

Загалом, квадروبінг (квадропедальні рухи) має величезний потенціал як інструмент для гармонійного розвитку фізичних та когнітивних здібностей. Ця форма тренувань може бути особливо корисною для спортсменів, реабілітаційних програм, а також для людей, які шукають нові способи покращення загального здоров'я та самопочуття.

#### Література

1. Bowman, K. (2016). *Movement Matters: Essays on Movement Science*. Propriometrics Press.
2. Buxton, J. D., Prins, P. J., Miller, M. G., Moreno, A., Welton, G. L., Atwell, A. D., Talampas, T. R., Eley, G. E. (2020). *The effects of a novel quadrupedal movement training program on functional movement, range of motion, muscular strength, and endurance*. The Journal of Strength and Conditioning Research, 36 (8), 2186-2193.
3. Cook, G., Burton, L., Hoogenboom, B. (2006). *Pre-participation screening: The use of fundamental movements as an assessment of function* (Part 1, pp. 62-72). North American Journal of Sports Physical Therapy : NAJSPT.
4. Cook, G., Burton, L., Hoogenboom, B. (2006). *Pre-participation screening: The use of fundamental movements as an assessment of function* (Part 2. pp. 132-139). North American Journal of Sports Physical Therapy : NAJSPT.
5. Cook, G., Burton, L., Hoogenboom, B.J., Voight, M. (2014). *Functional movement screening: The use of fundamental movements as an assessment of function* (Part 1. pp. 396-409). North American Journal of Sports Physical Therapy : NAJSPT.
6. Eckart, A. (2023). *Quadrupedal Movement Training: A Brief Review and Practical Guide*. ACSM's Health & Fitness Journal 27(4), 19-33 DOI:10.1249/FIT.0000000000000880
7. Fitch, M. (2020). *Animal Flow: Fundamental Movement Patterns*. Global Bodyweight Training : LLC.
8. Garrison, M., Westrick, R., Johnson, M.R., Benenson, J. (2015). Association between the functional movement screen and injury development in college athletes. *International Journal of Sports Physical Therapy (IJSPT)*, 10, 21-28.
9. Grove City College. Retrieved from <https://www.gcc.edu>.
10. Matthews, M. J., Yusuf, M., Doyle, C., Thompson, C. (2016). Quadrupedal Movement Training: Enhancing Cognition and Physicality. *Human Movement Science*, Volume 47, 70-80. DOI: 10.1016/j.humov.2016.02.002
11. Peck, E. (2024). Cognitive and Physical Benefits of Primal Movement Patterns. Retrieved from <https://health.clevelandclinic.org/primal-movement>

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11\(184\).47](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).47)

УДК: 796.071.4:37.037:37.015.3

Яковенко О.О.,

к.фіз.вих., доцент, завідувач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

Завальнюк В.Л.,

викладач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

<https://orcid.org/0000-0003-1364-1168>

Семененко В.П.,

к.фіз.вих., професор, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

<https://orcid.org/0000-0002-5931-7729>

Яременко О.М.,

викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», м. Київ

<https://orcid.org/0000-0003-2193-3742>

Завадько І., аспірант кафедри теорії і методики фізичного виховання, Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ

<https://orcid.org/0009-0008-4088-8418>

## ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ СТУДЕНТІВ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ

Досліджено важливість фізичного виховання у формуванні ціннісних орієнтацій студентів, обґрунтовуючи його роль не лише у покращенні фізичного стану молоді, але й у становленні особистісних та соціальних якостей, необхідних для життя в сучасному суспільстві. У сучасному світі молодь стикається з багатьма викликами, такими як високий рівень стресу, динамічні зміни соціального середовища, а також зростаючий тиск щодо професійного та особистісного розвитку. Відзначено, що фізичне виховання, хоча й часто сприймається лише як засіб розвитку фізичних навичок, має потенціал впливати на формування морально-етичних цінностей і соціальних компетенцій молоді, що є основоположними для успішної адаптації до вимог сучасного життя. Акцент робиться на таких ключових особистісних рисах, як самодисципліна, відповідальність, комунікабельність, ініціативність, стійкість та моральна стабільність, які є необхідними для подальшого професійного й особистісного зростання.

