

# ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ, ЗДОРОВ'Я СІЛЬСЬКИХ ТА МІСЬКИХ ПІДЛІТКІВ

Мирослав Дутчак<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0000-0001-6823-272X>

Марія Бричук<sup>2</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-9094-0527>

Ольга Холодова<sup>3</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-7939-3542>

<sup>1-3</sup> Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ, Україна

кореспондент-автор – М. Бричук: mbrychuk@uni-sport.edu.ua

doi: 10.32626/2309-8082.2024-29(3).145-152

Враховуючи значний вплив соціального середовища та різні умови фізичного виховання в міських і сільських школах, дослідження самооцінки фізичної підготовленості та здоров'я підлітків є актуальним для їхнього фізичного розвитку та становлення самосвідомості. *Мета роботи* – визначення особливостей самооцінки фізичної підготовленості та здоров'я підлітків, які проживають і навчаються в міській та сільській місцевостях. *Матеріал і методи*. У дослідженні взяли участь 80 юнаків міських та сільських закладів загальної середньої освіти. Для вирішення завдань нашого дослідження було використано такі методи: аналіз літературних джерел, опитувальник «Самоопис фізичного розвитку», методи математичної статистики. *Результати дослідження* показали суттєві відмінності в самооцінці фізичної підготовленості між юнаками з Києва та Білоцерківського району. У Києві більше школярів мають завищену (20 %) та високу (40 %) самооцінку, тоді як у сільській місцевості переважає середній рівень (60 %). Низьку самооцінку мають 10 % юнаків сільської місцевості та лише 5 % у місті. Це вказує на більшу впевненість міських школярів, що може бути пов'язано з кращими умовами для фізичного виховання та вищими соціальними стандартами.

Сільські підлітки демонструють більш цілісне розуміння здоров'я, пов'язуючи його з руховою активністю, фізичними здібностями та загальною самооцінкою. Їхнє уявлення про здоров'я формується під впливом активного способу життя, доступності природного середовища та соціальних норм, які сприяють руховій активності. Міські підлітки частіше асоціюють здоров'я з окремими фізичними характеристиками, такими як координація та гнучкість, що можуть бути пов'язані з популярними видами рухової активності серед міської молоді. Їхнє уявлення про здоров'я може бути більш поверхневим та зосередженим на естетичному аспекті.

*Висновки*. Дослідження чітко продемонструвало, що місце проживання має значний вплив на те, як підлітки оцінюють свою фізичну форму. Ті, хто живе в сільській місцевості, завдяки активному способу життя, сформували більш реалістичне уявлення про свої фізичні можливості, особливо щодо здоров'я та сили. Натомість, міські підлітки, під впливом сучасних ідеалів краси, часто переоцінюють свою фізичну форму, не помічаючи деяких недоліків.

**Ключові слова:** самооцінка, фізична підготовленість, здоров'я, школярі, фізичне «Я», фізичне виховання, рухова активність, юнаки.

**Myroslav Dutchak, Maria Brychuk, Olga Kholodova. Characteristics of self-assessment of physical fitness and health status among rural and urban adolescents**

Given the significant influence of the social environment and the different conditions of physical education in urban and rural schools, the study of adolescents' self-assessment of physical fitness and health is relevant for their physical development and self-awareness. *The purpose of the study* is to determine the peculiarities of self-assessment of physical fitness and health of adolescents living and studying in urban and rural areas. *Material and Methods*. The study involved 80 boys from urban and rural general secondary education institutions. The following methods were used to solve the tasks of our study: analysis of literary sources, the questionnaire "Self-description of physical development", methods of mathematical statistics. *The results of the study* showed significant differences in the self-assessment of physical fitness between boys from Kyiv and Bila Tserkva district. In Kyiv, more pupils have overestimated (20 %) and high (40 %) self-esteem, while in rural areas the average level prevails (60 %). Low self-esteem is reported by 10 % of boys in rural areas and only 5% in urban areas. This indicates that urban students are more confident, which may be due to better conditions for physical education and higher social standards. Rural adolescents demonstrate a more holistic understanding of health, linking it to physical activity, physical abilities, and general self-esteem. Their perception of health is shaped by an active lifestyle, access to the natural environment, and social norms that promote physical activity. Urban adolescents are more likely to associate health with specific physical characteristics, such as coordination and flexibility, which may be associated with popular physical activities among urban youth. Their perception of health may be more superficial and focused on the aesthetic aspect. *Conclusions*. The study clearly demonstrated that the place of residence has a significant impact on how adolescents assess their physical fitness. Those who live in rural areas, due to their active lifestyle, have formed a more realistic view of their physical capabilities, especially in terms of health and strength. Instead, urban adolescents, under the influence of modern beauty ideals, often overestimate their physical fitness, not noticing some shortcomings.

**Key words:** self-esteem, physical fitness, health, schoolchildren, physical self, physical education, physical activity, boys.

