

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.07\(194\).16](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.07(194).16)
УДК 37.091.33:793.322

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;

Мичка І.В.

ORCID 0000-0001-9984-3451

кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри фізичної культури та базової військової підготовки,
Житомирський державний університет імені Івана Франка;

Гарлінська А.М.

ORCID 0000-0001-7859-8637

кандидат біологічних наук, доцент,
завідувач кафедри медико-біологічних дисциплін
Житомирський державний університет імені Івана Франка;

Чайка Ю.Ю.

ORCID 0000-0002-3965-6088

кандидат біологічних наук, старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін, Житомирський
державний університет імені Івана Франка;

Саранча М.П.

ORCID 0000-0002-5609-2966

аспірант кафедри фізичної культури та базової військової підготовки,
Житомирський державний університет імені Івана Франка;

Кондратюк А.Ю.

ORCID 0009-0009-8205-6318

здобувачка

Житомирський державний університет імені Івана Франка.

БРЕЙКІНГ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ УЧНІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

У статті розкрито особливості формування мотивації до занять фізичною культурою учнів середніх класів. Брейкінг має низку характеристик, які роблять його потенційно ефективним засобом підвищення мотивації школярів до занять фізичними вправами. Мета статті – вивчити ставлення учнів середніх класів до занять брейкінгом на уроках фізичної культури. Найбільш ефективними чинниками мотивації до уроку фізичної культури в учнів середніх класів виявилися: нові види спорту (серед яких є брейкінг) – 21,6 %, дружня атмосфера під час проведення уроку з позитивними емоціями – 21,1 %, цікаві вправи та ігри – 20,6 %, успіхи і досягнення учнів – 20,5 %, підтримка вчителя – для 16,1 % учнів.

Ключові слова: брейкінг, урок, навчальний процес, фізична культура, учні, середній шкільний вік, мотивація.

Griban Gryhoriy, Mychka Ivan, Harlinska Alla, Chayka Yulya, Sarancha Mykola, Kondratyuk Alena. Breaking as a means of increasing students' motivation for physical culture classes. The article reveals the features of the formation of motivation for physical culture classes in middle school students. In the pedagogical context, breaking has a number of characteristics that make it a potentially effective means of increasing students' motivation for physical exercise. Breaking, which originated as part of hip-hop culture, has gradually acquired the status of a sports discipline. In 2024, the IOC officially included it in the program of the Olympic Games, which confirms its significance in the international sports environment. The aim of the article is to study the attitude of middle school students to breaking classes in physical education classes. The following methods were used in the study: analysis of literary sources, questionnaire survey, pedagogical observations and conversations, methods of mathematical statistics. The research was conducted on the basis of Lyceum No. 10 of Zhytomyr from September 2023 to June 2024. Surveys of middle school students showed that 25.1% of students were classified as basic medical group, 24.2% as preparatory, 20.6% as special, and 30.1% were exempt from physical education. A significant proportion of students did not have a clearly formed attitude towards physical education, although they associated the classes with a positive impact on their emotional state. The most effective motivation factors for physical education lessons among middle school students were: new sports (including breaking) – 21.6%, a friendly atmosphere during the lesson with positive emotions – 21.1%, interesting exercises and games – 20.6%, students' successes and achievements – 20.5%, teacher support is also important for 16.1% of students. Breaking has become an effective means of increasing motivation for physical education, an important tool for personal growth and social adaptation of students.

Keywords: breaking, lesson, educational process, physical education, students, middle school age, motivation.

Постановка проблеми. Сучасні тенденції розвитку молодіжної культури свідчать про зростання популярності нетрадиційних видів рухової активності, серед яких особливе місце займає брейкінг (також відомий як брейк-данс). Цей динамічний та видовищний вуличний танець поєднує в собі елементи акробатики, гімнастики, ритміки та імпровізації, приваблює школярів своєю свободою самовираження [5, с. 183]. У контексті пошуку ефективних засобів підвищення мотивації школярів середнього віку до занять фізичною культурою, брейкінг представляє собою перспективний напрямок, здатний зацікавити учнів, які можуть залишатися байдужими до традиційних спортивних дисциплін.

