

СТАН СФОРМОВАНOSTІ БАЖАННЯ ХЛОПЧИКІВ 11–14 РОКІВ ЗАЙМАТИСЬ СПОРТОМ У ШКІЛЬНІЙ СЕКЦІЇ З БОКСУ

Владислав Ветошкін¹

<https://orcid.org/0009-0001-7341-949X>

Леся Галаманжук²

<https://orcid.org/0000-0001-9359-7261>

Вікторія Розмірчук³

<https://orcid.org/0009-0002-2014-0409>

^{1,2} Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Кам'янець-Подільський, Україна
³ Фаховий коледж Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії імені Тараса Шевченка, Кременець, Україна

кореспондент-автор – В. Ветошкін: sofkdf23.vietoshkin@kpnu.edu.ua

doi: 10.32626/2309-8082.2025-30(1).20-30

На відміну від фізичного виховання, шкільний спорт є видом рухової активності, яку учні здійснюють виключно за власним бажанням. Проте, для багатьох учнів шкільний спорт відіграє важливу роль у навчанні, фізичному та соціальному досвіді. *Мета роботи* – дослідити індивідуальні особливості бажання хлопчиків 11-14 років займатися у шкільній секції з боксу для підготовки до участі в учнівських лігах «Здорова Україна». *Методи дослідження*. Для досягнення поставленої мети було використано комплекс адекватних методів дослідження. Для опрацювання різних джерел інформації застосовували методи аналізу, синтезу, систематизації й узагальнення. На емпіричному рівні дослідження проводилося за допомогою письмового опитування та використання методів математичної статистики. У дослідженні взяли участь 52 хлопчика, вік кожного знаходився у межах 11-14 років, усі займаються у шкільній секції з боксу та належать до різних соматотипів, діагностика яких відбувалася за допомогою модифікованої схеми Штефко-Островського. *Результати дослідження*. Виявили низку індивідуальних особливостей, одна з них – зацікавленість боксом зростає з віком, відвідування секції є високим, що свідчить про наявність в хлопчиків відповідної мотивації, деякі з основних мотивів – формування атлетичної будови тіла, зміцнення здоров'я, досягнення високих спортивних результатів. Крім цього, хлопчики виявляють високу готовність до участі у змаганнях, але існує розбіжність між особистим бажанням та оцінкою необхідності участі шкільної команди. З віком зменшується значення перемоги як основної мети, а зростає значення особистого розвитку, хоча частка хлопчиків, які висловлюють бажання стати професійними спортсменами, досить значна. *Висновки*. Врахування індивідуальних особливостей учнів, їхніх соматотипів, мотивації та спортивних вподобань сприятиме підвищенню ефективності занять спортом та досягненню високих спортивних результатів. Результати дослідження мають практичне значення для оптимізації навчально-тренувального процесу в шкільних секціях боксу та підвищення мотивації учнів.

Ключові слова: шкільний спорт, соматотипи, учнівські ліги «Здорова Україна», рухові якості, рухова активність.

Вступ

У закладах загальної середньої освіти після уроків фізичної культури шкільний спорт є другим за значимістю видом фізичної активності [1; 8]. Спортивна діяльність у школах варіюється залежно від рівня та типу закладу освіти, класу, ресурсів регіону та індивідуальних уподобань учнів. Шкільні види спорту можуть бути представлені як командними (наприклад, футбол, баскетбол), так і індивідуальними

Vladislav Vetoshkin, Lesia Galamanzhuk, Victoria Rozmirchuk.
The state of formation of the desire of boys aged 11-14 to engage in sports in the school boxing section

Abstract. Unlike physical education, participation in school sports is rarely mandatory for schools. However, for many students, school sports play an important role in learning, physical, and social experience. *Objective:* The aim of the study is to investigate the individual aspects of the desire to engage in sports in the school boxing section among boys aged 11-14, with the goal of preparing them for participation in the 'Healthy Ukraine' student leagues. *Methods:* To achieve the set goal, ranges of appropriate research methods were used. To process various sources of information, methods of analysis, synthesis, systematization, and generalization were applied. At the empirical level, the study was conducted using a written survey (with a developed questionnaire) and methods of mathematical statistics. The study involved 52 students who are engaged in the school boxing section. The study participants were divided according to their somatotypes using the method of V. Shtefko and A. Ostrovsky, modified by S. Darska. *Results:* A number of individual characteristics were identified. It was established that interest in boxing increases with age, a high frequency of section attendance indicates high student motivation, and the main motives are the formation of a sporty physique, health improvement, and achievement of sports results. In general, students show a high readiness to participate in competitions, but there is a discrepancy between personal desire and the assessment of the necessity of the school team's participation. With age, the importance of victory as the main goal decreases, and the importance of personal development increases. However, a significant part of students express a desire to become professional athletes. *Conclusions:* The research results have practical significance for optimizing the training process in school boxing sections and increasing student motivation. Taking into account the individual characteristics of students, their somatotypes, motivation, and sports preferences will contribute to increasing the effectiveness of sports activities and achieving high sports results.

Keywords: school sports, somatotypes, student leagues "Healthy Ukraine", physical qualities, physical activity.

(наприклад, теніс, легка атлетика) дисциплінами [2; 8; 9]. На відміну від фізичного виховання, участь у шкільному спорті, як правило, не є обов'язковою. Однак, для значної кількості учнів, шкільний спорт відіграє важливу роль у навчальному та соціальному досвіді, сприяючи фізичному, когнітивному та соціальному розвитку молоді [7; 21].

Варто зазначити, що традиційних уроків фізичної культури часто недостатньо для повноцінного фізичного

розвитку учнів [20]. Тривале перебування за партами та неструктуровані фізичні навантаження можуть призвести до зниження працездатності, втоми, стресу, занепаду сил та апатії. Натомість, учні виявляють більшу зацікавленість у рухових та спортивних іграх і вправах, особливо диференційованих відповідно до їхніх індивідуальних уподобань [18; 25].

Останні зміни в системі освіти України спрямовані на покращення фізичного розвитку та рухової активності здобувачів освіти. З метою впровадження сучасних підходів до фізичного виховання, було розроблено концепцію розвитку щоденного спорту в закладах освіти [2]. Ця концепція передбачає створення модельної навчальної програми з фізичної культури, що враховує як мінімальну, так і максимальну кількість обов'язкових занять [1; 2]. Крім цього, програма спрямована на вдосконалення методик позаурочних фізкультурно-оздоровчих заходів, а також на організацію занять у спортивних гуртках та секціях загальної фізичної підготовки [2].

Сутність спортивно-орієнтованого фізичного виховання полягає у тому, щоби учні за власним бажанням відвідували, як традиційні уроки фізичної культури, так і спортивні секції. Відповідно до шкільної програми, уроки фізичної культури проводяться, зазвичай, у формі спортивних занять тричі у тиждень. Учні можуть будь-коли обрати іншу спортивну групу, а їхня зацікавленість у спортивній діяльності є свідченням ефективності цього педагогічного процесу [6; 16; 27].