## Вступ

Становлення самосвідомості, самооцінки і цільної «Я-концепції» підлітків впливають на різні сторони життєдіяльності школярів, в тому числі на процес професійного самовизначення і на психологічну готовність до самостійного життя [9]. Самооцінка, як складова самосвідомості, відображає ставлення особистості до самої себе і є основою для регуляції її поведінки та фізичного здоров'я [2-3; 21; 24]. Рухова активність

відіграє важливу роль у формуванні особистості підлітка, зокрема, впливаючи на його самооцінку. Дослідження самооцінки фізичної підготовленості дозволяє виявити механізми, за допомогою яких фізичні вправи впливають на самосприйняття підлітка та його мотивацію до подальшого саморозвитку.

Варто зазначити, що через безперспективність кількість сільських шкіл постійно зменшується, що негативно впливає на психологічний стан підлітків

і створює несприятливі умови для їх особистісного розвитку [7]. Соціальне середовище значно впливає на формування самооцінки підлітків, зокрема, на їхню оцінку власної фізичної підготовленості. Відмінності в умовах життя та доступі до рухової активності у сільській та міській місцевості роблять актуальним дослідження особливостей самооцінки фізичної підготовленості підлітків, які проживають у цих середовищах.

Фізичне виховання школярів у сільських і міських умовах є цікавим напрямком для наукових досліджень, хоча на сьогодні існує обмежена кількість робіт у сфері фізичної культури та спорту [8-11; 13; 15; 19]. За даними українських вчених [4; 6; 12-18], фізичне виховання в сільських школах має специфічні особливості, пов'язані зі слабким розвитком додаткової освіти та невеликою кількістю учнів.

Аналізуючи фізичне виховання школярів у сільських та міських школах, професор Н. Пангелова слушно зауважує, що в сільських школах цей процес потребує застосування соціально-педагогічного підходу для оптимізації системи фізичного виховання та оздоровлення дітей [12; 13]. Цей підхід ґрунтується на тому, що здоров'я дитини та її розвиток значною мірою залежать від середовища, в якому вона проживає [23]. Дослідники відзначають суттєві відмінності в особистісних рисах підлітків, які навчаються в міських і сільських школах. Ці відмінності виявляються в їхньому темпераменті, характері, особистісних потребах, прагненнях, інтересах, здібностях, а також на рівні самосвідомості. [4-7; 14; 15; 18]. Особливої уваги потребує організація процесу фізичного виховання школярів з урахуванням специфіки регіону. Це особливо актуально для сільської місцевості, де соціально-економічні та екологічні умови значно відрізняються від умов міста [4-6; 14; 15].

Українські науковці підкреслюють, що соціальне середовище, зокрема сучасні тренди та популярні форми рухової активності, суттєво впливають на сприйняття школярами їх рівня фізичної підготовленості та зовнішнього вигляду. Вчені зауважують, що самооцінка безпосередньо має вплив на досягнення людини у процесі фізичного розвитку. Як завищена, так і занижена самооцінка може обмежувати можливості для прогресу [2; 4; 6]. Тобто, адекватна самооцінка є важливою умовою успішної самореалізації у сфері життя, тоді як її викривлення може стати серйозною перешкодою для досягнення бажаних результатів [2; 9; 11; 19].

Разом з тим на сьогодні у вітчизняних наукових працях недостатньо представлені емпіричні дані

щодо специфіки самооцінки фізичної підготовленості та стану здоров'я школярів, які проживають в міській та сільській місцевостях. Глибинний сенс таких знань полягає передусім у проведенні більш ґрунтованих емпіричних досліджень, що і визначило мету і завдання нашої наукової роботи.

Дослідження виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2021–2025 рр., згідно з темою кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U107534) та з темою кафедри теорії і методики фізичного виховання «Удосконалення системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей, підлітків і молоді в закладах освіти» (номер державної реєстрації 0121U108938).

*Мета дослідження:* визначити особливості самооцінки фізичної підготовленості та здоров'я підлітків, які проживають і навчаються в міській та сільській місцевостях.

#### **Матеріал і методи дослідження**

*Учасники.* Дослідження проводилося на базі ЗЗСО м. Києва та на базі ЗЗСО Білоцерківського району Київської області. У науковому педагогічному експерименті приймали участь школярі (юнаки) 10–11 класів у кількості 80 осіб (по 40 респондентів з кожного закладу освіти). Процедура наукових досліджень проводилась відповідно до етичних стандартів комітету з прав людини.

*Організація дослідження.* У ході дослідження ми визначили рівень самооцінки фізичної підготовленості та здоров'я юнаків, які проживають та навчаються в сільській та міській місцевостях. Використаний у дослідженні опитувальник Є. Боченкової «Самоопис фізичного розвитку» містить 70 тверджень, які стосуються фізичного розвитку, фізичної підготовленості людини, та встановлює 10 показників фізичної підготовленості здоров'я та фізичного розвитку: здоров'я, координація рухів, фізична активність, стрункість тіла, спортивні здібності, фізичне «Я», зовнішній вигляд, сила, гнучкість, витривалість, самооцінка. Також було встановлено показник загального рівня самооцінки.

Оцінка результатів тестування відбувалася шляхом співвідношення отриманих результатів тестування із прийнятими нормами рівня самооцінки фізичної підготовленості особистості. Відповідно до цього була використана шкала самооцінки за такими показниками:

- дуже високий рівень самооцінки (завищена) – 75–100% від максимальної кількості балів;
- високий рівень самооцінки – 60–74 % від максимальної кількості балів;
- середній рівень самооцінки – 45–59 % від максимальної кількості балів;
- занижений рівень самооцінки – нижче за 45 % від максимальної кількості балів.

