
МОТИВИ ТА ІНТЕРЕСИ СТАРШОКЛАСНИКІВ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ЗАКЛАДАХ РІЗНОГО ТИПУ

Михайло Перегінець, Людмила Долженко

Анотація. Представлен анализ мотивов и интересов старшеклассников общеобразовательных учебных заведений разных типов г. Ивано-Франковска по организации и проведению процесса физического воспитания. Рассмотрены предложения по совершенствованию педагогического процесса на уроках физической культуры в различных общеобразовательных учреждениях.

Ключевые слова: физическая культура, мотивы и интересы, физическое здоровье, двигательная активность, старшеклассники, учебный процесс, учебное заведение.

Abstract. Analysis of the motives and interests of senior schoolchildren of general educational establishments of different types of Ivano-Frankivsk concerning organization and conduct of the process of physical education is presented. Proposals for improving the educational process at physical culture lessons in various general educational institutions are considered.

Keywords: physical culture, motives and interests, physical health, motor activity, senior schoolchildren, educational process, educational establishment.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Для держави здоров'я кожної людини – це неоціненне багатство та надбання всієї нації, що дає можливість інтелектуального, творчого, духовного розвитку, особливо молодому поколінню, на яке покладається розбудова країни у майбутньому. Та останнім часом спостерігається зниження рівня показників фізичного розвитку та, як результат, фізичного здоров'я підростаючого покоління. Як свідчать практика та дані досліджень, проведених ученими Інституту педіатрії, акушерства та гінекології АМН України, в школах Києва серед учнів перших класів виявлено лише 35,9 % здорових дітей, а наприкінці навчання їхня кількість зменшилась до 19,9 % [8].

Найпоширенішими відхиленнями в стані здоров'я дітей були хвороби органів травлення, носоглотки, зору, порушення опорно-рухового апарату, нервової та ендокринної систем, також відмічалися випадки зниження можливостей серцево-судинної системи. Фізичне здоров'я людини значною мірою пов'язане з функціональними можливостями організму, котрі необхідні для розвитку, ефективного навчання та майбутньої трудової діяльності. Це підтверджується показниками психічного стану учнів старших класів. Так, психологічне обстеження 53 школярів одинадцятих класів показало, що в понад 58 % учнів було виявлено психічну втому, у 49,3 % – тривожність і в 69,8 % – стресові реакції [8]. Висока рухова активність, у тому числі регулярні заняття фізичною культурою і спортом, притаманні лише 10–15 % сучасної популяції школярів. Для більшос-

ті учнів загальноосвітніх шкіл рухова активність знаходиться на рівні 30-літніх людей. Це обумовлено високим розумовим напруженням у школі і вдома, обмеженою рухливістю під час користування улюбленими гаджетами (комп'ютерами, смартфонами, планшетами тощо). Обсяг рухової активності школярів на уроках фізичної культури, як свідчать результати досліджень, лише на 10–12 % компенсує кінезифілію, а для більшості школярів урок фізичної культури залишається основною формою рухової активності [7].

Щоб активувати бажання молоді до рухової активності, варто не тільки надавати знання теоретичного та практичного значення, без яких, зрозуміло, не відбудеться урок фізичної культури, а й працювати над зацікавленням дітей, де вчитель окрім подачі матеріалу та контролю веде активну діяльність з пошуку нових видів та форм рухової активності, враховуючи мотиви та інтереси в даному навчальному закладі для ефективної організації процесу фізичного виховання.

Фізична культура не обмежується вправами, іграми та туризмом: вона включає громадську та особисту гігієну праці, побуту, використання природних сил для загартування, правильний режим праці, відпочинку та харчування, це потужний засіб не тільки фізичного вдосконалення та оздоровлення, а й виховання соціальної, трудової, творчої активності громадян. Ситуація, що склалася сьогодні, характеризується погіршенням фізичного, психічного і духовного здоров'я, особливо молодого покоління, і, на думку вчених, обумовлена способом життя людини, пов'язаним із технологі-

зацією умов праці та способу життя, гіподинамією, шкідливими звичками та іншими негативними факторами [10].