Успішне виконання завдань вимагає свідомої дисципліни та інтересу молоді до спорту, що сприяє підтримці здорового способу життя. Морально-вольові якості відіграють ключову роль, особливо в боксі, де необхідні не лише техніко-тактичні навички, але й розвинені фізичні якості: координація, витривалість, швидкість, сила, відчуття простору та часу. Розвиток цих якостей робить бокс важливим для формування здоров'я та рухових навичок дітей шкільного віку [3; 4; 5].

Аналіз наукових джерел з означеної тематики виявив недостатню кількість досліджень, спрямованих на вивчення особливостей та індивідуалізацію фізичного розвитку учнів у шкільних секціях, зокрема з боксу. Також недостатньо досліджень [6; 7; 11; 12], спрямованих на вивчення мотивації учнів до занять спортом у шкільній секції та їх участі в учнівських змаганнях. Зазначене зумовило вибір напряму наукового пошуку.

Мета роботи – дослідити індивідуальні особливості бажання хлопчиків 11-14 років займатися у шкільній секції з боксу для підготовки до участі в учнівських лігах «Здорова Україна».

Матеріал та методи дослідження

У дослідженні взяли участь 52 хлопчики, які займалися у шкільній секції з боксу на базі Хмельницького ліцею. Вік кожного знаходився у межах 11-14 років, за станом здоров'я вони належали до основної медичної групи, тобто не мали застережень щодо занять фізичними вправами. У цих хлопчиків також визначали соматотипи, використовували модифіковану схему Штефко-Островського, що передбачала астеноїдний (А-тип), торакальний (Т-тип), м'язовий (М-тип) і дигестивний (Д-тип) соматотипи [10].

Дослідження було проведене на теоретичному та емпіричному рівнях. На теоретичному рівні за допомогою загальнонаукових методів дослідження було здійснено опрацювання наукових джерел інформації, що стосувалися виокремленої наукової проблеми. Такими методами були синтез, аналіз, узагальнення та систематизація. Варто відзначити, що до вибору джерел інформації застосовувався критичний підхід. Початково їх пошук здійснювали у базі даних Scopus, Sport Discus, Web of Science та Google Scholar, за допомогою ключових слів. Ураховували інформацію про окремі аспекти досліджуваної наукової проблеми, зокрема про індивідуальні підходи до тренувань дітей, аспекти діяльності шкільної секції, вплив боксу на фізичний розвиток підлітків та основні тенденції організації спортивно-масової роботи, а також часовий аспект появи такої інформації. За таким самим принципом вивчали та аналізували відібрані наукові статті, посібників, автореферати дисертацій та документальну літературу. У підсумку було сформовано список із понад 54 джерел інформації, але після остаточного опрацювання для використання залишили 31 джерело.

Під час емпіричного етапу дослідження було застосовано комплекс адекватних методів, що охоплювали різні категорії. Зокрема, використано педагогічний експеримент, соціологічні методи представлені письмовим опитуванням, а для обробки статистичних даних застосовано методи, що дозволили обчислити ключові показники одновимірної статистики.

Варто зазначити, що реалізований експеримент був констатувальним, а письмове опитування відбувалось із використанням розробленої анкети. Провідним концептом анкети було визначити рівень сформованості бажання учнів школи до відвідування шкільної секції з боксу з метою участі у учнівських лігах «Здорова Україна». Зміст анкети – 16 питань, кожне передбачало варіанти відповідей (табл. 1). Визначали кількість респондентів, які на певне питання анкети дали однакову відповідь.

Таблиця 1 – Самовизначення стану сформованості бажання занять спортом у шкільній секції з боксу хлопчиків 11–14 років, n = 52

№ р/п	Зміст питання	Варіанти відповіді
1.	Скільки днів на тиждень Ви займаєтесь спортом у шкільній секції?	1-2 дні/3-4 дні/5-6 днів
2.	Чи задоволені Ви тренуваннями в шкільній спортивній секції?	Так/ Скоріше так, ніж ні/ Скоріше ні, ніж так/Ні
3.	Через які причини Ви вирішили займатись спортом в шкільній секції?	Задовольнити потребу в русі Зміцнити здоров'я Покращити настрій Перевірити власні сили Проводити час з друзями Самоствердитися Мати спортивну будову тіла За ініціативи батьків Досягти високих спортивних результатів
4.	Чи потрібно команді Вашої школи брати участь у змаганнях учнівських ліг «Здорова Україна» ?	Так/Ні/Не знаю
5.	Чи маєте Ви бажання приймати участь у змаганнях з виду спорту, яким ви займаєтесь ?	Так/Ні/Ще не вирішив
6.	Чи заохочує Ваша сім'я до кращих результатів у спорті ?	Так/Ні/ Важко сказати
7.	Який вид (види) фізичних вправ Вам подобаються найбільше?	Силові Швидкісні На витривалість На координацію
8.	Які види спорту, крім обраного, Вам подобаються ?	Гнучкість Гімнастика Атлетична гімнастика Спортивні ігри Легка атлетика Туризм Плавання Власна відкрита відповідь
9.	Чи хочете Ви стати професійним спортсменом ?	Так/Ні/ Ще не вирішив
10.	Чи є у Вас бажання в складі класу приймати участь у масових спортивних заходах, що відбуваються у школі ?	Постійно/Іноді/Рідко/Ніколи
11.	Чи маєте Ви бажання захищати честь школи на змаганнях із різних видів спорту ?	Так/Ні/Ще не вирішив
12.	Які у Вас індивідуальні інтереси чи хобі, що не пов'язані зі спортом чи будь-яким іншими заняттями фізичними вправами) ?	Відкрита відповідь
13.	Що у тренуваннях Ви хотіли би змінити аби вони відповідали вашим бажанням ?	Відкрита відповідь
14.	Чи хочете Ви бути в команді школи, яка братиме участь в змаганнях учнівських ліг «Здорова Україна» ?	Так/Ні/Ще не вирішив
15.	Які види спорту в програмі змагань учнівських ліг Вам подобаються найбільше ?	Футбол Футзал Баскетбол Гандбол Волейбол Регбі-5 Шахи Настільний теніс Легка атлетика
16.	Яка у Вас мета участі в змаганнях учнівських ліг «Здорова Україна» ?	Перемога Перевірити власні сили Проведення часу з друзями Особистий розвиток

Аналіз застосованих методів математичної статистики демонструє їхню спрямованість на визначення пропорційних співвідношень між складовими та цілісним об'єктом дослідження. Крім цього, під час організації дослідження дотримувалися положень Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації (WMA-2013), що регламентує етичні норми проведення досліджень за участю людини.