Аналіз літературних джерел. Брейкінг, як культурний феномен, має багату історію та глибокі соціальні корені. Його виникнення у 1970-х роках у афроамериканських та латиноамериканських районах Нью-Йорку стало відповіддю молоді на соціальні проблеми та способом самовираження через музику, танець та змагання. З часом брейкінг еволюціонував, збагатився новими рухами та стилями, набув світової популярності та став визнаним видом танцювального спорту [1, с. 17]. Брейкінг, що виник як частина хіп-хоп культури, поступово набув статусу спортивної дисципліни. У 2024 році МОК він був офіційно включений до програми Олімпійських ігор, що підтверджує його значущість у міжнародному спортивному середовищі [9, с. 6]. В Україні брейкінг стрімко розвивається, що підтверджується успішними виступами українських спортсменів на міжнародних змаганнях. Особливого значення набув виступ українських атлетів: бі-боя Олега Кузнєцова (Kuzya), який увійшов до топ-8 найсильніших бі-боїв, а також бі-гьорл Анни Пономаренко (Stefani) та Катерини Павленко (Kate), які увійшли до топ-16 і топ-8 відповідно на Олімпійських іграх в Парижі, представляючи Україну [8, с. 3]. Популяризація брейкінгу серед школярів може сприяти активному залученню їх до занять фізичною культурою, оскільки цей вид рухової активності поєднує спортивні, мистецькі та соціальні аспекти.

Запуск Всеукраїнської брейкінг ліги для дітей і молоді створює умови для розвитку нових талантів і популяризації цього виду спорту серед підростаючого покоління. Спільно з Міністерством освіти та науки України проводяться програми, які поєднують брейкінг з освітніми програмами, спрямованими на розвиток креативності та фізичної активності серед учнів шкіл [7, с. 501]. У педагогічному контексті брейкінг має низку характеристик, які роблять його потенційно ефективним засобом підвищення мотивації школярів до занять фізичною культурою. Зокрема висока емоційна привабливість брейкінгу є ключовим чинником його мотиваційного впливу на школярів. Динамічність, енергійність та видовищність цього виду танцювального спорту, підкріплені ритмічною музикою, викликають цілий спектр позитивних емоцій, від захоплення та радості до натхнення [3, с. 31]. Спостерігаючи за виконанням складних та видовищних рухів, учні відчують естетичне задоволення та можуть ідентифікувати себе з цією енергією та майстерністю брейкерів [6, с. 3].

У середньому шкільному віці, коли формується власна ідентичність та відбувається активний пошук свого місця в соціумі, брейкінг стає унікальним видом рухової активності для демонстрації власної ініціативності та відмінності від інших [4, с. 34]. Відсутність чітких шаблонів та обов'язкових елементів в брейкінгу заохочує школярів експериментувати, ризикувати та виходити за межі загальноприйнятих норм. Цей процес не лише сприяє розвитку їхніх танцювальних навичок, але й формує важливі життєві якості, такі як вміння адаптуватися, винахідливість та здатність до самостійного навчання [5, с. 183]. Окрім того регулярні тренування спрямовані на імпровізацію розвивають виконавчі функції мозку, такі як робоча пам'ять, увага та когнітивна гнучкість [2, с. 76], що може мати позитивний вплив на інші сфери навчальної діяльності школярів середнього віку.

Мета статті – вивчити ставлення учнів середніх класів до занять брейкінгом на уроках фізичної культури.

Концепція дослідження полягає у виявленні ставлення учнів середніх класів до занять брейкінгом. У дослідженні використані такі методи: аналіз літературних джерел, анкетне опитування, педагогічні спостереження та бесіди, методи математичної статистики. Дослідження проведені на базі ліцею № 10 м. Житомира з вересня 2023 року до червня 2024 року.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проведені нами опитування учнів середніх класів показали що 25,1 % учнів віднесено до основної медичної групи, 24,2 % до підготовчої, 20,6 % – спеціальної, 30,1 % – звільнені від занять фізичними вправами (рис. 1). Отримані дані вказують на низький фізичний стан даного контингенту. Значна частина учнів не має чітко сформованого ставлення до фізичної культури, хоча й пов'язувала заняття з позитивним впливом на емоційний стан.

