

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ УМОВИ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ СКІПІНГУ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТАРШОКЛАСНИКІВ



Андрющенко Тетяна
Дніпровська академія неперервної освіти

DOI: 10.32540/2071-1476-2023-3-003

Abstract

Introduction and purpose of the study. The article presents the features of building a lesson program using skipping tools for high school students. The **purpose** is to scientifically substantiate and develop organizational and methodological conditions for classes with the priority use of skipping equipment with students of grades 10-11 of general secondary education institutions to increase the level of mastery of the jumping rope technique.

Material and methods. The study was conducted in Secondary comprehensive school No. 23 of the Kamian City Council. The following methods were used in the study: analysis of scientific and methodological literature, pedagogical experiment, pedagogical observation, pedagogical testing, methods of mathematical statistics. 36 boys and 37 girls took part in the study. Students who participated in the experiment were divided into four experimental groups depending on age and gender.

The **results** of the study show that taking into account the degree of mastery of students in jumping rope skills as a fundamental approach selecting skipping tools has proven its effectiveness. A reliable increase in results in the «Rope jumping in 1 minute» test was determined in boys and girls of experimental groups. After the experiment, no students were found who did not know the technique of jumping rope. Instead, a decrease in the number of students who possess the technique of exercises at an average level and an increase in the number of those who possess the technique of jumping at a sufficient and high level were found.

Conclusions. The effectiveness of the use of skipping tools is proven by providing certain organizational and methodological conditions for classes, which consist in the correct selection of equipment, the construction and content of educational material, the rational distribution of physical loads, a comprehensive approach to solving physical education tasks, etc.

Key words: physical education, lesson, high school students, skipping, organizational and methodical conditions.

Анотація

Вступ і мета дослідження. У статті представлено особливості побудови програми занять з використанням засобів скіпінгу для учнів старшого шкільного віку. **Мета** – науково обґрунтувати та розробити організаційно-методичні умови занять з пріоритетним використанням засобів скіпінгу з учнями 10-11 класів закладів загальної середньої освіти для підвищення рівня володіння технікою стрибків через скакалку.

Матеріал і методи. Дослідження проводилося на базі КЗО «Середня загальноосвітня школа № 23» Кам'янської міської ради. У дослідженні використано такі методи: аналіз науково-методичної літератури, педагогічний експеримент, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, методи математичної статистики. У дослідженні взяли участь 36 юнаків і 37 дівчат. Учні, які брали участь в експерименті, були розподілені на чотири експериментальні групи залежно від віку та статі.

Результати дослідження свідчать, що врахування ступеня володіння учнями навичками стрибків зі скакалкою, як основоположного підходу при підборі засобів скіпінгу, довело свою ефективність. Визначено достовірний приріст результатів у тесті «Стрибки через скакалку за 1 хв.» у юнаків і дівчат експериментальних груп. Після експерименту не виявлено учнів, які б не володіли технікою стрибків зі скакалкою. Натомість виявлено зниження кількості учнів, які володіють технікою вправ на середньому рівні, і збільшення кількості тих, хто володіє технікою стрибків на достатньому та високому рівнях.

Висновки. Результативність застосування засобів скіпінгу доведена забезпеченням певних організаційно-методичних умов для занять, які полягають у правильному підборі інвентарю, побудові та змісті навчального матеріалу, раціональному розподілі фізичних навантажень, комплексному підході до вирішення завдань фізичного виховання тощо.

Ключові слова: фізичне виховання, урок, старшокласники, скіпінг, організаційно-методичні умови.

Вступ. У зв'язку із проведенням освітніх реформ в Україні особливого значення набуває проблема удосконалення змісту навчальних програм, запровадження інноваційних технологій і підходів до здійснення фізичної підготовки школярів з урахуванням психофізичних особливостей розвитку дітей (Москаленко, Сидорчук, Решетилова, Михайленко, 2023).

Фізичне виховання в системі освіти має велике значення для формування особистості учня, розвитку ключових компетентностей випускника закладу освіти, відіграє провідну роль у вирішенні проблеми зміцнення і збереження здоров'я, підвищення рівня фізичної роботоздатності і підготовленості.