Період навчання в школі – це відрізок життя дитини, коли доводиться більшу половину світлового дня проводити в стінах навчального закладу, де повинні закладатися знання теоретичного і практичного характеру. Аби цей процес відбувався з максимальною користю та менше виснажував як учнів, так і вчителів, керівництво закладу покликане створювати оптимальні умови навчального процесу, який повинен організовуватися згідно з гігієнічними вимогами, що прописані у Державних санітарних правилах і нормах – ДСанПіН 5.5.2.008–01 – влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу. Та з відходом від стандартизованої системи освіти, з наданням більше рекомендацій, а не вказівок до функціонування закладів та з появою нових навчальних закладів – ліцеїв, гімназій, колегіумів, навчально-виховних комплексів та спеціалізованих шкіл – виникають розбіжності в умовах організації процесу навчання, різниці у рівнях підготовки школярів, що впливає не тільки на якість знань, а й на фізичну підготовку [1]. Та інколи в погоні за знаннями та статусом навчальні заклади забувають про головну константу успішності школярів – здоров'я. Адже відомо: щоб опанувати програму підвищеної складності, потрібно добре себе почувати [5].

Заняття фізичною культурою, які згідно із Законом України «Про фізичну культуру і спорт» та навчальною програмою з фізичної культури для шкіл, покликані через учителя створювати стійку мотивацію до збереження здоров'я, вдосконалення фізичного розвитку та гармонійного вдосконалення для підготовки школярів до дорослого життя [4].

Навчально-виховний процес із фізичної культури урочного типу та позаурочною фізкультурно-оздоровчою роботою в загальноосвітніх навчальних закладах нашої країни проходить відповідно до наказу Міністерства освіти і науки України від 02.08.2005 № 458 «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх і професійно-технічних навчальних закладах України». Відповідно до листа МОН від 26.06.2015 №1/9-305 «Про організацію навчально-виховного процесу у загальноосвітніх навчальних закладах із вивчення базових дисциплін в основній школі» на 2015/2016 навчальний рік з вивчення предмета «Фізична культура» для 10–11-х класів передбачено освоєння двох інваріативних, або обов'язкових модулів: теоретико-методичних знань та загальної фізичної підготовки і варіативних модулів. Рекомендовано для старшої школи 2–3 варіативних

модулів, на вивчення яких відводиться однакова кількість годин: 2 год на тиждень, а для 10–11-х класів спортивного та військово-спортивного профілів – 5 год на тиждень [4]. Проте залишається можливість при потребі збільшувати чи зменшувати їхню кількість. Критеріями відбору варіативних модулів є наявність матеріально-технічної бази, регіональні спортивні традиції, кадрове забезпечення та бажання учнів. Тому наші дослідження спрямовані на вивчення мотивів та інтересів старшокласників до занять фізичною культурою.

Роботу виконано згідно зі Зведеним планом НДР за темою 3.1 «Теоретико-методичні основи вдосконалення нормативних засад фізичної підготовки дітей, підлітків і молоді» на 2016–2020 рік.

Мета дослідження – визначити та проаналізувати ставлення старшокласників до занять фізичною культурою в загальноосвітніх закладах різних типів.

Методи дослідження: теоретичний аналіз, порівняння та узагальнення даних літературних джерел, соціологічні методи.

Результати дослідження та їх обговорення. У рамках вивчення мотивів та інтересів до занять із фізичного виховання старшокласників м. Івано-Франківськ у дослідженні взяли участь 111 школярів 15–16 років, які навчаються у 10-х класах, із них 58 юнаків та 53 дівчини. Це учні загальноосвітньої школи (ЗОШ) № 25, класи історичного та філологічного напрямів, навчально-виховного комплексу (НВК) школи-гімназії № 3, клас філологічного напрямку, школи-ліцею (Ш-Л) № 23 Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника загальноосвітнього напрямку, Івано-Франківського обласного ліцею-інтернату для обдарованих дітей із сільської місцевості (ОЛІДОСМ), клас зі спеціалізованим вивченням хіміко-біологічного та інформативного профілю.

