

УДК 378.016:796/799(07)

Галатюк М. Ю.

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогіки, освітнього менеджменту та соціальної роботи,
Рівненський державний гуманітарний університет
Рівне, Україна

E-mail: Halatyuk_mi@ukr.net**ORCID:** 0000-0001-5824-6036

СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ СПОРТИВНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ

Анотація

У статті розкрито зміст і структуру спортивної діяльності як засобу розвитку спортивної культури студентів. У процесі аналізу спортивної діяльності студентів автор дотримується думки, що її проектування та організація є важливою складовою системи студентського спорту. Ця складова вимагає подальшої наукової розробки та вдосконалення, оскільки впливає на рівень розвитку спортивної культури студентів.

Автором висвітлено важливі функції спортивної діяльності, реалізація яких підсилює рівень розвитку спортивної культури студентів. Схарактеризовано можливості студентського спорту щодо організації фізичної активності студентів. З'ясовано, що важливою особливістю студентського спорту є можливість обирати вид спорту та долучатися до спортивної діяльності, незалежно від рівня фізичних можливостей і спортивної підготовки студентів.

Під час дослідження встановлено, що спортивна діяльність – це особливий вид діяльності, який охоплює процеси навчання, виховання та розвитку студентів. Окреслено важливі чинники, що впливають на результати спортивної діяльності студентів.

Автором запропоновано визначення спортивної культури студентів як складного інтегративного утворення і невід'ємної частини загальної культури особистості. Констатовано, що спортивна культура – це засіб і продукт залучення студентів до спортивної діяльності.

У статті відзначається, що спортивна діяльність є інтегративним поняттям, яке охоплює мотиви, цілі, задачі, методи і способи, форми, результати, а також ресурси організації цілісного процесу розвитку спортивної культури студентів. На основі аналізу літературних джерел встановлено, що спортивна діяльність виконує низку важливих функцій, які визначають розвиток спортивної культури студентів. До цих функцій належать: навчальна, виховна, розвивальна, оздоровча (здоров'язбережувальна), комунікативна, культурологічна та управлінська. У статті коротко розкрито зміст відзначених функцій спортивної діяльності студентів.

Ключові слова: спортивна діяльність, спортивна культура, мотивація, процес, розвиток, студент, цінності, спорт, функції.

Вступ. Об'єктом нашого дослідження є спортивна діяльність, її можливості щодо розвитку спортивної культури студентів. Актуальність дослідження зумовлена тим, що проектування і організація спортивної діяльності студентів – це важлива складова системи студентського спорту, яка вимагає своєї подальшої наукової розробки та вдосконалення. Результати досліджень проблем популяризації студентського спорту засвідчують про необхідність удосконалення технологічних інваріантів організації і проектування спортивної діяльності [5].

Аналіз досвіду виконання завдань студентського спорту засвідчує, що невирішеними лишаються суперечності між потенціалом (можливостями) спортивної діяльності й практикою його реалізації. Вимагає подальшої теоретико-методичної розробки проблемно-змістове забезпечення спортивної діяльності, її зміст і напрямки реалізації в контексті розвитку спортивної культури студентів.

Мета статті: розкрити зміст, функції та потенціал спортивної діяльності як засобу розвитку спортивної культури студентів.

Аналіз наукової літератури засвідчує, що дослідниками активно вивчається: взаємозв'язок мотивації і результатів спортивної діяльності студентів [10; 15]; вплив спортивної діяльності на психіку студентів [6; 11; 13; 14]; вплив спортивної діяльності на особистісний розвиток студентів, їх моральні якості [5; 9]. У наукових дослідженнях розкрито найбільш значущі психологічні аспекти процесу спортивної підготовки студентів, а також запропоновано психологічні вимоги до спортивної діяльності [4; 7; 8; 11].