Низка авторів (Москаленко, 2009; Васьков, 2012; Амелічкіна, Шевчук, 2015; Власова, 2019) зазначають, що традиційні підходи до фізкультурно-оздоровчої діяльності часто не відповідають сучасним вимогам, не задовольняють біологічну потребу учнів у руховій активності, не враховують мотиваційні пріоритети школярів до фізичної культури і спорту.

Урахування інтересу учнів до певних видів спорту та рухової активності, за твердженням Безверхньої (2004), Федоренко (2012), Бойко (2013), Пристинського, Пристинської, Лакомова (2019) та ін., є запорукою формування стійкої мотивації до занять фізичними вправами протягом усього життя.

Учені (Федоренко, 2012; Беров, 2015; Матухно, 2016; Бала, Петро-

ва, 2019) зазначають, що учні старшого шкільного віку виявляють інтерес до сучасних видів рухової активності, практичним виявом яких є фізкультурно-оздоровчі технології і фітнес-програми.

Одним із популярних видів фітнес-програм аеробної спрямованості є скіпінг (роуп-скіпінг), заснований на використанні стрибків через скакалку у вигляді комбінацій стрибків, у поєднанні з акробатичними вправами тощо (Бойко, 2011, 2020; Касацька, Гейченко, 2013).

Незважаючи на достатню популярність скіпінгу як виду спортивної та рекреаційної діяльності (Бойко, 2011, 2016), у доступній літературі фрагментарно представлено підходи до впровадження засобів скіпінгу у практику фізичного виховання закладів загальної середньої освіти.

Мета – науково обґрунтувати та розробити організаційно-методичні умови занять з пріоритетним використанням засобів скіпінгу з учнями 10-11 класів закладів загальної середньої освіти для підвищення рівня володіння технікою стрибків через скакалку.

Матеріал і методи. Дослідження проводилося на базі КЗО «Середня загальноосвітня школа № 23» Кам'янської міської ради. У дослідженні використано такі методи: аналіз науково-методичної літератури, педагогічний експеримент, педагогічне спостереження, педагогічне тестування (тест «стрибки через скакалку за 1 хв.»), методи математичної статистики

(розрахунок середнього арифметичного значення \bar{X} , середнього квадратичного відхилення S , перевірка на відповідність закону нормального розподілу за критеріями Колмогорова-Смірнова та Шапіро-Вілка, порівняння середніх зв'язаних вибірок за t -критерієм Стьюдента; при перевірці достовірності за основу був прийнятий рівень надійності $P=95\%$).

У дослідженні взяли участь 36 юнаків і 37 дівчат. Учні, які брали участь в експерименті, були розподілені на чотири експериментальні групи залежно від віку та статі. У ЕГ1 увійшло 20 юнаків 10 класів, у ЕГ2 – 16 юнаків 11 класів, у ЕГ3 – 18 дівчат 10 класів, у ЕГ4 – 19 дівчат 11 класів.

Результати. Для досягнення мети та вирішення завдань фізичного виховання учнів старшого шкільного віку нами розроблено програму занять скіпінгом для учнів 10-11 класів, яка передбачала використання засобів стрибків через скакалку на уроках фізичної культури за різними варіативними модулями, а також безпосередньо варіативний модуль «Скіпінг».

До змісту розробленої програми занять включено близько 40 стрибкових вправ зі скакалкою, їх комбінацій та 10 ігор і естафет, які були реалізовані в системі 20 уроків фізичної культури протягом третьої чверті (варіативний модуль «Скіпінг»). Вправи скіпінгу включалися також у зміст інших варіативних модулів навчальної програми («Легка атлетика», «Футбол», «Волейбол») та виконувалися у

підготовчій частині уроку в формі комплексів загальнорозвивальних вправ наприкінці основної частини уроку – після вправ для розвитку швидкості та розучування нових вправ, у комплексах вправ для розвитку швидкісно-силових та координаційних здібностей, витривалості, а також у вигляді естафет та ігор зі скакалкою.

Підбір вправ скіпінгу для учнів експериментальних груп був заснований на рівні володіння учнями стрибковими вправами. Нами підібрано три групи вправ: для початківців (тобто тих, хто не вміє стрибати на скакалці або виконує норматив стрибків на низькому рівні), для тих, хто вміє стрибати і для тих, хто володіє технікою виконання стрибків на високому рівні. Оцінка рівня володіння технікою стрибків через скакалку здійснювалася за допомогою тесту «Стрибки через скакалку за 1хв.».

