

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05k\(191\).26](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05k(191).26)  
УДК 373.5:796.354/.355

Мазяр В.С.,  
ORCID 0009-0001-2166-440X  
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 В УЧНІВ 14–16 РОКІВ  
ДО УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З ВАРІАТИВНОГО  
МОДУЛЮ «ФЛОРБОЛ»**

У статті розкрито особливості формування мотивації до уроків фізичної культури з варіативного модулю «Флорбол». У підлітковому віці мотивація часто змінюється залежно від етапу розвитку учня, соціально-психологічних впливів та зовнішніх умов, таких як організація навчального процесу, взаємовідносини з однолітками та підтримка з боку родини. Мета статті – вивчити чинники формування мотивації до уроків фізичної культури з варіативного модулю «Флорбол» учнів 14–16 років. Рівень рухової активності та ставлення учнів до уроків фізичної культури в значній мірі залежать від мотивації та інтересу до засобів фізичної культури. Флорбол є перспективним засобом формування мотивації учнів 14–16 років до уроків фізичної культури.

**Ключові слова:** урок фізичної культури, варіативний модуль «флорбол», навчальний процес, учні, середній вік, мотивація.

**Maziar Volodymyr, Griban Gryhoriy. Motivation building in students 14–16 years old to physical education lessons in the variative module "floorball".** The article reveals the features of the building motivation to physical education lessons in the variable module "Floorball". In adolescence, motivation often changes depending on the stage of student development, socio-psychological influences, and external conditions, such as the organization of the educational process, peer relationships, and family support. The aim of the article is to study the factors that shape motivation for physical education lessons in the variable module "Floorball" among students aged 14–16. The following scientific methods were used in the study: analysis of literary sources, questionnaire survey, pedagogical observations and conversations, methods of mathematical statistics. The

research was carried out on the basis of Lyceum No. 6 of Zhytomyr from September 2023 to June 2024. The level of physical activity and students' attitude towards physical education lessons largely depend on motivation and interest in physical education facilities. Floorball attracts the attention of students with its high emotionality, spectacularity, variety of manifestations of physical qualities, many different game combinations, etc., which ensures the preparation of students for active physical education classes and a healthy lifestyle. Therefore, it is a promising means of motivating students aged 14–16 to physical education lessons. The formation of students' internal motivation for floorball in physical education lessons is a comprehensive measure to implement the principles of the New Ukrainian School, focusing on the student's personal development, creating a favorable emotional atmosphere, and using interesting teaching methods, which should become key factors in increasing student motivation to physical education lessons and the need for physical activity.

**Keywords:** physical education lesson, variable module "floorball", educational process, students, middle age, motivation.

**Постановка проблеми.** Сучасна теорія формування мотивації розглядає внутрішні і зовнішні чинники, що впливають на залучення учнів до занять фізичною культурою. Наразі система фізичної культури у школах не задовольняє природну біологічну потребу учнів в руховій активності, не забезпечує їх необхідним рівнем здоров'я, фізичної підготовленості, працездатності, науково обґрунтованими фізкультурно-оздоровчими технологіями, які можна використовувати в подальшій життєдіяльності [6, с. 108–109]. Тому особливої уваги потребує впровадження нових, сучасних і привабливих для учнів видів фізичної культури, які мають сформувати у них стійку мотивацію до уроків фізичної культури та здорового способу життя.

**Аналіз літературних джерел.** У дослідженнях Г.П. Грибана встановлено, що формування мотивації до фізичного виховання, занять певними видами спорту та фізкультурно-оздоровчої діяльності у здобувачів закладів вищої освіти суттєво покращує навчальний процес і їх досягнення [3; 5]. В теорії Дісі та Раяна виділено три основні типи мотивації – це внутрішня мотивація (коли діяльність здійснюється заради самого процесу, задоволення від якого є достатньою винагородою), зовнішня мотивація – коли діяльність здійснюється заради певних зовнішніх винагород або уникнення покарань та амотивація – відсутність будь-якої мотивації до діяльності [12, с. 22]. Внутрішня мотивація виникає тоді, коли учень відчуває інтерес та задоволення від спортивної діяльності. Він займається спортом тому що йому це подобається, відчуває радість від процесу фізичної активності. Цей тип мотивації характеризується стійким інтересом та допомагає розвивати самостійність. Учні, які керуються внутрішньою мотивацією, є більш наполегливими, частіше проявляють ініціативу та отримують задоволення від спортивної діяльності [2, с. 22].