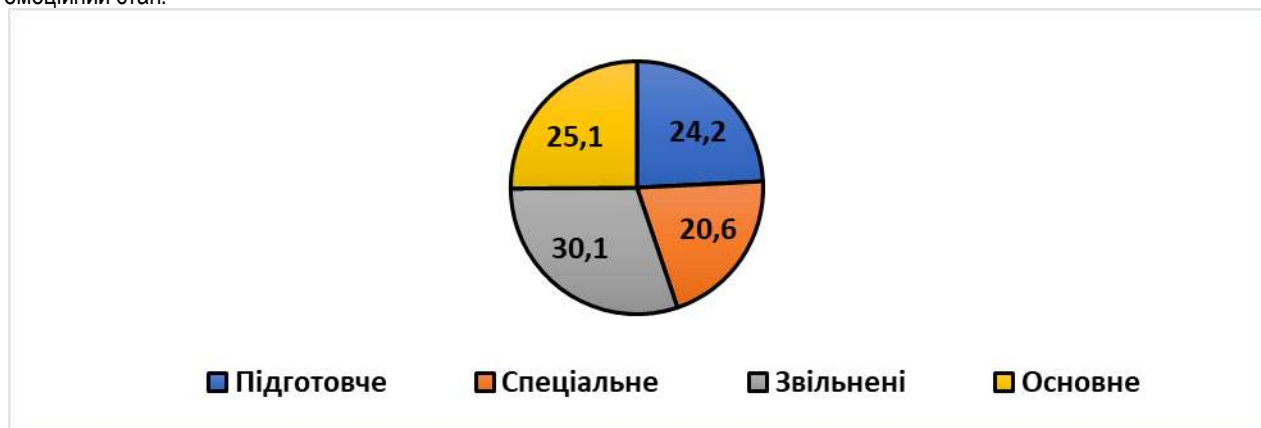


Рис. 1. Розподілення учнів середніх класів на медичні групи (в %)

Дослідження показують, що формування в учнів стійкого інтересу до занять фізичними вправами є результатом правильно організованих уроків фізичної культури. Від їх змісту та емоційного наповнення у великій мірі залежить, чи

сформується в учнів потреба у регулярних заняттях фізичними вправами чи ні. Найбільш ефективними чинниками мотивації до уроку фізичної культури в учнів середніх класів виявилися: нові види спорту (серед яких є брейкінг) – 21,6 %, дружня атмосфера під час проведення уроку з позитивними емоціями – 21,1 %, цікаві вправи та ігри – 20,6 %, успіхи і досягнення учнів – 20,5 %, підтримка вчителя є також важливою для 16,1 % учнів (рис. 2.).

Можливість самовираження та індивідуальності в брейкінгу відповідає психологічним та соціальним потребам школярів, це виходить за межі простого виконання рухів. У середньому шкільному віці, коли формується власна ідентичність та відбувається активний пошук свого місця в соціумі, брейкінг стає унікальним видом рухової активності для демонстрації власної унікальності для учнів. Брейкінг також надає учням можливість знайти свою «танцювальну сім'ю» – спільноту однодумців, які поділяють їхнє захоплення до цього виду рухової діяльності. У цій спільноті цінується індивідуальність кожного, заохочується обмін знаннями та підтримка.



Рис. 2. Чинники мотивації учнів до уроку фізичної культури (в %)

Можливість самовираження та індивідуальності в брейкінгу є багатограним явищем, що впливає на психологічний, соціальний та когнітивний розвиток школярів середнього віку. Поєднання музичного супроводу і брейкінгу на уроці фізичної культури суттєво активізує клас, так як 49,3 % учнів надали перевагу цим засобам (рис. 3).



Рис. 3. Найефективніші чинники активізації в учнів інтересу до уроків фізичної культури (в %)

Індивідуалізація навчального процесу у фізичній культурі має врахувати інтереси, мотивацію та особисті цілі кожного учня на початковому етапі, а в подальшому його фізичний стан та рівень підготовленості. Надаючи свободу руху в творчому середовищі, сприяючи формуванню унікальної ідентичності та забезпечуючи підтримку в рамках танцювальної спільноти, брейкінг стає не лише ефективним засобом підвищення мотивації до фізичної культури, але й важливим інструментом особистісного зростання та соціальної адаптації учнів.

Висновки. Впровадження брейкінгу до шкільної програми фізичної культури є важливим кроком на шляху до модернізації навчального процесу та підвищення мотивації учнів середнього віку до занять фізичною культурою. Брейкінг, пройшовши шлях від вуличного танцю до олімпійського виду спорту, є не лише культурним феноменом, але й потужним педагогічним інструментом, що відповідає сучасним освітнім тенденціям. Його висока емоційна привабливість, унікальна можливість самовираження та розвитку креативності, комплексний вплив на фізичний розвиток роблять брейкінг перспективним засобом підвищення мотивації школярів середнього віку до занять фізичною культурою.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на вивчення динаміки формування мотивації до фізичної культури учнів середніх класів.