Висвітлено роль фізичної активності як інструмента, що сприяє розвитку відповідальності та вміння працювати в команді, що є основою успішної соціальної інтеграції. Наголошено, що під впливом занять спортом студенти розвивають навички самоконтролю, тайм-менеджменту та здатність ухвалювати рішення, що дозволяє їм краще адаптуватися до умов постійних змін і стресів. В той же час підкреслено, що розвиток таких якостей, як самодисципліна, відповідальність, життєстійкість та комунікативні навички, має вирішальне значення для успіху студентів на сучасному ринку праці та в соціальному житті. Завдяки фізичному вихованню студенти здобувають

практичні навички соціальної адаптації, поліпшують свою здатність взаємодіяти в команді та формують позитивні ціннісні орієнтири, що допомагає їм стати активними і продуктивними членами суспільства. Рекомендуючи навчальним закладам вдосконалювати освітні програми з урахуванням цих аспектів, автори закликають до створення комплексного підходу до розвитку молоді, що сприятиме її гармонійному входженню в сучасний світ та інтеграції у глобалізоване суспільство.

**Ключові слова:** фізичне виховання, ціннісні орієнтації студентів, особистісний розвиток, освітній процес.

**Yakovenko Olena, Zavalnyuk Viktoriya, Semenenko Viacheslav.** *The importance of physical education in the formation of students' value orientations is studied, substantiating its role not only in improving the physical condition of young people, but also in the formation of personal and social qualities necessary for life in modern society. In the modern world, young people are faced with many challenges, such as high levels of stress, dynamic changes in the social environment, as well as growing pressure for professional and personal development. It is noted that physical education, although often perceived only as a means of developing physical skills, has the potential to influence the formation of moral and ethical values and social competencies of young people, which are fundamental for successful adaptation to the requirements of modern life. The emphasis is on key personal features such as self-discipline, responsibility, sociability, initiative, resilience and moral stability, which are essential for further professional and personal growth.*

*The role of physical activity as a tool that promotes the development of responsibility and teamwork, which is the basis for successful social integration, is highlighted. It is noted that under the influence of sports, students develop self-control skills, time management and decision-making ability, which allows them to better adapt to the conditions of constant change and stress. At the same time, it is emphasized that the development of such qualities as self-discipline, responsibility, resilience and communication skills is crucial for students' success in the modern labor market and social life. Through physical education, students acquire practical skills for social adaptation, improve their ability to interact in teams and develop positive values, which helps them become active and productive members of society. By recommending that educational institutions improve their curricula to take these aspects into account, the authors call for a comprehensive approach to youth development that will facilitate their harmonious entry into the modern world and integration into a globalized society.*

**Keywords:** physical education, value orientations of students, personal development, educational process.

**Постановка проблеми.** Фізичне виховання є невід'ємною частиною освітнього процесу і не лише сприяє покращенню фізичного здоров'я студентів, але й впливає на формування їхніх ціннісних орієнтирів. Сучасна молодь стикається зі значними викликами, такими як високий рівень стресу, мінливе соціальне середовище та зростаючі вимоги до професійної та особистісної самореалізації. Хоча фізичне виховання часто асоціюється з розвитком фізичних якостей, зазвичай мало уваги приділяється впливу цього процесу на формування життєвих орієнтацій та соціальних компетенцій молоді. Важливо зрозуміти, як фізична активність може сприяти розвитку таких ключових для сучасної молоді рис, як самодисципліна, відповідальність, вміння працювати в команді, стійкість і моральна стабільність.

В той же час сучасні тенденції розвитку молоді відображають високі вимоги суспільства до особистісних якостей, таких як відповідальність, самодисципліна, комунікабельність та ініціативність. Це забезпечує студентам конкурентоспроможність на ринку праці та сприяє їхньому особистісному й професійному зростанню. Освітні програми дедалі більше спрямовані на розвиток креативності, критичного мислення, емпатії та комунікативних навичок, які є ключовими для успіху в глобалізованому світі.

