

УДК 796.011.3-053.5

Мазур В. А.

Кам'янець-Подільський національний університет ім. Івана Огієнка

## ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІВЧАТ, ЯКІ Є УЧЕНИЦЯМИ 5–9 КЛАСІВ І ЗА СТАНОМ ЗДОРОВ'Я ВІДНЕСЕНІ ДО СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

**Анотація.** Вивчали деякі показники, що характеризують фізичну підготовленість дівчат 10–15 років, які займаються фізичним вихованням у загальноосвітньому навчальному закладі за програмою для спеціальної медичної групи. Використовуючи комплекс адекватних методів одержали дані, які свідчать про те, що в кожному віці в дівчат з різною нозологією значення деяких показників між собою суттєво відрізняються. Одержані дані засвідчують необхідність їх урахування, передусім під час оцінювання показників фізичної підготовленості в кожній досліджуваній вибірці учениць основної школи для підвищення їх мотивації до здійснення фізичної активності у позаурочній та позашкільній діяльності.

**Ключові слова:** спеціальна медична група, дівчата, основна школа, фізична підготовленість.

**Вступ.** Ефективність вирішення завдань фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів (ЗНЗ) значною мірою визначається якістю організаційного, методичного забезпечення як цього процесу, так і відпочинку дітей у позанавчальний час [1; 10]. Провідною, передусім в останньому випадку є систематична фізична активність із оптимальним параметрами, оскільки сприяє успішному вирішенню оздоровчих і розвивальних завдань [7].

Зазначене повністю стосується учнів 5–9 класів, які за станом здоров'я віднесені в ЗНЗ до спеціальної медичної групи (СМГ) [2]. При цьому відзначимо, що їхню фізичну активність забезпечують, насамперед уроки фізичної культури, які згідно змісту чинної програми [14] реалізуються двічі на тиждень. Проте така кількість, навіть за умови оптимальних параметрів фізичних навантажень, не забезпечує досягнення оздоровчого ефекту [18].

Означена проблема поглиблюється тим, що створений дефіцит добової норми фізичної активності учні не надолужують у позанавчальній діяльності, оскільки: з 1565 підлітків, незалежно від їх приналежності до певної медичної групи, таку активність здійснює лише 14%, а обмежуються формами фізичного виховання в режимі ЗНЗ 50% [3]. Додатково відзначимо, що участь у позаурочних, а тим більше позашкільних формах фізичного виховання є виключно добровільним, тобто реалізація фізичної активності у таких формах передбачає сформовану в учня позитивну мотивацію [17; 19]. Крім цього необхідно враховувати, що в позанавчальній діяльності учні виявляють інтерес до різних видів діяльності і, що дуже важливо, переважна більшість останніх не пов'язана з фізичною активністю.

Узагальнюючи відзначаємо, що формування та посилення в подальшому мотивації дітей до фізичної активності, передусім у позанавчальній діяльності, належить до надзвичайно важливих і актуальних завдань сучасної теорії і методики фізичного виховання. Водночас необхідно відзначити відсутність досліджень, спрямованих на формування у процесі фізичного виховання в ЗНЗ мотивації дітей, які за станом здоров'я віднесені до СМГ.

Подальший аналіз літературних джерел засвідчив, що певній допомозі у проектуванні технологій і методик означеної спрямованості можуть сприяти концептуальні ідеї та положення вдосконалення системи фізичного виховання учнів ЗНЗ, які за станом здоров'я віднесені до основної медичної групи. Зокрема це стосується положень теорії самовизначення [16], концепції суспільної освіти в питаннях фізично активного способу життя [20], реалізації інноваційних технологій [13], управління фізичним станом [8] дітей і підлітків у процесі фізичного виховання. При цьому фундаментальні дослідження мотивації [5; 6; 15] свідчать, що важливе місце в її формуванні посідають не лише мотиви, але й ситуативні чинники. Одним із важливих поміж останніх є оцінювання досягнень учнів [12], оскільки в педагогічному процесі відіграє не тільки контролюючу, але й виховну і стимулювальну функції [11]. Водночас цими авторами зазначається, що означену функцію оцінка може виконати лише у випадку, коли буде відповідати критеріям систематичності, об'єктивності, різнобічності, диференційованого й індивідуального характеру. У випадку СМГ зазначене повинно бути обов'язковим, оскільки відмінності учнів щодо захворювань та особливості функціонування органів і систем, характерні для кожного з них, призводять до розбіжностей у вияві показників, їх динаміки, а значить і під час оцінювання досягнення таких учнів.