В ідеалі заняття фізичною культурою і спортом повинні мати якісь мотиви, стимули, котрі поступатимуть локомотивом у навчальній діяльності. Такою рушійною силою є інтереси, потреби, ідеали, цінності, котрі диктує суспільство. Відомо, що мотив є тим рушієм, котрий спонукає людину до дій і у працях вітчизняних науковців ототожнюється з потребою. Ці дані підтверджені в багатьох роботах (Г. В. Безверхня, Т. Ю. Круцевич, 2001, 2002, 2003; С. О. Ігнатенко, 2013; Т. М. Єрмолаєва, 2002; В. П. Кравцова, 2013 та ін.). Тому прищепити школярам потребу до занять фізичними вправами є одним із першочергових завдань навчальних закладів та вчителів фізичної культури.

На жаль, є категорія учнів, котрі відвідують уроки фізичної культури з метою отримати позитивну оцінку та уникнути неприємностей з учителем. Наріжним каменем цієї відрази до спорту та занять фізичною культурою часто виступає

сам викладач, котрий інколи, не бажаючи цього, своєю поведінкою та нерозумінням учнів створює таку ситуацію. І тому головна роль у формуванні стійкого інтересу до занять належить педагогу. Які б не були досконалі навчальні програми і методичні розробки, самі по собі вони не здійснюють педагогічного процесу. Один учитель забезпечить стійку мотивацію до занять, а інший зруйнує і ту, що була [5].

Для більшості юнаків, які навчаються в десятих класах згаданих навчальних закладів пріоритетною метою відвідування уроків фізичної культури стало підвищення фізичної підготовленості, а саме: 56 % – ОЛІДОСМ, 41,5 % – Ш-Л № 23, 40 % – НВК № 3, та 37,5 % – ЗОШ № 25. Перевагу зміцненню здоров'я надали хлопці ЗОШ № 25 – 43,7 % та ОЛІДОСМ – 36 % і 8,3 % учнів Ш-Л № 23. Натомість хлопці Ш-Л № 23 однаково – по 24,9 % – зазначають, що відвідують уроки фізичної культури, аби отримати позитивну оцінку та уникнути неприємностей, пов'язаних із пропуском заняття. Юнаки НВК № 3 теж відвідували уроки фізичної культури з метою уникнути неприємностей, пов'язаних з пропуском заняття, їх кількість сягнула 60 % (табл. 1).

Обираючи мету відвідування уроку фізичної культури, на перше місце дівчата Ш-Л № 23 та ЗОШ № 25 поставили отримання позитивних оцінок – 71,5 % та 35,7 % відповідно. Друге місце надали підвищенню фізичної підготовленості: НВК № 3 – 41,5 %, ОЛІДОСМ – 35 %, ЗОШ № 25 – 28,6 %. Зміцнення здоров'я посіло третє місце у рейтингу мотивів, його виділили дівчата НВК № 3 – 33,2 %, ОЛІДОСМ – 35 %, ЗОШ № 25 – 21,4 % та 14,3 % – Ш-Л № 23. Загалом дівчат не надто турбують пропуски уроків (див. табл. 1).

У пошуках даних ми натрапили на ряд досліджень зі схожої тематики, серед яких робота О. Гурковського, котрий досліджував ставлення гімназистів до занять фізичною культурою у м. Луцьку [3]. За цими дослідженнями виявлено, що пріоритет юнаків і дівчат віддається підвищенню фізичної підготовленості, відсоток серед юнаків ЗОШ № 20 становив 59,3 %, серед дівчат – 49,6 %, гімназії № 4 – 70,4 % – хлопців і 54,4 % – дівчат, у гімназії № 21 відмічалися дещо вищі показники: 79 % – хлопців та 79,4 % – дівчат.

У відповідях учнів десятого класу на запитання «Що не влаштовує Вас в уроці фізичної культури» ми виявили, що серед 60 % юнаків НВК № 3 та 25 % ЗОШ № 25 побутує думка про нецікавість вправ, котрі пропонуються на уроці фізичної культури. Малим фізичне навантаження було для 40 % хлопців з НВК № 3 та 24 % учням ОЛІДОСМ. Інші результати були незначними і не перевищували 17 %, окрім варіанту відповіді «все