**Аналіз літературних джерел.** Ціннісні орієнтації студентів формуються під впливом багатьох факторів, серед яких важливу роль відіграє фізичне виховання. Участь у спортивних заходах не лише сприяє фізичному розвитку молоді, а й впливає на її життєві пріоритети, світогляд та соціальну адаптацію. Розуміння ціннісних орієнтацій учнів у процесі фізичного виховання може допомогти краще організувати цей процес і підвищити його ефективність.

Однією з основних ціннісних орієнтацій учнів, які займаються фізичною культурою, є турбота про здоров'я [3, 5]. Регулярна фізична активність визнається як спосіб зміцнення здоров'я, профілактики захворювань і поліпшення фізичної форми. Для багатьох учнів здоров'я стає важливою життєвою цінністю, а фізична активність сприяє реалізації цього пріоритету. Фізичне виховання допомагає учням досягати особистих цілей і покращувати самодисципліну та самоконтроль [4, 7, 8]. Спорт вчить учнів ставити цілі та досягати їх, а також розвиває такі важливі якості, як наполегливість, витривалість і відповідальність. Ці цінності спрямовані на особистісний розвиток, що є важливим елементом у становленні молоді.

Участь у командних видах спорту та спільних фізичних заняттях розвиває комунікативні навички, що підвищує цінність соціальної взаємодії. Спорт об'єднує студентів, сприяє встановленню дружніх зв'язків, розвитку вміння працювати у команді, поважати інших. Такі заняття сприяють формуванню соціально активної та згуртованої особистості [1, 8, 10]. Багато студентів мотивовані покращенням зовнішнього вигляду через заняття спортом. Формування привабливої фігури та естетичного образу є важливими аспектами, які впливають на самооцінку. Фізична культура допомагає молодим людям досягати естетичних цілей, що сприяє підвищенню впевненості в собі та формуванню позитивного самосприйняття. Фізична активність формує у студентів життєстійкість та допомагає краще долати стресові ситуації. Це підвищує рівень психологічної адаптації, що важливо в умовах навчального навантаження та соціальних викликів [3, 6, 7, 9]. Спорт вчить контролювати емоції, керувати стресом та підтримувати баланс між навчанням та особистим життям.

**Мета статті** - дослідити взаємозв'язок між фізичним вихованням і формуванням цінностей, що може допомогти навчальним закладам вдосконалити свої навчальні програми і забезпечити цілісний розвиток своїх студентів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Ціннісні орієнтації учнів, що формуються в процесі фізичного виховання, охоплюють багато сфер життя: від турботи про здоров'я і досягнення особистих цілей до формування соціальних і моральних цінностей [4]. Ці цінності визначають мотивацію та життєві пріоритети молоді, впливають на

розвиток гармонійної та незалежної особистості. Розуміння цих орієнтирів може допомогти більш ефективно організувати процес фізичного виховання та сприяти формуванню здорового способу життя учнів.

З метою визначення основних якостей особистості людини, які є найбільш необхідними та цінними (важливими) для студентів, було проведено опитування, щоб зрозуміти, які риси особистості студенти вважають важливими для успіху, самореалізації та соціальної взаємодії. Респондентам було запропоновано оцінити важливість кожного пункту в списку за шкалою від 5 до 1 (де «5» - найвищий бал, а «1» - найнижчий). Високий бал або важливість показника вказує на те, що певна якість або риса особистості вважається дуже важливою (рис. 1).