Реалізація зазначеного підходу сприятиме, крім вирішення інших важливих завдань, також посиленню мотивації до занять фізичними вправами в різних формах. Іншими словами, оцінювання досягнень учнів СМГ повинно відбуватися з урахуванням особливостей приросту показників, якими відзначається учень з певним захворюванням, а не з позиції відповідності одержаних даних нормативним оцінкам [1]. Це сприятиме підвищенню заниженої самооцінки своїх можливостей, бажання здійснювати фізичну активність у різних формах, у тому числі в позанавчальній діяльності [4].

Ураховуючи вищезазначене можна констатувати необхідність проведення досліджень, спрямованих на вивчення особливостей фізичної підготовленості учнів основної школи, віднесених до СМГ, для формування в подальшому залежно від статі й віку норм, що



будуть для них орієнтиром і мотивуватимуть для реалізації фізичної активності.

Роботу виконано згідно Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2006–2010 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 3.1.1 «Теоретико-методичні та програмно-нормативні основи фізичного виховання учнів та студентів» (номер державної реєстрації 0107U000771) та плану науково-дослідної роботи факультету фізичного виховання Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника на 2011–2015 рр.

**Мета дослідження:** встановити особливості фізичної підготовленості дівчат, які є ученицями 5–9 класів і за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи із різними групами захворювань.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати за даними літературних джерел стан розв'язання досліджуваної проблеми на сучасному етапі.

2. Визначити адекватні методи дослідження.

3. Вивчити особливості вияву показників фізичної підготовленості дівчат, які є ученицями 5–9 класів за станом здоров'я віднесені до СМГ із захворюваннями серцево-судинної системи та опорно-рухового апарату.

**Матеріал і методи дослідження.** Для досягнення поставленої мети використовували такі методи до-

слідження: загальнонаукові (аналіз, систематизацію, узагальнення даних літературних джерел), педагогічні (констатувальний експеримент, тестування), математичні статистики. Організація дослідження передбачала проведення на початку навчального року педагогічного тестування 164-х дівчат, які були ученицями 5–9 класів ЗНЗ і за станом здоров'я віднесені до СМГ із різними групами захворювання. Щодо вибору тестів для оцінювання фізичної підготовленості, то всі використані нами узгоджувалися з даними спеціальної літератури [4], тобто виконання цих тестів не було протипоказане жодній учениці.

**Результати дослідження та їх обговорення.**

На початку навчального року у дівчат із захворюванням серцево-судинної системи (ССС), які розпочали навчання у п'ятому класі (10–11 років), показник рухливості плечових суглобів становив  $68,7 \pm 0,68$  см, у 11–12 років –  $68,6 \pm 0,64$ , 12–13 років –  $70 \pm 0,53$ , 13–14 років –  $76,3 \pm 0,86$ , 14–15 років –  $75,3 \pm 0,92$  (табл. 1). Іншими словами, протягом досліджуваного періоду рухливість у плечових суглобах таких дівчат із віком погіршувалася так, що в кінці була значно ( $p < 0,05$ ) гіршою порівняно з початком такого періоду, особливо починаючи з восьмого класу (13–14 років).