Результати дослідження

В ході дослідження було встановлено контингент учнів за віком та соматотипом. Так, серед дітей 11-ти років виявлено 1 особу, яка належала до А-типу, 2 особи – Т-типу, 2 особи – М-типу та 2 особи – Д-типу. Відповідно серед юнаків 12-ти років 2 особи А-типу, 4 особи – Т-типу, 5 осіб – М-типу та 0 осіб – Д-типу. Серед 13-ти років 4 особи – А-типу, 5 осіб – Т-типу, 5 осіб – М-типу та 2 особи – Д-типу. Та 14-ти років 5 осіб – А-типу, 7 осіб – Т-типу, 6 осіб – М-типу та 0 осіб – Д-типу. Отже, зацікавленість у заняттях з боксу зростає з віком дітей, однак рівень зацікавленості боксом у дітей Д-типу нижчий, ніж у дітей з іншими соматотипами.

При визначенні тижневої фізичної активності учнів у шкільній секції з боксу було встановлено, що переважна більшість дітей відвідує секцію 5-6 разів на тиждень. Менша частина дітей займаються у секції 3-4 рази на тиждень, а саме: 100 % А-, 50 % Т- та Д-типів 11-ти років; 25 % А-, 20 % Т- та М- типів 13-ти років та 20 % А-типу 14-ти років. При відповідях на запитання «Чи задоволені ви тренуваннями в шкільній спортивній секції?» було отримано позитивні відповіді від усіх учнів, за винятком 40 % А-типу 14-ти років, які дали відповідь «Скоріше так, ніж ні». Що свідчить, що високий рівень задоволення від занять боксом серед усіх категорій дітей.

Особисті причини занять спортом у секції розподілилися таким чином. Хлопчики у віці 11 років з А-типом серед таких причин зазначали покращення настрою, формування спортивної будови тіла та досягнення спортивних результатів (по 100 %). Хлопчики з Т-типом відзначили: формування спортивної будови тіла (100 %), зміцнення здоров'я, досягнення спортивних результатів (50 %) та за ініціативи батьків (50 %). Хлопчики з М-типом зазначили: зміцнення здоров'я, формування спортивної будови тіла та досягнення спортивних результатів (по 50 %); хлопчики з Д-типом – зміцнення здоров'я, покращення настрою, проведення часу з друзями, самоствердження та досягнення спортивних результатів (по 50 %).

В наступній віковій категорії представники А-типу висловлювали формування спортивної будови тіла та досягнення спортивних результатів (по 100 %), зміцнення здоров'я, покращення настрою та перевірка власних сил (по 50 %). У представників Т-типу відповіді такі: досягнення спортивних результатів (100 %), покращення настрою (75 %), зміцнення здоров'я та

спортивна будова тіла (по 50 %), задоволення потреби в русі та проведення часу з друзями (по 25 %). У хлопчиків М-типу відзначили таке: формування спортивної будови тіла та досягнення спортивних результатів (по 60 %), задоволення потреби в русі, зміцнення здоров'я, покращення настрою, перевірка власних сил та проведення часу з друзями (по 20 %).

Хлопчики у віці 13 років з А-типом зазначали формування спортивної будови тіла, покращення настрою та досягнення спортивних результатів (по 75 %), зміцнення здоров'я, перевірка власних сил та проведення часу з друзями (по 50 %), задоволення потреби в русі та самоствердження (по 25 %). Відповіді хлопчиків із Т-типом засвідчували досягнення спортивних результатів (100 %), формування спортивної будови тіла та зміцнення здоров'я (по 60 %), покращення настрою, проведення часу з друзями та самоствердження (по 20 %). Хлопчики з М-типом відповіли так: зміцнення здоров'я та досягнення спортивних результатів (по 80 %), формування спортивної будови тіла та перевірка власних сил (по 40 %), покращення настрою, проведення часу з друзями та самоствердження (по 20 %). Хлопчики з Д-типом відзначили зміцнення здоров'я, самоствердження та формування спортивної будови тіла (по 100 %), перевірка власних сил та досягнення спортивних результатів (по 50 %).

У віці 14 років з А-типом висловлювали зміцнення здоров'я та формування спортивної будови тіла (по 60 %), перевірка власних сил та досягнення спортивних результатів (по 40 %), задоволення потреби в русі, покращення настрою та за ініціативи батьків (по 20 %). Хлопчики з Т-типом 14-ти років відзначили, що досягнення спортивних результатів (85.7 %), зміцнення здоров'я та формування спортивної будови тіла (по 71.4 %), перевірка власних сил та проведення часу з друзями (по 57.1 %), покращення настрою (28.6 %). Представники М-типу 14-ти років надали такі відповіді: досягнення спортивних результатів (100 %), формування спортивної будови тіла (83.3 %), зміцнення здоров'я (50 %), задоволення потреби в русі та покращення настрою (по 16.7 %).

Результати опитування щодо участі шкільної команди в змаганнях учнівських ліг «Здорова Україна» показали:

- у віці 11 років 50 % представників Т-, 100 % М- та 50 % Д- типів відповіли ствердно, а інша половина представників Т-типу – негативно;

- у наступній віковій категорії від 50 % представників Т- та 60 % М-типу отримали ствердні відповіді, а від 25 % представників Т-типу – негативно;

- серед юнаків 13 років ствердні відповіді дали 50 % з А- та по 40 % з Т- та М-типом;

- у віці 14 років 40 % з А-, 28,6 % з Т- та 50 % з М-типів відповіли ствердно, а 20 % з А-типом негативно.

Однак значна частина учнів не змогла дати однозначної відповіді на це питання.

Об'єктивність відповідей попереднього питання, можна перевірити відповідями на питання яке стосувалось особистого бажання брати участь в змаганнях учнівських ліг «Здорова Україна» в шкільній команді. У віці 11 років позитивно відповіли усі 100 % хлопчиків, у віці 12 років – 50 % та 60 % хлопчиків відповідно з Т- і М- типами, у віці 13 років – 75 % А-, 60 % Т- та 60 % М- типів, у 14 років 40 % А-, 57.1 % Т-, 33,3 % М- типами. Негативно ж відповіли у віці 12 років 50 % хлопчиків

Т- та 20 % М- типів, у 14 років 20 % А- та 14,3 % Т- типів. Усі інші учні виявили сумніви у відповіді.

Для розуміння чинників формування бажання до участі в шкільних спортивних змаганнях, можна проаналізувати відповіді учнів на запитання, пов'язані з індивідуальними бажаннями та діяльністю шкільної секції.

У питанні щодо мотивації до участі в учнівських лігах «Здорова Україна», було одержано такі результати (табл. 2).