Окремі наукові дослідження стосуються шляхів вирішення проблеми гуманізації спортивної діяльності засобами сучасної психології [11]. Зауважимо, що психологічні особливості спортивної діяльності в її різноманітних видах, а також психологічні особливості особистості спортсмена є предметом дослідження психології спорту – окремої галузі психологічної науки [6, с. 10; 11].

Виклад основного матеріалу дослідження. У науковій літературі відзначається, що діяльність – це психічна та рухова активність людини, що регулюється свідомістю та спрямована на досягнення поставленої і сус-

пільно значущої мети [8, с. 7]. Суб'єктом і компонентом у структурі діяльності є людина. В. Клименко стверджує, що людина своєю метою визначає характер і спосіб дій, обмірковує мету, враховує умови, в яких вони реалізовуватимуться, а також передбачає те, що станеться в результаті виконання мети, яким буде бажаний продукт [6, с. 79]. Таким чином, людина – ініціатор і координатор усієї системи діяльності, а також джерело та епіцентр активності [6].

У Великому тлумачному словнику сучасної української мови віднаходимо, що спорт – це заняття різними фізичними вправами (гімнастикою, боротьбою, туризмом та ін.), які мають на меті розвиток і зміцнення організму людини [2].

Аналіз закону України, який визначає правові, організаційні та інші основи сфери фізичного виховання та спорту засвідчує, що спорт – це всі форми фізичної активності, спрямовані на вираження або удосконалення фізичного та розумового стану людини, формування соціальних відносин, шляхом участі у змагальній діяльності будь-якого рівня на організованій регулярній або епізодичній основі [12].

Важливою складовою спорту, його невід'ємною частиною є студентський спорт, який культивується в закладах вищої освіти. До студентського спорту входить система спортивних заходів, таких як спортивні фестивалі, спортивні турніри, змагання та інше. Студентський спорт забезпечує послідовність переходу масового спорту в спорт вищих досягнень. На нашу думку, важливою особливістю студентського спорту є можливість для студентів самостійно обирати вид спорту та долучатися до спортивної діяльності, незалежно від рівня фізичних можливостей і спортивної підготовки.

У літературних джерелах, які стосуються основних напрямків організації процесу фізичного виховання та рухової активності студентської молоді відзначається, що спортивна діяльність – це заходи, що здійснюються фахівцями фізичного виховання для розвитку спорту [4]. Як правило, до спортивних заходів належать: навчально-тренувальні збори, турніри, спортивні фестивалі та інше [1]. З іншого боку, спортивна діяльність є окремим видом дозвілля студентів. Спортивна діяльність – це цілеспрямована спеціально організована активність, яка поєднує тренування студентів, змагання, туристичні походи та інші форми участі в спорті. В процесі спортивної діяльності особистість студента зазнає змін на біологічному, педагогічному, соціальному та психологічному рівнях [7].

Спортивна діяльність забезпечує умови прояву психічних і фізичних можливостей студента. Важливим завданням спортивної діяльності є досягнення максимально високих результатів. Н. Олійник і С. Войтенко стверджують, що основа спортивної діяльності – це змагання, інакше кажучи, регламентоване суперництво. Під час суперництва здійснюється об'єктивне порівняння здібностей студентів. Без спеціально організованих змагань, а також за відсутності стійкого інтересу студентів до цих змагань, спортивна діяльність втрачає свою сутність [11, с. 24].

Аналіз літературних джерел засвідчує, що спортивна діяльність – це особливий вид діяльності, який охоплює процеси навчання, виховання та розвитку студентів шляхом залучення до занять певним видом спорту, що обирається студентом самостійно. Спортивна діяльність сприяє гармонійному розвитку студентів, а також позитивно впливає на формування їхньої самооцінки [7; 8].

Г. Грибан відзначає, що за сприятливих умов ціннісні орієнтації спортивної діяльності трансформуються в духовні потреби студентів, інакше кажучи, у внутрішні мотиви особистості, які спонукають до навчально-пізнавальної, творчої, комунікативної діяльності. Автор стверджує, що спортивна діяльність спрямовується не лише на досягнення високих результатів з обраного виду спорту, але й на задоволення таких потреб, як дружба, спілкування з однодумцями, ведення здорового способу життя, взаємоповага і підтримка та інше. Спортивна діяльність є важливим інструментом мотиваційно-сміислової регуляції особистісного розвитку студентів [4, с. 267].

