

# Складники рухової активності хлопців 8–9-х класів в освітньому просторі школи

Сергій Трачук, Віктор Голуб, Василь Довгаль,  
Сергій Сиротюк

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

**Анотація.** Стратегія розбудови безпечної і здорового освітнього середовища є визначальною в контексті вектора соціального, культурного та економічного розвитку всіх країн. Сьогодні сучасна українська освіта, орієнтуючись на світові вектори розвитку, визнає необхідним створення безпечної здорового освітнього середовища для забезпечення прав дітей на освіту та надання їм якісних освітніх послуг. Розбудова безпечної здорового освітнього середовища у новій українській школі здійснюється в комплексі з розвитком фізичної культури, посиленням рухової активності та формуванням стійких поведінкових орієнтирів. Інтервенції з підвищення рухової активності молоді в освітньому середовищі визнаються як один із економічно ефективних підходів до збереження здоров'я і формування якості життя підрастаючого покоління. *Мета.* Дослідити складники, що формують рухову активність хлопців 8–9-х класів в освітньому просторі закладу загальної середньої освіти. *Методи.* Теоретичний аналіз і узагальнення наукової літератури; метод системного аналізу; методика оцінювання рухової активності; статистичні методи обробки отриманих даних. *Результати.* Вивчення складників рухової активності за хлопців 8–9-х класів столичної та містечкової шкіл дозволяє визначити ризики до негативного впливу малорухливого способу життя хлопців середнього шкільного віку в урочний та позаурочний час і констатувати той факт, що вони є структурно різні в її наповненні. На наш погляд, незалежно від регіону проживання, важливими показниками є виконання ранкової гімнастики, відвідування уроків фізичної культури (активність на них), заняття в спортивних секціях/гуртках, активність на уроках і ходьба пішки. Важливими інтервенціями для формування поведінкових орієнтацій дітей середнього шкільного віку є: заохочення рухової активності в освітньому середовищі; активні програми позашкільної активності на секціях/гуртках; заохочення рухової активності під час перерв; використання рухової активності під час інших академічних занять у класі (активні класи); інклюзивні/індивідуальні підходи до реалізації рухової активності. **Ключові слова:** рухова активність, здоров'я, підлітки, поведінкові орієнтації

Serhiy Trachuk, Viktor Holub, Vasyl Dovhal, Serhiy Syrotiuk

## COMPONENTS OF PHYSICAL ACTIVITY OF 8-9<sup>TH</sup> GRADE BOYS IN THE EDUCATIONAL SPACE OF THE SCHOOL

**Abstract.** The strategy of building a safe and healthy educational environment is crucial in the context of the vector of social, cultural, and economic development of all countries. Today, modern Ukrainian education, focusing on global development vectors, recognizes the need to create a safe and healthy educational environment to ensure children's rights to education and provide them with quality educational services. The development of a safe and healthy educational environment in the new Ukrainian school is carried out in conjunction with the development of physical education, increased physical activity, and the development of sustainable behavioral orientations. Interventions aimed at increasing physical activity of young people in the educational environment are recognized as one of the cost-effective approaches to preserving the health and shaping the quality of life of the growing generation. *Objective.* To investigate components forming physical activity of 8-9<sup>th</sup> grade boys in educational space of general secondary education institution. *Methods.* Theoretical analysis and generalization of scientific literature; method of systemic analysis; method of physical activity assessment; and statistical methods of data analysis. *Results.* The study of physical activity components in 8-9<sup>th</sup> grade boys of one metropolitan and one small-town schools allows to identify the risks of negative influence of sedentary lifestyle in middle school age boys during lesson and extracurricular time and to conclude that they are structurally different in the content. In our opinion, regardless of the region of residence, important indicators are morning exercises, active engagement in physical education classes, participation in sports

Trachuk S., Holub V., Dovhal V., Syrotiuk S. Components of physical activity of 8-9<sup>th</sup> grade boys in the educational space of the school. *Theory and Methods of Physical Education and Sports*. 2023; 4: 60–65  
DOI: 10.32652/tmfvs.2023.4.60–65

Трачук С., Голуб В., Довгаль В., Сиротюк С. Складники рухової активності хлопців 8–9-х класів в освітньому просторі школи. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023; 4: 60–65  
DOI: 10.32652/tmfvs.2023.4.60–65

**Вступ.** Передова практика свідчить, що рухова активність, особливо в період шкільних років, має велике значення для повноцінного вікового розвитку, профілактики шкідливих звичок і негативних змін, які мають місце у сучасному способі життя дітей та підлітків [2–4, 16, 18].