*Статистичний аналіз.* Підготовчим етапом статистичної обробки було отримання описової статистики для досліджуваних груп. Отримані результати представлені у вигляді середніх величин, стандартних відхилень ( $\bar{x} \pm S$ ). Далі проводився кореляційний аналіз показників, що вивчалися, на основі обчислення парних коефіцієнтів кореляції Спірмена, який дав змогу встановити рівень залежності однієї величини (показника) від іншої у вигляді коефіцієнта кореляції. Кореляційний аналіз був застосований на різних рівнях – від 0.9 до 0.3, тобто на високому, середньому та низькому ( $|r|$ ).

Достовірність різниці між окремими результатами вираховувалась на рівні надійності  $p < 0.05$  до  $p < 0.01$ , що свідчить про можливість їх врахування при розробці практичних рекомендацій, а також для подальших інтерпретацій.

Усі розрахунки виконувалися в програмі SPSS 17.0; всі дані оброблялись на персональному комп'ютері з використанням пакету стандартних програм (Excel – 2007; Statistica – 10.0).

**Результати дослідження**

Відповідно до результатів проведеного дослідження було встановлено, що у юнаків, які навчаються в сільській місцевості, найвищі показники за опитувальником «Самооцінка фізичного розвитку» спостерігалися за шкалами «сила» (89.6 % від максимального значення) та «здоров'я» (82.9 %). Найнижчі результати були відзначені за шкалами «гнучкість» (62.0 %) та «стрункність тіла» (73.7 %) (табл. 1).

**Таблиця 1 – Середнє значення показників опитувальника «Самоопис фізичного розвитку» (юнаки, 16-17 років; % від максимального балу), n = 80**

ЗСО	Здоров'я	Координація рухів	Фізична активність	Стрункність тіла	Спортивні здібності	Глобальне фізичне Я	Зовнішній вигляд	Сила	Гнучкість	Витривалість	Самооцінка	Загальний рівень самоопису
Київська область, Білоцерківський район (n = 40)	82.9	68.1	88.0	73.7	86.1	58.8	52.1	89.6	62.0	82.2	88.6	74.1
м. Київ (n = 40)	69.1	80.5	79.3	84.0	71.2	89.7	87.0	62.7	74.6	63.2	91.8	82.2

Результати дослідження виявили тенденцію до завищеної самооцінки фізичної підготовленості у київських старшокласників, особливо щодо «глобального фізичного «Я»» (89.7 %) та зовнішнього вигляду (87.0 %). Водночас, юнаки недооцінюють ряд важливих фізичних якостей, таких як сила (62.7 %) та витривалість (63.2 %).

Натомість, юнаки з сільської місцевості вище оцінюють власне здоров'я (82.9 %), силу (89.6 %) та фізичну активність (88.0 %), що може бути пов'язано з особливостями їхнього життя в сільській місцевості. Відмінності показників опитувальника «Самоопис фізичного розвитку» у показниках «здоров'я» та «сила» у респондентів з сільської та міської місцевостей може бути пов'язано з різними умовами життя та різним рівнем рухової активності. Це свідчить про дисонанс між загальним позитивним самосприйняттям та більш об'єктивною оцінкою окремих компонентів фізичної підготовленості. Така динаміка може бути

зумовлена впливом сучасних мас-медіа, які формують ідеалізовані образи фізичної досконалості, створюючи високі стандарти, до яких прагнуть підлітки. Загалом, результати дослідження підтверджують гіпотезу про те, що місце проживання суттєво впливає на самооцінку фізичних якостей. Сільський спосіб життя, пов'язаний з більшою фізичною активністю та іншими особливостями, формує у молоді більш реалістичну та позитивну самооцінку щодо здоров'я та сили. Міські юнаки, з іншого боку, схильні до ідеалізації свого фізичного стану та недооцінки реальних фізичних можливостей.

Виявлений статистичний зв'язок показника «здоров'я» з іншими показниками опитувальника «Самоопис фізичного розвитку» серед учнів сільської місцевості є надзвичайно цікавими і мають важливі теоретичні та практичні наслідки (рис.1).



Рис. 1 Статистичний зв'язок показника «здоров'я» з показниками самооцінки фізичної підготовленості у юнаків, які мешкають та навчаються у сільській місцевості

Отримані дані свідчать про те, що учні з сільської та міської місцевості мають різні уявлення про здоров'я та його детермінанти. Для сільських підлітків здоров'я тісно пов'язане з координацією рухів ( $r = 0.43$ ), руховою активністю ( $r = 0.31$ ), фізичними здібностями ( $r = 0.42$ ), загальною самооцінкою ( $r = 0.39$ ) та силою ( $r = 0.38$ ). Вони розуміють, що рух, фізичні вправи та позитивне самосприйняття є важливими факторами для збереження здоров'я (рис.1).