Вияв означеної фізичної якості, але встановлений у дівчат із захворюванням опорно-рухового апарату (ОРА), відзначався такими особливостями: у 10–11 років значення показника становило  $69,6 \pm 0,74$  см,

Таблиця 1

**Значення показників фізичної підготовленості дівчат 5–9 класів, віднесених до спеціальної медичної групи**

Показник фізичної підготовленості	Вік, років									
	10-11		11-12		12-13		13-14		14-15	
	$\bar{X}$	m	$\bar{X}$	m	$\bar{X}$	m	$\bar{X}$	m	$\bar{X}$	m
<b>Вибірка із захворюваннями ССС</b>										
Викрут мірної лінійки за спину, см	68,7	0,68	68,58	0,64	70,0	0,53	76,32	0,86	75,25	0,92
Стрибок у довжину з місця, см	129,04	0,72	131,51	0,80	134,71	1,02	139,46	0,79	140,51	0,87
Нахил уперед сидячи, см	3,2	0,62	3,11	0,80	1,64	0,82	2,46	0,71	3,47	0,76
Динамометрія кисті провідної руки, кг	13,4	0,22	15,36	0,27	18,33	0,51	21,33	0,32	23,49	0,23
Проба Ромберга	23,3	1,94	33,55	1,79	29,69	1,42	61,28	3,50	48,98	2,18
<b>Вибірка із захворюваннями ОРА</b>										
Викрут мірної лінійки за спину, см	69,6	0,74	70,19	0,79	68,06	0,75	75,82	0,75	76,90	0,67
Стрибок у довжину з місця, см	132,42	0,51	133,31	0,97	131,07	0,92	136,89	1,02	140,03	1,0
Нахил уперед сидячи, см	3,1	0,68	2,6	0,81	2,69	0,99	2,0	0,77	0,95	0,68
Динамометрія кисті провідної руки, кг	14,0	0,18	15,42	0,24	19,07	0,59	21,96	0,25	23,28	0,22
Проба Ромберга	30,64	1,65	30,54	2,09	47,81	2,80	69,27	2,93	64,36	3,71

Таблиця 2

## Достовірність відмінності (t) значень показників фізичної підготовленості дівчат із захворюваннями ССС та ОРА

Показник	Фізична якість	Вік, років				
		10-11	11-12	12-13	13-14	14-15
Викрут мірної лінійки за спину	гнучкість	0,90	1,58	2,11*	0,44	1,45
Нахил уперед сидячи		0,11	0,45	0,82	0,44	2,47*
Стрибок у довжину з місця	вибухова сила	3,83**	1,43	2,65*	1,99	0,36
Динамометрія кисті провідної руки	абсолютна м'язова сила	2,11*	0,17	0,95	1,55	0,66
Проба Ромберга	здатність до рівноваги	2,88*	1,09	5,77***	1,75	3,57**

**Примітка.** Позначено достовірність відмінності двох середніх на рівні: «\*» –  $p < 0,05$ ; «\*\*» –  $p < 0,01$ ; «\*\*\*» –  $p < 0,001$

у 11–12 років –  $70,2 \pm 0,79$ , 12–13 років –  $68,06 \pm 0,75$ , 13–14 років –  $75,8 \pm 0,75$ , 14–15 років –  $76,9 \pm 0,67$  (табл. 1). Тобто, як у попередньому випадку, рухливість плечових суглобів дівчат у досліджуваній період погіршувалася з віком, особливо у 13–14 років. Водночас встановили, що значення показника дівчат однакового віку із захворюваннями ССС та ОРА між собою практично не відрізнялися, за винятком 12–13 років, що засвідчувало відповідно однаковий розвиток гнучкості та її кращий розвиток у дівчат вибірки ОРА, – тут значення показника становило  $68,06 \pm 0,75$  см, тоді як у вибірці ССС –  $70 \pm 0,53$  см ( $t=2,11$ ;  $p < 0,05$ ) (табл. 2).

Розвиток рухливості у поперековому відділі хребта дівчат вибірки ССС відзначався такими особливостями: у 10–11 років значення показника становило  $3,2 \pm 0,62$  см; у 11–12 років –  $3,11 \pm 0,8$  см; 12–13 років –  $1,64 \pm 0,82$  см; 13–14 років –  $2,46 \pm 0,71$  см; 14–15 років –  $3,47 \pm 0,76$ . Динаміка показника відзначалася тим, що протягом перших двох років навчання його значення залишалося на досягнутому рівні, потім, протягом сьомого року навчання (від 11–12 до 12–13 років), суттєво зменшувалося, після чого впродовж двох наступних років навчання – знову збільшувалося.