На противагу внутрішній мотивації існує зовнішня мотивація, яка базується на прагненні учня отримати зовнішні винагороди – похвалу, призи, або уникнути покарання. У цьому випадку учень виконує діяльність не через внутрішній інтерес, а щоб досягти певної зовнішньої мети. При цьому мотивація учня стає залежною від наявності стимулів, а навчання може стати поверхневим, спрямованим лише на отримання бажаної винагороди. Надмірне використання зовнішніх заохочень може призвести до зниження внутрішньої мотивації до уроків фізичної культури [10, с. 501]. Під час амотивації учень не відчуває інтересу до уроків фізичної культури, що призводить до негативних наслідків – відсутності цілеспрямованості, почуття безпорадності тощо.

Окрім того, соціально-когнітивні чинники є потужними елементами мотивації учнів до занять фізичною культурою. Педагогічна діяльність, спрямована на розвиток соціально-когнітивних якостей, є важливим кроком у формуванні стійкого інтересу до рухової активності та вихованні фізично активної особистості [9, с. 381].

Ще одним напрямом дослідження мотивації учнів можна виділити вивчення впливу контекстуальних чинників на мотивацію до занять фізичною культурою [11, с. 15]. Контекстуальні чинники охоплюють широкий спектр зовнішніх умов та впливів, які безпосередньо або опосередковано впливають на бажання та залученість учнів до рухової активності [2, с. 24]. Одним з основних контекстуальних чинників є організація навчального процесу на уроках фізичної культури. Вони включають такі аспекти, як структура уроку, розподіл часу на різні види діяльності, чіткість надання інструкцій та правил, а також можливості для учнів брати участь у плануванні та організації занять. Дослідження показують, що уроки, які мають чітку структуру, але водночас передбачають елементи самостійного вибору фізичної активності, сприяють підвищенню рівня самостійності та внутрішньої мотивації учнів [1, с. 22; 4, с. 314–315]. Зміст уроків фізичної культури відіграє важливу роль у формуванні мотивації. Традиційні програми часто зосереджені на малій кількості спортивних дисциплін, які можуть не відповідати інтересам усіх учнів, коли їхні вподобання стають більш ширшими. Включення до навчальної програми різноманітних видів рухової активності, а саме: сучасні та популярні серед учнів напрями, такі як брейкінг, елементи фітнесу, різні види єдиноборств, спортивних ігор може значно підвищити інтерес та відвідуваність учнями уроків фізичної культури [7, с. 231; 8, с. 81]. Тому впровадження флорболу є перспективним напрямом підвищення мотивації учнів 14–16 років до уроків фізичної культури в закладах загальної середньої освіти.

**Мета статті** – вивчити чинники формування мотивації до уроків фізичної культури з варіативного модулю «Флорбол» учнів 14–16 років.

**Концепція дослідження** полягає у розкритті особливостей формування мотивації в учнів 14–16 років до уроків фізичної культури. У дослідженні використані такі наукові методи: аналіз літературних джерел, анкетне опитування, педагогічні спостереження та бесіди, методи математичної статистики. Дослідження проведені на базі ліцею № 6 м. Житомира з вересня 2023 року до червня 2024 року.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Доведено, що підлітковий вік учня досить чутливий до різних чинників зовнішнього середовища, в тому числі і до обмеження рухової активності. Рухова активність є біологічною потребою організму учня. В той же час анкетне опитування хлопців 14–16 років показало, що тільки 30,1 % повністю задоволені рівнем своєї рухової активності; 35,8 % майже задоволені, але є суб'єктивні і об'єктивні причини, які не сприяють підвищенню рухової активності; 25,8 % учнів частково задоволені своєю руховою активністю, так як мають

низький рівень мотивації і низьку фізичну підготовленість, вади здоров'я; 8,3 % учнів – не задоволені рівнем своєї рухової активності і не мають стимулів для її покращення.

Рівень рухової активності та ставлення учнів до уроків фізичної культури в значній мірі залежать від мотивації та інтересу до засобів фізичної культури. Опитування учнів дозволило виокремити ключові мотиви, що спонукають їх до активної участі в уроках фізичної культури та залучення до самостійних фізкультурно-оздоровчих заходів (табл. 1) Провідними мотивами для учнів 14–16 років є **емоційне задоволення від проведеного уроку (34,5 %)**, що свідчить про важливість створення на уроках фізичної культури позитивної атмосфери, де учні відчувають себе комфортно та мають можливість для спілкування. Заняття спортом, ігри, командні змагання, гра в флорбол та співпраця підвищують емоційну привабливість уроків, що спонукає учнів для досягнення спортивних результатів (31,0 %), набуття нових вмінь та навичок (29,3), гра флорбол (28,4 %), розвиток фізичних якостей (25,8 %) тощо. Флорбол як засіб фізичного виховання привертає увагу учнів своєю високою емоційністю, видовищністю, різноманітним проявом фізичних якостей, безліччю різноманітних ігрових комбінацій, швидким переходом від дій у нападі в захист та забезпечує підготовку учнівської молоді до активної життєдіяльності та до здорового способу життя [6, с. 109]. Тому флорбол може бути одним із засобів активізації рухової активності учнів 14–16 років.