Очевидно, що юнаки, які мешкають у місті та в селі, мають різні уявлення про здоров'я та його складові. Для міських підлітків власне здоров'я більше пов'язане з фізичними якостями: координація та гнучкість (рис. 2). Тобто, міські юнаки більше зосереджені на окремих компонентах фізичної підготовки, таких як координація ( $r = 0.41$ ) та гнучкість ( $r = 0.43$ ), які можуть бути пов'язані з певними видами рухової активності, що є популярними серед міської молоді.

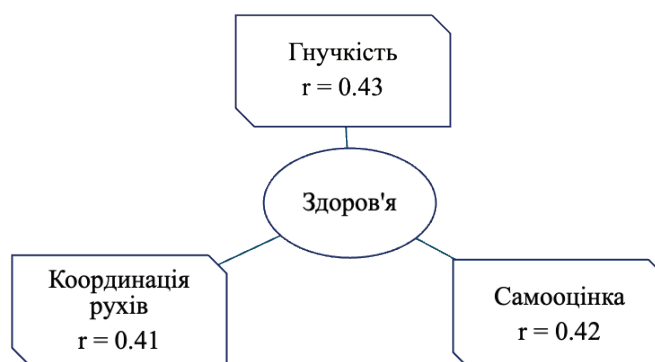


Рис. 2 Статистичний зв'язок показника «здоров'я» з показниками самооцінки фізичної підготовленості у юнаків, які мешкають та навчаються у місті

Крім того, вони виявляють більш високу впевненість у собі та самооцінку, що, на їхню думку, є прямим наслідком хорошого здоров'я. Відмічаємо, що міські умови життя часто обмежують можливості для рухової активності на свіжому повітрі, що може призводити до менш глибокого розуміння зв'язку між руховою активністю та здоров'ям.

Отже, ми вважаємо, що відмінності у кореляційних зв'язках можуть бути пов'язані з різними соціокультурними умовами життя в сільській та міській місцевості. У сільській місцевості рухова активність часто є невід'ємною частиною повсякденного життя, тоді як у місті учні можуть мати менше можливостей для занять спортом та рухливими чи спортивними

іграми. Сільські підлітки мають більше можливостей для рухової активності у природному середовищі, що дозволяє їм безпосередньо відчувати зв'язок між рухом і здоров'ям. У сільській місцевості рухова активність часто є соціально схвалюваною поведінкою, що підсилює її значення для здоров'я. Також школярі у сільській місцевості мають менше альтернативних способів проведення дозвілля, тому рухова активність стає одним з основних видів діяльності.

Наступним етапом нашого дослідження стало визначення загального рівня самооцінки старшокласників, які проживають у місті та сільській місцевості за результатами опитувальника «Самоопис фізичного розвитку» (табл. 2).

Таблиця 2 – Загальний рівень самооцінки школярів за результатами використання юнаками 16-17 років опитувальника «Самоопис фізичного розвитку», %

Рівень самооцінки	ЗЗСО сільської місцевості (n = 40)	ЗЗСО м. Київ (n = 40)
Завищена	5.0	20.0
Висока	25.0	40.0
Середня	60.0	35.0
Низька	10.0	5.00

Результати дослідження показують помітні відмінності між двома групами. Лише 5 % юнаків із сільської місцевості мають завищений загальний рівень самооцінки. У міських юнаків цей показник значно вищий і становить 20 %, що свідчить про більшу впевненість або навіть переоцінку власних можливостей.

Високу самооцінку мають 25 % юнаків із ЗЗСО, розміщених у сільській місцевості. У місті цей показник значно вищий – 40 %, що може бути свідченням кращих умов для фізичної підготовленості та розвитку. Найбільша кількість сільських юнаків – 60.0 % має середній рівень самооцінки фізичної підготовленості. Це говорить про те, що вони досить об'єктивно оцінюють свій рівень підготовки. У місті цей показник дещо нижчий і складає 35 %, що свідчить про трохи вищу впевненість у своїх можливостях серед столичних школярів. Лише 10 % сільських школярів мають низьку самооцінку фізичної підготовленості. У місті цей показник ще нижчий – лише 5 %, що може свідчити про більшу віру в себе, або кращі можливості для фізичного розвитку в місті.

Результати дослідження показують, що юнаки з міста, загалом, оцінюють свою фізичну підготовленість вище, ніж їхні однолітки з сільської місцевості. Міські підлітки демонструють більш високий рівень тілесної самосвідомості та задоволення своїм фізичним станом, що може бути пов'язано з їхньою орієнтацією на зовнішній вигляд та здоровий спосіб життя. Значно більший відсоток київських школярів має завищену або високу самооцінку, що може бути пов'язано з кращою інфраструктурою для занять фізичною культурою і спортом або вищими соціальними стандартами фізичної форми у міських школах. Сільські школярі, навпаки, демонструють більш помірковану самооцінку, зосереджуючись на середньому рівні оцінки своїх можливостей.

Отже, отримані результати вказують на необхідність подальших досліджень, спрямованих на виявлення механізмів формування самооцінки фізичного «Я» у підлітків, залежно від їхнього соціального середовища. Розуміння цих механізмів є важливим для розробки ефективних програм фізичного виховання та профілактики психосоматичних розладів, пов'язаних з незадоволеністю власним тілом.