Незважаючи на відому користь і визнання рухової активності, спостерігається глобальна тенденція до її зниження. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, у всьому світі не відповідають глобальним рекомендаціям з фізичної активності на користь здоров'я 23 % дорослих і 81 % підлітків 11–17 років [15, 17].

У доповіді про стан фізичної активності у профілі України відмічено, що поширеність малорухливої поведінки серед підлітків 11–17 років серед хлопців становить 71 % та 83 % – серед дівчат [17].

Інтервенції з підвищення рухової активності молоді в освітньому середовищі визнають як один із економічно ефективних підходів до збереження здоров'я і формування якості життя підрастаючого покоління [5, 11–14].

Сьогодні сучасна українська освіта, орієнтуючись на світові вектори розвитку, визнає необхідним створення безпечної здорового освітнього середовища для забезпечення прав дітей на освіту та надання їм якісних освітніх послуг.

Дослідження проведено відповідно до теми Зведеного плану НДІ НУФВСУ 2021–2025 рр. 3.1 «Удосконалення системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей, підлітків і молоді в закладах освіти» (номер держреєстрації 0121U108938).

**Мета дослідження** – вивчити складники, що формують рухову активність хлопців 8–9-х класів в освітньому просторі закладу загальної середньої освіти.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення наукової літератури; метод системного аналізу; методика оцінювання рухової ак-

sections/groups, activity in class, and walking. Important interventions for development of behavioral orientations of middle school children are: encouraging physical activity in the educational environment; after-school activity programs in sections/groups; encouraging physical activity during breaks; using physical activity during other academic activities in the classroom (active classes); inclusive/individual approaches to physical activity implementation.  
**Keywords:** physical activity, health, adolescents, behavioral orientations.

тивності; методи математичної статистики.

**Результати дослідження.** Комплексне оцінювання за інтегральним показником дозволить отримати реальну модель рухової активності та ефективно здійснювати різного характеру інтервенції для оптимізації рівня рухової активності, збереження і зміцнення здоров'я школярів.

Дослідження проводили на базі закладів загальної середньої освіти (ЗЗСО) м. Київ та м. Тетіїв Київської області. У них взяли участь хлопці 8–9-х класів (n = 82). Було використано запитання з анкети «Моя рухова активність» [6]. Визначали такі домени: на уроках я активний/люблю виходити до дошки; на уроках кілька разів відповідаю стоячи; на уроках разом з класом роблю кілька фізичних вправ (фізкультурні хвилинка); на перерву виходжу відразу після дзвоника; під

час перерв рухаюся (ігри з друзями, ходьба, біг); під час великої перерви виходжу на шкільне подвір'я; відвідую уроки фізкультури, на уроках фізкультури займаюся у повну силу, займаюся у шкільних спортивних секціях /гуртках.

Порівняльний аналіз якісних структурних компонентів режиму рухової активності здійснювали в розрізі рандомного вибору двох закладів загальної середньої освіти, що знаходяться в різних територіальних локаціях.

Для характеристики загальної ситуації стосовно рухової активності було досліджено питання активності під час уроків, адже метаболічна вагіть цих локомоцій також має певну вагу в структурі добової рухової активності.

У хлопців середнього шкільного віку досліджували питання їх активності на уроках, чи виходять до до-

шки, зокрема чи відповідають на уроках стоячи, чи мають місце в уроках фізкультурні хвилинки і чи їх виконують (табл. 1).