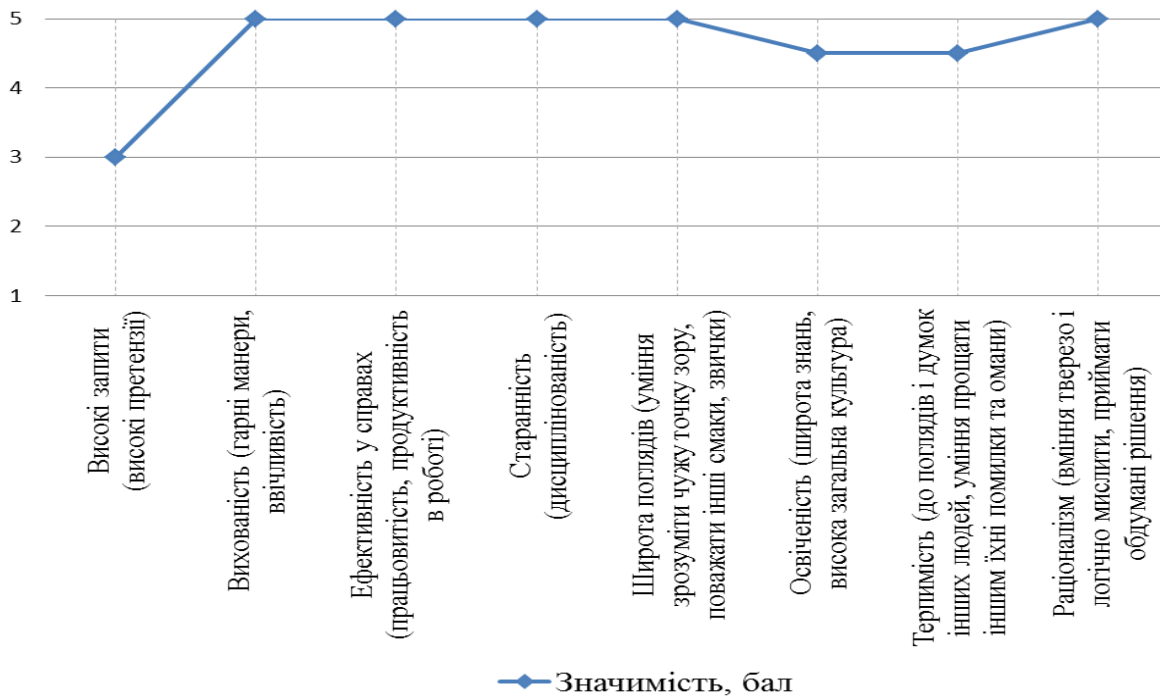


Рис. 1. Визначення значимості основних якостей особистості людини для студентів (n=222)

Результати опитування свідчать, що сучасні студенти надають пріоритет таким якостям, як чуйність, культура, кмітливність, працездатність, сміливість, працьовитість, відкритість, чесність, самоконтроль, сильна воля, раціональність та відповідальність. Це свідчить про важливість морально-етичних орієнтирів у житті молодих людей та їхнє прагнення до гармонійного, дисциплінованого та успішного життя.

Висока важливість наступних показників: на думку респондентів, важливість таких показників, як чуйність, ввічливість, життєрадісність, працездатність, сміливість, працьовитість, відкритість, чесність, самоконтроль, сильна воля, раціоналізм і почуття відповідальності є високою, оскільки ці якості високо цінуються. Це може бути пов'язано з тим, що вони, наприклад, турботливі, ввічливі, доброзичливі, працездатні, відстоюють свою думку, дисципліновані, чесні, мають широкий кругозір, самоконтроль, раціональні, вольові та відповідальні. Це свідчить про те, що ці якості є ключовими в їхньому житті та в оцінці інших.

Чуйність, гарні манери та життєрадісність - це характеристики, які вказують на здатність співпереживати іншим, ввічливість та відкритість [9]. Ці якості підкреслюють, що бути уважним і доброзичливим по відношенню до інших залишається важливою цінністю для студентів, які хочуть будувати добрі стосунки в суспільстві. Життєрадісність і почуття гумору не тільки допомагають з легкістю долати труднощі, але й сприяють створенню приємної атмосфери в соціальній взаємодії.