Спортивна діяльність – це інтегративне поняття, яке охоплює мотиви, цілі, задачі, методи і способи, форми, результати, а також ресурси організації цілісного процесу розвитку спортивної культури студентів. Спортивна діяльність поєднує фізичну, психологічну, освітню і соціальну складові розвитку спортивної культури студентів (рис. 1). Відзначимо, що результати спортивної діяльності залежать від обраного виду спорту, наскільки він відповідає потребам, інтересам і здібностям студента.



Рис. 1. Структура спортивної діяльності як засобу розвитку спортивної культури студентів

Результатом спортивної діяльності студента завжди є неповторна особистість, що має інтегрувати в собі духовне багатство, моральну чистоту з високою тілесною досконалістю. Таким чином, розвиток особистості студента в процесі спортивної діяльності – це одночасно мета діяльності, а також результат, який є наслідком реалізації здібностей студента [6].

До важливих чинників, які визначають результати спортивної діяльності студентів належать:

- мотивація студентів (заохочення до занять з видів спорту, залучення до участі в змаганнях, нагородження переможців і активних студентів);
- здійснення інтеграції спортивної діяльності в освітній процес закладу вищої освіти (організація і проведення спортивних заходів, розвиток спортивних клубів і секцій, дослідження історії спорту, вивчення правил різних видів спорту);
- розвиток сучасної спортивної інфраструктури закладу вищої освіти;
- використання сучасних засобів поширення інформації (наприклад, соціальні мережі та інші електронні ресурси) для популяризації історій успіху та високих спортивних результатів відомих студентів-спортсменів.

На основі аналізу літературних джерел встановлено, що спортивна діяльність виконує цілу низку важливих функцій, які визначають розвиток спортивної культури студентів [1; 3; 7; 11].

У процесі наших наукових розвідок було встановлено, що спортивна культура студентів – це складне інтегральне утворення, невід’ємна частина загальної культури особистості; є засобом і продуктом залучення студентів до спортивної діяльності; охоплює систему знань, цінностей, умінь і навичок, норм поведінки і традицій, пов’язаних зі спортом, фізичною активністю і здоровим способом життєдіяльності; сприяє гармонійному розвитку студентів; допомагає вдосконалити спортивну майстерність з обраного виду спорту [3].

Враховуючи запропоноване визначення поняття «спортивна культура студентів», результати досліджень, які визначають суть спортивної діяльності як важливої категорії педагогіки і психології спорту, розкриємо зміст функцій спортивної діяльності. До цих функцій належать: навчальна (освітня), виховна, розвивальна, оздоровча (здоров’язбережувальна), комунікативна, культурологічна та управлінська.

Навчальна (освітня) функція. Ця функція є основою для розвитку спортивної культури студентів. Навчальна функція поєднує знання про здоровий спосіб життя, спортивну тактику і техніку, правила змагань та особливості співпраці в спортивній команді. Зміст навчальної функції полягає в оволодінні теоретичними знаннями, практичними навичками й уміннями, що сприяють фізичному, культурному та соціальному розвитку студентів. Навчальна функція полягає в розкритті змісту спорту як невід’ємної частини культури та виховання студентів. Ця функція формує розуміння і сприйняття фізичної активності як важливої складової здорового способу життєдіяльності.

Виховна функція. У контексті цієї функції спорт (спортивна діяльність) є важливим інструментом виховання культури здорового способу життєдіяльності. Ця функція сприяє розкриттю виховного потенціалу спорту, формуванню в студентів морально-етичних і естетичних цінностей спорту. До морально-етичних цінностей належать: мужність, самовідданість, витримка, самовладання та інші. Зміст естетичних цінностей відображає красу, гармонію, емоційність і довершеність спорту. Йдеться про те, що спорт – це не лише змагальна діяльність за високі досягнення, але й мистецтво демонстрування досконалості людського тіла, рухів, стійкості та духу.