Про активність на уроках, яка супроводжується виходом до дошки і відповідями біля неї з виконанням завдань було відмічено хлопцями 8-х та 9-х класів школи в містечку, відповідно 31,25 і 43,75 %. Часто виходять до дошки тільки 45 % хлопців 9-го класу столичної школи. Інколи виходять до дошки відповідати в столичній школі 86,7 % хлопців у 8-му класі і тільки 45 % – у 9-му класі. Відповідають стоячи на уроках у 8-му класі 56,25 % і 18,75 % у 9-му класі в містечковій школі.

У столичній школі про те, що відповідають на уроках стоячи, зазначили 30 % хлопців 8-го і 55 % – 9-го класів. Загалом більшість хлопців зазначених шкіл відмітили, що відповідають стоячи часто. Незначний відсоток є і тих, що відповідають стоячи інколи, або взагалі не відповідають стоячи.

Підсумовуючи, можна припустити, що, можливо, формат відповідей у різних закладах освіти і з урахуванням методів роботи викладача дозволяє робити це сидячи.

**Таблиця 1.** Складники рухової активності хлопців 8–9-х класів в просторі класного кабінету на уроці в рандомних школах, %

Питання	Відповідь	Клас			
		8-й		9-й	
		ЗЗСО (Київ)	ЗЗСО (Тетіїв)	ЗЗСО (Київ)	ЗЗСО (Тетіїв)
		n = 30	n = 16	n = 20	n = 16
Активні і виходять до дошки	Так	–	–	–	–
	Часто	13,3	31,25	45	43,75
	Інколи	86,7	50	45	50
	Ніколи	–	18,75	10	6,25
Відповідають на уроках стоячи	Так	30	56,25	55	18,75
	Часто	46,7	31,25	40	56,25
	Інколи	20	12,5	5	18,75
	Ніколи	3,3	–	–	6,25
Виконують вправи фізкультурних хвилин	Так	–	–	–	–
	Часто	–	–	–	–
	Інколи	36,7	68,75	80	56,25
	Ніколи	63,3	31,25	20	43,75

Таблиця 2. Характер рухової активності хлопців 8–9-х класів на перервах у рандомних школах різних типів поселення, %

Питання	Відповідь	Клас			
		8-й		9-й	
		ЗЗСО (Київ)	ЗЗСО (Тетіїв)	ЗЗСО (Київ)	ЗЗСО (Тетіїв)
		n = 30	n = 16	n = 20	n = 16
Виходять на перерву одразу після дзвінка	Так	6,7	37,5	15	25
	Часто	63,3	43,75	70	56,25
	Інколи	30	18,75	15	18,75
	Ніколи	–	–	–	–
Фізично активні на перерві	Так	20	43,75	15	18,75
	Часто	50	56,25	55	68,75
	Інколи	20	–	20	12,5
	Ніколи	10	–	10	–
На перерві виходять на шкільне подвір'я	Так	10	56,25	20	31,25
	Часто	23,3	37,5	25	43,75
	Інколи	63,3	6,25	55	25
	Ніколи	3,3	–	20	–

Розглядаючи потенціал використання такої малої форми організації занять, як фізкультурна хвилинка, можна відзначити, що в переважній більшості хлопці їх виконують досить рідко, а згідно з твердження анкети – інколи.

Про епізодичне виконання фізкультурних хвилинки відмітили всі опитувані хлопці 8-х і 9-х класів столичної (36,7 % і 68,75 %) і містечкової школи (80 % і 56,25 %), решта зазначила, що дану активність вони не виконують взагалі.

Активність хлопців середнього шкільного віку на перервах є також складовою рухової активності протягом дня, дані результати опитування представлено в таблиці 2.

Після дзвінка хлопці одразу виходять з класу на перерву в столичній школі завжди у 8-му класі – 6,7 %, в 9-му класі частка їх збільшується до 15 %. Про те, що часто виходять на перерву після дзвінка, серед опитованого контингенту найчастіше повідомили хлопці в 9-му класі – 70 %, у 8-му класі – 63,3%.

У містечковій школі після дзвінка хлопці одразу виходять з класу на

перерву у 8-му класі – 37,5 % опитованих, у 9-му класі частка їх зменшується і становить 25 %. Серед хлопці 8-го і 9-го класу, відповідно 43,75 і 56,25 % зазначили, що часто виходять на перерву після дзвінка.