Не менш важливими є такі риси, як чесність, самоконтроль і відповідальність. Учні надають великого значення чесності та дисциплінованості, оскільки вони є основою для довіри у стосунках та успішної самореалізації. Відповідальність є фундаментальною якістю, яка допомагає людям досягати поставлених цілей і виконувати свої зобов'язання [3, 8]. Таким чином, молодь прагне до етичного способу життя, де кожен прагне до чесності та надійності, як у собі, так і в інших.

Респонденти оцінюють себе вище середнього, коли йдеться про такі якості, як освіченість і толерантність. Освіченість і толерантність також високо оцінюються респондентами, хоча й дещо менше, ніж інші якості. Це свідчить про те, що знання, культура та вміння прощати і приймати різні точки зору також є важливими, хоча й не першочерговими. Освіта і толерантність були оцінені вище середнього. Учні розуміють важливість знань, культури та здатності приймати різні точки зору.

Однак, незважаючи на важливість цих якостей, вони не посідають високого місця порівняно з морально-етичними рисами. Це можна пояснити тим, що, хоча сучасні молоді люди надають велике значення інтелектуальному розвитку, вони надають перевагу якостям, які безпосередньо впливають на їхній повсякденний досвід і стосунки з іншими людьми. Толерантність як здатність прощати помилки інших і приймати різні точки зору також є важливою рисою, але її пріоритет

нижчий, ніж у таких якостей, як працездатність, дисциплінованість і відповідальність. Можливо, це пов'язано з тим, що сучасне середовище часто вимагає ухвалення швидких рішень і високого рівня самоконтролю, внаслідок чого молодь цінує дії вище за толерантність.

По-друге, респонденти оцінили як середні за значущістю такі критерії: вимогливість (часто скаржаться) і не зацікавленість на недоліках. Ці риси характеру мають середню значущість для респондентів, що, можливо, пояснюється тим, що вони надають велике значення високим стандартам і критичному ставленню до недоліків (своїх і чужих).

Це свідчить про те, що, хоча студенти вважають важливим прагнути високих стандартів і критично ставитися до себе та інших, вони не ставлять ці якості на чільне місце. Можливо, у наші дні молоді люди скоріше схильні до гнучкості та адаптації, ніж до жорсткої критики своїх і чужих недоліків. Це не означає, що високі очікування і непримиренність не важливі, але вони поступаються місцем іншим рисам, які сприяють гарному самопочуттю в суспільстві та ефективності на роботі й у житті. Молоді люди цінують гармонію між високими очікуваннями та реальністю, уникаючи тим самим надмірної самокритики та критики інших.

Результати дослідження показують, що респонденти надають перевагу рисам, які сприяють ефективному та етичному способу життя. Зокрема, вони надають великого значення чесності, відповідальності, самоконтролю та здатності ефективно працювати, що свідчить про прагнення до гармонійного та дисциплінованого способу життя. Водночас високі очікування та непоступливість, хоча й важливі, але не такі пріоритетні, як інші риси.

Це пов'язано з тим, що сучасне суспільство висуває високі вимоги до таких особистісних якостей, як відповідальність, вміння керувати собою, товариськість та ініціативність. Ці якості допомагають студентам бути конкурентоспроможними на ринку праці, ефективно працювати в команді, брати на себе відповідальність і розв'язувати складні проблеми. У сучасних освітніх програмах велика увага приділяється розвитку таких «м'яких» навичок, як креативність, критичне мислення, емпатія та комунікабельність. Це відображає вимоги життя в сучасному професійному та глобалізованому світі, де міжособистісна взаємодія та інновації є найважливішими чинниками успіху.

У складному соціальному та академічному середовищі такі якості, як стійкість, самоконтроль і впевненість у собі, відіграють важливу роль у психологічному благополуччі студентів. Ці якості допомагають молодим людям адаптуватися до стресів, академічних навантажень і переходу в доросле життя. Комунікативні навички та вміння працювати в команді - одні з найважливіших компетенцій. Студенти, які розвивають ці якості під час навчання, занять спортом, участі в культурних заходах і волонтерській діяльності, краще адаптуються до роботи в команді та міжособистісних стосунків, що відіграють важливу роль у їхньому соціальному розвитку.

