

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ МОТИВАЦІЙНОГО СПРЯМУВАННЯ
ТА ЙОГО ВПЛИВУ НА САМООЦІНКУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTI
ЗДОБУВАЧІВ ПЕРЕДВИЩОЇ ФАХОВОЇ ОСВІТИ

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ASPECTS OF MOTIVATIONAL
ORIENTATION AND ITS IMPACT ON THE SELF-ASSESSMENT OF PHYSICAL
FITNESS AMONG STUDENTS OF PROFESSIONAL PRE-HIGHER EDUCATION

Москаленко О. В.¹, Ставінський Ю. О.², Перегінєць М. М.³

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

²Інститут травматології та ортопедії НАМН України, м. Київ, Україна

³Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ, Україна

¹ORCID: 0009-0007-1959-0986

²ORCID: 0009-0003-1648-4185

³ORCID: 0000-0002-1032-6165

Moskalenko O.¹, Stavinskyi Yu.², Perehinets M.³

¹National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Kyiv, Ukraine

²Institute of Traumatology and Orthopedics of the National Academy of Medical Sciences of Ukraine,
Kyiv, Ukraine

³National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Kyiv, Ukraine

DOI <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2025.19.2.22>

Анотації

Вступ. У контексті сучасних освітніх трансформацій зростає значення здоров'я як ключового ресурсу особистісного та професійного розвитку, що зумовлює необхідність глибшого аналізу психологічних чинників, які впливають на формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом студентської молоді. Особливу увагу привертає мотиваційне спрямування, яке визначає не лише ставлення до рухової діяльності, а й рівень самооцінки фізичної підготовленості.

Мета. Дослідити взаємозв'язок між мотиваційним спрямуванням та самооцінкою фізичної підготовленості здобувачів передвищої фахової освіти з урахуванням професійного профілю навчання.

Методи дослідження. Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел; психодіагностичні методи: адаптований опитувальник Physical Self-Description Questionnaire, психологічна методика «Мотивація успіху та страх невдач»; методи математичної статистики.

Результати. Установлено зв'язок між мотиваційним спрямуванням і самооцінкою фізичної підготовленості здобувачів передвищої фахової освіти. Виявлено відмінності у мотивації досягнення успіху залежно від статі та профілю навчання: загалом юнаки демонструють вищу орієнтацію на успіх, хоча ця тенденція варіюється відповідно до освітнього середовища. У юнаків мотивація досягнення пов'язана з оцінкою фізичного «Я»: здоров'я, сили, спортивних здібностей і координації. Виявлено зв'язок між глобальним фізичним «Я» та прагненням до досягнення успіху, що підкреслює значущість самооцінки фізичної підготовленості у структурі мотивації. У дівчат установлено прямі кореляції між мотивацією досягнення та самооцінкою фізичної активності, сили, спортивних здібностей і витривалості, яка виступає важливим внутрішнім мотиваційним ресурсом.

Висновки. Узагальнення результатів дослідження дає змогу стверджувати, що мотиваційне спрямування здобувачів передвищої фахової освіти тісно пов'язане із самооцінкою їхньої фізичної підготовленості. Причому виявлені взаємозв'язки мають як статеві, так і освітньо-профільні відмінності. У юнаків мотивація досягнення корелює з інтегральним образом фізичного «Я», тоді як у дівчат – з оцінкою окремих фізичних якостей, передусім витривалості. Отримані дані акцентують значущість тілесного самосприйняття у структурі мотивації і можуть бути використані для вдосконалення підходів до формування адекватної самооцінки фізичної підготовленості у здобувачів передвищої фахової освіти різного професійного спрямування.

Ключові слова: фізична підготовленість, фізичні якості, заняття спортом, мотивація, мотиваційне спрямування, самооцінка, статеві відмінності, юнаки, дівчата, здобувачі передвищої фахової освіти.

Introduction. In the context of modern educational transformations, health is becoming an increasingly important resource for personal and professional development. This highlights the need for a deeper analysis of the psychological factors influencing students' motivation to engage in physical culture and sports. Particular attention is paid to motivational orientation, which determines not only the attitude toward physical activity but also the level of self-assessment of physical fitness.

Purpose. To study the relationship between motivational orientation and the self-assessment of physical fitness among students of professional pre-higher education, taking into account the professional profile of their training.

Methods. Theoretical analysis of scientific sources; psychodiagnostic tools: the adapted Physical Self-Description Questionnaire; the psychological technique «Motivation for Success and Fear of Failure»; methods of mathematical statistics.

Results. A relationship was established between motivational orientation and the self-assessment of physical fitness among students of pre-higher vocational education. Differences in achievement motivation were identified based on gender and educational profile: overall, male students demonstrated a higher orientation toward success, although this tendency varied depending on the educational environment. Among male students, achievement motivation was associated with the evaluation of the physical self – specifically health, strength, athletic abilities, and coordination. A connection was revealed between the global physical self and the aspiration for success, emphasizing the significance of physical fitness self-assessment within the structure of motivation. In female students, direct correlations were found between achievement motivation and the self-assessment of physical activity, strength, athletic abilities, and endurance, the latter serving as an important internal motivational resource.

Conclusions. The generalization of the research findings suggests that the motivational orientation of students in pre-tertiary professional education is closely related to their self-assessment of physical fitness, with these relationships showing both gender-based and educational-profile differences. In male students, achievement motivation correlates with the integral image of the physical self, whereas in female students, it is associated with the evaluation of specific physical qualities, particularly endurance. The obtained data emphasize the importance of bodily self-perception within the motivational structure and can be used to improve approaches to developing an adequate self-assessment of physical fitness among students of various professional specializations in pre-tertiary education.

Key words: physical fitness, physical qualities, sport participation, motivation, motivational orientation, self-assessment, gender differences, male students, female students, professional pre-higher education students.