На перервах постійно фізично активні хлопці столичної школи у 8-му класі – 20 % та 15 % опитованих у 9-му класі. Часто проявляють фізичну активність на перервах переважно хлопці 8-го і 9-го класів – 50 і 55 %, однак є такі, що інколи проявляють таку активність.

У містечковій школі про постійну активність на перерві повідомили всі групи хлопці, однак більший відсоток було відмічено в 8-му класі – 43,75 %. Проявляють фізичну активність на перервах часто та інколи в 5-му класі – 56,25 %, в 9-му класі – 68,75 % і 12,5 % опитованих хлопців.

У структурі відповідей хлопців 8–9-х класів на запитання «чи на великих перервах вони виходять на шкільне подвір'я» фігурує «так», «часто» та «інколи», а отже 20 хв вони мають активність з певною метаболічною вартістю низької та помірної інтенсивності.

Отримані результати дозволяють розглянути їх зі сторони наявності в освітньому середовищі ЗЗСО визначених населених пунктів функціональних зон для проведення часу на перерві, прогулянок, активних ігор тощо.

У таблиці 3 представлено відвідуваність і активне залучення хлопців середнього шкільного віку на урок фізкультури. В столичній школі уроки фізкультури відвідують переважно завжди 80 % опитованих хлопців 9-го класу. Загалом часто відвідують уроки фізкультури 73,3% опитаних хлопців 8-го класу та 20 % – 9-го класу. Займаються на повну силу на уроках фізкультури часто і завжди хлопці 8-го класу (25 і 73,3 %) та рівномірно по 50 % хлопці в 9-му класі.

У містечковій школі постійно відвідують уроки фізичної культури 50 % восьмикласників і 75 % дев'ятикласників, також є частка таких, хто робить це часто або інколи.

На уроках фізичної культури на повну силу постійно та часто займаються більшість хлопців, незалежно від року навчання.

Наступним компонентом, який дає характеристику рухової активності

**Таблиця 3.** Відвідування і активність хлопців 8–9-х класів на уроках фізичної культури, %

Локація закладу освіти	Клас	n	Відвідую уроки фізкультури				Займаюся на повну силу на уроках фізичної культури			
			Так	Часто	Інколи	Ні	Так	Часто	Інколи	Ні
м. Київ	8-й	30	–	73,3	26,7	–	25	73,3	6,7	–
м. Тетіїв		16	50	25	25	–	37,5	25	37,5	–
м. Київ	9-й	20	80	20	–	–	50	50	–	–
м. Тетіїв		16	75	25	–	–	37,5	62,5	–	–

хлопців 8–9-х класів, є їх участь у шкільних/ спортивних секціях (табл. 4).

Встановлено, що займаються у шкільних гуртках/позашкільних спортивних секціях 4-5 разів на тиждень 26,7 % восьмикласників і 20 % дев'ятикласників столичної школи. В містечковій школі тільки 12,5 % восьмикласників відмітили таку кратність занять.

Серед восьмикласників відвідують 2–3 рази на тиждень шкільні/позашкільні спортивні секції 66,6 % хлопців столичної школи, і тільки 25 % – містечкової.

Збільшується частка тих, хто інколи відвідує шкільні/позашкільні спортивні секції в 9-му класі, до 50 % в столичній школі. Відмінна тенденція в містечковій школі де частка тих, хто це робить іноді, становить 25 % і ніколи не відвідує – 25 %.

З іншого боку, потрібно деталізувати, чи для даного контингенту є відповідна кількість секцій та гуртків, що могло стати і визначальним у відповідях опитуваних дівчат 8–9-х класів.

За даними спеціальної літератури, зустрічаються факти досліджень, де регулярно займається менше учнів у шкільних спортивних/хореографічних гуртках, ніж у позашкільних.

Це може свідчити про непривабливість шкільних гуртків для дітей середнього шкільного віку, однак виваженість батьків і стереотипів потребує просвітницької роботи.