Таблиця 2 – Самовизначення стану мотивації до участі в учнівських лігах «Здорова Україна» хлопчиків 11–14 років, n = 52

Вік	Соматотип	Мета участі, %			
		Перемога	Перевірка сил	Особистий розвиток	Проведення часу з друзями
11 років	А	100	-	-	-
	Т	50	-	50	-
	М	100	-	50	-
	Д	100	-	-	-
12 років	А	50	50	20	-
	Т	100	50	25	25
	М	40	60	-	-
13 років	А	75	75	75	-
	Т	60	20	60	-
	М	80	60	-	-
	Д	50	-	50	-
14 років	А	40	20	60	-
	Т	71.4	51.7	14.3	-
	М	50	66.7	33.3	-

Так, у відповідях на питання «Чи маєте бажання приймати участь у змаганнях з виду спорту, яким ви займаєтесь?» більшість відповідей були ствердними. Негативно висловились лише 20 % юнаків у віці 12 років з М-типом, а 50 % з А- та 20 % з М- типами такого віку не змогли дати однозначної відповіді. Таким чином,

можна сказати, що більшість дітей налаштована до досягнення спортивних результатів у спорті.

Наступним було питанням «Який вид (види) фізичних вправ вам подобаються найбільше?», в результаті якого було одержано такі дані (табл. 3).

Таблиця 3 – Визначення вподобань у видах фізичних вправ хлопчиків 11–14 років, n = 52

Вік	Соматотип	Види фізичних вправ, %				
		Силові вправи	Швидкісні вправи	Вправи на витривалість	Вправи на координацію	Вправи на гнучкість
11 років	А	100	100	100	-	-
	Т	50	50	100	-	-
	М	100	-	50	50	-
	Д	100	-	-	-	-
12 років	А	100	100	50	50	-
	Т	75	75	75	75	25
	М	80	60	40	20	20
13 років	А	100	50	50	25	50
	Т	100	60	40	20	-
	М	60	40	40	60	40
	Д	100	-	50	-	-
14 років	А	40	60	40	40	-
	Т	85.7	71.4	85.7	71.4	71.4
	М	100	50	83.3	50	33,3

Також, було проведено опитування дітей у спортивних вподобаннях, в межах найрозповсюдженіших спортивних дисциплін учнівських ліг «Здорова Україна». Так, серед хлопчиків 11 років з А-типом популярні футбол, футзал, волейбол та настільний теніс (по 100 %), з Т-типом – футбол, баскетбол, волейбол та легка атлетика (по 50 %); серед представників М-типу – футбол та баскетбол (по 50 %), а Д-типу – футбол та легку атлетику (по 50 %).

У наступній віковій категорії представники А-типу обирали футбол та волейбол (по 100 %), футзал, баскетбол та настільний теніс (по 50 %); представники Т-типу обрали футбол (75 %), баскетбол (50 %), футзал, волейбол, шахи та легка атлетика (по 25 %), М-типу – футбол та футзал (по 80 %), баскетбол (40 %) та волейбол (20 %).

Серед хлопчиків віком 13 років з А-типом популярні футбол, футзал та настільний теніс (по 50 %), баскетбол, волейбол, регбі-5 та легку атлетику (по 25 %). Серед юнаків з Т-типом – це футбол (60 %), футзал (40 %), баскетбол, гандбол, волейбол та настільний теніс (по 20 %), із М-типом – футбол (80 %), футзал (60 %), баскетбол (40 %), волейбол, регбі-5, шахи та настільний теніс (по 20 %), із Д-типом – волейбол та легка атлетика (по 100 %), футбол, футзал, баскетбол та гандбол (по 50 %).

А юнаки віком 14 років з А-типом надавали перевагу футбол та футзал (по 60 %), регбі-5 (40 %) та волейбол (20 %), з Т-типом – футбол та футзал (по 71,4 %), волейбол (57,1 %), настільний теніс (42,8 %), баскетбол та шахи (по 28,6 %), регбі-5 та легка атлетика

(по 14,3 %), М-типом – футбол та футзал (по 66,7 %), регбі-5 (50 %), баскетбол, волейбол, настільний теніс та легка атлетика (по 33,3 %), гандбол та шахи (16,7 %).

На питання анкети «Чи хочете ви стати професійним спортсменом?», було отримано такі результати:

- серед хлопчиків віком 11 років 50 % з Т-, 100 % з М- та 100 % з Д- типами дали ствердну відповідь. А 100 % з А- та 50 % з Т- типами ще не вирішили для себе участь у професійному спорті;

- 100 % хлопчиків віком 12 років з А-, 75 % з Т- та 80 % з М- типами відповіли ствердно, а 25 % з Т- та 20 % з М- типами ще не визначились;

- у віці 13 років 75 % представників А-, 80 % Т- та 100 % М- типів висловились ствердно, а 25 % А- та 50 % Д- типів – негативно. Також 20 % Т- та 50 % Д- типів ще не визначились;

- серед юнаків 14 років 60 % з А-, 71.4 % з Т- та 83.3 % з М- типами відповіли ствердно, а 40 % з А-, 28.6 % з Т- та 16.7 % з М- типами не визначились.

Щодо заохочення дітей до спортивних досягнень членами сім'ї, було одержано такі результати. У більшості сімей хлопчики зазначають заохочення зі сторони батьків у заняттях спортом.

Лише 50 % юнаків віком 11 років з М-, 20 % віком 12 років з М-, 20 % 13-ти років з Т- та 40 % 14 років з А- типами не змогли дати однозначну відповідь.

Щодо питання, яке стосується бажання в складі класу приймати участь у масових спортивних заходах, що відбуваються у школі, було одержано такі відповіді (табл. 4).

Таблиця 4 – Самовизначення стану готовності до участі у шкільних масових спортивних заходах хлопчиків 11-14 років, n = 52

Вік	Соматотип	Варіанти відповідей на питання, %			
		Постійно	Іноді	Рідко	Ніколи
11 років	А	100	-	-	-
	Т	50	-	-	50
	М	-	100	-	-
	Д	50	50	-	-
12 років	А	-	100	-	-
	Т	50	50	-	-
	М	20	60	20	-
13 років	А	50	25	25	-
	Т	60	20	20	-
	М	-	60	20	20
	Д	-	50	50	-
14 років	А	40	20	-	40
	Т	71.4	28.6	-	-
	М	16.7	66.6	16.7	-

На питання щодо захисту честі школи на спортивних змаганнях були отримані такі результати:

- серед юнаків віком 11 років 100 % з А-, 100 % з Т-, 50 % з М- та 100 % з Д- типами висловились ствердно, а 50 % з М- типами – негативно;

- у віці 12 років 50 % представників А-, 75 % Т- та 100 % М- типів дали позитивні відповіді, а 50 % А- та 25 % Т- типів не дали однозначної відповіді;

- у віці 13 років 75 % юнаків з А-, 100 % з Т-, 80 % з М- та 50 % з Д- типами висловились ствердно, а 25 % з А- та 20 % з М- типами – негативно. Ще 50 % хлопчиків із Д-типом не дали однозначної відповіді;

- 60 % хлопчики віком 14 років з А-, 85,7 % з Т- та 83,3 % з М- типами відповіли ствердно, а 20 % з А-, 14,3 % з Т- та 16,7 % з М- типами – негативно. Ще 20 % хлопчиків із А-типом не дали однозначної відповіді.