Вступ. У контексті модернізації освітнього процесу та зростаючої уваги до здоров'я як фундаментального ресурсу особистісного й професійного розвитку питання формування мотивації студентської молоді до систематичних занять фізичною культурою та спортом набуває особливої актуальності [1; 8; 9; 15; 20]. Одним із ключових чинників, що зумовлює ставлення до занять фізичною культурою і спортом, виступає мотиваційне спрямування особистості, яке визначає не лише потребу у фізичному самовдосконаленні, а й впливає на формування адекватної самооцінки фізичної підготовленості, що, своєю чергою, є важливим елементом загального психологічного стану та життєвої самореалізації студентської молоді [3–5; 20]. Особливо це актуально для здобувачів перед-

вищої фахової освіти, які перебувають у процесі активного особистісного становлення та професійного вибору, де фізична самореалізація є важливим компонентом загальної життєвої ефективності.

Проблема самооцінки фізичної підготовленості студентської молоді є предметом активного наукового аналізу, зважаючи на її тісний зв'язок із руховою активністю, збереженням здоров'я та формуванням життєвих орієнтацій [6; 7; 9; 11]. У сучасній психологічній науці самооцінка розглядається як багатовимірне утворення, що інтегрує когнітивні, емоційні та поведінкові складники, формуючись у процесі взаємодії особистості із соціальним середовищем, а також на основі суб'єктивного досвіду та зовнішніх оцінок [2; 4; 13].

У працях вітчизняних дослідників, зокрема Т. Ю. Круцевич та О. Ю. Марченко, обґрунтовано важливу роль адекватної самооцінки фізичної підготовленості як чинника загального психологічного благополуччя, а також як ключової передумови формування внутрішньої мотивації до фізичної активності [5; 8; 9]. Автори підкреслюють, що тілесне самосприйняття безпосередньо впливає на мотиваційне спрямування особистості, визначаючи її установку на досягнення, впевненість у власних силах і рівень залученості до рухової діяльності [5].

З огляду на вже відзначений внесок українських науковців, варто підкреслити, що проблематика самооцінки фізичного «Я» отримала значне поширення у світовій науковій літературі. Так, фундаментальні праці К. Р. Фокса та Ч. Б. Корбіна заклали основу для розуміння багаторівневої структури фізичного самосприйняття, розробивши інструменти для його оцінки у дітей та підлітків [17; 18]. Дослідження Дж. Панга розширюють розуміння взаємозв'язку між фізичним самосприйняттям та фізичною підготовленістю у студентської молоді різних гендерних груп [12]. Особливу увагу зарубіжні науковці також приділяють вивченню впливу соціокультурних чинників та образу тіла на загальне самосприйняття особистості [10; 19; 21; 22]. У цьому контексті вагомий внесок належить спільним дослідженням Г. Голланд та М. Тігеманн, які вивчали вплив медіа та фізичної активності на формування образу тіла та його зв'язок із самооцінкою [19; 22].

В українському академічному дискурсі особлива увага науковців зосереджена на актуальному питанні взаємозв'язку між самооцінкою фізичної підготовленості та мотивацією до занять спортом. Триває дискусія щодо пріоритетності цих чинників: чи є самооцінка наслідком мотивації, чи навпаки, виступає її рушійною силою [1–3; 5–7; 11].

У контексті дослідження самооцінки фізичної підготовленості особливу увагу привертають такі мотиваційні чинники, як прагнення до досягнень та страх перед невдачею,

які, за спостереженнями С.С. Занюка, мають істотний вплив на результативність процесу фізичного виховання [4].

Попри вагомий внесок науковців у дослідження окремих компонентів фізичного «Я» цілісне осмислення цього феномену як багатовимірної психічної структури, що інтегрує когнітивні, емоційні та поведінкові складники, залишається недостатньо опрацьованим і потребує подальшого глибокого та системного аналізу.

Отже, дослідження взаємозв'язку між мотиваційним спрямуванням особистості та самооцінкою фізичної підготовленості студентів є не лише науково вагомим, а й надзвичайно актуальним у практичному аспекті, оскільки результати дослідження можуть стати основою для розроблення ефективних педагогічних стратегій, спрямованих на оптимізацію фізичного виховання, підвищення мотивації до занять спортом та формування адекватної самооцінки фізичної підготовленості серед студентської молоді різних спеціальностей.

Роботу виконано у межах Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2021–2025 рр., згідно з темою кафедри теорії і методики фізичного виховання «Удосконалення системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей, підлітків і молоді в закладах освіти» (№ держреєстрації 0121U108938).

Мета. Дослідити взаємозв'язок між мотиваційним спрямуванням та самооцінкою фізичної підготовленості здобувачів передвищої фахової освіти з урахуванням професійного профілю навчання.

Матеріал і методи. Емпіричною базою дослідження стали студенти трьох спеціалізованих навчальних закладів, які представляють різні напрями підготовки – спортивний та технічний. Такий підхід дав змогу провести порівняльний аналіз рівня самооцінки фізичної підготовленості в умовах різного професійного спрямування освітнього середовища. Загалом у дослідженні взяли участь 365 респондентів (із них 217 юнаків і 148 дівчат), які навчалися у таких закладах:

Коледж 1 – ВСП «Олімпійський фаховий коледж імені Івана Піддубного Націо-

нального університету фізичного виховання і спорту України) – 155 студентів (122 юнаки, 33 дівчини). Заклад є провідним у сфері спортивної освіти та має акцентовану спортивну спрямованість.

Коледж 2 – ВСП «Івано-Франківський фаховий коледж фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України» – 51 студент (36 юнаків, 15 дівчат). Коледж здійснює підготовку фахівців із фізичного виховання з урахуванням регіональних особливостей.

Коледж 3 – Київський фаховий коледж зв'язку – 159 студентів (110 юнаків, 49 дівчат). Освітній заклад спеціалізується в галузі інформаційно-комунікаційних технологій, що створює умови для аналізу особливостей формування самооцінки фізичної підготовленості студентів за умов зниженої рухової активності.

Дослідження проведено з дотриманням вимог Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації «Етичні принципи медичних досліджень за участю людини як об'єкта дослідження».

Для розв'язання поставлених завдань використовувався **комплекс методів**: *теоретичні* (компаративний метод зіставлення та аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду з досліджуваної проблеми); *психологічні* (для дослідження самооцінки фізичної підготовленості респондентів, ми використали адаптовану версію опитувальника «Самооцінка фізичного розвитку» на основі австралійського особистісного опитувальника «Physical Self-Description Questionnaire» Н.В. Марш); для дослідження мотиваційного спрямування здобувачів передвищої фахової освіти різного професійного спрямування застосовано психологічну діагностику А. Реана «Мотивація успіху та страх невдач» (МУН); *загальноприйняті методи математичної статистики*. Усі розрахунки виконувалися в програмі SPSS 17.0.