### Дискусія

За твердженнями українських вчених, особистість підлітків, які навчаються в міських і сільських освітніх установах має суттєві відмінності, які виражаються у характері, особистих потребах, інтересах та здібностях, а також у рівні фізичного розвитку [4; 5; 9; 8-13]. Дослідники зауважують, що невелика кількість учнів у сільських школах ускладнює організацію повноцінного фізичного виховання, включаючи уроки фізичної культури, оздоровчу роботу та моніторинг фізичного розвитку [11-13; 14; 16]. Відсутність чіткої системи самостійних занять в таких ЗЗСО також впливає на цей процес [1; 7; 12]. Наше дослідження було спрямоване на визначення особливостей самооцінки фізичної підготовленості юнаків, які проживають і навчаються в сільській та міській місцевостях.

Отримані в результаті наукового експерименту дані підтвердили існуючі твердження про безпосередній вплив середовища проживання, зокрема, міське чи сільське, у цьому процесі. З точки зору збереження та зміцнення здоров'я людини, на думку а Н. Пангелової та В. Рубана – сільське середовище має низку беззаперечних переваг з одного боку, а з іншого – суттєвих недоліків [12; 13]. А саме: більш сприятливі екологічні умови: чисте повітря, менше забруднення, що позитивно впливає на здоров'я; вища рухова активність: більше можливостей для занять фізичною культурою і спортом на свіжому повітрі; більш тісні соціальні зв'язки: сім'я та громада відіграють важливу роль у формуванні особистості підлітка. До недоліків сільського середовища автори віднесли обмежені можливості для заняття спортом та соціальну ізоляцію [12; 13]. Дослідженнями Є. Гольберт [4] виявлено, що сільські підлітки частіше звинувачують себе за невдачі, що свідчить про їхню залежність від зовнішньої оцінки. Це підтверджується і результатами нашого дослідження, за результатами якого - сільські школярі оцінили власний зовнішній вигляд на 20 % нижче за міських.

Не дивлячись на це, інші науковці Сидорчук Т., Решетилова В., Анастасьєва З., Корабльов К. [15] отримали доволі цікаві результати, які свідчать про те, що незважаючи на обмежені ресурси сільських шкіл, сільські діти часто демонструють вищий рівень фізичної



підготовленості завдяки більшій руховій активності. Однак, відсутність спеціалізованих спортивних секцій та недостатній рівень матеріально-технічного забезпечення може обмежувати їхній розвиток [15]. Підтвердження цьому знаходимо у В. Куделко [10], який слушно зауважує, що сільська школа стикається з серйозними проблемами, зокрема, з гострим дефіцитом тренерських кадрів. На одного тренера в сільській спортивній школі припадає в два рази більше учнів, ніж у міській. Це призводить до низького рівня охоплення сільських дітей заняттями в спортивних секціях – лише 5.4 % від загальної кількості. Більшість сільських шкіл не мають власних спортивних залів та інвентарю, а спортивні клуби доступні лише для невеликої частини сільського населення. В результаті, систематично займаються спортом лише одиниці сільських мешканців. Отже, у сільській місцевості існує гостра потреба у покращенні умов для занять фізичною культурою і спортом, а також у збільшенні кількості кваліфікованих тренерів.

Дослідники відзначають, що в підлітковому віці відбувається формування самосвідомості, самооцінки та ціннісних орієнтацій особистості [1; 3; 9–11; 22; 23]. У цей період завершується становлення самосвідомості, самооцінки та цільової «Я-концепції» [19]. Зазначені процеси мають вплив на аспекти життя підлітків, зокрема на професійне самовизначення та психологічну готовність до різного самостійного життя [3; 9; 21]. Погоджуючись із цими підтвердженнями, ми вважаємо за доцільне розробляти комплексні програми, які включають як різноманітні форми рухової активності, так і психологічну підтримку. Також актуальним є проведення просвітницької роботи серед підлітків, їхніх батьків та вчителів для підвищення обізнаності щодо здорового способу життя та формування адекватної самооцінки фізичної підготовленості школярів.

#### Висновки

Проведене дослідження виявило значні відмінності у самооцінці фізичної підготовленості розвитку та в

уявленнях про здоров'я у підлітків, які проживають та навчаються у сільській та міській місцевості. Сільські підлітки демонструють більш цілісне розуміння здоров'я, пов'язуючи його з руховою активністю, фізичними здібностями та загальною самооцінкою. Їхнє уявлення про здоров'я формується під впливом активного способу життя, доступності природного середовища та соціальних норм, які сприяють руховій активності. Міські підлітки частіше асоціюють здоров'я з окремими фізичними характеристиками, такими як координація та гнучкість, що можуть бути пов'язані з популярними видами рухової активності серед міської молоді. Їхнє уявлення про здоров'я може бути більш поверхневим та зосередженим на естетичному аспекті.