Якщо оцінювати спектр особистих інтересів учнів поза їх заняттям спортом, то можна окреслити таку картину. Так, хлопчики віком 11 років з А- та Т- типами вільний час присвячують прогулянкам (по 100 %), із М- та Д- типами – прогулянкам та відеоіграм (по 50 %).

Хлопчики віком 12 років з А-типом надають перевагу прогулянкам та навчанню (по 50 %), з Т-типом – прогулянкам (50 %), відеоіграм, риболовлі, настільним іграм та навчанню (по 25 %), із М-типом – прогулянкам та відеоіграм (по 40 %) та перегляду фільмів (20 %).

Хлопчики у віці 13 років з А-типом обирають прогулянки та читання (по 50 %), з Т-типом – прогулянки (80 %), відеоігри, риболовлю та читання (по 20 %), М-типом – прогулянки (60 %), навчання (40 %), перегляд фільмів, відеоігри та риболовлю (по 20 %), Д-типом – прогулянки та відеоігри (по 50 %).

У віці 14 років хлопчики з А-типом переважають прогулянки (80 %) та відеоігри (20 %), з Т-типом – прогулянки (57.1 %), відеоігри, риболовля, навчання та плетіння бісером (по 14,3 %), із М-типом – прогулянки (66.7 %), відеоігри, читання та малювання (по 16.7 %).

Щодо відповідей на питання «Що у тренуваннях ви хотіли би змінити аби вони відповідали вашим бажанням?» було отримано такі відповіді.

У віці 11 років 50 % з Т- та 50 % з Д- типами задоволені тренувальним процесом. А 100 % з А-, 50 % з М- та 50 % з Д- типами хочуть збільшити силові навантаження. Ще 50 % з Т- та 50 % з М- типами висловили бажання збільшити кількість техніко-тактичних вправ.

У віці 12 років 50 % з А-, 75 % з Т- та 100 % з М- типами задоволені тренуваннями. Ще 25 % хлопчиків із Т-типом висловили бажання збільшити кількість техніко-тактичних вправ, а 50 % з А-типом хочуть зменшити інтенсивність тренувань.

У віці 13 років 50 % з А-, 80 % з Т-, 60 % з М- та 50 % з Д- типами тренувальним процесом задоволені, а 25 % з А- та 50 % з Д- типами воліють збільшити інтенсивність тренувань. Ще 25 % хлопчиків із А-типом також хочуть збільшити кількість техніко-тактичних вправ, а 20 % з Т-типом за збільшення обсягів бігової роботи.

У віці 14 років 60 % з А-, 42,8 % з Т- та 33,3 % з М- типами задоволені тренуваннями. Ще 14,3 % з Т- та 50 % з М- типами хочуть збільшити кількість техніко-тактичних вправ, а 14,3 % з Т- та 33,3 % з М- типами за збільшення силових навантажень; також 40 % із А-типом хочуть збільшити інтенсивність тренувань.

Дискусія

У результатах проведеного дослідження виявили ряд цікавих тенденцій у серед юнаків, які відвідують шкільну секцію з боксу та готовності до участі в спортивно-масових заходах. Варто зазначити, що існує недостатньо літературних джерел, що стосуються організації шкільного спорту відповідно до фізіологічних та антропологічних особливостей учнів [13; 14].

Проведене дослідження показало зростання інтересу до боксу з віком, що може бути пов'язано з підвищенням усвідомлення переваг цього виду спорту для фізичного розвитку та самоствердження. Низький рівень зацікавленості боксом хлопчиків з Д-типом може свідчити про їхні специфічні фізичні та психологічні особливості. Деякі дослідження вказують, що такі діти надають перевагу іншим видам спорту, що не вимагають високої інтенсивності [19; 21]. Перевага представників А-, Т- та М- типів у секції боксу, може бути пов'язана з їхньою схильністю до інтенсивних та швидко-силових видів рухових вправ [30].

Часте відвідування секції (5-6 разів на тиждень) свідчить про високу мотивацію юнаків та їхнє прагнення до спортивних результатів. Загалом, високий рівень задоволення від тренувань з боксу підкреслює ефективність навчально-тренувального процесу та його відповідність потребам дітей. Згідно з останніми дослідженнями, серед сучасної молоді зростає тенденція до занять контактними єдиноборствами, такими як бокс, боротьба та карате [28; 31].

Результати дослідження показують, що спортивна будова тіла, досягнення спортивних результатів і зміцнення здоров'я є основними мотивами для занять боксом серед юнаків різного соматотипу та віку. Зміни мотивів щодо занять спортом з віком і соматотипом виявляють цікаві закономірності. Молодші діти акцентують на покращенні настрою та формуванні спортивної будови тіла. З віком інтерес до спортивних результатів і зміцнення здоров'я зростає, особливо серед представників Т- та М- типів. Хлопчики з А-типом в старшому віці приділяють більше уваги перевірці власних сил та самоствердженню. З Д-типом, незалежно від віку, більш схильні до соціальних мотивів, таких як проведення часу з друзями. Важливо, що самовизначена внутрішня мотивація сприяє більш частим і цілеспрямованим заняттям спортом. Урахування таких особистих мотивів у навчально-тренувальному процесі може позитивно вплинути на задоволення учнів від тренувань та підвищити бажання відвідувати їх [15; 22].

Високий рівень готовності дітей до участі у змаганнях свідчить про їхнє прагнення до самореалізації та досягнення спортивних результатів у своєму виді спорту [5; 23]. Однак, відповіді на питання виявили розбіжність між особистим бажанням учнів брати участь у змаганнях учнівських ліг «Здорова Україна» та їхньою думкою щодо необхідності участі шкільної команди. Незважаючи на те, що більшість учнів висловили особисте бажання брати участь (усі 11-річні, значна частина 12-13-річних), у відповідях значна кількість учнів не змогла дати однозначної відповіді або ж висловились негативно щодо необхідності участі

команди школи. Це може свідчити про те, що хоча індивідуальна мотивація до участі є досить високою, питання командної участі є більш суперечливим і залежить від інших чинників, які потребують додаткового обговорення [16; 30].

Можна відзначити, що з віком зменшується значення перемоги як основної мети участі у змаганнях, натомість зростає значення перевірки власних сил та особистого розвитку. Це може свідчити про формування у дітей більш зрілого ставлення до спорту [16; 24; 27]. Також, значна частина дітей різних соматотипів висловлює бажання стати професійними спортсменами, особливо представники М-типу, незалежно від віку, та А- і Т-типів у віці 12-14 років. Хлопчики з Д-типом виявляють менше бажання до професійних занять спортом. Ці дані можуть відображати особисті амбіції та прагнення до досягнення високих спортивних результатів [24]. Встановлено, що важливим фактором є підтримка з боку батьків, яка значно впливає на спортивні досягнення дітей, що підтверджують наукові дослідження [23; 25].