Залучення студентів до спортивних змагань допомагає навчити поважати суперників у процесі спортивної боротьби, гідно сприймати перемогу та поразку, проявляти відповідальність і самоконтроль, національно-патріотичну свідомість. Під час спортивних змагань формується стресостійкість, студенти навчаються контролювати свій емоційний стан у процесі подолання труднощів.

Розвивальна функція полягає в гармонійному розвитку фізичних, інтелектуальних і соціальних здібностей студентів. Ця функція сприяє розвитку фізичних здібностей студентів у процесі залучення до різноманітних спортивних заходів (навчально-тренувальні збори, фізкультурно-патріотичні фестивалі, змагання з видів спорту). Розвивальна функція спрямована поглиблювати знання про систему вітчизняного спорту, його видатних представників. Ця функція сприяє розширенню знань з теорії і практики тренувального процесу, основ фізіології, здорового способу життя та іншого.

Значущість розвивальної функції спортивної діяльності полягає в покращенні пам’яті, швидкості мислення, умінні концентрувати увагу під час занять різними видами фізичної активності. Спортивна діяльність вимагає від студентів самоконтролю і вміння долати труднощі, що позитивно впливає на розвиток сили волі та наполегливості.

На нашу думку, важливе завдання розвивальної функції полягає у вихованні студентської молоді, яка усвідомлює цінність спортивної діяльності як засобу розвитку спортивної культури окремої особистості та суспільства.

Оздоровча функція спортивної діяльності студентів полягає у збереженні й зміцненні їх фізичного, психічного та соціального здоров’я. Ця функція є однією з ключових, адже регулярна фізична активність не лише сприяє гармонійному розвитку організму, але й допомагає запобігти багатьом захворюванням, поліпшити емоційний стан і виробити звичку до здорового способу життя. Реалізація цієї функції забезпечує не тільки збереження здоров’я студентів, але й підвищує якість їхньої життєдіяльності, навчання та дозвілля. У процесі розвитку спортивної культури ця функція сприяє вихованню у студентів свідомого та відповідального ставлення до власного здоров’я як важливої життєвої цінності.

Оздоровча функція спортивної діяльності спрямована підвищити працездатність і зменшити втомлюваність на основі інтеграції спорту в повсякденну життєдіяльність студентів. Важливим засобом реалізації оздоровчої функції є використання здоров'язбережувальних технологій під час організації спортивної діяльності студентів.

Комунікативна функція. Ця функція орієнтована реалізовувати завдання, які стосуються забезпечення соціального здоров'я студентів, а саме розвитку комунікативної компетентності та соціальних взаємозв'язків. Позитивний вплив на забезпечення соціального здоров'я здійснюється на основі спільної участі студентів у спортивних заходах, тренуваннях і змаганнях.

Спільна спортивна діяльність створює необхідний простір для соціалізації та комунікації. Спортивна діяльність сприяє розвитку навичок співпраці та взаємодопомоги, що є важливою складовою студентського спорту і життя. Участь у спортивних заходах допомагає створити комунікативну платформу для згуртування студентів, їх ініціативності та швидкої адаптації в освітньому просторі.

Організація спортивних заходів об'єднує студентів на основі спільних інтересів у команди та спортивні клуби. Командна діяльність підсилює згуртованість і колективний дух студентів. Участь студентів у спортивних змаганнях допомагає формувати навички командної роботи та лідерства [13]. Командна діяльність сприяє встановленню дружніх стосунків, розумінню потреб, почуттів і емоцій, які панують у колективі.