Для перевірки гіпотези про підпорядкування спостережуваних даних нормальному закону розподілу застосовувався W-критерій Шапіро – Уїлка [15]. Оскільки довести нор-

мальність розподілу за окремими показниками всіх груп студентів не вдалося, то для представлення центральної тенденції і розкиду ми використовували медіану (Me) та квартильний розмах ($Q_3 - Q_1$). Порівняльний аналіз показників студентів залежно від коледжу виконувався за допомогою непараметричного Н-критерію Краскела – Уолліса. У разі статистичної значущості відмінностей установлювали, між якими саме групами спостерігалися відмінності, із використанням U-критерію Манна – Уїтні. Цим самим критерієм оцінювалися статеві відмінності в межах одного коледжу [15]. Усі дані оброблялися на персональному комп'ютері з використанням пакету стандартних програм (Excel – 2007; Statistica – 10.0).

Результати дослідження. Для дослідження мотиваційного спрямування здобувачів передвищої фахової освіти різного професійного спрямування було використано методику психологічної діагностики А. Реана «Мотивація успіху та страх невдач». За результатами аналізу емпіричних даних установлено такі показники мотиваційного спрямування (у балах, із поданням медіани та міжквартильного розмаху): у студентів Коледжу 1 – 14,5 (13,0; 15,0); у студентів Коледжу 2 – 14,5 (13,0; 16,0); у студентів Коледжу 3 – 13,0 (12,0; 16,0). Статистичний аналіз із застосуванням непараметричного Н-критерію Краскела – Уолліса показав наявність статистично значущої залежності мотиваційного спрямування від належності студентів до певного коледжу ($H = 14,48$; $p = 0,0007$), що свідчить про вплив профілю навчального закладу на характер мотивації студентів. Уточнююче міжгрупове порівняння показало, що: відмінності між студентами коледжів 1 і 2 були статистично незначущими ($U = 2058,0$; $Z = -0,568$; $p = 0,5701$); студенти Коледжу 1 мали достовірно вищі показники мотивації до успіху, ніж студенти Коледжу 3 ($U = 4958,5$; $Z = 3,430$; $p = 0,0006$); аналогічна тенденція зафіксована і між Коледжами 2 та 3, де студенти Коледжу 2 також демонстрували вищу орієнтацію на успіх порівняно з Коледжем 3 ($U = 1398,5$; $Z = 2,638$; $p = 0,0083$) (рис. 1).

Таким чином, отримані результати свідчать про вищий рівень мотиваційного спрямування на досягнення успіху в студентів, які навчаються у фахових коледжах із фізкультурно-спортивним спрямуванням, порівняно з тими, хто здобуває освіту в технічному навчальному закладі.

Центральна тенденція та розкид оцінок спрямованості мотивації дівчат Коледжу 1 становить 15 (13; 16) балів, що на 13,3% перевищує відповідні медіани студенток Коледжів 2 і 3 – 13,0 (12,0; 17,0) 13,0 (10,0; 15,0) балів відповідно (рис. 2).

Центральна тенденція та розкид оцінок мотиваційного спрямування дівчат Коледжу 1 становлять 15 балів (13; 16), що на 13,3% перевищує відповідні медіани студенток коледжів 2 і 3 – 13,0 (12,0; 17,0) та 13,0 (10,0; 15,0) балів відповідно (рис. 2). Проведений статистичний аналіз показав, що мотиваційне спрямування дівчат статистично значуще відрізняється залежно від коледжу, де вони навчаються ($N = 8,60$; $p = 0,0136$). Однак уточнююче міжгрупове порівняння не виявило достовірних відмінностей між: студентками Коледжів 1 і 2 ($U = 185,0$; $Z = 1,379$; $p = 0,1679$), студентками Коледжів 2 і 3 ($U = 332,0$; $Z = 0,559$; $p = 0,5763$). Водночас установлено статистично значущу перевагу мотивації до успіху у дівчат Коледжу 1 порівняно з Коледжем 3 ($U = 498,0$; $Z = 2,931$; $p = 0,0034$).

Отримані дані дають підстави стверджувати, що навчальне середовище відіграє вагомую роль у формуванні мотивації студентської молоді. Зокрема, Коледж 1, що здійснює підготовку майбутніх професійних спортсменів, створює більш сприятливі умови для розвитку орієнтації на успіх. Загальна тенденція результатів показує, що частота виявлення орієнтації на успіх знижується від максимальної у Коледжі 1 до мінімальної у Коледжі 3, і це стосується як юнаків, так і дівчат. У Коледжі 1 виражена орієнтація на успіх спостерігалася у 73,8% юнаків та у 69,7% дівчат; у Коледжі 2 – відповідно 72,2% та 40,0%; у Коледжі 3 – 46,4% юнаків та 37,7% дівчат. Натомість частота випадків мотивації на уникнення невдачі або слабо вираженого мотиваційного профілю зростає у міру зниження спортивного спрямування навчального закладу. Водночас щодо дівчат така закономірність не простежується: результати χ^2 -тесту свідчать про відсутність значущих розбіжностей у розподілі мотивації до успіху серед студенток ($\chi^2 = 0,09$; $df = 1$; $p = 0,7607$). Це дає змогу припустити, що рівень мотивації до досягнень серед дівчат розподіляється більш рівномірно, без домінування високих або низьких значень. Аналіз отриманих результатів дав змогу виявити статистично значущі відмінності у мотиваційному спрямуванні залежно від статі респондентів. Зокрема, серед юна-