Найпопулярнішими фізичними навантаженнями є силові вправи, особливо серед юнаків з А-, М- та Д-типів у різних вікових категоріях. Швидкісні вправи також користуються популярністю, зокрема серед хлопчиків з А- та Т-типів. Вправи на витривалість популярні серед представників А- та Т-типів, тоді як М- та Д-типів надають їм менше значення. Вправи на координацію та гнучкість більше цікавлять старших учнів, віком 12-14 років. Загалом, уподобання у виборі фізичних вправ значною мірою залежать від віку та соматотипу учнів [28].

Уподобання до різних видів спорту варіюються в залежності від віку та соматотипу. Хлопчики з А-типом виявляють стабільний інтерес до спортивних ігор, тоді як з Т-типом також цікавиться туризмом, плаванням та гімнастикою. Представники М-типу частіше надають перевагу спортивним іграм та плаванню, а Д-типу – спортивним іграм. У всіх типах з віком зростає кількість спортивних інтересів [5; 21].

Загалом, результати щодо вподобань інших видів спорту показують, що інтерес до різних командних видів спорту є досить високим, незалежно від віку та соматотипу. Позитивна динаміка збільшення захоплення новими видами рухової активності з віком може свідчити про вплив регулярних занять боксом у шкільній секції на загальне зацікавлення спортом [26; 27].

Аналіз особистих інтересів поза спортом показав, що хлопці різних соматотипів проводять найбільше вільного часу на прогулянках, особливо з А- та Т-типом. Хлопчики з М- та Д-типів також часто грають у відеоігри. Серед 12-13-річних популярні риболовля, читання,

навчання. Старші юнаки, особливо з М- та Т-типом, окрім прогулянок, займаються різноманітними хобі. Важливо враховувати особисті інтереси дітей при організації тренувального процесу та дозвілля. Такі дії можуть зменшити втому від частоті фізичної активності та покращити рекреаційні процеси [21; 23].

Обмеженням цього дослідження є невелика вибірка юнаків з однієї секції боксу, що може вплинути на узагальнення та інтерпретацію результатів. Для подолання такого обмеження доцільно провести додаткові дослідження з більшою та різноманітнішою вибіркою.

Загалом, за результатами дослідження більшість дітей задоволені тренувальним процесом, що свідчить про ефективність роботи шкільної секції з боксу. Серед основних побажань у покращенні навчально-тренувальних занять хлопчики висловлювались щодо збільшення силових навантажень та техніко-тактичних вправ. Що свідчить про їхнє прагнення підвищити спортивну майстерність [24; 28; 29]. Також варто зазначити, що врахування індивідуальних побажань дітей щодо тренувального процесу сприятиме підвищенню їхньої мотивації та ефективності занять.

Висновки

Проведене дослідження виявило чітку вікову динаміку у зацікавленості хлопчиків боксом, підкреслюючи зростання мотивації до цього виду спорту з віком. Дослідження також виявило високий рівень мотивації юнаків, що підтверджується частотою відвідування секції та загальним задоволенням від тренувань. Основними мотивами для занять боксом є формування спортивної будови тіла, зміцнення здоров'я та досягнення спортивних результатів. З віком зростає значення таких мотивів, як перевірка власних сил та самоствердження, що свідчить про формування зрілої спортивної мотивації.

Хлопчики загалом виявляють високу готовність до участі у змаганнях, хоча існує певна розбіжність між особистим бажанням та оцінкою необхідності участі шкільної команди. Також, з віком зменшується значення перемоги як основної мети участі у змаганнях, а зростає значення особистого розвитку. Також, загалом значна частина хлопчиків висловлює бажання стати професійними спортсменами.

Результати дослідження мають практичне значення для оптимізації навчально-тренувального процесу в шкільних секціях боксу та підвищення мотивації юнаків. Врахування їхніх індивідуальних особливостей, соматотипів, мотивів та спортивних вподобань сприятиме підвищенню ефективності занять спортом та досягненню високих спортивних результатів.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Джерела та література

1. Ареф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навч. посібн. для студентів навчальних закладів II-IV рівнів акредитації. Кам'янець Подільський: Абетка НОВА, 2001. 384 с.
2. Архипов О. А. Оптимізація педагогічного контролю навчальних досягнень школярів у процесі вивчення єдиноборств. *Науковий Часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2024. № 4(173). С. 12-16. doi: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4\(177\).02](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4(177).02)
3. Базилевич Н. О., Тонконог О. С. Організаційно-методичні аспекти застосування засобів легкої атлетики в процесі загальної фізичної підготовки студентів-боксерів. *Актуальні проблеми розвитку природничих та гуманітарних наук : зб. мат. IV Міжнар. наук. практ. конф.* Луцьк. 2020. С. 422-425.
4. Базилевич Н. О., Юрченко І. В. Розвиток швидкісно-силових здібностей школярів старшої школи в процесі занять боксом. *Formation of innovative potential of world science: collection of scientific. Tel Aviv, State of Israel: European Scientific Platform*. 2021. № 2. С. 125-130.
5. Бубнов Є. Г. Показники фізичної і технічної підготовленості хлопчиків 10-11 років, які займаються в секції з боксу : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / наук. керівник Т. М. Чижинко. Запоріжжя : ЗНУ, 2023. 46 с.
6. Василевський Р., Соловей А. Програма функціонального тренування та фітнес-боксу у процесі фізичного виховання хлопців 15-17 років. *Collection of scientific papers «SCIENTIA»*. 2023. № 34. С. 239-240.
7. Вихор В. Удосконалення фізичної підготовки студентів засобами боксу. *Педагогічні технології навчання фізичної культури*. 2011. № 1(13) С. 67-74.
8. Гетьман М. О. Організаційно-педагогічні умови виховання самовладання молодших підлітків у процесі занять бойовим мистецтвом. *Науковий Часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2024. №. 10(183). С. 74-79. doi: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10\(183\).13](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10(183).13)
9. Гуренко О. А., Пуздимір М. І., Пуздимір М. М. Вплив секційних занять з легкої атлетики та боксу на функціональну підготовленість студентів ВНЗ за показниками функції зовнішнього дихання та здатності організму протистояти гіпоксії. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2018. № 5. С. 373-378
10. Єдинак Г. А. та ін. Соматотипи та фізичний стан дітей і молоді. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Под. нац. ун-т ім. Ів. Огієнка. 2021. 372 с.
11. Ільницький І., Окопний А. Удосконалення фізичної підготовленості учнів за допомогою програм секційних занять з боксу. *Фізична активність, здоров'я та спорт*. 2017. № 3 (29). С. 14-23.
12. Назимок, В. В., & Мартинов, Ю. О. Проблематика запровадження боксу в систему фізичного виховання закладів освіти України: аспект впливу на здоров'я. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2024. №3 (175). С. 127-130. doi: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3\(175\).23](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).23)
13. Соловійов О. А. Вивчення динаміки показників фізичної підготовленості учнів старшого шкільного віку під час занять у секції з боксу : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / наук. керівник А. А. Орлов. Запоріжжя : ЗНУ, 2023. 60 с.

