, Т. М. Пристинська, О. І. Григоренко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. проф. С. С. Єрмакова – Х. : ХДАДМ (ХХІІ), 2008. – № 6. – С. 59–63.
7. Пуні А.Ц. Психологія фізичного виховання і спорту : навч. посіб. для ІФК / А. Ц. Пуні. – М., 1979. – С. 117.
8. Раевский Р. Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский / под. общ. ред. Р. Т. Раевского. – Одесса : Наука и техника, 2008. – 556 с.
9. Сирвачева, И.С. Мотивация самостоятельных занятий физическими упражнениями / И. С. Сирвачева // Физическая культура, здоровье: проблемы, перспективы, технологии : материалы реч. науч. конф. / ДВГУ. – Владивосток, 2003. – С. 108–111.
3. Horshkova, N. B. (2005). Motyvatsiya shkoliariv do zanyat fizychnoyu kulturoyu i sportom [Motivation of pupils to physical culture and sport practicing]. *Aktualni problem fizychnoi kultury i sportu*, 6-7, 130–133.
4. Maslou, A. G. (1999). *Motivatsiya i lichnost* [Motivation and personality]. Saint Petersburg.
5. Pereverzeva, S., Andrianov, T., Dronnikova, Dronnikova, E. (2012). Opredelenie faktorov motivatsii starsheklassnikov k zaniatiam fizicheskoy kulturoy i sportom [Definition of the motivational factors of senior pupils to physical culture and sport practicing]. *Fizychno vykhovannia, sport i kultura zdorovya u suchasnomu suspilstvi*, 2 (18), 188–191.
6. Prystynskiy, V. M., Kurysko, N. O., Prystynska, T. M., Hryhorenko, O. I. (2008). Vzayemozvyazok piznavalnoi aktyvnosti ta rozvytku motyvatsii do zanyat fizychnoyu kulturoyu v navchalno-vykhovnomu protsesi zahalnoosvitnikh shkil [Interconnection of cognitive activity and development of motivation of physical culture classes in educational process of general schools]. *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biologichni problem fizychnoho vykhovannia i sportu*, 6, 59–63.
7. Puni, A. T. (1979). *Psykholohiya fizychnoho vykhovannia i sportu: navchalnyi posibnyk dlya IFK* [Psychology of physical education and sport: manual for Institute of physical education]. Moscow.
8. Raevskiy, R. T., Kanishevskiy, S. M. (2008). *Zdorovyie, zdorovyi i ozdorovitelnyi obraz zhizni studentov* [Health, healthy and health-improving lifestyle of students]. Odessa: Nauka i tehnika.
9. Sirvacheva, I. S. (2003). Motivatsiya samostoyatelnykh zanyatiy fizicheskimi uprazhneniyami [Motivation of independent physical exercises practicing]. *Fizicheskaya kultura, zdorovyie: problem, perspektivy, tehnologii*, 108–111.

Інформація про авторів:

Калитка Світлана ; <http://orcid.org/0000-0001-5446-2743>; sv-kalitka@ukr.net; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки; вул. Винниченка, 30, м. Луцьк, 43025, Україна.

Ребрина Віктор; <http://orcid.org/0000-0002-1965-9177>; estet.direktor@gmail.com; Волинський боксерський клуб Олімпійського резерву, Відродження 22А, м. Луцьк, 43000, Україна.

Бухвал Андрій; <http://orcid.org/0000-0002-0909-3755>; buhval83@mail.ru; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки; вул. Винниченка, 30, м. Луцьк, 43025, Україна.

Тарасюк Володимир; <http://orcid.org/0000-0002-0939-4515>; olimp_lpk@ukr.net; Луцький педагогічний коледж; просп. Волі 36, м. Луцьк, 43000, Україна.

Грабовський Олександр; <http://orcid.org/0000-0003-2980-1381>; sanja2163@mail.ru; Ківерцівський медичний коледж, вул. Київська, 4, м. Ківерці, Волинська обл., 45200, Україна.

Information about the Authors:

Kalytka Svitlana; <http://orcid.org/0000-0001-5446-2743>; sv-kalitka@ukr.net; Lesya Ukrainka Eastern European National University; 30 Vynnychenka Street, Lutsk, 43025, Ukraine.

Rebryna Victor; <http://orcid.org/0000-0002-1965-9177>; estet.direktor@gmail.com; Volyn Boxing Club of Olympic Reserve, 22A Vidrodzhenia Street, Lutsk, 43000, Ukraine.

Bukhval Andrii; <http://orcid.org/0000-0002-0909-3755>; buhval83@mail.ru; Lesya Ukrainka Eastern European National University, 30 Vynnychenka Street, Lutsk, 43025, Ukraine.

Tarasiuk Volodymyr; <http://orcid.org/0000-0002-0939-4515>; olimp_lpk@ukr.net; Lutsk Pedagogical College, 36 Voli Street, Lutsk, 43000, Ukraine.

Hrabowskyi Oleksandr; <http://orcid.org/0000-0003-2980-1381>; sanja2163@mail.ru; Kivertsi Medical College, 4 Kyivska Street, Kivertsi, 45200, Volyn region, Ukraine.

Стаття надійшла до редакції 22.02.2016 р.