За отриманими результатами дослідження визначено, що міські школярі виявляють вищий рівень загальної самооцінки фізичної підготовленості та здоров'я у порівнянні з однолітками з сільської місцевості. У місті більше школярів мають завищену (25.0 %) або високу (40.0 %) самооцінку, тоді як у сільській місцевості переважає середній рівень самооцінки (60.0 %). Низьку самооцінку має незначна частина респондентів в обох групах, причому в Києві цей показник становить лише 5 %, у сільській місцевості – 10 %.

Виявлені відмінності та особливості самооцінки фізичної підготовленості та стану здоров'я між респондентами пояснюються різними соціокультурними умовами життя в сільській та міській місцевості. Обмежені можливості для рухової активності в місті, вплив масової культури та соціальних мереж можуть формувати у міських підлітків інші пріоритети та цінності, пов'язані зі здоров'ям.

Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані вивчення динаміки самооцінки дітей старшого шкільного віку та обґрунтування інструментів для вимірювання самооцінки фізичної підготовленості.

*Конфлікт інтересів.* Автори заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

#### Джерела та література

1. Бакіко І. В., Дмитрук В. С., Ніколаєв С. Ю. Взаємозв'язок ціннісних орієнтацій і самооцінки фізичного розвитку школярів 5-их та 11-их класів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 2021. Вип. 3К(131)21. С. 45-50. – URL: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series.15.2021.3K\(131\).09](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series.15.2021.3K(131).09).
2. Бакіко І. В., Радченко О. В., Файдевич В. В. Адекватність самооцінки фізичного розвитку за показниками фізичної підготовленості дівчат середніх класів. *Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт*. № 1 (2021), С. 14-22. – URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/20818/1/2326.pdf>.

#### Reference

1. Bakiko, I. V., Radchenko, O. V., & Faidevych, V. V. (2021). «Adekvatnist samoocinky fizychnoho rozvytku za pokaznykamy fizychnoi pidhotovlenosti divchat serednikh klasiv» [Adequacy of self-assessment of physical development in terms of physical fitness of middle school girls.]. *Bulletin of Zaporizhzhia National University. Physical education and sports*, 1, 14-22. [in Ukrainian].
2. Bakiko, I. V., Dmytruk, V. S., & Nikolaiev, S. Yu. (2021). «Vzaiemozviazok tsinnisnykh oriientatsii i samoocinky fizychnoho rozvytku shkolariv 5-ykh ta 11-ykh klasiv» [Interrelation of value orientations and self-assessment of physical development of pupils of the 5th and 11th grades]. *Scientific Journal of the National Pedagogical Dragomanov*

3. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2009. 1007 с.
4. Гольберт Е. В., Толстих Л.Р. Особливості самооцінки підлітків, що навчаються в сільській і міській школах. *Психологія і Психотехніка*. 2018. № 1. С. 13–22.
5. Гордійчук В. І. Ставлення сільських та міських учнів середніх та старших класів до занять фізичними вправами. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2010. № 3. С. 36-40.
6. Дутчак М., Баженов Є. Теоретичний аналіз дефініції «Оздоровчо-рекреаційна рухова активність». *Спортивна наука України*. 2015. Вип. 5(69). С. 56-63.
7. Костюк Ю. С. Сучасні підходи щодо модернізації уроків фізичної культури учнів основної малокомплектної школи, які проживають в сільській місцевості. *Вісник Запорізького національного університету*. 2013. С. 247-253.
8. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Гендерна складова мотиваційних пріоритетів до занять руховою активністю у школярів різних вікових груп. *Спортивний вісник Придніпров'я : науково-теоретичний журнал*. 2021. № 1. С. 136-150. DOI: 10.32540/2071-1476-2021-1-136
9. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Сучасний стан фізичного виховання учнівської молоді. Гендерний аспект. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту: Науково-теоретичний журнал*, 2021. № 2. С.124-134.
10. Куделко В. Е. Організація і технологія управління фізичною культурою і спортом у системі районного територіально-адміністративного утворення. *Харків : Вид-во Харк. держ. академії фіз. культури*, 2005. 20 с.
11. Марченко О. Ю. Теоретико-методологічні основи гендерного підходу до формування аксіологічної значущості фізичної культури у школярів. *Переяслав-Хмельницький : Домбровська Я. М.*, 2018. 292 с.
12. Пангелова Н. Є., Рубан В.Ю. Мотиви та інтереси учнів початкових класів сільської школи до занять різними видами рухової активності. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2021. № 1. С.168-177.
13. Пангелова Н., Рубан В. Фактори, які впливають на організацію фізичного виховання молодших школярів у міській та сільській місцевості. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. № 1. С.211-214.
14. Пахальчук Н. О. Організація фізичного виховання молодших школярів у сільській школі. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2012. №2(20). С. 303-310.
15. Сидорчук Т., Решетилова В., Анастасьєва З., Корабльов К. Аналіз показників фізичної підготовленості та здоров'я дітей 7 років, які мешкають в різних соціально-економічних і екологічних умовах. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2014. № 2. С. 151-155.
16. Хахуля В. М., Бурла О. М. Підвищення ефективності системи фізичного виховання дітей середнього шкільного віку сільських шкіл. *Вісник Чернігівського Національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Чернігів. 2011. Вип. 86, Т. 1. С. 201-204.
17. Цюпак Ю., Цюпак Т. Вплив просвітницької та пропагандистської роботи на рухову активність молодших школярів сільських шкіл. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2008. Т. 2. 312 с.
18. Antala, B. (2012). The impact of coeducational physical education to the class climate at secondary schools. *Olimpik Sports and Sport for All. Sport, Street, Adaptatio : proceeding book of XVI International Scientific Congress and VI International Scientific Congress*; 2012. May 17-19; Sofia. Sofia: National Sport Academi «Vassil Leski», pp. 167-169.
- University. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports), Issue 3K(131)21, 45-50. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series.15.2021.3K\(131\).09](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series.15.2021.3K(131).09). [in Ukrainian].
3. Varii, M. Y. (2009). Zahalna psykholohiia [General psychology]. Center for Educational Literature, Kyiv. 1007 p. [in Ukrainian].
4. Holbert, Ye.V., & Tolstykh, L.R. (2018). «Osoblyvosti samoostinky pidlitkiv, shcho navchaiutsia v silskii i miskii shkolakh. Psykholohiia i Psykhotekhnika» [Features of self-esteem of adolescents studying in rural and urban schools] *Psychology and Psychotechnology*. 2018. № 1. С. 13–22. [in Ukrainian].
5. Hordiichuk, V. I. (2010). «Stavlennia silskykh ta miskykh uchniv serednikh ta starshykh klasiv do zaniat fizychnymy vpravamy» [Attitude of rural and urban middle and high school students to physical exercises]. *Slobozhanskyi naukovo-sportovyi vestnik*. - 2010. - №3. - P. 36 - 40. [in Ukrainian].
6. Dutchak, M., & Bazhenkov, Ye. (2015). «Teoretychniy analiz definiciji «Ozdrovcho-rekreaciina rukhova aktyvnist'». [Theoretical analysis of the definition "Health-recreational motor activity]. *Sports science of Ukraine*, 5(69), 56–63. [in Ukrainian].
7. Kudelko, V. E. (2005). «Orhanizatsiia i tekhnolohiia upravlinnia fizychnoiu kulturoiu i sportom u systemi raionnoho terytorialno-administratyvnoho utvorennia».[Organization and technology of physical culture and sports management in the system of district territorial-administrative formation. Kharkiv]: *Kharkiv State Academy of Physical Culture*, 2005. 20 с. [in Ukrainian].
8. Kostyuk, Yu. S. (2013). «Suchasni pidkhody shchodo modernizatsii urokiv fizychnoi kultury uchniv osnovnoi malokomplektnoi shkoly, yaki prozhyvaiut v silskii mistsevosti». [Modern approaches to the modernization of physical education lessons for pupils of the basic small school living in rural areas]. *Bulletin of Zaporizhzhia National University*. 2013. p. 247-253. [in Ukrainian].
9. Krutsevych, T., & Marchenko, O. (2021). «Suchasnyi stan fizychnoho vykhovannia uchnivskoi molodi. Hendernyi aspekt». [The current state of physical education of students. Gender aspect]. *Theory and methods of physical education and sports: Scientific and Theoretical Journal*, 2021 - №. 2, pp. 124-134. [in Ukrainian].
10. Krutsevych, T., & Marchenko, O. (2021). «Henderna skladova motyvatsiinykh priorytetiv do zaniat rukhovoju aktyvnisti u shkoliariv riznykh vikovykh hrup». [The gender component of motivational priorities for physical activity among schoolchildren of different age groups]. *Sports Bulletin of Prydniprovia: a scientific and theoretical journal*. - №. 1. - Dnipro, 2021. - P. 136-150.]. DOI: 10.32540/2071-1476-2021-1-136 [in Ukrainian].
11. Marchenko, O. (2018). «Teoretyko-metodolohichni osnovy hendernoho pidkhodu do formuvannia aksiolohichnoi znachushchosti fizychnoi kultury u shkoliariv». [Theoretical and methodological foundations of the gender approach to the formation of the axiological significance of physical culture in schoolchildren]. *Pereiaslav-Khmelnytskyi: Dombrovska Y.M.*; 2018. 292 с. [in Ukrainian].
12. Panhelova, N. Ye., & Ruban, V.Iu. (2021). «Fizychnyi stan i rukhova aktyvnist uchniv pochatkovykh klasiv silskoi zahalnoosvitnoi shkoly» [Motives and interests of primary school pupils in rural schools to engage in various types of physical activity]. *Sports Bulletin of Prydniprovia*. 2021. № 1. С.168-177 [in Ukrainian].
13. Panhelova, N., & Ruban, V. (2016). «Faktory, yaki vplyvaiut na orhanizatsiui fizychnoho vykhovannia molodshykh shkoliariv u miskii ta silskii mistsevosti» [Factors influencing the organization of physical education of primary schoolchildren in urban and rural areas]. *Sports Bulletin of the Prydniprovia*. - 2016. №1. С.211-214. [in Ukrainian].