До першої групи вправ віднесено вправи, пов'язані із засвоєнням рухової дії і доведення її до ступеня навички, розвиток координації рухів рук і ніг.

До другої групи входили вправи, спрямовані на розвиток витривалості та швидкості в процесі стрибків через скакалку і освоєння більш складних за координаційною структурою рухових дій.

Третя група, що передбачає добре володіння стрибками через

скакалку, включала в себе вправи, що поєднують в собі різні за координаційною складністю стрибки (подвійні з обертанням вперед і назад; схресні, вперед і назад; стрибки з утриманням предметів між ногами; з просуванням вперед на обмеженій опорі та ін.).

З метою визначення приросту показників у тестуванні стрибків через скакалку нами зроблено порівняння результатів до та після експерименту у кожній віково-статевій групі досліджених, оскільки даний тест був основоположним при підборі засобів скіпінгу для різних форм занять учнів експериментальних груп. За результатами виконання даного тесту можна зробити висновок про рівень володіння технікою стрибкових вправ зі скакалкою, адже технічно правильне виконання дозволить продемонструвати високу швидкість обертання скакалки і, відповідно, найбільш можливу кількість стрибків за 1 хв.

Визначено (табл. 1), що різниці показників відповідають закону нормального розподілу за критерієм Колмогорова-Смірнова та критерієм Шапіро-Вілка. Визначено достовірний приріст результатів стрибків через скакалку в експериментальних групах відповідно до розрахунків t-критерія Стюдента. Слід зазначити, що середній показник стрибків у юнаків ЕГ1 до експерименту відповідав

середньому рівню навчальних досягнень (78,55 разів), після – достатньому (86,75 разів). У юнаків ЕГ2 також відзначено приріст із середнього (79,87 разів) до достатнього (86,87 разів) рівня навчальних досягнень. Дівчата експериментальних груп на початку дослідження мали в середньому достатній рівень навчальних досягнень за тестом (84,94 разів у ЕГ 3 і 88,94 разів у ЕГ 4), після експерименту результати відповідають високому рівню (95,00 разів у ЕГ 3 і 98,42 разів у ЕГ 4).

Для розподілу засобів скіпінгу на уроках фізичної культури нами розраховано відсотковий розподіл учнів за рівнем виконання тесту «стрибки через скакалку за 1 хв.» (рис. 1). Результати тестування на початку та наприкінці експерименту свідчать, що в обох експериментальних групах юнаків після експерименту не виявлено учнів, які б не володіли технікою стрибків через скакалку та виконували тест на низькому рівні, в той час як до експерименту таких учнів налічувалось 30% – у ЕГ1 та 25% – у ЕГ2.

Середній рівень навчальних досягнень до експерименту виявлено у 25% юнаків ЕГ1 і 25% юнаків ЕГ2. Після експерименту кількість таких учнів знизилася до 20% у ЕГ1 та до 18,75% у ЕГ2.

За іншими рівнями кількість юнаків, навпаки, збільшилася. Так, до експерименту достатній

Таблиця 1

Показники тесту «Стрибки через скакалку за 1 хв.» юнаків і дівчат експериментальних груп до та після експерименту

| Показник | Група | До експерименту | Після експерименту | Критерії узгодженості | | t; p |
|---------------------------------------|------------|-----------------|--------------------|-------------------------|-------------------|---------------|
| | | $\bar{X} \pm S$ | $\bar{X} \pm S$ | Колмогорова-Смірнова, p | Шапіро-Вілка W; p | |
| Стрибки через скакалку за 1хв., разів | ЕГ1 (n=20) | 78,55±6,87 | 86,75±7,69 | 0,190; p>,20 | 0,924; 0,120 | 15,154; 0,000 |
| | ЕГ2 (n=16) | 79,87±7,82 | 86,87±8,01 | 0,153; p>,20 | 0,903; 0,092 | 10,844; 0,000 |
| | ЕГ3 (n=18) | 84,94±8,84 | 95,00±8,04 | 0,134; p>,20 | 0,953; 0,488 | 13,696 0,000 |
| | ЕГ4 (n=19) | 88,94±10,21 | 98,42±11,36 | 0,169; p>,20 | 0,927; 0,152 | 13,330; 0,000 |

рівень мали 25% учнів ЕГ1 та 18,75% учнів ЕГ2. Після експерименту достатній рівень визначено у 30% юнаків ЕГ1 та 31,25% юнаків ЕГ2.