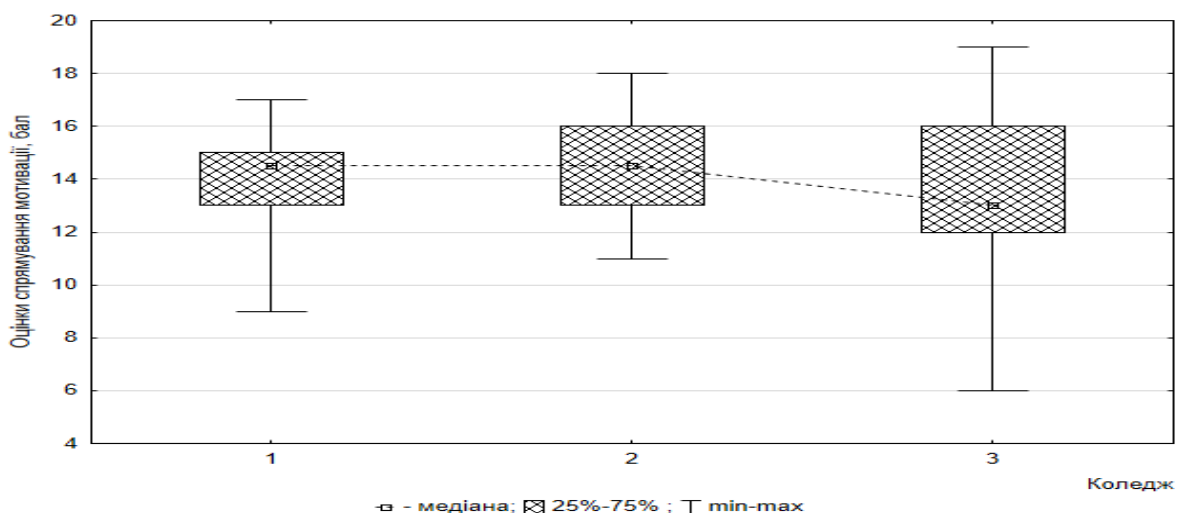


Рис. 1. Спрямованість мотивації здобувачів передвищої фахової освіти залежно від коледжу (юнаки, $n=268$)

ків значно частіше спостерігалася орієнтація на успіх – 62,3% проти 48,5% серед дівчат ($\chi^2 = 5,64$; $df = 1$; $p = 0,0176$). Таким чином, отримані дані підтверджують існування статевих відмінностей у спрямованості мотивації здобувачів: юнаки частіше демонструють мотивацію на успіх, аніж дівчата (рис. 3). На рівні міжгрупового порівняння встановлено, що серед студентів Коледжу 1 частота орієнтації на успіх є значно вищою, ніж у респондентів інших навчальних закладів ($\chi^2 = 28,59$; $df = 2$; $p < 0,05$). Водночас попри вищі показники мотивації до успіху у юнаків Коледжу 1 (73,8%) порівняно з дівчатами (69,7%) статистично значущих відмінностей виявлено не було ($\chi^2 = 0,22$; $df = 1$; $p = 0,6404$).

Аналіз ключових компонентів мотиваційної сфери – мотивації до досягнення успіху та мотивації до уникнення невдач – показав, що юнаки загалом демонструють вищу орієнтацію на успіх, аніж дівчата. Проте ця закономірність не є однаковою для всіх навчальних закладів. Найбільш виражені статеві відмінності спостерігаються в Коледжі 2, де юнаки значно частіше ($p < 0,05$) орієнтовані на досягнення порівняно з дівчатами ($\chi^2 = 4,70$; $df = 1$; $p = 0,0301$). Натомість у Коледжах 1

і 3 попри загальну тенденцію до вищої мотивації серед юнаків статистично значущих відмінностей між статями не зафіксовано ($p > 0,05$). У Коледжі 3 також не виявлено статистично значущих відмінностей за статевою ознакою ($\chi^2 = 1,28$; $df = 1$; $p = 0,2580$), хоча простежується тенденція до переважання орієнтації на успіх у юнаків (46,4% проти 36,7% у дівчат). У Коледжі 1 попри вищий рівень мотивації на успіх у юнаків (73,8%) порівняно з дівчатами (69,7%) відмінності також не досягли рівня статистичної значущості ($\chi^2 = 0,22$; $df = 1$; $p = 0,6404$). Загалом за узагальненими показниками по всій вибірці юнаки частіше демонструють орієнтацію на успіх, аніж дівчата – 62,3% проти 48,5% ($\chi^2 = 5,64$; $df = 1$; $p = 0,0176$), що підтверджує наявність статевих відмінностей у мотиваційному спрямуванні (рис. 3). Особливу увагу привертає виявлений факт мотивації на невдачу у двох юнаків-спортсменів із Коледжу 1, що є нетиповим для даної групи. Такий результат потребує окремого психологічного аналізу з урахуванням індивідуальних характеристик, рівня саморегуляції та досвіду спортивної діяльності. Окрім того, порівняльний аналіз за навчальними закладами засвідчив,

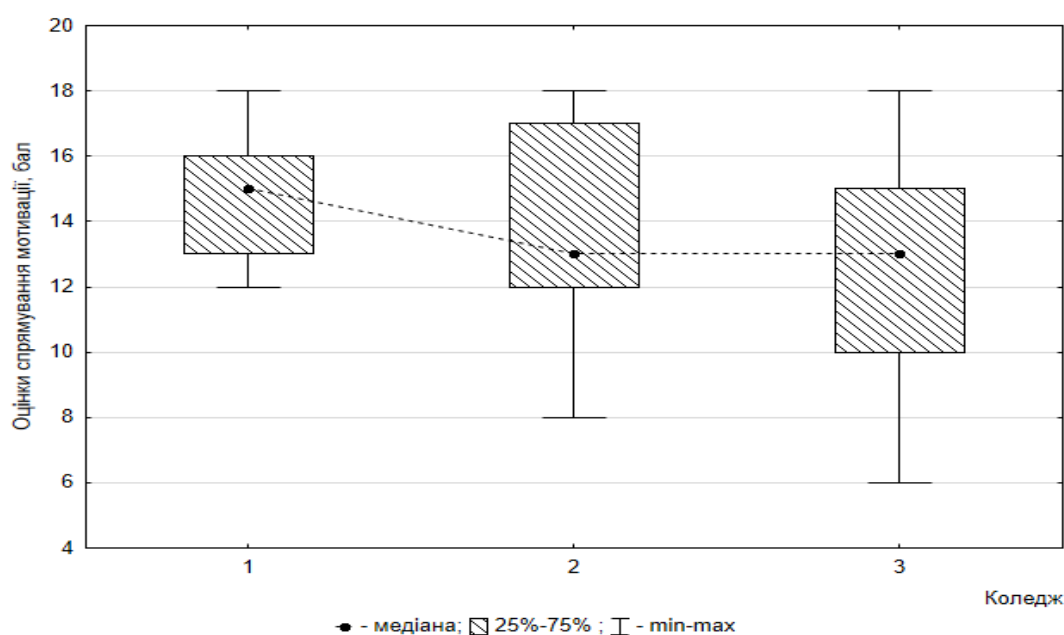


Рис. 2. Спрямованість мотивації здобувачів передвищої фахової освіти залежно від коледжу (дівчата, $n=97$)