Таблиця 1 – Мета відвідування уроків фізичної культури учнями 10-х класів, %

Навчальний заклад	Кількість, п	Отримати позитивну оцінку	Уникнути неприємностей пов'язаних з пропуском занять	Підвищити фізичну підготовленість	Зміцнити здоров'я
Юнаки					
ЗОШ № 25	16	6,3	12,5	37,5	43,7
ОЛІДОСМ	25	8	–	56	36
Ш-Л № 23	12	24,9	24,9	41,5	8,3
НВК № 3	5	–	60	40	–
Дівчата					
ЗОШ № 25	14	35,7	14,3	28,6	21,4
ОЛІДОСМ	20	20	10	35	35
Ш-Л № 23	7	71,5	14,3	–	14,3
НВК № 3	12	24,9	–	41,5	33,2

влаштовує», де найвищий результат – 66,6 % – показали учні Ш-Л № 23.

Нецікаво на уроці фізичної культури було дівчатам НВК № 3 – 33,2 %, ОЛІДОСМ – 20 %. У ЗОШ № 25 та Ш-Л № 23 результати становили по 14,3 %. Не подобались підібрані вправи 21,4 % ученицям ЗОШ № 25, великим навантаженням на уроці було для 14,3 % дівчат Ш-Л № 23, не до вподоби стиль роботи вчителя був 28,6 % дівчат ЗОШ № 25 та 10 % ОЛІДОСМ, незручність, що виникає в присутності протилежної статі при виконанні вправ відчували 15 % учениць ОЛІДОСМ та 7,1 % ЗОШ № 25.

Хоча як хлопці, так і дівчата відмічають відсутність факторів, котрі б не влаштовували їх на уроках фізичної культури.

Оцінюючи власні враження від уроку фізичної культури, як хлопці, так і дівчата відмітили свою цілковиту задоволеність від занять. Цей показник коливався у межах 60–76 % у хлопців та 57,3–100 % – у дівчат. Незадоволених фізичною культурою було 6,3 % у хлопців ЗОШ № 25 та 4 % – ОЛІДОСМ. Кількість дівчат була більшою і сягла 28,6 % у ЗОШ № 25 (рис. 1).

Підсумувавши відповіді на запитання «Чи пропускаєте Ви урок фізичної культури умисно», побачили, що серед хлопців десятих класів ОЛІДОСМ та НВК немає учнів, які умисно пропускають уроки фізичної культури. В інших навчальних закладах це явище мало місце: ЗОШ № 25 – 37,5 %, Ш-Л № 23 – 33,3 %.

Серед дівчат не пропускали уроки фізичної культури тільки учениці НВК № 3, пропуски були помічені у Ш-Л № 23 та ЗОШ № 25 – по 28,6 % і у ОЛІДОСМ цей показник становив 15 %. Показник кількості пропусків занять у дівчат дещо нижчий, ніж у хлопців.

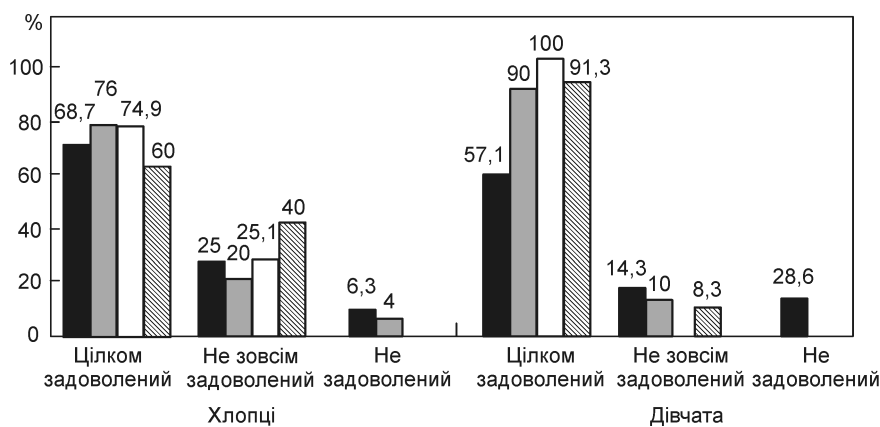


Рисунок 1 – Розподіл старшокласників за ставленням до заняття з фізичної культури:
 ■ – ЗОШ № 25, ■ – обласний ліцей,
 □ – Ш-Л № 23, ▨ – НВК № 3