Кількість юнаків, які мали високий рівень виконання тесту «стрибки через скакалку за 1 хв.», серед юнаків ЕГ1 збільшилася з 20% до 50%, серед юнаків ЕГ2 – з 31,25% до 50%.

Отже, після експерименту половина учнів відносяться до підгрупи, яка може оволодівати складнокоординаційними видами стрибків через скакалку.

Згідно відсоткового розподілу учениць експериментальних груп за тестом «Стрибки через скакалку за 1 хв.» виявлено значне покращення результатів протягом експерименту (рис. 2). Наприкінці дослідження не виявлено дівчат з низьким рівнем навчальних досягнень за даним тестом, в той час як до експерименту у ЕГ3 було 16,7% таких дівчат, у ЕГ4 – 15,8%. Також зменшилася кількість школярок із середнім рівнем: у ЕГ3 з 22,2% до 11,1%, у ЕГ4 з 21,05% до 10,5%. Достатній рівень виконання тесту до експерименту визначено у

22,2% дівчат ЕГ3 і 21,05% дівчат ЕГ4. Після експерименту кількість учениць з достатнім рівнем у ЕГ3 не змінилася, а у ЕГ4 збільшилася до 26,3%. Значно збільшилася кількість дівчат, які виконали тест у стрибках на високому рівні: у ЕГ3 з 38,9% до 66,7%, у ЕГ4 – з 42,1% до 63,2%. Це свідчить про те, що більша кількість учениць оволоділи технікою стрибків через скакалку і виконують стрибки високої координаційної складності та швидкості.

Отримані дані підтверджують ефективність використання засо-

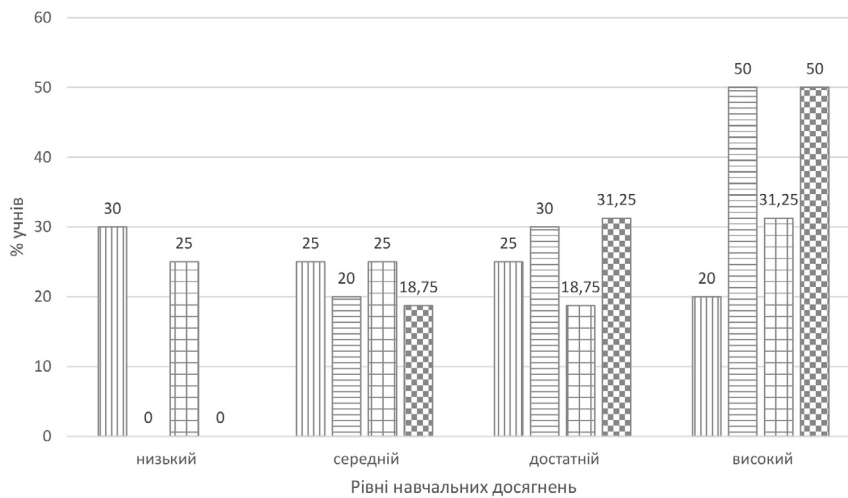


Рис. 1. Відсотковий розподіл рівнів навчальних досягнень юнаків експериментальних груп за тестом «Стрибки через скакалку за 1 хв.», %

Примітки: – ЕГ1 до експерименту; – ЕГ1 після експерименту; – ЕГ2 до експерименту; – ЕГ2 після експерименту.

