

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

# ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

---

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я



Український державний університет  
імені Михайла Драгоманова

2024 р.

УДК 37.016:613]:005.745  
0-72

Матеріали VI Міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підрастаючого покоління»: Зб. наук. Праць / За ред. Білик В.Г. Вип. 6. К.: Алатон, 2024. 227 с.

### РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

**Андрущенко Віктор Петрович** – ректор Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, академік НАПН України, Член кореспондент НАН України, доктор філософських наук, професор.

**Тимошенко Олексій Валерійович** – декан факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я, Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

**Білик Валентина Григорівна** – завідувачка кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

ISBN 978-617-7834-38-9

© Редакційна колегія, 2024  
© Автори статей, 2024  
© Видавництво «Алатон», 2024

## ВІДМІННОСТІ В РУХОВІЙ КОМПЕТЕНТНОСТІ ШКОЛЯРІВ ЗАЛЕЖНО ВІД БІОЛОГІЧНИХ І СОЦІОКУЛЬТУРНИХ КОМПОНЕНТІВ

*Кузьменко Олександр Петрович*

кандидат біологічних наук, доцент кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

*Заруба Павло Олександрович*

студент 2 курсу магістратури спеціальності Середня освіта «Здоров'я людини», УДУ імені Михайла Драгоманова.

*Чепурний Владислав В'ячеславович*

Директор департаменту безпеки в ТОВ «Нова пошта»

Всесвітня організація охорони здоров'я вважає сприяння фізичній активності дітей та підлітків одним із своїх пріоритетів для покращення загального здоров'я шляхом зниження надмірної ваги та ожиріння в ранньому віці, а отже, зниження ризику цієї патології в підлітковому та дорослому віці [1, 2]. Рекомендації встановлюють, що діти та підлітки займаються середньою фізичною активністю середньої та інтенсивної тривалістю 60 хвилин на день. Проте 80% підлітків у всьому світі не дотримуються цієї рекомендації [3]. В Україні ситуація не інша, лише кожна п'ята дитина є фізично активною [4].

Щоб вирішити цю проблему, необхідно вивчити фактори, пов'язані з регулярною фізичною активністю. Однією з них є рухова компетентність (РК), яка разом із фізичною підготовленістю та сприйняттям компетентності формує механізм, що впливає на розвиток фізичної активності в дитинстві. РК вважається функціональним виконанням, тобто успішно справляється з вирішенням рухових завдань. У цьому контексті РК є інтегральним поняттям, що розглядає поведінку під час вирішення рухового завдання. РК є латентною конструкцією; вона не може бути безпосередньо спостережена і відображається через успішне виконання конкретних рухових завдань.

Ці спостережувані рухові завдання відповідають основним руховим навичкам, які вважаються основними вимогами або «будівельними блоками» для виконання складніших рухів протягом життя. З огляду на функціональність основних рухових навичок, їх зазвичай класифікують як навички стабільності (наприклад, рівновагу), пересування (наприклад, стрибки або біг) і маніпуляції

(наприклад, кидання та ловля) [5]. Ці навички розвиваються в дитинстві та є основою для навчання конкретним руховим навичкам, тому їх набуття необхідно заохочувати з раннього віку, щоб вони закріплювалися та зміцнювалися з роками. Таким чином, це вважається однією з головних цілей фізичного виховання як шкільного предмету і одним із фундаментальних стовпів для розвитку фізичної грамотності [6].

Важливість сприяння розвитку РК у ранньому віці ґрунтується на доказах переваг, пов'язаних із придбанням і підтримкою рекомендованих рівнів фізичної активності. Існують докази позитивного зв'язку між РК і результатами здоров'я, добробуту та розвитку, таких як здорова вага, вищий рівень самооцінки, кардіореспіраторної та м'язової придатності, зниження адинамії, а також покращення когнітивного розвитку, виконавчих функцій, підготовки до школи та академічної успішності [7, 8]. Усі ці переваги підкреслюють актуальність РК у всебічному розвитку дитини, тому її популяризація на всіх етапах дитинства є важливою.