Література

1. Грибан Г. П., Кондратюк А. Ю., Лайчук А. М. Історія розвитку брейкінгу. *Фізичне виховання і спорт в закладах вищої освіти: проблеми та перспективи*. Житомир. ПНУ. 2023. С. 17–20.
2. Дерев'яно С. П. Психологія молодіжних субкультур: *Навчально-методичні рекомендації*. Чернівці: НУЧК імені Т.Г. Шевченка. 2019. 76 с.
3. Кондратюк А. Ю., Грибан Г. П. Брейкінг у системі фізичного виховання школярів. *Фізичне виховання і спорт у закладах вищої освіти: проблеми та перспективи: зб. наук. праць*. (Житомир, 18 березня 2024 року). Гол. ред. Г. П. Грибан. Житомир: Поліський нац. університет, 2024. С. 31–35.
4. Кондратюк А. Ю., Грибан Г. П. Роль спільноти у формуванні здорового способу життя молоді через танець брейкінг. *Спортивна наука – 2024: зб. наук. пр. IX Всеукр. наук.-практ. конф.* 24 травня 2024 року, Житомир. Гол. ред. Т. Б. Кутек. Житомир: Вид. центр ЖДУ ім. І. Франка, 2024. С. 34–38.
5. Хольченкова Н. Сучасний танець: основні напрями та характерні особливості розвитку. *Вісник НУЧК імені Т.Г. Шевченка* 2018. Т. 2. № 154. С. 183–186.
6. Clements L., & Nordin-Bates S. (2024). "It Always Comes Back to Intrinsic Motivation": A Qualitative Investigation into Facilitators of Engagement and Well-Being Across the Many Roles of a Dance Artist. *Journal of Dance Education*. P. 1-13.
7. 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.
8. Tsiouti N., Wyon M. (2021). Injury occurrence in Break Dance: An online Crosssectional Cohort study of Breakers. *Journal of Dance Medicine & Science: Official Publication of the International Association for Dance Medicine & Science*, 25(1). P. 2–8. Doi:10.12678/1089- 313X.031521a PMID:33706849
9. WDSF Breaking. (2024). Rules and Regulations Manual. *WDSF Breaking*. 113 p.

References

1. Griban G. P., Kondratyuk A. Yu., Laichuk A. M. (2023). Historia progressionis fractionis. *Physica educatio ac lusus in altioribus educationis institutis: problemata et fortunis*. Zhytomyr PNU. P. 17–20.
2. Derevyanko S. P. (2019). *Psychologia iuvenum subculturalium: monita Instituta et emendatoria*. Chernihiv: T.G. Universitas Nationalis Culturae et Artium. Shevchenko. 76 p.
3. Kondratyuk A. Yu., Griban G. P. (2024). Confractio systematis educationis physicae puerorum. *Physica educatio ac lusus in altioribus educationis institutis: problemata et prospectus: collectio. scientiarum Excessus* (Zhytomyr, 18 Martii, 2024). Metam. ed. G. P. Hryban Zhytomyr: Polesie Nationalis universitas. P. 31-35.
4. Kondratyuk A. Yu., Griban G. P. (2024). Munus communitatis ad sanam vivendi rationem pro iuvenibus per choros frangendos effingendis. *Sports Scientia 2024: collectio. of science Ave. IX Conf.* May 24, 2024, Zhytomyr. Metam. ed. T. B. Nook Zhytomyr: Publ. centrum ZhDU nomine ET. Frank. P. 34-38.
5. Holchenkova N. (2018). Chorus modernus: directiones praecipuae et lineamenta evolutionis notae. *Nomenclator de T.G. NUCHK Shevchenko*. Vol. 2. N. 154. P. 183-186.
6. Clements L., & Nordin-Bates S. (2024). "It Always Comes Back to Intrinsic Motivation": A Qualitative Investigation into Facilitators of Engagement and Well-Being Across the Many Roles of a Dance Artist. *Journal of Dance Education*. P. 1-13.
7. 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.
8. Tsiouti N., Wyon M. (2021). Injury occurrence in Break Dance: An online Crosssectional Cohort study of Breakers. *Journal of Dance Medicine & Science: Official Publication of the International Association for Dance Medicine & Science*, 25(1). P. 2–8. Doi:10.12678/1089- 313X.031521a PMID:33706849
9. WDSF Breaking. (2024). Rules and Regulations Manual. *WDSF Breaking*. 113 p.