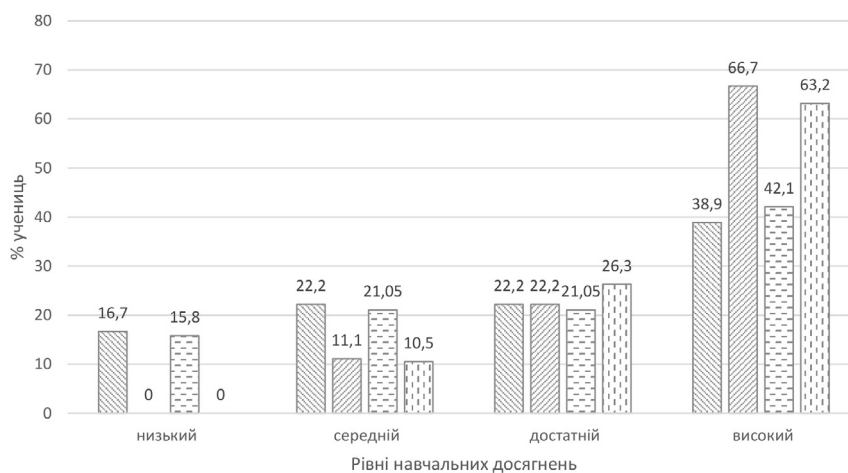


Рис. 2. Відсотковий розподіл рівнів навчальних досягнень дівчат експериментальних груп за тестом «Стрибки через скакалку за 1 хв.», %

Примітки: – ЕГ3 до експерименту; – ЕГ3 після експерименту; – ЕГ4 до експерименту; – ЕГ4 після експерименту.

бів скіпінгу у фізичному вихованні старшокласників.

Дискусія. Організація та проведення уроків фізичної культури на сучасному науково-методичному рівні потребують від учителя пошуку інноваційних шляхів та методів реалізації освітнього процесу в школі. Багато уваги повинно приділятися впровадженню новітніх технологій в освітній процес закладів загальної середньої освіти, а саме – інноваційних варіативних модулів навчальної програми з фізичної культури, які за умови використання простого інвентарю та обладнання допоможуть підвищити ефективність освітнього процесу та мотивацію учнів до систематичних занять фізичними вправами та ведення здорового способу життя. Сучасними варіативними модулями навчальної програми з фізичної культури вважаються: «Чирлідінг», «Фістбол», «Корфбол», «Флорбол», «Петанк», «Хортинг», «Фрісбі», «Степ-аеробіка», «Бадмінтон» та інші.

Дослідження Ячнюк зі співавт. (2008), Саїнчука (2012), Перегінець, Долженко (2016), Бали, Петрової (2019), Sevil, Sánchez-Miguel, Pulido, Práxedes, Sánchez-Oliva (2018) свідчать про підвищення інтересу учнів до сучасних та інноваційних видів рухової активності. Тому нами запропоновано програму занять з пріоритетним використанням засобів скіпінгу з метою покращення компонентів фізичного стану учнів старшого шкільного віку, враховуючи інтерес школярів до даного виду рухової активності.

Результати експериментів Правдова, Корневої (2010), Школи, Пятницької (2017) доводять позитивний вплив занять скіпінгом на показники фізичної підготовленості. Бойко, Карнюхіна (2018) стверджують, що вправи скіпінгу сприяють покращенню когнітивних функцій.

Обґрунтування і розробка експериментальної програми занять скіпінгом дозволила нам виділити основні організаційно-методичні умови її використання у фізичному вихованні старшокласників. До них відносяться:

- урахування інтересу учнів до певного виду рухової активності, аналіз мотивів та потреб школярів у фізкультурно-оздоровчій діяльності для індивідуалізації навчання;
- забезпечення правильно підібраним інвентарем та обладнанням;
- комплексний підхід у виборі засобів і методів навчання елементам скіпінгу для вирішення освітніх, оздоровчих та виховних завдань;
- раціональна побудова та диференціація змісту навчального матеріалу з урахуванням ступеня складності вправ;
- підбір спеціальних вправ скіпінгу для розвитку фізичних якостей учнів;
- вибір оптимальної величини фізичного навантаження для досягнення оздоровчого ефекту;
- визначення адекватності педагогічного впливу з використанням різних форм контролю;

- активізація самостійної роботи учнів через систему домашніх завдань;
- створення умов для продуктивної взаємодії учнів в процесі навчання.

Представлені результати розширюють дослідження Правдова, Корневої (2010), Касацької, Гейченко (2013), Школи, Пятницької (2017), Ha, Burnett, Sum, Medic, Ng (2015), Ha, Wong, Chan, Fishburne (2006) про позитивний вплив занять скіпінгом на організм тих, хто займається.

Висновки. Результати педагогічного експерименту довели ефективність використання засобів стрибків зі скакалкою у фізичному вихованні учнів старшого шкільного віку протягом навчального року – у варіативних модулях навчальної програми в різних частинах заняття, а також у окремому варіативному модулі «Скіпінг». Результативність застосування засобів скіпінгу доведена забезпеченням певних організаційно-методичних умов для занять, які полягають у правильному підборі інвентарю, побудові та змісті навчального матеріалу, раціональному розподілі фізичних навантажень, комплексному підході до вирішення завдань фізичного виховання тощо.