Таблиця 1

**Мотиви, що спонукають учнів до уроків фізичної культури (n =229)**

Мотиви	Учні	
	Кількість	%
Отримання задоволення від уроку фізичної культури	79	34,5
Досягнення нових спортивних результатів	71	31,0
Набуття нових знань, вмінь та навичок	67	29,3
Гра в флорбол	65	28,4
Розвиток фізичних якостей	59	25,8
Зміцнення здоров'я	51	22,3
Удосконалення будови тіла та статури	43	18,8
Самоствердження	37	16,2
Відпочинок від розумової праці та розваження	34	14,9

Серед чинників, що суттєво знижують мотивацію до уроків фізичної культури є невдоволення викладачем та методикою проведення уроків (32,3 %), що підтверджує важливу роль вчителя, його професійну компетентність, вміння контактувати з учнями, використовувати цікаві методи навчання тощо. Наступним чинником учні визначили, що мало часу відводиться на переодягання до і після уроку (30,1 %), невідповідність фізичних навантажень рівню підготовленості учнів (24,0 %), необхідність носіння спортивної форми (23,1 %). Такі, на перший погляд, дрібниці можуть створювати значний дискомфорт для учнів та знижувати їхнє бажання відвідувати уроки фізичної культури. Важливим аспектом є не цікаве проведення уроків фізичної культури (21,4 %), незадоволення засобами, які використовуються на уроці фізичної культури (15,7 %), відсутність нових популярних видів спорту та фізичної культури (14,4 %), застаріле матеріально-технічне обладнання залів і майданчиків для проведення уроків – 11,8 % (табл. 2). При цьому диференціація та індивідуалізація навчального процесу з врахування фізичних і функціональних можливостей кожного учня є важливим чинником мотивації і якісного навчання.

Таблиця 2

**Чинники, що негативно впливають на відвідування учнями уроків з фізичної культури (n = 229)**

Чинники	Учні	
	Кількість	%
Викладач та методика проведення уроків	74	32,3
Недостатньо часу на переодягання до і після уроку	69	30,1
Фізичні навантаження	55	24,0
Носіння спортивної форми	53	23,1
Не цікаве проведення уроків фізичної культури	49	21,4
Засоби уроку фізичної культури	36	15,7
Відсутність нових видів спорту та фізичної культури	33	14,4
Застаріле матеріально-технічне обладнання залів	27	11,8

Формування внутрішньої мотивації учнів до флорболу на уроках фізичної культури є комплексним заходом упровадження принципів Нової української школи, орієнтації на особистісний розвиток учня, створення сприятливої емоційної атмосфери, використання цікавих методів навчання, які мають стати ключовими чинниками у підвищенні мотивації учнів до уроків фізичної культури та потреби у руховій активності.

**Висновки.** Мотивація до уроків фізичної культури в учнів 14–16 років є складним і багатограним явищем, яке залежить від взаємодії внутрішніх та зовнішніх чинників. Впровадження флорболу на уроках фізичної культури є важливим кроком до модернізації навчально-виховного процесу та підвищення мотивації учнів 14–16 років до занять фізичною

культурою. Позитивними сторонами флорболу перед іншими ігровими видами спорту є його безпечність, невибагливість до місць занять та інвентарю, простота правил гри, можливість використовувати в іграх змішані за статтю команди. Тобто, це видовищна, динамічна та захоплююча гра, яка розвиває всі фізичні якості і має зайняти своє місце на уроках фізичної культури та позакласній фізкультурно-оздоровчій роботі в закладах загальної середньої освіти.

**Перспективи подальших досліджень** спрямовані на вивчення впливу мотивації на якість уроків фізичної культури та залучення учнів до занять флорболом.