**Дискусія.** Вивчення складників рухової активності в освітньому просторі ЗЗСО різного розташування та соціального забезпечення свідчить про ймовірне зниження інтегрального показника рухової активності з 8-го по 9-й клас у всіх закладах.

Загалом у розвинених країнах ситуація зі зниженням рухової активності є актуальним предметом дослідження в пошуку ефективних шляхів вирішення таких поведінкових змін у молоді. Дані моніторингу Департаменту охорони здоров'я та соціальних служб США свідчать, що кількість учнів середнього і старшого шкільного віку, які повідомили про нижчі показники щоденного відвідування уроків фізичної культури, зменшилася з 42 до 25 % у період з 1991 до 1995 р. зі стаюю тенденцією до 2015 р. [20].

За даними учених [1] визначено кореляційний зв'язок зниження фізичної активності на уроках з 5-го по 9-й клас ( $r = -0,41$ ), частка учнів, які беруть участь у фізкультурних хвилинках, у 3,7 раза, активно виходять до дошки – в 3,5 раза, відповідають стоячи – удвічі. Ця тенденція мала схожість і в наших дослідженнях, що вимагає пошуку ефективних механізмів впливу.

За даними досліджень, на прогностичну модель здоров'я хлопців-підлітків за визначеними детермінантами суттєво впливає вік підлітків (зокрема старше 14,5 року), індекс маси тіла, наявність хронічних захворю-

вань, тривалість сну менше 9 год на добу, низький рівень доходів сім'ї, відсутність спільної рухової активності з батьками і спільних занять. Також важливим фактором ризику для здоров'я хлопців є кратність заняття спортом/танцями на тиждень та їх незначна тривалість менше 230 хв на тиждень [11].

Результати наших наукових пошуків у контексті висвітлення складників рухової активності в освітньому просторі ЗЗСО в розрізі різної територіальної локації закладів освіти визначають певні їх особливості. Раніше проведені дослідження констатують той факт, що інтегральна характеристика рухової активності учнів 5–9-х класів міської та сільської шкіл в урочний та позаурочний час має структурні відмінності у виборі засобів та можливостей [16].

За даними спеціальної літератури [8] виявлено, що існують досить цікаві дослідження з цього питання, де вплив щільних умов ЗЗСО за опосередкованими показниками архітектурно-планувальних рішень при недостатності площі пришкольних майданчиків призводить до погіршення самопочуття учнів ( $r < 0,78$ ), зни-

**Таблиця 4.** Активність відвідування хлопців 8–9-х класів шкільних спортивних секцій/гуртків, %

Локація закладу освіти	Клас	n	Кратність на тиждень			
			4-5 разів	2-3 рази	інколи	ніколи
м. Київ	8-й	30	26,7	66,6	6,7	
м. Тетіїв		16	12,5	25	50	12,5
м. Київ	9-й	20	20	30	50	
м. Тетіїв		16	–	50	25	25

ження працездатності ( $r < 0,88$ ). Визначено прямий зв'язок між щільними умовами в ЗЗСО та погіршенням самопочуття і зниженням працездатності.

Вивчення поведінки хлопців середнього шкільного віку на перервах між уроками в школі дозволяє оцінити рухову активність під час цих заходів. Важливим було вивчення питання стосовно даних активності на перервах, адже сумарний бюджет часу, відведений на перерви, є важливою нішею, де можна забезпечити певний обсяг рухової активності [19].

У наукових дослідженнях, до яких ми звертаємося, визначено наявність тісних взаємозв'язків між прямими та опосередкованими показниками архітектурно-планувальних рішень, які є складовими формування освітнього простору та детермінантами здоров'я учнівської молоді. Там зазначається, що в Україні норматив території пришкольних майданчиків для учнів менший у 2–4 рази, ніж в інших європейських країнах, де пришкольна територія обладнується спортивним інвентарем та реманентом для ігор відповідно до функціонального призначення віку дітей за вимогами стандарту ЄС – EN1176 [9, 10].