що найбільша частота випадків мотивації на успіх спостерігається у Коледжі 1 – найвища серед усіх досліджуваних груп ($\chi^2 = 28,59$; $df = 2$; $p < 0,05$), що вказує на вплив специфіки освітнього середовища на мотиваційні установки студентів. Дослідження зв'язку між оцінками самоопису та мотивацією до успіху у здобувачів передвищої фахової освіти засвідчило наявність незначних, але статистично значущих ($p < 0,05$) кореляційних зв'язків між низкою показників фізичного самоопису юнаків і рівнем їхньої мотивації до досягнення (табл. 1). Це свідчить про взаємозалежність між сприйняттям власного фізичного потенціалу юнаків та прагненням до самореалізації через досягнення. Серед найбільш показових взаємозв'язків у юнаків відзначено такі характеристики фізичного «Я», як: здоров'я, сила, фізична активність, спортивні здібності та координація рухів. Ці компоненти відіграють роль у формуванні мотивації досягнення, вказуючи на значущість тілесного самосприйняття у загальній

мотиваційній структурі особистості. На особливу увагу заслуговує встановлений прямий зв'язок між оцінкою глобального фізичного «Я» юнаків та їхньою мотивацією до успіху, що дає змогу припустити роль інтегрального уявлення про власні фізичні можливості у визначенні цілей та бажаних результатів. Попри те, що за інтенсивністю виявлені зв'язки мають переважно слабкий характер, їх статистична значущість підтверджує важливість включення компонентів фізичного самоопису до подальших моделей вивчення мотивації. Ці дані створюють підґрунтя для глибшого аналізу механізмів, через які фізичне самосприйняття впливає на мотиваційну сферу студентської молоді.

Аналіз кореляційних зв'язків у вибірці дівчат виявив низку статистично значущих ($p < 0,05$) прямих залежностей між самооцінкою окремих фізичних якостей та рівнем мотивації до досягнення. Зокрема, встановлено, що мотивація дівчат до успіху слабо, але достовірно пов'язана з фізичною актив-

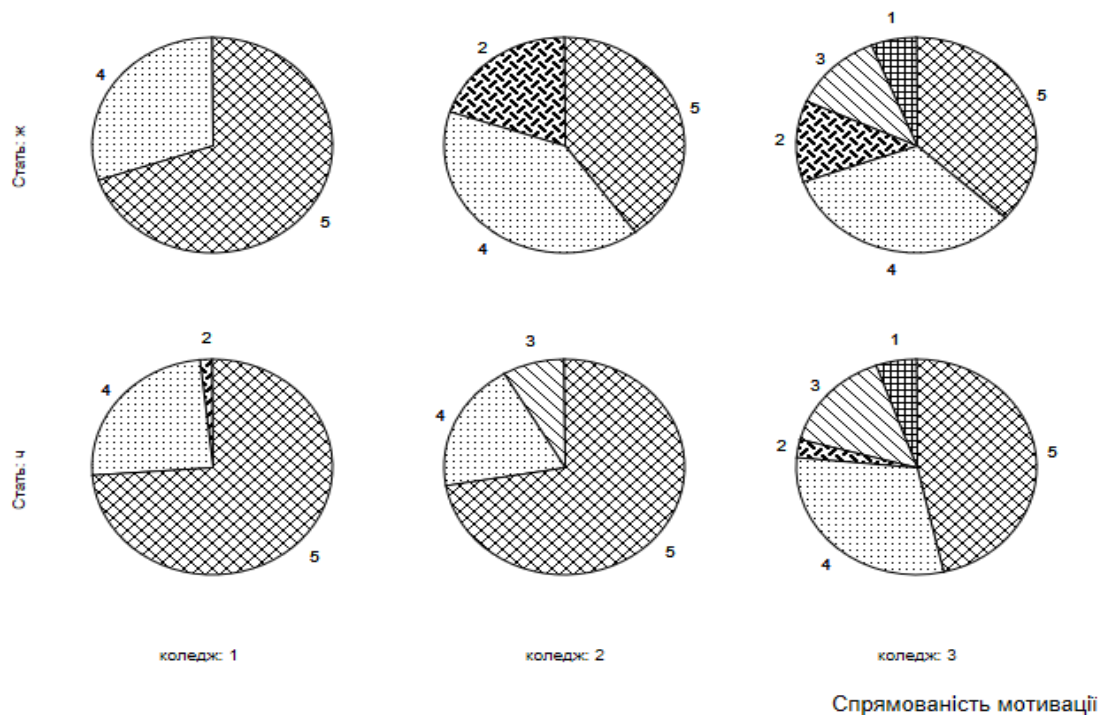


Рис. 3. Розподіл здобувачів передвищої фахової освіти за рівнями спрямованості мотивації залежно від коледжу і статі (n=365)

Примітка: 5 – мотивація на успіх (орієнтація на успіх); 4 – тенденція мотивації на успіх; 3 – мотиваційний полюс чітко не виражений; 2 – тенденція мотивації на невдачу; 1 – мотивація на невдачу (страх невдачі)

ністю ($r = 0,26$), спортивними здібностями ($r = 0,23$) та силою ($r = 0,22$). Окрім того, доведено прямий помірний статистично значущий зв'язок між рівнем мотивації до успіху та витривалістю ($r = 0,30$), що свідчить про важливість суб'єктивного уявлення дівчат про свою фізичну витривалість як мотиваційного ресурсу (табл. 2).