Перспективи подальших досліджень полягають в обґрунтуванні програми занять скіпінгом для учнів середнього шкільного віку.

Конфлікт інтересів. Автор заявляє, що не існує конфлікту інтересів.

Література

1. Амелічкіна В.В., Шевчук Т.В. Рухова активність школярів – запорука здорового способу життя. Студентська спортивна наука: зб. наук. пр. Житомир. держ. ун-ту ім. Івана Франка. 2015. С. 8-11.
2. Бала Т., Петрова А. Аналіз ставлення школярів старших класів до інноваційних видів рухової діяльності у системі шкільної фізичної освіти. Слобожанський науково-спортивний вісник.

References

1. Amelichkina V.V., Shevchuk T.V. (2015). Physical activity of schoolchildren is the key to a healthy lifestyle. Studentska sportivna nauka: zb. nauk. pr. Zhitomir. derzh. un-tu im. Ivana Franka, 8-11. (In Ukrainian).
2. Bala T., Petrova A. (2019). Analysis of the attitude of high school students to innovative types of motor activity in the system of school physical education.

2019. № 4(72), С. 33-37. doi:10.15391/snsv.2019-4.006
3. Безверхня Г.В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5-11-х класів: дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / Уман. держ. пед. ун-т ім. П. Тичини. Умань, 2004. 258 с.
 4. Беров А.І. Мотивація школярів середньої та старшої школи до занять фізичною культурою. Актуальні питання фізичної культури: 6-та Міжнар. електрон. наук.-практ. конф. студ. та молодих вчених. Одеса, 2015. С. 8-9.
 5. Бойко В.В. Азбука роуп-скиппинга: учебно-методическое пособие. Орел: МАБИВ, 2020. 48 с.
 6. Бойко В.В. Скиппинг как форма физической рекреации (rope– skipping): метод. указания по проведению практических занятий. Орел: ФГБОУ ВПО «Госуниверситет – УНПК», 2011. 52 с.
 7. Бойко В.В. Школьная Физкультура. Rope skipping (спортивная скакалка) – вид спорта доступный для всех. Наука-2020. 2016. №1 (7). С. 140-147.
 8. Бойко В.В., Карныхина Л.А. Применение средств роуп-скиппинга для улучшения когнитивных функций детей школьного возраста. Ученые записки Орловского государственного университета. 2018. № 3 (80). С. 219-223.
 9. Бойко О. Теоретичні аспекти впливу мотиваційних складових на підвищення ефективності занять із фізичної культури. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2013. № 1(21). С. 94-98.
 10. Васюков Ю.В. Инновационные подходы в организации учебного процесса учащихся общеобразовательных школ. Физическое воспитание студентов. 2012. № 1. С. 24-29.
 11. Власова С.В. Організаційно-методичні засади використання засобів катання на роликових ковзанах у фізкультурно-оздоровчих заняттях з учнями 5-6 класів: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», 2019. Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Дніпро, 2019. 260 с.
 12. Касацкая Т.Е., Гейченко С.П. Использование средств роуп-скиппинга в физическом воспитании студентов. Физическая культура, спорт и здоровье: проблемы и пути их развития: Международная научно-практическая конференция, 17-18 января 2013 г. Чебоксары: ЧИЭМ «СПБГПУ», 2013. С.72-74.
 13. Матухно О.В. Формування мотивації до занять фізичною старшокласників засобами оздоровчого фітнесу. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. 2016. Вип. 11(81). С. 77-79.
 3. Slobozhanskii naukovo-sportivnii visnik, 4(72): 33-37. (In Ukrainian).
 3. Bezverkhnya G.V. (2004). Motivation for physical education and sports for schoolchildren in grades 5-11: dis. ... kand. nauk z fiz. vikh. i sportu: 24.00.02 / Uman. derzh. ped. un-t im. P. Tichini. (In Ukrainian).
 4. Berov A.I. (2015). Motivation of middle and high school students to engage in physical education. Aktualni pitannya fizichnoi kulturi: 6-ta Mizhnar. yelektron. nauk.-prakt. konf. stud. ta molodikh vchenikh. Odesa, 8-9. (In Ukrainian).
 5. Boiko V.V. (2020). Rope skipping ABCs: uchebno-metodicheskoe posobie. Orel. (In Russian).
 6. Boiko V.V. (2011). Skipping as a form of physical recreation (rope–skipping): metod. ukazaniya po provedeniyu prakticheskikh zanyatii. Orel.
 7. Boiko V.V. (2016). School Physical Education. Rope skipping (sports rope) is a sport accessible to everyone. Nauka-2020, 1 (7): 140-147.
 8. Boiko V.V., Karnyukhina L.A. (2018). The use of rope-skipping tools to improve the cognitive functions of school-age children. Uchenie zapiski Orlovskogo gosudarstvennogo universiteta, 3 (80): 219-223.
 9. Boiko O. (2013). Theoretical aspects of the influence of motivational components on increasing the effectiveness of physical education classes. Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi, 1(21): 94-98. (In Ukrainian).
 10. Vaskov Yu.V. (2012). Innovative approaches to the organization of the educational process of students in secondary schools. Fizicheskoe vospitanie studentov, 1: 24-29.
 11. Vlasova S.V. (2019). Organizational and methodological principles of using roller skating equipment in physical education classes with students of grades 5-6: dys. ... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: 24.00.02 / DVNZ «Pereiaslav-Khmelnyskyi derzhavnyi pedahohichniy universytet imeni Hryhoriia Skovorody», Prydniprovska derzhavna akademiia fizychnoi kultury i sportu, Dnipro. (In Ukrainian).
 12. Kasatskaya T.E., Geichenko S.P. (2013). The use of rope skipping in the physical education of students. Fizicheskaya kultura, sport i zdorove: problemi i puti ikh razvitiya: Mezhdunarodnaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya, 17-18 yanvarya 2013 g. Cheboksari.
 13. Matukhno O.V. (2016). Formation of motivation for physical education of high school students by means of health-improving fitness. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova, 11(81): 77-79. (In Ukrainian).
 14. Moskalenko N., Sydorhuk T., Reshetylova V., Mykhailenko Yu. (2023). Ways of improving physical