РК не розвивається спонтанно, його потрібно навчитися. На його розвиток впливає низка корелятивів, як біологічних, так і соціокультурних, причому стать, вік і вага є найбільш значущими біологічними факторами, тоді як соціально-економічний рівень є соціальним фактором, на який найбільше звертають увагу.

Аналіз рухових показників за статтю показав відмінності в діяльності, де хлопчики демонструють вищий рівень РК, ніж дівчата. Стосовно віку, хоча його збільшення позитивно пов'язане з РК, слід зазначити, що воно пов'язане не лише з аспектом дорослішання, а й з досвідом і взаємодією, які

діти мають з оточенням. З точки зору статусу ваги, його роль є переконливим доказом негативного зв'язку з РК, який зароджується у дошкільнят і закріплюється в учнів початкової школи, де діти з надмірною вагою мають більші труднощі з руховими завданнями, ніж у дітей з нормальною вагою.

Таким чином є важливим урахування біологічних і соціокультурних особливостей у розвитку РК, підкреслюючи відмінності, які існують в одній групі учнів початкових класів. Як біологічний фактор стать корелює у РК, переважно в об'єктному контролі, де під-

тверджується, що у хлопчиків вищі бали, ніж у дівчат. Зростання віку також корелює з дитячою РК. Крім того, статус ваги є ще одним важливим визначальним фактором у виконанні рухових завдань, представляючи негативний зв'язок РК у дітей із надмірною вагою та ожирінням. Соціокультурні чинники, особливо соціально-економічний рівень, є іншими важливими характеристиками процесу розвитку РК, де нерівності з'являються відповідно до рівня вразливості учнів та дітей із сімей з обмеженими можливостями.

### Список використаних джерел

1. World Health Organization . Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World: At-a-Glance. World Health Organization; Washington, DC, USA: 2018.
2. Telama R., Yang X., Viikari J., Välimäki I., Wanne O., Raitakari O. Physical activity from childhood to adulthood: A 21-year tracking study. *Am. J. Prev. Med.* 2005; 28: 267–273. doi: 10.1016/j.amepre.2004.12.003.
3. Hallal P.C., Andersen L.B., Bull F.C., Guthold R., Haskell W., Ekelund U. Global physical activity levels: Surveillance progress, pitfalls, and prospects. *Lancet.* 2012; 380: 247–257. doi: 10.1016/S0140-6736(12)60646-1.
4. Помещикова І.П., Чуча Ю. І., Ломан С.Л. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор одноборств у закладах вищої освіти. 2020 с. 124-128.
5. Gallahue D.L., Ozmun J.C., Goodway J.D. *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults.* 7th ed. McGraw-Hill; New York, NY, USA: 2012.
6. Herrmann C., Heim C., Seelig H. Construct and correlates of basic motor competencies in primary school-aged children. *J. Sport Health Sci.* 2019;8:63–70. doi: 10.1016/j.jshs.2017.04.002.
7. Okely A.D., Booth M.L., Patterson J.W. Relationship of Cardiorespiratory Endurance to Fundamental Movement Skill Proficiency among Adolescents. *Pediatr. Exerc. Sci.* 2001;13:380–391. doi: 10.1123/pes.13.4.380.
8. Schmidt M., Egger F., Benzing V., Jäger K., Conzelmann A., Roebbers C.M., Pesce C. Disentangling the relationship between children's motor ability, executive function and academic achievement. *PLoS ONE.* 2017;12:e0182845. doi: 10.1371

## ХАРАКТЕРИСТИКИ БУЛІНГА ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

### *Кузьменко Олександр Петрович*

кандидат біологічних наук, доцент кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.

### *Зімніков Володимир Олегович*

студент 2 курсу магістратури спеціальності Середня освіта «Здоров'я людини», Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.

### *Лисаков Юрій Вікторович*

фізична особа приватний підприємець

Булінг класифікований ВООЗ як серйозна проблема громадського здоров'я, що збільшує ризик поганого здоров'я, соціальних і освітніх негараздів у дитинстві та підлітковому віці [1]. Характеризується повторюваною віктимізацією в рамках незбалансо-

ваних владних відносин, цькуванням, частот і рівнів агресії, починаючи від образ до фізичного, вербального та соціального насильства. Динаміка в таких стосунках консолідується повторними та тривалими епізодами цькування: хулігани накопичують