References

1. Arefiev, V. G., Iedynak, G. A. (2001), *Fizychna kultura v shkoli (molodomu spetsialistu)* [Physical culture in school (young specialist)]. Abetka NOVA, Kamyanets Podilskyi. 384 p. [in Ukraine].
2. Arkhpyov, O. A. (2024), "Optymizatsiia pedahohichnoho kontroliu navchalnykh dosiahnen shkoliariv u protsesi vyvchennia yedynoborstv" [Optimization of pedagogical control of students' educational achievements in the process of studying martial arts]. *Scientific Journal of the NPU named after M. P. Dragomanov*. 4(173), pp. 12-16. doi: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4\(177\).02](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4(177).02) [in Ukraine].
3. Bazylevych, N. O., Tonkonoh, O. S. (2020), "Orhanizatsiino-metodychni aspekty zastosuvannya zasobiv lehkoj atletyky v protsesi zahalnoj fizychnoi pidhotovky studentiv-bokseriv" [Organizational and methodological aspects of the use of athletics in the process of general physical training of student boxers]. *Current problems of the development of natural and human sciences: collection of materials of the IV International Scientific Practical Conference*, pp. 422-425. [in Ukraine].
4. Bazylevych, N. O., Yurchenko, I. V. (2021), "Rozvytok shvydkisno-sylovykh zdibnostei shkoliariv starshoi shkoly v protsesi zaniat boksom" [Development of speed-strength abilities of high school students in the process of boxing]. *Formation of innovative potential of world science: collection of scientific*, 2, pp. 125-130. [in Ukraine].
5. Bubnov, Ye. H. (2023), "Pokaznyky fizychnoi i tekhnichnoi pidhotovlenosti khlopchykiv 10-11 rokiv, yaki zaimaiutsia v sektsii z boksu" [Indicators of physical and technical readiness of boys 10-11 years old who are engaged in the boxing section]: master's thesis, speciality 017 «Physical culture and sports». Zaporizhzhia National University, Zaporizhzhia. 46 p. [in Ukraine].
6. Vasylevskiy, R., Solovei, A. (2023), "Prohrama funktsionalnoho trenuvannya ta fitnes-boksu u protsesi fizychnoho vykhovannya khloptsiv 15-17 rokiv" [Functional training and fitness boxing program in the process of physical education of boys 15-17 years old]. *Collection of scientific papers «SCIENTIA»*, 34, pp. 239-240. [in Ukraine].
7. Vykhov, V. (2011), "Udoskonalennia fizychnoi pidhotovky studentiv zasobamy boksu" [Improving the physical training of students by means of boxing]. *Pedahohichni tekhnolohii navchannia fizychnoi kultury*, 1(13), pp. 67-74. [in Ukraine].
8. Hetman, M. O. (2024), "Orhanizatsiino-pedahohichni umovy vykhovannya samovladannia molodshykh pidlitkiv u protsesi zaniat boiovym mystetstvom" [Organizational and pedagogical conditions for the education of self-control of younger adolescents in the process of martial arts]. *Scientific Journal of the NPU named after M. P. Dragomanov*, 10(183), pp. 74-79. doi: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10\(183\).13](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10(183).13) [in Ukraine].
9. Hurenko, O. A., Puzdymir, M. I., Puzdymir, M. M. (2018), "Vplyv sektsiinykh zaniat z lehkoj atletyky ta boksu na funktsionalnu pidhotovlenist studentiv VNZ za pokaznykamy funksi zovnishnoho dykhannia ta zdatnosti orhanizmu protystoiaty hipoksii" [Influence of sectional classes in athletics and boxing on the functional preparedness of university students according to the indicators of external respiration function and the body's ability to resist hypoxia]. *Physical culture, sports and health of the nation*, 5, pp. 373-378. [in Ukraine].
10. Iedynak, G. A. et al. (2021), *Somatotypy ta fizychnyi stan ditei i molodi* [Somatotypes and physical condition of children and youth]. Kamyanets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, Kamyanets-Podilskyi. 372 p. [in Ukraine].