14. Москаленко Н., Сидорчук Т., Решетилова В., Михайленко Ю. Шляхи удосконалення фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти. Спортивний вісник Придніпров'я. 2023. №1. С. 102-111. DOI: 10.32540/2071-1476-2023-1-102
15. Москаленко Н.В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів: автореф. дис. ... доктора наук з фіз. вих. та спорту: 24.00.02 / Національний університет фізичного виховання і спорту України. К., 2009. 42 с.
16. Перегінєць М.М., Долженко Л.П. Мотиви та інтереси старшокласників до організації процесу фізичного виховання в загальноосвітніх закладах. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2016. № 4. С. 71-76.
17. Правдов М.А., Корнева М.А. Влияние занятий скипингом на физическую подготовленность студентов. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2010. № 7(65). С. 64-67.
18. Пристинський В.М., Пристинська Т.М., Лакотов С.В. Школа сприяння здоров'я як чинник формування в учнівської молоді позитивної мотивації до систематичних занять фізичною культурою і спортом. Педагогіка й сучасні аспекти фізичного виховання: збірник наукових праць V Міжнародної науково-практичної конференції (17-18 квітня 2019 року) / за заг. ред. Ю.О. Долинного. Краматорськ : ДДМА, 2019. С. 92-99.
19. Саїнчук М.М. Формування ціннісних орієнтацій в сфері фізичної культури і спорту учнів старших класів у процесі фізичного виховання: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / НУФВСУ. К., 2012. 22 с.
20. Федоренко Є.О. Формування мотивації до спеціально організованої рухової активності старшокласників: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. та спорту: 24.00.02 / Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту. Дніпропетровськ, 2012. 22 с.
21. Школа О.М., Пятницька Д.В. Вплив занять фізичного виховання з використанням елементів скіпінгу на розвиток рухових якостей студентів. Розвиток Європейського простору очима молоді: економічні, соціальні та правові аспекти: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. докторантів, молодих учених та студентів. Харків, 2017. С. 2628-2633.
22. Ячнюк І., Ячнюк Ю., Ячнюк М. Мотиви до занять фізичною культурою та спортом учнів старших класів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2008. № 2. С. 303-306.
23. Ha A.S., Burnett A., Sum R., Medic N., Ng J.Y.Y. Outcomes of the Rope Skipping 'STAR' Programme for Schoolchildren. Journal of Human Kі-education in institutions of general secondary education. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia, 1: 102-111. (In Ukrainian).
15. Moskalenko N.V. (2009). Theoretical and methodological principles of innovative technologies in the system of physical education of younger schoolchildren: avtoref. dys. ... doktora nauk z fiz. vykh. ta sportu: 24.00.02 / Natsionalnyi universytet fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy. Kyiv. (In Ukrainian).
16. Perehinets M.M., Dolzhenko L.P. (2016). Motives and interests of high school students in the organization of the process of physical education in general educational institutions. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu, 4: 71-76. (In Ukrainian).
17. Pravdov M.A., Korneva M.A. (2010). Influence of skipping lessons on students' physical readiness. Uchenie zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta, 7(65): 64-67. (In Russian).
18. Prystynskiy V.M., Prystynska T.M., Lakomov S.V. (2019). School of health promotion as a factor in the formation of positive motivation among students for systematic physical education and sports. Pedahohika y suchasni aspekty fizychnoho vykhovannia: zbirnyk naukovykh prats V Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (17-18 kvitnia 2019 roku) / za zah. red. Yu.O. Dolyynnoho. Kramatorsk. (In Ukrainian).
19. Sainchuk M.M. (2012). The formation of value orientations in the field of physical culture and sports of high school students in the process of physical education: avtoref. dys. ... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: 24.00.02 / NUFVVSU. Kyiv. (In Ukrainian).
20. Fedorenko Ye.O. (2012). Formation of motivation for specially organized motor activity of high school students: avtoref. dys. ... kand. nauk z fiz. vykh. ta sportu: 24.00.02 / Dnipropetrovskiy derzhavnyi instytut fizychnoi kultury i sportu. Dnipropetrovsk. (In Ukrainian).
21. Shkola O.M., Piatnytska D.V. (2017). The influence of physical education classes using elements of skipping on the development of motor skills of students. Rozvytok Yevropeiskoho prostoru ochyma molodi: ekonomichni, sotsialni ta pravovi aspekty: materialy Vseukr. nauk.-prakt. konf. doktorantiv, molodykh uchenykh ta studentiv. Kharkiv, 2628-2633. (In Ukrainian).
22. Yachniuk I., Yachniuk Yu., Yachniuk M. (2008). Motives for physical culture and sports of high school students. Fizychno vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi, 2: 303-306. (In Ukrainian).
23. Ha A.S., Burnett A., Sum R., Medic N., Ng J.Y.Y. (2015). Outcomes of the Rope Skipping