Самодисципліна, відповідальність та ініціативність - важливі елементи самоактуалізації, і студенти, які володіють цими рисами, здатні ефективніше досягати своїх цілей як у навчанні, так і в професійній діяльності. Ці якості допомагають студентам керувати своїм часом, ухвалювати рішення і діяти впевнено. Ці риси особистості допомагають студентам не тільки досягти успіху в навчанні, а й ефективно адаптуватися до змін у соціальному, професійному та міжособистісному середовищі.

Для студентів важливі якості, які допомагають в особистісному розвитку, професійному становленні та соціальній взаємодії. Знаючи, які якості найбільш цінні для студентів, навчальні заклади можуть розробляти програми, спрямовані на формування цих якостей, які сприятимуть гармонійному розвитку молодих людей.

**Висновки.** Розвиток таких якостей, як відповідальність, самодисципліна, комунікабельність та ініціативність, є важливими для адаптації студентів до вимог сучасного ринку праці та життя в глобалізованому світі. Такі якості, як життєстійкість, самоконтроль та впевненість у собі, є визначальними для підтримки психологічного здоров'я студентів. Вони допомагають адаптуватися до стресів, навчального навантаження та переходу до дорослого життя. А студенти, які активно розвивають комунікативні навички і здатність працювати в команді, мають краще соціальне становлення та вміння взаємодіяти у колективі. Участь у спортивних, культурних і волонтерських заходах сприяє їхній соціальній адаптації. Самодисципліна, відповідальність і ініціативність є основними факторами, які допомагають студентам досягати своїх цілей у навчанні та професійному житті. Вони сприяють управлінню часом, прийняттю рішень і ефективній адаптації до змін у суспільстві та міжособистісних відносинах.

Таким чином, освітні установи повинні розробляти програми, спрямовані на розвиток цих якостей, щоб сприяти гармонійному розвитку молоді та її успішній інтеграції у суспільство.

#### Література

1. Голінін Д. В. (2017). Мотивація до занять фізичним вихованням у студентів ВНЗ. *Молодий вчений*, 2(42), 149-152.
2. Іваненко Г. (2021). Організаційно-методичні умови інтеграції олімпійської освіти в освітній процес студентської молоді. *Спортивна наука та здоров'я людини*, 1(5), 169-79. DOI:10.28925/2664-2069.2021.112.
3. Коваленко Ю. В. (2010). Формування здорового способу життя студентської молоді: досвід і перспективи. *Педагогіка здоров'я*, 12, 91-95.
4. Круцевич Т. Ю. (2008). *Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вищих навч. закл. фіз. виховання і спорту*. Київ: Олімпійська література.
5. Савчук В. М. (2016). Фізичне виховання студентів: актуальні проблеми та перспективи. *Молодь і спорт*, 4, 25-30.
6. Сухарев А. Г., & Когут І. О. (2019). Вплив фізичної активності на здоров'я студентської молоді. *Науковий журнал Національного педагогічного університету*, 12, 65-70.
7. Яковенко О.О., Завальнюк В.Л., Семененко В.П., & Яременко О.М. (2024). Мотиви та інтереси студентів до занять фізичним вихованням. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 10(183), 251-256.



8. Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & BERA Physical Education and Sport Pedagogy Special Interest Group (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education, 24(1)*, 1-27.
9. MacNamara, Á., & Collins, D. (2015). The role of psychological characteristics in managing the transition to university. *Psychology of Sport and Exercise, 17*, 59-68.
10. Shephard, R. J., & Trudeau, F. (2000). The legacy of physical education: Influences on adult lifestyle. *Pediatric Exercise Science, 12(1)*, 34-50.