Зовсім в іншому полягала особливість динаміки рухливості у поперековому відділі хребта дівчат вибірки ОРА, – вона відзначалася тенденцією до погіршення з кожним наступним роком значення показника, що наприкінці призвело до суттєвого зниження рівня розвитку цієї фізичної якості (табл. 1).

При порівнянні значень, одержаних у вибірках ССС та ОРА виявили, що у зв'язку з великою розбіжністю індивідуальних результатів, їхні середні значення між собою практично не відрізнялися, за винятком віку 14–15 років. Одержані дані свідчили, що протягом 10–14 років рухливість у поперековому відділі хребта таких дівчат знаходилася на однаковому рівні ( $p > 0,05$ ) і лише на початку навчання у дев'ятому класі виявилася значно кращою у вибірці ССС.

Дані щодо вияву в дівчат із захворюваннями ССС іншої досліджуваної фізичної якості, а саме вибухової сили, свідчили про таке: в 10–11 років значення показника складало  $129 \pm 0,72$  см; у 11–12 років –  $131,5 \pm 0,8$  см; 12–13 років –  $134,7 \pm 1,02$  см; 13–14 років –  $139,5 \pm 0,8$  см;

14–15 років –  $140,5 \pm 0,87$  см. Іншими словами, з кожним наступним роком значення показника відзначалося тенденцією до збільшення так, що наприкінці досліджуваного періоду воно було значно ( $p < 0,05$ ) більшим порівняно з початком. При цьому найбільший приріст встановлено в дівчат 13–14 років, тобто які розпочали навчання у восьмому класі.

Аналогічну тенденцію динаміки вибухової сили виявили під час аналізу даних дівчат вибірки ОРА. Порівнюючи значення показника цієї якості у двох вибірках встановили, що вони практично не відрізнялися в 10–11, 13–14 та 14–15 років, тоді як у 11–12 років воно було більшим у вибірці ОРА ( $t=3,83$ ;  $p < 0,01$ ), у 12–13 років, навпаки – у вибірці ССС ( $t=2,65$ ;  $p < 0,05$ ).

Значення показника абсолютної м'язової сили у вибірці ССС в 10–11 років становило  $13,4 \pm 0,22$  кг, у 11–12 років –  $15,36 \pm 0,27$  кг, 12–13 років –  $18,33 \pm 0,51$  кг, 13–14 років –  $21,33 \pm 0,32$  кг, 14–15 років –  $23,49 \pm 0,23$  кг, що свідчило про тенденцію щорічного покращення цієї фізичної якості, унаслідок чого наприкінці досліджуваного періоду рівень її розвитку був значно вищим порівняно з початком.

Аналогічною тенденцією відзначалася динаміка цієї фізичної якості у дівчат вибірки ОРА. Щодо вияву значень показника у певному віці, то тут встановили відсутність розбіжностей, за винятком 10–11 років. Останнє свідчило, що на початку навчання у п'ятому класі розвиток абсолютної м'язової сили дівчат вибірки ССС був значно меншим порівняно з дівчатами вибірки ОРА, оскільки значення показника становило відповідно  $13,4 \pm 0,22$  і  $14 \pm 0,18$  кг ( $t=2,11$ ;  $p < 0,05$ ).

Що стосується розвитку одного з видів координації, а саме рівноваги, то тут встановили різну за спрямованістю зміну значення показника у дівчат вибірки ССС. Зокрема значення покращувалося від 10–11 до 11–12 років, потім погіршувалося від  $33,55 \pm 1,79$  с у 11–12 років до  $29,69 \pm 1,42$  с у 12–13 років, після чого протягом одного навчального року знову збільшувалося до  $61,28 \pm 3,5$  с, у 14–15 років знову відзначалося суттєво меншою величиною, а саме на рівні  $48,98 \pm 2,18$  с.