Таким чином, результати аналізу підтверджують існування залежності між самооцінкою фізичних якостей і мотивацією до досягнення, що особливо проявляється серед дівчат. Позитивне сприйняття власної фізичної активності, сили, витривалості та спортивних здібностей може виступати додатковим джерелом внутрішньої мотивації, спонукаючи до досягнення результатів і самореалізації особистості.

Дискусія. Для порівняння отриманих результатів із попередніми науковими напрацюваннями доцільно звернутися до джерел, які висвітлюють особливості спрямування

мотивації та самооцінки фізичної підготовленості юнаків і дівчат. Отримані в нашому дослідженні результати узгоджуються з підходами сучасної психологічної науки, зокрема з положеннями теорії самодетермінації Десі та Раяна [16], яка пояснює, що внутрішня мотивація до досягнення виникає тоді, коли людина відчуває себе здатною досягати успіху (компетентною), має свободу вибору у своїх діях (автономною), а також перебуває у підтримувальному соціальному середовищі (відчуття приналежності) [16]. Саме поєднання цих трьох умов забезпечує розвиток стійкої внутрішньої мотивації до активної поведінки, зокрема до занять спортом. Установлений у нашому дослідженні зв'язок між самооцінкою фізичних якостей та мотивацією до успіху підтверджує важливість тілесного самосприйняття як одного з чинників внутрішньої мотивації до занять спортом. Цей висновок узгоджується з результатами досліджень українських учених Т. Ю. Круцевич

Таблиця 1

Кореляційний аналіз самоопису фізичного розвитку та мотивації до успіху юнаків ($n=268$)

№	Показник	Коефіцієнти кореляції Спірмена ρ											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	СМ
1	Здоров'я	1,00											-0,12
2	Координація рухів		1,00										0,13
3	Фізична активність		0,47	1,00									0,15
4	Стрункість тіла	0,61			1,00								
5	Спортивні здібності		0,70	0,64		1,00							0,13
6	Глобальне фізичне «Я»		0,56	0,46	-0,20	0,65	1,00						0,19
7	Зовнішній вигляд	0,32	0,34	0,21	0,27	0,38		1,00					
8	Сила	0,20	0,54	0,56	0,14	0,64	0,59	0,50	1,00				0,12
9	Гнучкість		0,65	0,36		0,56	0,37	0,29	0,45	1,00			
10	Витривалість		0,59	0,57		0,64	0,50	0,31	0,54	0,57	1,00		
11	Самооцінка	0,65			0,60			0,39	0,32			1,00	

Примітка: СМ – спрямування мотивації. У кореляційній матриці наведено лише статистично значущі коефіцієнти кореляції Спірмена на рівні $p < 0.05$. Порожні клітини свідчать про відсутність статистично значущих зв'язків.

Таблиця 2

Кореляційний аналіз самоопису фізичного розвитку та мотивації до успіху дівчат (n=97)

№	Показник	Коефіцієнти кореляції Спірмена ρ											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	СМ
1	Здоров'я	1,00											
2	Координація рухів		1,00										
3	Фізична активність		0,58	1,00									0,26
4	Стрункість тіла	0,25			1,00								
5	Спортивні здібності		0,54	0,58		1,00							0,23
6	Глобальне фізичне «Я»		0,43	0,42	-0,33	0,47	1,00						
7	Зовнішній вигляд	0,25			0,24	0,24	0,37	1,00					
8	Сила		0,46	0,57		0,65	0,46	0,35	1,00				0,22
9	Гнучкість		0,56	0,31		0,46	0,21	0,20	0,45	1,00			
10	Витривалість		0,52	0,57		0,62	0,41	0,26	0,69	0,46	1,00		0,30
11	Самооцінка	0,51			0,58		-0,25	0,22				1,00	

Примітка: СМ – спрямування мотивації. У кореляційній матриці наведено лише статистично значущі коефіцієнти кореляції Спірмена на рівні $p < 0.05$. Порожні клітини свідчать про відсутність статистично значущих зв'язків.

та О. Ю. Марченко, які акцентують увагу на тому, що адекватна самооцінка фізичної підготовленості є важливим регулятором мотиваційної сфери, сприяє розвитку внутрішньої потреби у самовдосконаленні та формуванню позитивного ставлення до фізичної культури. При цьому тілесне самосприйняття розглядається як ключова умова формування стійкої мотивації до занять спортом студентської молоді в умовах сучасного освітнього середовища [5; 8; 9].

Виявлені у дослідженні статеві відмінності частково узгоджуються з результатами попередніх наукових праць. Так, С. С. Занюк зазначає, що студенти з вираженою мотивацією досягнення, як правило, характеризуються стабільною самооцінкою та вищим рівнем залучення до занять спортом. Натомість домінування мотивації уникнення невдачі може зумовлювати зниження фізичної активності, формування заниженої самооцінки та негативного образу власної фізичної компетентності [4].

Таким чином, результати дослідження підтверджують тісний взаємозв'язок між моти-

ваційним спрямуванням та самооцінкою фізичної підготовленості здобувачів передвищої фахової освіти. Узгодженість отриманих даних із положеннями сучасних теорій та висновками вітчизняних і зарубіжних науковців свідчить про важливість урахування мотиваційного спрямування у формуванні внутрішньої потреби до занять спортом.

Висновки. Проведене дослідження виявило низку закономірностей, що характеризують взаємозв'язок між мотиваційним спрямуванням і самооцінкою фізичної підготовленості здобувачів передвищої фахової освіти. Установлено, що рівень мотивації до досягнення успіху суттєво залежить як від статі, так і від профілю навчального закладу. Студенти фізкультурно-спортивних коледжів продемонстрували вищий рівень мотивації до успіху порівняно зі студентами коледжу технічного напрямку. Найвищі значення зафіксовано у Коледжі 1, що свідчить про позитивний вплив спортивно орієнтованого освітнього середовища на спрямування мотивації до успіху.