- netics. 2015. Volume 45. P. 233-240. DOI: 10.1515/hukin-2015-0024
24. Ha A.S., Wong S., Chan D.W., Fishburne G. Effects of a skipping and health education program among school children in Hong Kong. J ICHPER-SD 2006. Vol. 42. P. 14-19.
25. Sevil J., Sánchez-Miguel P.A., Pulido J.J., Práxedes A., Sánchez-Oliva D. Motivation and Physical Activity: Differences between High School and University Students in Spain. Perceptual and motor skills. 2018. Vol. 125(5). P. 894-907. <https://doi.org/10.1177/0031512518788743>
- ‘STAR’ Programme for Schoolchildren. Journal of Human Kinetics, 45: 233-240. DOI: 10.1515/hukin-2015-0024
24. Ha A.S., Wong S., Chan D.W., Fishburne G. (2006). Effects of a skipping and health education program among school children in Hong Kong. J ICHPER-SD, 42: 14-19.
25. Sevil J., Sánchez-Miguel P.A., Pulido J.J., Práxedes A., Sánchez-Oliva D. (2018). Motivation and Physical Activity: Differences between High School and University Students in Spain. Perceptual and motor skills, 125(5): 894-907. <https://doi.org/10.1177/0031512518788743>

Андрющенко Тетяна

Дніпровська академія неперервної освіти

м. Дніпро, вул. Володимира Антоновича, 70, 49006, Україна

e-mail: andruchsenkotg@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-8189-7515>