У дівчат вибірки ОРА встановили іншу тенденцію зміни показника рівноваги, а саме, або вияв на досягнутому рівні (10–11, 11–12, 14–15 років), або значне

покращення (12–13 і 13–14 років). Щодо порівняння одержаних у кожній із зазначених вибірок даних, то тут відзначили, що вони суттєво відрізнялися у 10–11, 12–13 і 14–15 років, причому в усіх випадках на користь дівчат вибірки ОРА.

#### Висновки:

1. Показники фізичної підготовленості дівчат, які навчаються в основній школі й мають захворювання серцево-судинної системи або опорно-рухового апарату в певному віці відзначаються як практично однаковими, так і відмінними значеннями, що в останньому випадку відображають більший чи менший рівень розвитку певної фізичної якості.

2. Дівчата із захворюваннями серцево-судинної системи та опорно-рухового апарату в певному віці відрізняються значеннями показників усіх досліджуваних фізичних якостей, але найменше – в показниках

гнучкості й абсолютної м'язової сили, найбільше – вибухової сили і, особливо рівноваги.

3. Виявлені відсутність та наявність розбіжностей необхідно враховувати при оцінюванні фізичної підготовленості таких дівчат та їх досягнень у покращенні окремих показників, що сприятиме підвищенню об'єктивності оцінки та її стимулювальної функції в аспекті мотивації дівчат до здійснення фізичної активності у позанавчальний час.

**Подальші дослідження** необхідно спрямувати на вивчення особливостей фізичної підготовленості хлопців, які є учнями 5–9 класів і за станом здоров'я віднесені до СМГ, а також розроблення програми, спрямованої на залучення учнів основної школи до фізичної активності в різних формах фізичного виховання для покращення їхнього психофізичного стану.

#### Список використаної літератури:

1. Ареф'єв В. Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): [навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів] / В. Г. Ареф'єв, Г. А. Єдинак. – 3-е вид. перероб. і доповн. – Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький, 2007. – 248 с.
2. Бар-Ор О. Здоров'я дітей і двигательна активність: от физиологических основ до практического применения / О. Бар-Ор, Т. Роланд; пер. с англ. И. Андреев. – К.: Олимп. л-ра, 2009. – 528 с.
3. Безверхня Г. В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5–11 класів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Г. В. Безверхня. – Львів, 2004. – 23 с.
4. Виленская Т. Е. Принципы формирования и организация физического воспитания в спецмедгруппах / Т. Е. Виленская, Э. А. Кудяев // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 1. – С. 25–27.
5. Декерс Л. Мотивация. Теория и практика / Л. Декерс. – М.: Гросс Медиа, 2007. – 637 с.
6. Занюк С. С. Психологія мотивації: навч. посіб. / С. С. Занюк. – Луцьк: Волинський держ. ун-т, 2003. – 123 с.
7. Коваленко Т. Г. Социально-биологические основы физической культуры: [монография] / Т. Г. Коваленко. – Волгоград: ВГУ, 2000. – 224 с.
8. Круцевич Т. Ю. Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания: автореф. дис. на соиск. ученой степени д-ра наук по физ. воспитанию и спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фіз. виховання різних груп населення» / Т. Ю. Круцевич. – К, 2000. – 44 с.
9. Лечебная физическая культура: [справ очник] / В. А. Епифанов, В. Н. Мошков, Р. И. Антупьева. – М.: Медицина, 1988. – 528 с.
10. Лотоненко А. В. Культура физическая и здоровье: [монография] / А. В. Лотоненко, Г. Р. Гостев, С. Р. Гостева. – М.: Еврошкола, 2008. – 450 с.
11. Лях В. И. Критерии оценки успеваемости учащихся и эффективности деятельности учителя физической культуры / В. И. Лях, Л. Б. Кофман, Г. Б. Мейсон. – М., 1992. – 22 с.
12. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю: [монографія] / О. Р. Малхазов. – К.: Євролінія, 2002. – 320 с.
13. Москаленко Н. В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра наук з фіз. вих. та сп.: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фіз. виховання різних груп населення» / Н. В. Москаленко. – К., 2009. – 42 с.
14. Майер В. І. Фізична культура. Програма для спеціальної медичної групи. 5–9 класи / Авт-укл. В. І. Майєр, В. В. Деврянко. – К, 2008. – 52 с.
15. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – 2-е изд., стереотип. – СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003. – 860 с.
16. Kilpatrick M. Physical activity motivation: a practitioner's guide to self-determination theory / M. Kilpatrick, E. Hebert, D. Jacobsen // International Journ. of Sport Psychol. – Roma, 2002. – vol. 73 (4). – Pp. 36–41.
17. Ntoumanis N. Motivation in physical education classes: a self-determination theory perspective / N. Ntoumanis, M. Standage // Theory and Research in Education. – Lawrence, 2011. – Vol. 7.2. – Pp. 194–202.
18. Physical Education, Sport and Physical Activity Strategy for Children & Young People / Bournemouth & Poole Physical Education, Sport and Physical Activity Strategy. – 2013.
19. Sas-Nowosielski K. Participation of youth in physical education from the perspective of self-determination theory / K. Sas-Nowosielski // Human Movement. – Warsaw: Versita, 2008. – Pp. 134–141.
20. Yli-Piipari S. Relationships between physical education students motivational profiles, enjoyment, state anxiety, and self-reported physical activity / S. Yli-Piipari, A. Watt // Journ. of Sports Science & Medicine. – 2009. – Vol. 8. – Pp. 327–336.