Культурологічна функція. Полягає у формуванні, збереженні та поширенні цінностей, норм і спортивних традицій, які пов'язані з фізичною активністю і спортом. Культурологічна функція спортивної діяльності сприяє усвідомленню значущості спорту як складової національної культури суспільства. Реалізація відзначеної функції допомагає зберегти національну ідентичність на основі розвитку національних видів спорту. До видів спорту, які засновані на національних традиціях належать: український рукопаш "Спас", бойовий гопак, фрі-файт, хортинг та інші. Ці види спорту сприяють поширенню елементів національної історії, мистецтва і традицій у студентське життя. Використання української символіки та атрибутів під час спортивних заходів, дотримання традицій формують спортивну культуру студентів.

Відзначимо, що важливе значення в поширенні спортивної культури серед студентської молоді надається об'єднанню спортивних заходів і мистецьких подій: фестивалів, концертів, виставок та іншого. Поєднання спортивних заходів і мистецьких подій підсилює внутрішню мотивацію студентів до занять спортом, позитивно впливає не лише на фізичний, але й на духовний розвиток.

Зміст управлінської функції полягає в організаційній і координуючій діяльності. Ця функція спрямована на побудову ефективної системи розвитку спортивної культури студентів. Реалізація управлінської функції поєднує раціональне використання ресурсів і створення умов для залучення студентів до занять обраним видом спорту. Ця функція забезпечує планування, контроль і оцінку спортивної активності студентів. До планування належить розробка спортивних заходів і програм, наприклад: турнірів, масових спортивних акцій, туристичних походів, спортивних флешмобів та іншого.

Організація спортивної діяльності передбачає залучення адміністрації, викладачів, тренерів, студентських організацій щодо формування і діяльності спортивних клубів, секцій та координаційних центрів. Необхідно налагодити зв'язки з федераціями спорту, громадськими спортивними організаціями та спонсорами.

Важливою складовою управлінської функції є контроль, який полягає в оцінці фізичного стану студентів, ефективності тренувань, успіхів змагальної діяльності. Контроль допомагає визначити наскільки спортивна діяльність відповідає поставленій меті та завданням, а також забезпечити дотримання правил безпеки під час спортивних заходів.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Спортивна діяльність сприяє зміцненню здоров'я, підвищенню академічної успішності, а також розвитку важливих соціальних і моральних якостей особистості студентів. На нашу думку, важливість спортивної діяльності студентів полягає в її комплексному впливі на особистісний розвиток (фізичний, психологічний, інтелектуальний та соціальний). Залучення до спортивної діяльності сприяє розвитку спортивної культури студентів. З іншого боку, спортивна культура студентів відображає їх готовність залучатись до спортивної діяльності.

Перспективи подальших досліджень убачаємо в розробці та систематизації інструментів і шляхів реалізації функцій спортивної діяльності в процесі розвитку спортивної культури студентів.

Список використаних джерел

1. Ажиппо О.Ю., Павленко В.О., Павленко Є.Є. Студентський спорт в системі фізичного виховання закладів вищої освіти : посібник. Харків, 2019. 285 с.
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови: 250000 / уклад. та голов. ред. В.Т. Бусел. Київ; Ірпінь : Перун, 2005. 1728 с.
3. Галатюк М.Ю. Розвиток спортивної культури студентської молоді засобами фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчої роботи. *Актуальні питання культурології*. 2016. № 16. С. 115–118.
4. Грибан Г.П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів : монографія. Житомир : Вид-во Рута, 2012. 514 с.
5. Домбровська С.М., Вавренюк С.А., Палюх В.В. Державне регулювання фізичної культури та спорту в Україні : монографія. НУЦЗУ, 2020. 313 с.