Колектив авторів у своїх дослідженнях [10] з урахуванням сучасних освітніх програмах відзначає відсутність потреби у територіях навчально-виробничої та навчально-дослідної зон (навчальні полігони, дослідні ділянки, теплиці, географічні майданчики тощо), рекомендує у функціонуючих ЗЗСО їх використання під спортивну, ігрову, відпочинкову зони.

З метою забезпечення для здобувачів освіти безпечного для життя і здоров'я освітнього середовища, збереження та зміцнення здоров'я підрастаючого покоління Президентом України схвалено Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі [7]. У траєкторії цієї стратегії визначено, що формування безпечного та здорового освітнього середовища сприятиме кращій реалізації інтелектуального, фізичного, соціального та емоційного розвитку учнів, їх потенціалу, а також мати-

ме позитивний вплив на стан громадського здоров'я, економіки та демографічної ситуації в Україні.

**Висновки.** Визначення складників рухової активності хлопців 8–9-х класів столичної та містечкової шкіл дозволяє визначити ризики негативного впливу малорухливого способу життя на фізичний розвиток та функціональні можливості організму. Характеристика компонентів у режимі рухової активності хлопців середнього шкільного віку столичної та містечкової шкіл в урочний та позаурочний час дозволяє констатувати той факт, що вони є структурно відмінні в її наповненні. На наш погляд, не залежно від регіону проживання важливими показниками є виконання ранкової гімнастики, відвідування уроків фізичної культури (активність на них), заняття в спортивних секціях/гуртках, а також активність на уроках і ходьба пішки.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають вивчення наявності обладнання та інвентарю у фізкультурно-спортивних приміщеннях закладів освіти для реалізації варіативних модулів навчальної програми.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Гозак СВ, Калиниченко Ю. Взаємозв'язок рівня рухової активності і самопочуття учнів міських загальноосвітніх навчальних закладів. *Наука і освіта*. 2010;6:55–58.
2. Добрянська ОВ, Бердник ОВ. Гігієнічна оцінка впливу різних видів рухової активності підлітків на формування їх здоров'я. *Гігієна населених місць*. 2015;65:226–231.
3. Єлізарова ОТ, Гозак СВ, Станкевич ТВ, Парац АМ. Зв'язок способу життя та фізичного розвитку сучасних міських підлітків [Електронний ресурс]. *Environment & health*. 2018;3:67–71.
4. Имас Е, Дутчак М, Трачук С. Стратегії і рекомендації по здоровому образу життя і двигателі активності: збірник матеріалів Всемирной организации здравоохранения. Київ: Олимпийская литература; 2013. 528 с.
5. Круцевич Т, Трачук С, Мамедова І. Заходи до підвищення рухової активності в скандинавських країнах. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2020;1:68–74.
6. Метод оцінки рівня рухової активності дітей шкільного віку. Випуск 2 з проблеми «Гігієна навколишнього середовища» Підстава: Рішення ПК «Гігієна навколишнього середовища» Протокол № 2 від 22.02.2011 р. URL: [http://www.health.gov.ua/www.nsf/16a436f1b0ca21ec22571b300253d46/395c983256d59ed5c-225828400319b27/\\$FILE/Inf\\_lys\\_42-2011.pdf](http://www.health.gov.ua/www.nsf/16a436f1b0ca21ec22571b300253d46/395c983256d59ed5c-225828400319b27/$FILE/Inf_lys_42-2011.pdf)

7. Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у Новій українській школі. від 25 травня 2020 № 195. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/195/2020#Text>.

8. Павленко Н, Махнюк В. Гігієнічна оцінка стану забезпеченості дитячого населення України закладами загальної середньої освіти у сільських та міських населених пунктах. *Молодий вчений*. 2020;7(83):122–127. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-7-83-27>.

9. Полька НС, Гозак СВ, Єлізарова ОТ. Оптимізація фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах. *Довкілля та здоров'я*. 2013;2:12–17.

10. Сердюк АМ, Полька НС, Махнюк ВМ, Антомонов МЮ. Санітарне освітнє та містобудівне законодавство України з питань забезпечення умов життєдіяльності учнів у школах: світовий досвід, українські реалії і перспективи. *Гігієна населених місць*. 2020;70:7–22.