Стаття надійшла до редакції 06.11.2013 р.

Опубліковано: 30.12.2013 р.

**Аннотация.** Мазур В. А. Особенности физической подготовленности девочек, которые являются ученицами 5–9 классов и по состоянию здоровья отнесены к специальной медицинской группе. Изучали некоторые показатели, характеризующие физическую подготовленность девушек 10–15 лет, занимающихся физическим воспитанием в общеобразовательном учреждении по программе для специальной медицинской группы. Используя комплекс адекватных методов, получили данные, свидетельствующие о том, что в каждом возрасте у девочек с различной нозологией значення некоторых из изучаемых показателей между собой существенно различаются. Полученные данные свидетельствуют о необходимости их учета, в первую очередь, во время оценивания показателей физической подготовленности в каждой исследуемой выборке учениц основной школы для повышения их мотивации к осуществлению физической активности во внеурочной и внешкольной деятельности.

**Ключевые слова:** специальная медицинская группа, девушки, основная школа, физическая подготовленность.



**Abstract.** Mazur V. A. The peculiarities of physical preparation of the girls, pupils of 10-15 years and are related to the special medical group according to the health state. It was studied the indices which characterized the state of 10-15 years girls who go in for physical training in the institution of general education according to the program for special medical group. Using the complex of appropriate methods the facts were discovered which testify that in every age the indices of the girls with different nosology sometimes substantially differ. The mentioned fact attests the necessity of taking into account the given indices and the most of all while estimating the standards of the grade of the physical state of the girls of the secondary school for the sake of rising the motivation a practicing in out-of-class and out-of-school activities.