#### Reference

1. Holinin D. V. (2017). Motyvatsiia do zaniat fizychnym vykhovanniam u studentiv VNZ. *Molodyi vchenyi, 2(42)*, 149-152.
2. Ivanenko H. (2021). Orhanizatsiino-metodychni umovy intehratsii olimpiiskoi osvity v osvitnii protses studentskoi molodi. *Sportyvna nauka ta zdorov'ia liudyny, 1(5)*, 169-79. DOI:10.28925/2664-2069.2021.112.
3. Kovalenko Yu. V. (2010). Formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia studentskoi molodi: dosvid i perspektyvy. *Pedahohika zdorovia, 12*, 91-95.
4. Krutsevych T. Yu. (2008). *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia: pidruchnyk dlia stud. vyshchychk navch. zakl. fiz. vykhovannia i sportu*. Kyiv: Olimpiiska literatura.
5. Savchuk V. M. (2016). Fizyчне vykhovannia studentiv: aktualni problemy ta perspektyvy. *Molod i sport, 4*, 25-30.
6. Sukhariev A. H., & Kohut I. O. (2019). Vplyv fizychnoi aktyvnosti na zdorovia studentskoi molodi. *Naukovyi zhurnal Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu, 12*, 65-70.
7. Yakovenko O.O., Zavalniuk V.L., Semenenko V.P., & Yaremenko O.M. (2024). Motyvy ta interesy studentiv do zaniat fizychnym vykhovanniam. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Seriya 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport), 10(183)*, 251-256.
8. Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & BERA Physical Education and Sport Pedagogy Special Interest Group (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education, 24(1)*, 1-27.
9. MacNamara, Á., & Collins, D. (2015). The role of psychological characteristics in managing the transition to university. *Psychology of Sport and Exercise, 17*, 59-68.
10. Shephard, R. J., & Trudeau, F. (2000). The legacy of physical education: Influences on adult lifestyle. *Pediatric Exercise Science, 12(1)*, 34-50.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11\(184\).48](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).48)

- Яковенко О.О.,**  
**к.фіз.вих., доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет**  
**фізичного виховання і спорту України, м. Київ**  
**<https://orcid.org/0000-0002-7165-5229>**
- Шинкарук О.А.,**  
**д.фіз.вих., професор кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет**  
**фізичного виховання і спорту України, м. Київ**  
**<https://orcid.org/0000-0002-1164-9054>**
- Куликов А.К.,**  
**аспірант, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ**  
**<https://orcid.org/0009-0002-2157-3011>**
- Бишевец Г.,**  
**Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк**  
**<https://orcid.org/0000-0002-0631-7741>**
- Бойков А.,**  
**аспірант, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ**  
**<https://orcid.org/0009-0000-2550-7535>**

#### РЕЗУЛЬТАТИВНІСТЬ ВИСТУПІВ СПОРТСМЕНІВ В КІБЕРСПОРТІ

Успіх у кіберспорті визначається складною взаємодією різних факторів, таких як технічні навички, стратегічне мислення, психологічна стійкість і командна робота. Ці елементи мають вирішальне значення для підготовки гравців і команд, оскільки їх врахування дозволяє сформулювати комплексний підхід до аналізу та тренувального процесу. Ефективне управління ресурсами, такими як час, гроші та енергія, може призвести до підвищення продуктивності. В умовах мінливого кіберспортивного середовища адаптація та постійний розвиток навичок забезпечують конкуренцію та підвищують шанси на успіх. Якість кіберспортивних змагань залежить від впливу різних факторів, які створюють позитивне та професійне середовище для гравців, глядачів та інших учасників. Ці фактори можна розділити на об'єктивні (наприклад, технічне оснащення гри, формат матчів, кількість вбивств або завданої шкоди) та суб'єктивні (емоційний стан гравців, рівень стресу або концентрації). Комплексний аналіз і врахування обох груп факторів є критично важливими для правильної оцінки результатів команди. Експертна оцінка була дуже корисною для визначення ключових аспектів виступу команди в кіберспорті.

**Ключові слова:** змагальна діяльність, кіберспорт, фактори, успішність, результативність, взаємодія.