19. Byshevets, N., Andriieva, O., Dutchak, M., Shynkaruk, O., Dmytriv, R., Zakharina, I., Serhiienko, K., & Hres, M. (2024). The influence of physical activity on stress-associated conditions in higher education students. *Physical Education Theory and Methodology*, 24(2), 245-253. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.2.08>
20. Cvencek, D., Greenwald, A. G., Meltzoff, A. N. (2016). Implicit measures for preschool children confirm self-esteem's role in maintaining a balanced. *Journal of Experimental Social Psychology*, 62, 50-57.
21. Erikson, E. N. (1963). *Childhood and Sosity*. New-York: Norton.
22. Krutsevych, T. Yu., Marchenko, O. Yu. (2017). Age differenced of self-esteem of physical self at school. *Gender aspects, issues* 2(38), 112-116.
23. Krutsevych, T., Panhelova, N., Kuznetsova, I., Marchenko, O., Trachuk, S., Panhelova, M., Panhelov, B. (2020). Effect of motion games on the psychoemotional state of children with intellectual disabilities. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol. 20 (2), 862-869. DOI:10.7752/jpes.2020.02123
24. Malakhova, Zh. (2018). Theoretical and methodological aspects of the basis of self-development in the system of physical education of students. *Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov. Series № 15. «Scientific-pedagogical problems of physical culture / physical culture and sports»: Sb. scientific works*, Issue 3K (97)18, 317-320.
25. Slingerland, M., Haerens, L., Cardon, G., Borghouts, L. (2014). Differences in perceived competence and physical activity levels during single gender modified basketball game playin middleschool physical education. *European physical education review*, 20, 20-35.
14. Pakhalchuk, N. O. (2012). «Orhanizatsiia fizychnoho vykhovannia molodshykh shkoliariv u silskii shkoli» [Organization of physical education of junior schoolchildren in a rural school. *Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*. - 2012. - №2(20). - C. 303 - 310. [in Ukrainian].
15. Sydorchuk, T., Reshetylova, Z. Anastasieva, K., & Korablov K. (2014). «Analiz pokaznykiv fizychnoi pidgotovlenosti ta zdorovia ditei 7 rokiv, yaki meshkaiut v riznykh sotsialno-ekonomichnykh i ekolohichnykh umovakh» [Analysis of indicators of physical fitness and health of 7-year-old children living in different socio-economic and environmental conditions]. *Sports Bulletin of Prydniprovnia*. 2014. No. 2. P. 151-155. [in Ukrainian].
16. Khakhulia, V.M., & Burla, O.M. (2011). «Pidvyschennia efektyvnosti systemy fizychnoho vykhovannia ditei serednoho shkilnoho viku silskykh shkil». [Improving the effectiveness of the system of physical education of secondary school children of rural schools]. *Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University named after T.G. Shevchenko*. - Chernihiv, 2011. - Issue 86. - Vol. 1. - P. 201-204. [in Ukrainian].
17. Tsiupak, Yu., & Tsiupak, T. (2008) «Vplyv prosvitnytskoi ta propahandystskoi roboty na rukhovu aktyvnist molodshykh shkoliariv silskykh shkil». [Influence of educational and propaganda work on the motor activity of junior pupils of rural schools]. *Physical education, sports and health culture in modern society. collection of scientific papers* - Lutsk: Volyn National University named after Lesya Ukrainka, 2008, T. 2.– 312 c. [in Ukrainian].
18. Antala, B. (2012). The impact of coeducational physical education to the class climate at secondary schools. *Olimpik Sports and Sport for All. Sport, Street, Adaptatio : proceeding book of XVI International Scientific Congress and VI International Scientific Congress*; 2012. May 17-19; Sofia. Sofia: National Sport Academi «Vassil Leski», pp. 167-169.
19. Byshevets, N., Andriieva, O., Dutchak, M., Shynkaruk, O., Dmytriv, R., Zakharina, I., Serhiienko, K., & Hres, M. (2024). The influence of physical activity on stress-associated conditions in higher education students. *Physical Education Theory and Methodology*, 24(2), 245-253. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.2.08>
20. Cvencek, D., Greenwald, A. G., Meltzoff, A. N. (2016). Implicit measures for preschool children confirm self-esteem's role in maintaining a balanced. *Journal of Experimental Social Psychology*, 62, 50-57.
21. Erikson, E. N. (1963). *Childhood and Sosity*. New-York: Norton.
22. Krutsevych, T. Yu., Marchenko, O. Yu. (2017). Age differenced of self-esteem of physical self at school. *Gender aspects, issues* 2(38), 112-116.
23. Krutsevych, T., Panhelova, N., Kuznetsova, I., Marchenko, O., Trachuk, S., Panhelova, M., Panhelov, B. (2020). Effect of motion games on the psychoemotional state of children with intellectual disabilities. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol. 20 (2), 862-869. DOI:10.7752/jpes.2020.02123
24. Malakhova, Zh. (2018). Theoretical and methodological aspects of the basis of self-development in the system of physical education of students. *Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov. Series № 15. «Scientific-pedagogical problems of physical culture / physical culture and sports»: Sb. scientific works*, Issue 3K (97)18, 317-320.
25. Slingerland, M., Haerens, L., Cardon, G., Borghouts, L. (2014). Differences in perceived competence and physical activity levels during single gender modified basketball game playin middleschool physical education. *European physical education review*, 20, 20-35.

Надійшла до друку 11.09.2024