Аналіз кореляційних зв'язків у вибірці дівчат засвідчив наявність статистично значущих прямих залежностей між самооцінкою окремих фізичних якостей і рівнем мотивації до досягнення. Зокрема, мотивація до успіху пов'язана з рівнем суб'єктивної оцінки фізичної активності, сили, спортивних здібностей і особливо витривалості. Отримані дані свідчать про те, що у дівчат витривалість відіграє роль важливого психологічного ресурсу в контексті формування мотиваційного спрямування. Юнаки виявляють вищий рівень орієнтації на успіх порівняно з дівчатами, хоча ця тенденція варіюється залежно від освітнього середовища. Серед них простежується зв'язок між мотивацією досягнення та характеристиками фізичного «Я», зокрема здоров'ям, силою, спортивними здібностями та координацією. Особливо показовим є прямий зв'язок між оцінкою глобального фізичного «Я» і рівнем мотивації досягнення, що вказує на значущість тілесного самосприйняття в мотиваційній структурі особистості.

Таким чином, мотиваційне спрямування здобувачів передвищої фахової освіти тісно пов'язане з їхнім уявленням про власну фізичну підготовленість. Отримані дані доцільно використовувати під час розроблення корекційних програм, педагогічних стратегій, спрямованих на формування внутрішньої мотивації до занять спортом та адекватної самооцінки у студентської молоді.

Інформація про конфлікт інтересів.

Автори заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

Література

1. Андрєєва О.В., Дудко М.В., Мартин П.М., Єракова Л.А., Соболюк С.А., Князев-Шевчук А.А. Рівень рухової активності, самооцінки фізичної підготовленості та фізичної працездатності учнівської молоді у сучасному вимірі. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»*. 2024. Вип. 11(184). С. 13–18.
2. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції : навчальний посібник. Тернопіль : Економічна думка, 2004. 310 с.
3. Дмитрієва С.М., Гуменюк Т.С. Розвиток самооцінки та рівня домагань старшокласників як умова підвищення їх конкурентоздатності. *Конкурентоспроможність в умовах глобалізації: реальність, проблеми та перспективи*. 2015. С. 35–37.
4. Занюк С.С. Психологія мотивації : навчальний посібник. Київ : Либідь, 2002. 304 с.
5. Круцевич Т., Марченко О. Самооцінка особливостей та адекватності фізичного розвитку молодих чоловіків міста та села. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2021. № 2(54). С. 69–78. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-02-69-78>
6. Левицька І.М. Вплив образу фізичного «Я» на самоставлення та розвиток особистості у ранньому юнацькому віці. *Молодий вчений*. 2017. № 3. С. 267–271. http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_3_64
7. Ліпковська Ю. Формування адекватної самооцінки у школярів. Психологічні виміри культури, економіки, управління. 2016. № 9. С. 61–69.
8. Марченко О.Ю. Теоретико-методологічні основи гендерного підходу до формування аксіологічної значущості фізичної культури школярів : монографія. Переяслав-Хмельницький : Домбровська Я.М., 2018. 292 с.
9. Марченко О.Ю., Москаленко О.В. Дослідження самооцінки фізичного розвитку спортсменів в контексті гендерного підходу. Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія. 2023. № 2. С. 43–48. <https://doi.org/10.32652/spmed.2023.2.43-48>
10. Марш Х.В., Шавельсон Р. Я-концепція: її багатогранна ієрархічна структура. Педагогічний психолог. 1985. Т. 20. № 3. С. 107–123. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2003_1
11. Онуфрієва Л.А. Самооцінка як складова Я-концепції майбутніх фахівців. Проблеми сучасної психології. 2013. Вип. 22. С. 396–412.
12. Панг Д. Мотив досягнення: огляд теорії та оцінка досягнень, надії на успіх і страху перед невдачею. Імпліцитні мотиви. Нью-Йорк : Oxford Academic, 2010. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195335156.003.0002>
13. Філософський енциклопедичний словник / редкол.: В.І. Шинкарук (гол.) та ін. Київ : Абрис, 2002. 742 с.
14. Andrieieva O., Byshevets N., Kashuba V., Hakman A., Grygus I. Changes

in physical activity indicators of Ukrainian students in the conditions of distance education. *Fizyczna Reabilitacja ta Rekreacyjno-Ozdorowci Tehnologii*. 2023. 8(2). 75–81. DOI: 10.15391/prrht.2023-8(2).01

15. Byshevets N., Andrieieva O., Goncharova N., Shynkaruk O., Hakman A., Usuchenko V., Synihovets I. General regression modeling of the impact of physical activity on stress-related states in higher education students during military conflict. *Journal of Physical Education and Sport*. 2024. Vol. 24(9). P. 1147–1158.

16. Deci E.L., Ryan R.M. The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*. 2000. Vol. 11(4). P. 227–268.

17. Fox K.R. The physical self-perception profile manual. Champaign: Human Kinetics, 1997. P. 111–140.

18. Fox K.R., Corbin C.B. The Physical Self-Perception Profile: Development and Preliminary Validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 1989. Vol. 11(4). P. 408–430. DOI: 10.1123/jsep.11.4.408.

19. Holland G., Tiggemann M. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*. 2016. Vol. 17. P. 100–110.

20. Kashuba V., Stepanenko O., Byshevets N., Kharchuk O., Savliuk S., Bukhovets B., Grygus I., Napierała M., Skaliy T., Hagner-Derengowska M., Zukow W. The Formation of Human Movement and Sports Skills in Processing Sports-pedagogical and Biomedical Data in Masters of Sports. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2020. Vol. 8(5). P. 249–257. DOI: 10.13189/saj.2020.080513.

21. Swami V. Body image in emerging adults. In: Arnett J.J. (Ed.). *Oxford handbook of emerging adulthood*. Oxford University Press, 2016. P. 401–417.

22. Tiggemann M. Sociocultural perspectives on body image. In: Cash T.F., Smolak L. (Eds.). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. 2nd ed. Guilford Press, 2011. P. 12–20.

References

1. Andrieieva, O.V., Dudko, M.V., Martyn, P.M., Yerakova, L.A., Sobotyuk, S.A., Knyazev-Shevchuk, A.A. (2024).

Riven' rukhovoyi aktyvnosti, samootsinky fizychnoyi pidhotovlenosti ta fizychnoyi pratsiezdatsnosti uchnivs'koyi molodi u suchasnomu vymiri [Level of physical activity, self-assessment of physical fitness and working capacity of student youth in the modern dimension]. *Scientific Bulletin of the National Pedagogical Dragomanov University. Series: Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sports)*. (11)184, 13–18. [in Ukrainian].