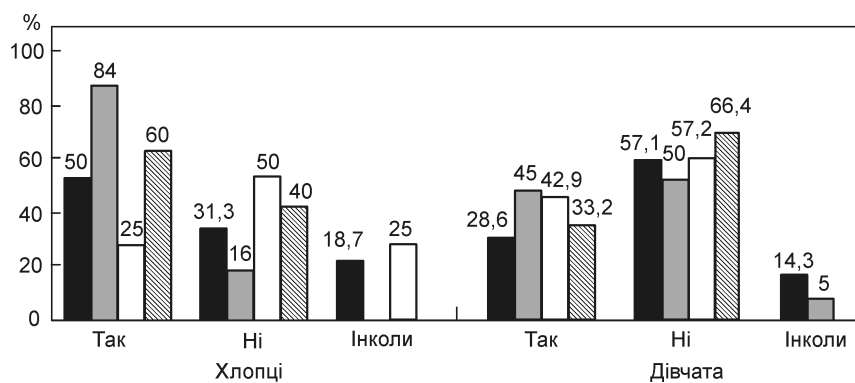


Рисунок 2 – Відсотковий показник відповідей щодо відвідування занять, якби вони не були обов'язкові:
 ■ – ЗОШ № 25, ■ – обласний ліцей,
 □ – Ш-Л № 23, ▨ – НВК № 3

Думки старшокласників щодо оптимальної кількості уроків фізичної культури на тиждень розподілились таким чином: три уроки протягом тижня хотіли б бачити 37,5 % хлопців ЗОШ № 25, 32 % – ОЛІДОСМ, 33,3 % – Ш-Л № 23 та 100 % юнаків з НВК № 3, два уроки – ЗОШ № 25 – 43,7 %, ОЛІДОСМ – 52 % та Ш-Л № 23 – 41,5 %. Не надто великий відсоток отримали одно- та чотириразові заняття фізичною культурою протягом тижня.

Більшість дівчат, навпаки, розглядають два уроки фізичної культури як оптимальні для себе у ЗОШ № 25 – 37,7 %, ОЛІДОСМ – 55 %, Ш-Л № 23 – 71,5 % та НВК № 3 – 74,7 %, і менший їх відсоток займався б тричі на тиждень: ЗОШ № 25 – 21,4 %, ОЛІДОСМ – 15 %, Ш-Л № 23 – 14,3 % та НВК № 3 – 8,3 %. Щодо одно- та чотириразових занять фізичною культурою протягом тижня, то ситуація схожа, як і в юнаків. Здивували 14,3 % учениць десятого класу ЗОШ № 25, які вважають, що не варто проводити уроки фізичної культури взагалі.

Також з'ясовано, що, якби уроки фізичної культури в школі не були обов'язковими, то їх відвідувала б більша половина хлопців, та найбільш відповідальними були 84 % хлопців ОЛІДОСМ, а юнаки Ш-Л № 23 найменше проявили бажання відвідувати їх за розкладом, проте 50 % учнів того самого ліцею не проти іноді займатися на уроках.

Дівчата всіх згаданих навчальних закладів у різному відсотковому співвідношенні відмітили бажання займатися фізичною культурою іноді, високий відсоток учениць, котрі не мали наміру відвідувати заняття фізичної культури, коливався у межах 50–66,4 % (рис. 2).

Вивчаючи ставлення старшокласників до впровадження нових видів фізичних вправ у навчальну програму, виявили, що більшість юнаків десятого класу на перше місце поставили елементи єдиноборств, наступним пунктом стали різновиди силової аеробіки, шейпінгу та стретчингу, останнім пунктом з достатньою кількістю голосів стала військова смуга перешкод.

У дівчат інші пріоритети щодо вибору модулів навчальної програми, так, елементи спортивного танцю отримали найвищий відсоток підтримки – 57,2 %, трохи менше респондентів хотіли займатися різновидами силової аеробіки, шейпінгу та стретчингу і, як не дивно, елементи військової смуги перешкод зайняли третє місце в рейтингу модулів (табл. 2).

Школярі з м. Луцьк так розподілили своє зацікавлення до занять: єдиноборствами – 5 %, вправами під музику та степ-аеробікою – 20 %, а шейпінгом, стретчингом та каланетикою – 10 %.