6. Клименко В. В. Психологія спорту : навч. посіб. Київ, 2006. 432 с.
7. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту) : навч. посіб. Вінниця, 2014. 616 с.
8. Костюкевич В.М., Шевчик Л.М., Соколькова О.Г. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навч. посіб. / за ред. В.М. Костюкевича. Київ : КНТ, 2017. 256 с.
9. Мусхаріна Ю.Ю., Холодний О.І., Долинний Ю.О. Вплив спортивної діяльності на формування моральних якостей студентів, майбутніх вчителів фізичної культури. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2021. № 3. С. 201–212.
10. Окса М., Іваненко В. Особливості мотивації спортивної діяльності студентів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 75(1). С. 156–161.
11. Олійник Н.А., Войтенко С.М. Психологічні особливості спортивної діяльності : монографія. Вінниця : ВНАУ, 2020. 240 с.
12. Про фізичну культуру і спорт: Закон України від 06.10.2024 р. № 3808-XII / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text> (дата звернення: 11.01.2024).
13. Kavussanu M., Zhang S., Tang Q., Cumming J., & Mackman T. Mental health in athletes: Does authentic leadership matter? *Psychology of Sport and Exercise*. 2024. Vol. 73. Pp. 1–10. URL: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102617> (дата звернення: 11.01.2024).
14. Korobeinikova I, Kokun O, Raab M, Korobeinikova L, Korobeinikov G, Kostiuhenko V, Aksutin V, & Dekha N. Psychophysiological states of elite athletes after critical life events. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*. 2024. № 28(2). Pp. 141–146. URL: <https://doi.org/10.15561/26649837.2024.0208> (дата звернення: 12.01.2024).
15. Longakit J, Toring-Aque L, Aque Jr.F, Sayson M, & Lobo J. The role of coach-athlete relationship on motivation and sports engagement. *Physical Education of Students*. 2024. № 28(5). Pp. 268–278. URL: <https://doi.org/10.15561/20755279.2024.0503> (дата звернення: 12.01.2024).

Halatiuk M. Yu.

*Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Pedagogy, Educational Management and Social Work,
Rivne State University of Humanities
Rivne, Ukraine*

E-mail: Halatyuk_mu@ukr.net

ORCID: 0000-0001-5824-6036

SPORTS ACTIVITY AS MEANS OF DEVELOPING SPORTS CULTURE OF STUDENTS

Abstract

The article reveals the content and structure of sports activities as a means of developing student's sports culture. In the process of analysing student's sports activities, the author is of the opinion that their design and organisation is an important component of the student sports system. This component requires further scientific development and improvement, as it determines the level of development of student's sports culture.

The author highlights the important functions of sports activities that influence the level of development of student's sports culture. The possibilities of student sport in organising student's physical activity are characterised. It has been found that an important feature of student sport is the ability to choose a sport and join sports activities, regardless of the level of physical ability and sports training of students.

The study found that sports activity is a special type of activity that covers the processes of training, education and development of students. The important factors influencing the results of student's sports activities are outlined.

The author proposes a definition of student's sports culture as a complex integrative formation and an integral part of the general culture of the individual. It is stated that sports culture is a means and product of involving students in sports activities.

The article notes that sports activity is an integrative concept that covers motives, goals, objectives, methods and techniques, forms, results, as well as resources for organising a holistic process of developing student's sports culture. Based on the analysis of literature sources, it has been found that sports activities perform a number of important functions that determine the development of student's sports culture. These functions include: training (educational), educational, developmental, health-improving (health-saving), communicative, cultural and managerial. The article briefly describes the content of the above functions of student's sports activities.

Key words: *sports activity, sports culture, motivation, process, development, student, values, sport, functions.*

References

1. Azhyppo, O.Iu., Pavlenko, V.O., & Pavlenko, Ye.Ie. (2019) Studentskyi sport v systemi fizychnoho vykhovannia zakladiv vyshchoi osvitym: posibnyk [Student sport in the system of physical education of higher education institutions: a manual]. Kharkiv, 285 s. [in Ukrainian].
2. Busel, V.T. (ed.). (2005). Velykyi tлумachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy: 250 000 sliv [A large explanatory dictionary of the modern Ukrainian language: 250,000 words]. Kyiv Irpin. 1728 s. [in Ukrainian].
3. Halatiuk, M.Yu. (2016). Rozvytok sportyvnoi kultury studentskoi molodi zasobamy fizychnoho vykhovannia ta fizykulturno-ozdorovchoi roboty [The development of sports culture of students by means of physical education and health activities]. *Current issues of cultural studies*. № 16. S. 115–118 [in Ukrainian].