2. Humeniuk, O.Ye. (2004). *Psykhologhiia Ya-kontseptsii [Psychology of the Self-concept]*. Ternopil: Ekonomichna dumka. 310 p. [in Ukrainian].

3. Dmytriieva, S.M., Humeniuk, T.S. (2015). Rozvytok samootsinky ta rivnia domahan starshoklasnykiv yak umova pidvyshchennia yikh konkurentozdatnosti [Development of self-esteem and level of aspiration of high school students as a condition for increasing their competitiveness]. *Konkurentospromozhnist' v umovakh hlobalizatsii: realii, problemy ta perspektyvy – Competitiveness in the conditions of globalization: realities, problems and prospects*, 35–37. [in Ukrainian].

4. Zaniuk, S.S. (2002). *Psykhologhiia motyvatsii [Psychology of motivation]*. Kyiv: Lybid. 304 p. [in Ukrainian].

5. Krutsevych, T., Marchenko, O. (2021). Samootsinka osoblyvosti ta adkvatnosti fizychnoho rozvytku molodykh cholovikiv mista ta sela [Self-assessment of characteristics and adequacy of physical development of young men from urban and rural areas]. *Fizychnye vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi – Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*. 2(54), 69–78. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-02-69-78>. [in Ukrainian].

6. Levytska, I.M. (2017). Vplyv obrazu fizychnoho «Ya» na samostavlennia ta rozvytok osobystosti u rannomu yunatskomu vitsi [Influence of the physical «I» image on self-attitude and personality development in early adolescence]. *Molodyi vchenyi*, (3), 267–271. http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_3_64 [in Ukrainian].

7. Lipkovska, Yu. (2016). Formuvannia adkvatnoi samootsinky u shkoliariv [Formation of adequate self-esteem in schoolchildren]. *Psykhologichni vymiry kultury, ekonomiky, upravlinnia*, (9), 61–69. [in Ukrainian].

8. Marchenko, O.Yu. (2018). Teoretyko-metodolohichni osnovy hendernoho pidkhodu

do formuvannia aksiolohichnoi znachushchosti fizychnokulturyshkoliariv: monohrafiia [Theoretical and methodological foundations of the gender approach to forming the axiological significance of physical culture among schoolchildren: monograph]. Pereiaslav-Khmelnytskyi: Dombrovska Ya.M. 292 p. [in Ukrainian].

9. Marchenko, O.Yu., Moskalenko, O.V. (2023). Doslidzhennia samootsinky fizychnoho rozvytku sportsmeniv v konteksti hendernoho pidkhotu [Research on self-assessment of physical development of athletes in the context of the gender approach]. Sportyvna medycyna, fizychna terapiia ta erhoterapiia, (2), 43–48. <https://doi.org/10.32652/spmed.2023.2.43-48> [in Ukrainian].

10. Marsh, H.W., Shavelson, R. (1985). Ya-kontseptsii: yii bahatohanna ierarkhichna struktura [Self-concept: its multifaceted hierarchical structure]. Pedagogichnyi psykholoh, 20(3), 107–123. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2003_1 [in Ukrainian].

11. Onufrieva, L.A. (2013). Samootsinka yak skladova Ya-kontseptsii maibutnikh fakhivtsiv [Self-esteem as a component of the self-concept of future specialists]. Problemy suchasnoi psykholohii, (22), 396–412. [in Ukrainian].

12. Pang, D. (2010). Motyv dosiahnennia: ohliad teorii ta otsinka dosiahen, nadii na uspikh i strakhu pered nevdachoю [Achievement motive: a review of theory and assessment of achievements, hope for success, and fear of failure]. In: Implytsyni motyvy [Implicit motives]. New York: Oxford Academic. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195335156.003.0002> [in Ukrainian].

13. Natsionalna akademiia nauk Ukrainy, Instytut filosofii im. H.S. Skovorody. (2002). Filosofskyi entsyklopedychnyi slovnyk [Philosophical encyclopedic dictionary] (V.I. Shynkaruk, Ed.). Kyiv: Abris. 742 p. [in Ukrainian].

14. Andrieieva O., Byshevets N., Kashuba V., Hakman A., Grygus I. (2023). Changes in physical activity indicators of Ukrainian students in the conditions of distance education. Fizicna Reabilitacia ta Rekreacijno-Ozdorovci

Tehnologii, 8(2), 75–81. [https://doi.org/10.15391/prrht.2023-8\(2\).01](https://doi.org/10.15391/prrht.2023-8(2).01)

15. Byshevets N., Andrieieva O., Goncharova N., Shynkaruk O., Hakman A., Usuchenko V., Synihovets I. (2024). General regression modeling of the impact of physical activity on stress-related states in higher education students during military conflict. Journal of Physical Education and Sport, 24(9), 1147–1158.

16. Deci E.L., Ryan R.M. (2000). The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. Psychological Inquiry, 11(4), 227–268.

17. Fox K.R. (1997). The physical self-perception profile manual. Champaign: Human Kinetics.

18. Fox K.R., Corbin C.B. (1989). The Physical Self-Perception Profile: Development and Preliminary Validation. Journal of Sport and Exercise Psychology, 11(4), 408–430. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.4.408>

19. Holland G., Tiggemann M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. Body Image, 17, 100–110.

20. Kashuba V., Stepanenko O., Byshevets N., Kharchuk O., Savliuk S., Bukhovets B., Grygus I., Napierała M., Skaliy T., Hagner-Derengowska M., Zukow W. (2020). The Formation of Human Movement and Sports Skills in Processing Sports-pedagogical and Biomedical Data in Masters of Sports. International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 8(5), 249–257. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080513>

21. Swami V. (2016). Body image in emerging adults. In: Arnett J.J. (Ed.), Oxford handbook of emerging adulthood. 401–417. Oxford: Oxford University Press.

22. Tiggemann M. (2011). Sociocultural perspectives on body image. In: Cash T.F., Smolak L. (Eds.). Body image: A handbook of science, practice, and prevention (2nd ed., 12–20). New York: Guilford Press.

Прийнято до публікації: 17.06.2025

Опубліковано: 30.07.2025

Accepted for publication on: 17.06.2025

Published on: 30.07.2025