11. Трачук Сергій. Рухова активність і здоров'я учнівської молоді. *Освітня траєкторія*. 2023;4(39):10.

12. Трачук Сергій, Мамедова Інна, Семененко В'ячеслав. Інтегральна оцінка рівня рухової активності учнів 5–9 класів міської та сільської місцевості. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2022;1:128–139. doi: 10.32540/2071-1476-2022-1-128.

13. Трачук Сергій, Круцевич Тетяна Мамедова Інна, Холодова Ольга, Іванік Оксана. Прогностична модель здоров'я хлопців-підлітків за визначеними детермінантами. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2023;1:156–164. DOI: 10.32540/2071-1476-2023-1-156

14. Трачук С, Семененко В, Долженко Л, Мамедова І, Довгаль В. Сталий розвиток освітнього середовища для заохочення рухової активності школярів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023;2:81–85. DOI: 10.32652/tmfvs.2023.2.81–85.

15. Physical Activity Factsheets for the European Union Member States in the WHO European Region. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2021. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

16. EU physical activity guidelines – recommended policy actions in support of healthenhancing physical activity. Brussels: European Union; 2008. URL: [http://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy\\_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008_en.pdf).

17. Global status report on physical activity 2022: country profiles. Geneva: World Health Organization; 2022. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO

18. Krutsevich Tetiana, Marchenko Oksana, Trachuk Serhii, Priymak Serhii, Panhelova Natalia, Kholodova Olha Peculiarities of self-evaluation of physical development of schoolchildren taking into account their gender characteristics. *Sport Mont*. 2021;19(S2):195–199. doi: 10.26773/smj.210933

19. Promoting physical activity through schools: a toolkit. Geneva: World Health Organization. 2021. URL: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/350836>.

20. Secular changes in physical education attendance among u.s. high school students 1991–2013; 2013. URL: [https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/pdf/Secular\\_Trends\\_PE\\_508.pdf](https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/pdf/Secular_Trends_PE_508.pdf)

## LITERATURE

1. Hozak SV, Kalinichenko IO. The relationship between the level of physical activity and the well-

being of urban secondary school students. *Science and education*. 2010;6:55–58.

2. Dobrianska OV, Berdnyk OV. Hygienic assessment of the impact of various types of physical activity of adolescents on the formation of their health. *Hygiene of populated places*. 2015;65:226–231.

3. Yelizarova OT, Hozak SV, Stankevich TV, Parats AM. Relationship between lifestyle and physical development among modern urban adolescents [Electronic resource]. *Environment & Health*. 2018;3:67–71.

4. Imas E, Dutchak M, Trachuk S. Strategies and recommendations for a healthy lifestyle and physical activity: Sourcebook of the World Health Organization. Kiev: Olympic literature, 2013. 528 p.

5. Krutsevych T, Trachuk S, Mamedova I. Measures to increase motor activity in Scandinavian countries. Theory and methods of physical education and sports. 2020;1:68–74.

6. A method for assessing the level of physical activity in school-age children. Issue 2 on the problem «Environmental hygiene» The reason: Decision of the PC «Environmental hygiene» Protocol No.2 on 22.02.2011. URL: [http://www.health.gov.ua/www.nsf/16a436f1b0cca21ec22571b300253d46/395c983256d59ed5c225828400319b27/\\$FILE/Inf\\_lys\\_42-2011.pdf](http://www.health.gov.ua/www.nsf/16a436f1b0cca21ec22571b300253d46/395c983256d59ed5c225828400319b27/$FILE/Inf_lys_42-2011.pdf)

7. National strategy for the development of a safe and healthy educational environment in a new Ukrainian school. May 25, 2020, No. 195. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/195/2020#Text>.

8. Pavlenko N, Makhniuk V. Hygienic assessment the state of security of the children's population of Ukraine by general secondary education institutions in rural and urban settlements. *Young scientist*. 2020;7(83):122–127. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-7-83-27>.

9. Polka NS, Hozak SV, Yelizarova OT, Optimization of physical education in secondary schools. *Environment & Health*. 2013;2:12–17.