Задоволення своїм фізичним станом – досить важливий психоемоційний показник, особливо в старшому шкільному віці, і більшість іспитованих учнів підтвердили цей факт результатами, що

становили у юнаків ЗОШ №25 – 68,7 %, Ш-Л № 23 – 74,9 %, НВК № 3 – 60 %. Проте, на думку 64 % хлопців ОЛІДОСМ, вони не зовсім задоволені власним фізичним станом. Інші варіанти відповідей набрали невелику кількість відсотків – до 36 %.

Дівчата не були винятком і за схемою хлопців теж у більшості цілком задоволені своїм фізичним станом: ЗОШ № 25 – 71,4 %, ОЛІДОСМ – 50 %, Ш-Л № 23 – 71,4 %, НВК № 3 – 58,1 %.

Загалом усі учасники дослідження, не дивлячись на стать та вік, вказали, що активні та займаються з інтересом на заняттях з фізичної культури. Та варто відзначити хлопців десятого класу з НВК № 3, де цей показник сягнув 100 %. Відсоток іноді активних учнів коливався у межах 18,7–58,3 % – у хлопців та 16,6–50 % – у дівчат, 20 % дівчат Ш-Л № 23 намагались не займатись фізичною культурою.

Висновки. Виявлено, що мотивація школярів старших класів має свої особливості залежно від типу навчального закладу, що пов'язано з організацією процесу навчання, а саме – застосуванням варіативних модулів програми з фізичного виховання та матеріально технічним забезпеченням.

Зазначимо, що тенденція не змінюється і вчителі продовжують більшою мірою ігнорувати бажання учнів впроваджувати нові види рухової активності у навчальний процес з фізичної культури. Так, юнаки та дівчата вказують на нецікаві вправи та нудьгу на уроці фізичної культури в ЗОШ № 25 та НВК № 3. Через обережність та побоювання за стан здоров'я учнів учителі вимушені мінімально навантажувати школярів. Тому хлопці ОЛІДОСМ та НВК № 3 вважають, що на заняттях низьке фізичне навантаження; для хлопців та дівчат ЗОШ № 25 не до вподоби стиль роботи педагогів.

Щоб заохотити старшокласників, у яких відбувається перехідний період, до занять фізичною

Таблиця 2 – Ставлення старшокласників до впровадження нових варіативних модулів у навчальну програму з фізичного виховання, %

Навчальний заклад	Елементи єдиноборств	Різновиди силової аеробіки, шейпінгу, стретчингу та ін.	Елементи військової смуги перешкод	Елементи спортивного танцю	Свій варіант	Нічого
Юнаки						
ЗОШ №25	43,7	12,5	37,5	–	–	6,3
Обласний-ліцей	36	16	28	12	8	–
Ш-Л № 23	33,3	25,1	33,3	–	–	8,3
НВК № 3	20	60	–	–	–	20
Дівчата						
ЗОШ № 25	21,4	14,3	28,6	35,5	–	–
Обласний ліцей	5	40	25	30	–	–
Ш-Л № 23	–	14,3	28,6	57,2	–	–
НВК № 3	16,6	41,5	24,9	16,6	–	–

культурою, від природної потреби в руховій активності до усвідомлення потреби у заняттях фізичною культурою, котрі покликані зміцнити молодий організм, бо на плечі старшокласників припадає велике навантаження, пов'язане з іспитами та підготовкою кожного члена суспільства до плідної діяльності в різних сферах, потрібно зацікавити їх до систематичних занять, створивши необхідні передумови для подальшого розвитку, враховуючи мотиви та інтереси стосовно організації процесу фізичного виховання окремо в кожному навчальному закладі.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на визначення та аналіз рухового режиму старшокласників, які навчаються в загальноосвітніх закладах з різним типом організації навчального процесу.