**Key words:** special medical group, girls, the secondary school, physical conditioning.

#### References:

1. Arefyev V. G. Fizichna kultura v shkoli [Physical education at school], Kam'yanets-Podilski, 2007, 248 p. (ukr)
2. Bar-Or O. Roland T. Zdorovyje detey i dviगतelnaya aktivnost: ot fiziologicheskikh osnov do prakticheskogo primeneniya : per. s angl. I. Andreyev [Children's health and physical activity: the physiological basis to the practical application], Kyiv, 2009, 528 p. (rus)
3. Bezverkhnaya G. V. Motivatsiya do zanyat fizichnoyu kulturoyu i sportom shkolyariv 5–11 klasiv : avtoref. kand. nauk [Motivation for physical education and sports students grades 5-11 : Authors thesis], Lviv, 2004, 23 p. (ukr)
4. Vilenskaya T. Ye., Kudayev E. A. Teoriya i praktika fizicheskoy kultury [Theory and Practice of Physical Culture], 2005, vol. 1, pp. 25–27. (rus)
5. Dekers L. Motivatsiya. Teoriya i praktika [Motivation. Theory and practice], Moscow, 2007, 637 p. (rus)
6. Zanyuk S. S. Psikhologiya motivatsii [Psychology of motivation], Lutsk, 2003, 123 p. (ukr)
7. Kovalenko T. G. Sotsialno-biologicheskkiye osnovy fizicheskoy kultury [Social and biological foundations of physical education], Volgograd, 2000, 224 p. (rus)
8. Krutsevich T. Yu. Upravleniye fizicheskim sostoyaniyem podrostkov v sisteme fizicheskogo vospitaniya : avtoref. d-ra nauk [Management of the physical condition of young people in the system of physical education : Authors thesis], Kyiv, 2000, 44 p. (rus)
9. Yepifanov V. A., Moshkov V. N., Antufyeva R. I. Lechebnaya fizicheskaya kultura [Therapeutic physical culture], Moscow, 1988, 528 p. (rus)
10. Lotonenko A. V., Gostev G. R., Gosteva S. R. Kultura fizicheskaya i zdorovyje [Physical Culture and Health], Moscow, 2008, 450 p. (rus)
11. Lyakh V. I., Kofman L. B., Meyson G. B. Kriterii otsenki uspevayemosti uchashchikhsya i effektivnosti deyatel'nosti uchitelya fizicheskoy kultury [Criteria for assessing the performance of students and the effectiveness of physical education teachers], Moscow, 1992, 22 p. (rus)
12. Malkhazov O. R. Psikhologiya ta psikhofiziologiya upravlinnya rukhovoyu diyalnistyu [Psychology and Psychophysiology control motor activity] Kyiv, 2002, 320 p. (ukr)
13. Moskalenko N. V. Teoretiko-metodichni zasadi innovatsiyних tekhnologiy v sistemi fizichnogo vikhovannya molodshikh shkolyariv : avtoref. d-ra nauk [Theoretical and methodological foundations of innovative technologies in the physical education of primary school children], Kyiv, 2009, 42 pp. (ukr)
14. Mayer V. I., Mayer V. I., Derevyanko V. V. Fizichna kultura. Programa dlya spetsialnoi medichnoi grupi 5–9 klasi [Physical Education. Program for special medical group. grades 5-9], Kyiv, 2008, 52 p. (ukr)
15. Khekkhauzen Kh. Motivatsiya i deyatel'nost [Motivation and action], Saint Petersburg, 2003, 860 p. (rus)
16. Kilpatrick M. Physical activity motivation : a practitioner's guide to self-determination theory / M. Kilpatrick, E. Hebert, D. Jacobsen // International Journ. of Sport Psychol. – Roma, 2002. – vol. 73 (4). – Pp. 36–41.
17. Ntoumanis N. Motivation in physical education classes : a self-determination theory perspective / N. Ntoumanis, M. Standage // Theory and Research in Education. – Lawrence, 2011. – Vol. 7.2. – Pp. 194–202.
18. Physical Education, Sport and Physical Activity Strategy for Children & Young People / Bournemouth & Poole Physical Education, Sport and Physical Activity Strategy. – 2013.
19. Sas-Nowosielski K. Participation of youth in physical education from the perspective of self-determination theory / K. Sas-Nowosielski // Human Movement. – Warsaw : Versita, 2008. – Pp. 134–141.
20. Yli-Piipari S. Relationships between physical education students motivational profiles, enjoyment, state anxiety, and self-reported physical activity / S. Yli-Piipari, A. Watt // Journ. of Sports Science & Medicine. – 2009. – Vol. 8. – Pp. 327–336.

Received: 06.11.2013.

Published: 30.12.2013.

**Валерий Анатольевич Мазур**, mazur\_v82@ukr.net; Каменец-Подольский национальный университет им. Ивана Огиенко: ул. Драй-Хмары 42, к. 512, г. Каменец-Подольский, Хмельницкая обл., 32300, Украина.

**Valeriy Mazur**, mazur\_v82@ukr.net; Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohiyenko: Dray-Khmary street 42, 512 flat, Kamianets-Podilskyi, Khmel'nytska oblast, 32300, Ukraine.