10. Serdiuk AM, Polka NS, Makhnyuk VM, Antomonov MYu. Sanitary, educational and urban legislation of Ukraine on ensuring the conditions of students' living in schools: world realities and experience. *Hygiene of populated places*. 2020;70:7–22.

11. Trachuk S. Physical activity and health of student youth. *Education trajectory*. 2023;4(39):10.

12. Trachuk S, Mamedova I, Semenenko V. Integrative assessment of the level of physical activity of 5–9 grades students in urban and rural areas. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2022;1:128–139. doi: 10.32540/2071-1476-2022-1-128.

13. Trachuk S, Krutsevych T, Mamedova I, Kholodova O, Ivanik O. A prognostic model of adolescent boys' health according to defined determinants. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2023;1:156–164. DOI: 10.32540/2071-1476-2023-1-156

14. Trachuk S, Semenenko V, Dolzhenko L, Mamedova I, Dovhal V. Sustainable development of the educational environment to encourage physical activity in schoolchildren. Theory and methods of physical education and sports. 2023;2: 81–85. DOI: 10.32652/tmfvs.2023.2.81–85.

15. Physical Activity Factsheets for the European Union Member States in the WHO European Region. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2021. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

16. EU physical activity guidelines – recommended policy actions in support of healthenhancing physical activity. Brussels: European Union; 2008. URL: <http://ec.europa.eu/assets/eac/sport/>

library/policy\_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008\_en.pdf.

17. Global status report on physical activity 2022: country profiles. Geneva: World Health Organization; 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO

18. Krutsevich Tetiana, Marchenko Oksana, Trachuk Serhii, Priymak Serhiy, Panhelova Natalia, Kholodova Olha Peculiarities of self-evaluation of physical development of schoolchildren taking into account their gender characteristics. *Sport Mont*. 2021;19(S2):195–199. doi: 10.26773/smj.210933

19. Promoting physical activity through schools: a toolkit. Geneva: World Health Organization. 2021. URL: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/350836>.

20. Secular changes in physical education attendance among u.s. high school students yras 1991–2013; 2013. URL: [https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/pdf/Secular\\_Trends\\_PE\\_508.pdf](https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/pdf/Secular_Trends_PE_508.pdf)

Надійшла 25.08.2023

#### ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ

**Трачук Сергій Васильович** <https://orcid.org/0000-0002-5580-0510>, [trachuk\\_sergey@i.ua](mailto:trachuk_sergey@i.ua)

Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури 1, м. Київ, 03150, Україна

**Голуб Віктор Анатолійович** <https://orcid.org/0000-0003-3123-7169>, [golub06va@ukr.net](mailto:golub06va@ukr.net)

**Довгаль Василь Іванович** <https://orcid.org/0000-0003-3802-5388>, [Dovgal07@ukr.net](mailto:Dovgal07@ukr.net)

**Сиротюк Сергій Миколайович** <https://orcid.org/0000-0002-0794-9038>, [s.s.0961347411@gmail.com](mailto:s.s.0961347411@gmail.com)

Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія імені Тараса Шевченка вул. Ліцейна, 1, м. Кременець, Тернопільська область, 47003, Україна.

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

**Trachuk Serhiy** <https://orcid.org/0000-0002-5580-0510>, [trachuk\\_sergey@i.ua](mailto:trachuk_sergey@i.ua)

National University of Ukraine on Physical Education and Sport Fizkul'tury str. 1, Kyiv, 03150, Ukraine

**Holub Viktor** <https://orcid.org/0000-0003-3123-7169>, [golub06va@ukr.net](mailto:golub06va@ukr.net)

**Dovhal Vasyl** <https://orcid.org/0000-0003-3802-5388>, [Dovgal07@ukr.net](mailto:Dovgal07@ukr.net)

**Syrotiuk Serhiy** <https://orcid.org/0000-0002-0794-9038>, [s.s.0961347411@gmail.com](mailto:s.s.0961347411@gmail.com)

Kremenets Taras Shevchenko Regional Academy of Humanities and Pedagogy, str. Litseyna, 1, Kremenets, Ternopil region, 47003, Ukraine