Література

1. Гозак С. В. Метод комплексної гігієнічної оцінки уроку фізичної культури у загальноосвітніх навчальних закладах / С. В. Гозак, І. О. Калиниченко, Т. В. Станкевич, О. І. Козлов. – К., 2011. – 7 с.
2. Гордійчук В. Відношення до навчального процесу, самооцінка успішності, стомлення та його причини у процесі навчання сільських та міських школярів / В. Гордійчук // Молода спорт. наука України: зб. наук. праць. – 2010. – № 2. – С. 56–60.
3. Гурковський О. Ставлення гімназистів до занять фізичними вправами в умовах різних навчальних навантажень / О. Гурковський // Фіз. виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць. – 2013. – № 2. – С. 74, 75.
4. Дятленко С. М. Фізична культура в школі. 10–11 класи : метод. посіб. / С. М. Дятленко. – К.: Літера ЛТД, 2010. – 64 с.
5. Іщенко О. С. Формування мотивації підлітків до занять фізичною культурою в умовах загальноосвітньої школи : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». – К., 2016.
6. Круцевич Т. Ю. Концепция системы физического воспитания в общеобразовательных школах / Т. Ю. Круцевич // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2015. – № 2. – С. 72–80.

7. *Лебединець Н. В.* Гигиеническая оценка условий, режимов и организации учебно-воспитательного процесса при разных педагогических технологиях как факторах влияния на здоровье школьников / Н. В. Лебединець // Довкілля та здоров'я. – 2009. – № 2. – С. 65, 66.
8. *Мицкан Б. М.* Фізична підготовленість учнів гімназії як показник фізіологічних резервів організму / Б. М. Мицкан, І. В. Поташнюк // Педагогіка, психологія і мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту: зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2011. – № 5. – С. 88–92.
9. *Неділько В. П.* Стан здоров'я дітей старшого шкільного віку / В. П. Неділько, Т. М. Камінська, С. А. Руденко, Л. П. Пінчук // Здоровье ребенка. – 2011. – № 2.
10. *Фішев С. О.* Значення фізичного виховання як однієї з важливих складових навчального процесу / С. О. Фішев // Сучасна наука XXI століття. – 2011. – Режим доступу до ресурсу: <http://int-konf>.

Literature

1. *Gozak S. V.* Method of complex hygienic assessment of physical culture lesson in general educational establishments / S. V. Gozak, I. O. Kalynychenko, T. V. Stankevych, O. I. Kozlov. – Kyiv, 2011. – 7 p.
2. *Hordiyuchuk V.* Attitude towards educational process, self-estimation of results, fatigue and its causes in the process of schoolchildren education / V. Hordiyuchuk // Moloda sportyvna nauka Ukrainy: collection of papers. – 2010. – N 2. – P. 56–60.
3. *Hurkovskiy O.* Attitude of students to physical exercises under conditions of various educational loads / O. Hurkovskiy // Fiz. vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : collection of papers. – 2013. – N 2. – P. 74, 75.
4. *Diatlenko S. M.* Physical culture at school 10–11 forms : methodical guide / ed. by S. M. Diatlenko. – Kyiv: Litera LTD, 2010. – 64 p.
5. *Ishchenko O. S.* Formation of motivation in teenagers to physical culture engagement at school: author's abstract for Ph.D. in Physical Education and Sport : spec. 24.00.02 / O. S. Ishchenko. – Kyiv, 2016.
6. *Krutsevych T. Y.* Concept of physical education system at general schools / T. Y. Krutsevych // Teoriia i metodyka fiz. vykhovannia i sportu. – Kyiv. – 2015. – N 2. – P. 72–80.
7. *Lebedynets N. V.* Hygienic evaluation of conditions, regimens and organization of educational process at various pedagogical technologies as the factor influencing schoolchildren health / N. V. Lebedynets // Dovkillia ta zdorovia. – 2009. – N 2. – P. 65, 66.
8. *Mytskan B. M.* Physical fitness of students as the index of body physical reserves / B. M. Mytskan, I. V. Potashniuk. // Pedagogika, psykholohiia i med.-biolohichni problemy fiz. vykhovannia i sportu. – Kharkiv, 2011. – N 5. – P. 88–92.
9. *Nedilko V. P.* Health status of senior schoolchildren / V. P. Nedilko, T. M. Kaminska, S. A. Rudenko, L. P. Pinchuk. // Zdorovye rebenka. – Kyiv. – 2011. – N 2.
10. *Fishev S. O.* Physical education significance as one of the main constituents of educational process / S. O. Fishev // Suchasna nauka XXI stolittia. – 2011. – Electronic resource // Access mode: <http://int-konf>.