#### Література

1. Грецький О. В. Формування мотивації до спортивної діяльності на початковому етапі підготовки: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. та спорту: 24.00.01. Львів. 2019. 22 с.
2. Грецький О., Мицкан Б. Формування мотивації до занять спортом. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць.* Київ. Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова. 2016. № 8 (78 К). С. 24–29.
3. Грибан Г., Ткаченко П., Краснов В. Формування мотивації до занять гирьовим спортом у студентів під час навчально-виховного процесу з фізичного виховання. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць.* Вип. 5 (24). Вінниця: ТОВ «Планер», 2018. С. 38–44.
4. Дзюбка Л. В. Особливості навчальної мотивації як складової самодетермінації підлітків. *Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі. Колективна монографія.* Кіровоград. 2013. С. 314–335.
5. Коновальчук Б. Б., Грибан Г. П., Пилипчук П. Б. Формування мотивації до фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів у процесі фізичного виховання. *Спортивна наука – 2017: зб. наук. пр. III Всеукр. наук.-практ. конф.* Житомир: Вид-во ФОП Євенок О.О. 2017. С. 54–60.
6. Мазяр В.С., Грибан Г.П. Перспективи впровадження варіативного модулю «флорбол» до навчальної програми з фізичної культури для юнаків 14–16 років. *Науковий часопис УДУ ім. Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проб. фізич. культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць.* За ред. О. В. Тимошенка. Київ: Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. Випуск 5 (178) 24. С. 108–111. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5\(178\).22](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).22)
7. Малахова О. Г. Мотиваційна готовність здобувачів освіти до формування педагогічних компетентностей на практичних заняттях з методики фізичного виховання дітей дошкільного віку. *In The 15 th International scientific and practical conference «Modern scientific research: achievements, innovations and development prospects».* Берлін. 2022. С. 231–236.
8. 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.
9. Шукатка О. В., Пухир О. В. Формування мотивації до занять фізичною культурою та спортом у молодшому шкільному віці. *Модернізація змісту освіти у підготовці майбутніх проф.-пед. фахівців.* Львів. 2023. С. 381–383.
10. Smith J., Brown K., Davis L. (2021). Exploring the motivational factors of breakdancing in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy.* Vol. 26, no. 5. P. 501-515. ISSN 1740-8989.
11. Teixeira V. H., Carraça E. V., Markland D., Silva M. N., Ryan R. M. (2018). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity,* 15(1). P. 1-22.
12. Ryan R. M., Deci E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness.* Guilford Publications. P. 3-25.

#### References

1. Gretskey O. IN. (2019). *Institutio motivationis pro gymnasiis in rudimento disciplinae: auctoris abstracti. thesis ... Scientiarum candidatorum in physicis exitibus et ludis: 24.00.01. Leopoldis. XXII p.*
2. Gretskey O., Mytskan B. (2016). *De institutione motiva pro ludis. Acta scientifica Universitatis Polytechnicae Nationalis ab M. P. Dragomanova nuncupata. Series 15. Quaestiones scientificae et paedagogicae physicae culturae (culturae physicae et ludi): collectio. of scientia opera Kyiv. Domus publica Universitatis Nationalis Publicae nuncupata ab M. P. Dragomanova. N. 8 (78 K). CUM. 24–29.*
3. Hryban G., Tkachenko P., Krasnov V. (2018). *Institutio motivationis ad gymnasium caldariorum exercendum inter studentes durante processu scholastico in educatione physica. Corporalis cultus, lusus et salus gentis: collectio. of scientiarum opera Vol. V (XXIV). Vinnytsia: LLC "Planer". P. 38–44.*
4. Dzyubko L. IN. (2013). *Features motivationis educationis sicut pars ipsa determinatio adolescentium propria. Factores psychologici singularum auto-definitionum in spatio scholastico. Collective monograph. Kirovohrad 2013. Pp. 314–335.5.*
5. Kovalchuk B. B., Grihan G. P., Pylypchuk P. B. (2017). *Institutio motiva ad physicam educationem et sanitatis actionem studentium superiorum institutionum educationis in processu physicae. Sports Scientia - 2017: collectio. of science Proceedings of III Conf. (May 12, 2017). Zhytomyr: Publishing domus FOP Evenok O.O. P. 54-60.*
6. Mazyar V.S., Hryban H.P. (2024). *Spes introducendi variabilis moduli "areae" in curriculum educationis physicae pro pueris aetatis 14-16. Acta scientifica UDU Mykhailo Dragomanov. Series 15. Quaestiones scientificae et paedagogicae physicae culturae (culturae physicae et ludi): collectio. scientiarum opera, curante O. IN. Tymoshenko Kyiv: Domus Publishing Mykhailo Dragomanov UDU. Part 5 (178) 24. P. 108–111.*
7. Malakhova O. G. (2022). *Promptitudo motivationalium studentium ad formandas facultates paedagogicae in classibus practicis de methodologia educationis physicae puerorum praescindendi. In Colloquio scientifico et practico XV Internationalis "Investigationes scientificae modernae: res gestae, innovationes et res evolutionis". Berlin. P. 231-236.*
8. Matvienko I. (2020). *Institutio motivationis 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.*

9. Shukatka O. V., Puhyr O. IN. (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. Leopoldis. P. 381-383.
10. Smith J., Brown K., Davis L. (2021). Exploring the motivational factors of breakdancing in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*. Vol. 26, no. 5. P. 501-515. ISSN 1740-8989.
11. Teixeira V. H., Carraca E. V., Markland D., Silva M. N., Ryan R. M. (2018). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 15(1). P. 1-22.
12. Ryan R. M., Deci E. L. (2017). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. Guilford Publications. P. 3-25.