-
4. Hryban, H.P. (2012). Fizychnе vykhovannia studentiv ahrarykh vyshchykh navchalnykh zakladiv: monohrafiia [Physical education of students of agricultural higher educational institutions: monograph]. Zhytomyr: Vyd-vo Ruta. 514 s. [in Ukrainian].
 5. Dombrovska, S.M., Vavreniuk, S.A., & Paliukh, V.V. (2020). Derzhavne rehuliuвання fizychnoi kultury ta sportu v Ukraini: monohrafiia [State regulation of physical culture and sports in Ukraine: a monograph]. NUTsZU. 313 s. [in Ukrainian].
 6. Klymenko, V.V. (2006). Psykholohiia sportu: navch. posib. [Psychology of sport: a study guide]. Kyiv, 432 s. [in Ukrainian].
 7. Kostiukevych, V.M. (2014). Teoriia i metodyka sportyvnoi pidhotovky (na prykladi komandnykh ihrovyykh vydiv sportu): navch. posib. [Theory and methodology of sports training (on the example of team game sports): a study guide]. Vinnytsia. 616 s. [in Ukrainian].
 8. Kostiukevych, V.M., Shevchyk, L.M., & Sokolvak, O.H. (2017). Metrolohichnyi kontrol u fizychnomu vykhovanni ta sporti: navch. posib. [Metrological control in physical education and sports: a study guide] / za red. V.M. Kostiukevycha. Kyiv: KNT, 2017. 256 s. [in Ukrainian].
 9. Muskharina, Yu.Iu., Kholodnyi, O.I., & Dolynnyi, Yu.O. (2021). Vplyv sportyvnoi diialnosti na formuvannia moralnykh yakosti studentiv, maibutnykh vchyteliv fizychnoi kultury [The influence of sports activity on the formation of moral qualities of students, future physical education teachers]. *Personal spirituality: methodology, theory and practice*. № 3. S. 201–212 [in Ukrainian].
 10. Oksa, M., & Ivanenko, V. (2021). Osoblyvosti motyvatsii sportyvnoi diialnosti studentiv [Features of motivation of student's sports activities]. *Pedagogy of creative personality formation in higher and secondary schools*. № 75 (1). S. 156–161 [in Ukrainian].
 11. Oliinyk, N.A., & Voitenko, S.M. (2020). Psykholohichni osoblyvosti sportyvnoi diialnosti: monohrafiia [Psychological features of sports activity: a monograph]. Vinnytsia: VNAU. 240 s. [in Ukrainian].
 12. Pro fizychnu kulturu i sport: Zakon Ukrainy vid 06.10.2024 r. № 3808-XII [On physical culture and sports: Law of Ukraine dated 06.10.2024 No. 3808-XII]. *Verkhovna Rada of Ukraine* [in Ukrainian].
 13. Kavussanu, M., Zhang, S., Tang, Q., Cumming, J., & Mackman, T. (2024). Mental health in athletes: Does authentic leadership matter? *Psychology of Sport and Exercise*. Vol. 73. Pp. 1–10 [in English].
 14. Korobeinikova, I., Kokun, O., Raab, M., Korobeinikova, L., Korobeynikov, G., Kostiuchenko, V., Aksutin, V., & Dekha, N. (2024). Psychophysiological states of elite athletes after critical life events. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*. № 28(2). Pp. 141–146 [in English].
 15. Longakit, J., Toring-Aque, L., Aque, Jr.F., Sayson, M., & Lobo, J. (2024). The role of coach-athlete relationship on motivation and sports engagement. *Physical Education of Students*. № 28(5). Pp. 268–278 [in English].