14. Юрченко І.В. Бокс у системі фізичного виховання студентської молоді. *Молодий вчений*. 2018. № 2 (54). С. 466-469.
15. Alhumaid, M. M., Khoo, S., & Bastos, T. (2021). The effect of an adapted physical activity intervention program on pre-service physical education teachers' self-efficacy towards inclusion in Saudi Arabia. *Sustainability*, 13(6), 3459. doi: <https://doi.org/10.1080/13603116.2022.2123963>
16. Back, J., Johnson, U., Svedberg, P., McCall, A., & Ivarsson, A. (2022). Drop-out from team sport among adolescents: A systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Psychology of Sport and Exercise*, 61, 102205. doi: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102205>
17. Cárdenas-Fernández, V., Chinchilla-Minguet, J. L., & Castillo-Rodríguez, A. (2019). Somatotype and body composition in young soccer players according to the playing position and sport success. *The J of Strength & Conditioning Research*, 33(7), 1904-1911. doi: <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002125>
18. Catikkas, F., Kurt, C., & Atalag, O. (2013). Kinanthropometric attributes of young male combat sports athletes. *Collegium antropologicum*, 37(4), 1365-1368.
19. El-Ashker, S. (2018). The impact of a boxing training program on physical fitness and technical performance effectiveness. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(2), 926-932. doi: <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.02137>
20. Ilhomovich, I. A. (2022). Boxing training technology based on the level of physical development of children. *ASEAN J of Physical Education and Sport Science*, 1(1), 1-8.
21. Ilnytskyi, I., Okopnyi, A., Palatnyy, A., Pityn, M., Kyselytsia, O., & Zoriy, Y. (2018). Use of boxing to improve the physical education content in lyceums with intensive military and physical training. *J of Physical Education and Sport*, 18(1), 262-269. doi: <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.01035>
22. Ivanyshyn, I., Vypasniak, I., Iermakov, S., Jagiello, W., Yermakova, T., Lutskiy, V., & Kriventsova, I. (2022). The level of students' physical development depending on the ethno-territorial variability of morpho-functional features. *Physical Education of Students*, 26(3), 154-164. doi: <https://doi.org/10.15561/20755279.2022.0306>
23. Johnston, L. D., Delva, J., & O'Malley, P. M. (2007) Sports participation and physical education in American secondary schools: current levels and racial/ethnic and socioeconomic disparities. *American J of preventive medicine*. 33(4), 195-208. doi: <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2007.07.015>
24. Karasievych, S., Maksymchuk, B., Kuzmenko, V., Slyusarenko, N., Romanyshyna, O., Syvokhop, E., & Maksymchuk, I. (2021). Training future physical education teachers for physical and sports activities: Neuropedagogical approach. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 12(4), 543-564. doi: <https://doi.org/10.18662/brain/12.4/264>
25. Kozina, Z., Korobeinik, V., Safronov, D., & Xiaofei, W. (2021). Effect of the individual approach application during the training of future physical education teachers on the degree of student satisfaction with the learning process in the People's Republic of China. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(5), 2524-2531. doi: <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.05339>
26. LeBlanc, C. M., Purcell, L., & American academy of pediatrics, council on sports medicine and fitness, canadian paediatric society, healthy active living and sports medicine committee. (2011). Boxing participation by children and adolescents. *Pediatrics*, 128(3), 617-623. doi: <https://doi.org/10.1542/peds.2011-1165>
27. Ilnytskyi, I., Okopnyi, A. (2017), "Udoskonalennia fizychnoi pidhotovlenosti uchniv za dopomohoiu proqram sektsiinykh zaniat z boksu" [Improving the physical fitness of students with the help of programs of sectional boxing classes]. *Physical activity, health and sports.*, 3 (29), pp. 14–23. [in Ukraine].
28. Nazymok, V. V., Martynov, Yu. O. (2024), "Problematyka zaprovadzhennia boksu v systemu fizychnoho vykhovannia zakladiv osvity Ukrainy: aspekt vplyvu na zdorovia" [Problems of introducing boxing into the system of physical education of educational institutions of Ukraine: an aspect of health impact]. *Scientific Journal of the Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University. Series 15*, 3 (175), pp. 127-130. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3\(175\).23](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).23) [in Ukraine].
29. Solovyov, O. A. (2023), "Vyvchennia dynamiky pokaznykiv fizychnoi pidhotovlenosti uchniv starshoho shkilnoho viku pid chas zaniat u sektsii z boksu" [Study of the dynamics of indicators of physical fitness of senior high school students during classes in the boxing section] : master's thesis, speciality 017 «Physical culture and sports». Zaporizhzhia National University, Zaporizhzhia. 60 p. [in Ukraine].
30. Yurchenko, I. V. (2018), "Boks u systemi fizychnoho vykhovannia studentskoi molodi" [Boxing in the system of physical education of student youth]. *Young scientist*, 2 (54), pp. 466-469. [in Ukraine].
31. Alhumaid, M. M., Khoo, S., & Bastos, T. (2021). The effect of an adapted physical activity intervention program on pre-service physical education teachers' self-efficacy towards inclusion in Saudi Arabia. *Sustainability*, 13(6), 3459. doi: <https://doi.org/10.1080/13603116.2022.2123963>
32. Back, J., Johnson, U., Svedberg, P., McCall, A., & Ivarsson, A. (2022). Drop-out from team sport among adolescents: A systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Psychology of Sport and Exercise*, 61, 102205. doi: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102205>
33. Cárdenas-Fernández, V., Chinchilla-Minguet, J. L., & Castillo-Rodríguez, A. (2019). Somatotype and body composition in young soccer players according to the playing position and sport success. *The J of Strength & Conditioning Research*, 33(7), 1904-1911. doi: <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002125>
34. Catikkas, F., Kurt, C., & Atalag, O. (2013). Kinanthropometric attributes of young male combat sports athletes. *Collegium antropologicum*, 37(4), 1365-1368.
35. El-Ashker, S. (2018). The impact of a boxing training program on physical fitness and technical performance effectiveness. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(2), 926-932. doi: <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.02137>
36. Ilhomovich, I. A. (2022). Boxing training technology based on the level of physical development of children. *ASEAN J of Physical Education and Sport Science*, 1(1), 1-8.
37. Ilnytskyi, I., Okopnyi, A., Palatnyy, A., Pityn, M., Kyselytsia, O., & Zoriy, Y. (2018). Use of boxing to improve the physical education content in lyceums with intensive military and physical training. *J of Physical Education and Sport*, 18(1), 262-269. doi: <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.01035>
38. Ivanyshyn, I., Vypasniak, I., Iermakov, S., Jagiello, W., Yermakova, T., Lutskiy, V., & Kriventsova, I. (2022). The level of students' physical development depending on the ethno-territorial variability of morpho-functional features. *Physical Education of Students*, 26(3), 154-164. doi: <https://doi.org/10.15561/20755279.2022.0306>
39. Johnston, L. D., Delva, J., & O'Malley, P. M. (2007) Sports participation and physical education in American secondary schools: current levels and racial/ethnic and socioeconomic disparities. *American J of preventive medicine*. 33(4), 195-208. doi: <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2007.07.015>

27. Perkins, P., & Hahn, A. (2019). Positive Youth Development through a Co-Designed Modified Boxing Program. *Open J of Social Sciences*, 8(1), 148-199. doi: <https://doi.org/10.4236/jss.2020.81013>
28. Rahe, M., Schaefer, J., Schürmann, L., & Jansen, P. (2024). Influence of Boxing Training on Self-Concept and Mental Rotation Performance in Children. *J of Cognitive Enhancement*, 8(3), 247-256. doi: <https://doi.org/10.1007/s41465-024-00297-y>
29. Solovey, A., Vovkanych, L., Sorokolit, N., Rymar, O., Yaroshyk, M., & Novokshonov, I. (2021). The influence of boxing exercises on the cognitive processes and speed of sensorimotor reactions of 15-17 years old boys. In Society. Integration. Education. *Proceedings of the International Scientific Conference*. 4, 468-479. doi: <https://doi.org/10.17770/sie2021vol4.6232>
30. Thompson, F., Rongen, F., Cowburn, I., & Till, K. (2022). The impacts of sports schools on holistic athlete development: a mixed methods systematic review. *Sports medicine*, 52(8), 1879-1917. doi: <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01664-5>
31. Wretman, C. J. (2017). School sports participation and academic achievement in middle and high school. *J of the Society for Social Work and Research*, 8(3), 399-420. doi: <https://doi.org/10.1086/693117>
24. Karasievych, S., Maksymchuk, B., Kuzmenko, V., Slyusarenko, N., Romanyshyna, O., Syvokhop, E., & Maksymchuk, I. (2021). Training future physical education teachers for physical and sports activities: Neuropedagogical approach. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 12(4), 543-564. doi: <https://doi.org/10.18662/brain/12.4/264>
25. Kozina, Z., Korobeinik, V., Safronov, D., & Xiaofei, W. (2021). Effect of the individual approach application during the training of future physical education teachers on the degree of student satisfaction with the learning process in the People's Republic of China. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(5), 2524-2531. doi: <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.05339>
26. LeBlanc, C. M., Purcell, L., & American academy of pediatrics, council on sports medicine and fitness, canadian paediatric society, healthy active living and sports medicine committee. (2011). Boxing participation by children and adolescents. *Pediatrics*, 128(3), 617-623. doi: <https://doi.org/10.1542/peds.2011-1165>
27. Perkins, P., & Hahn, A. (2019). Positive Youth Development through a Co-Designed Modified Boxing Program. *Open J of Social Sciences*, 8(1), 148-199. doi: <https://doi.org/10.4236/jss.2020.81013>
28. Rahe, M., Schaefer, J., Schürmann, L., & Jansen, P. (2024). Influence of Boxing Training on Self-Concept and Mental Rotation Performance in Children. *J of Cognitive Enhancement*, 8(3), 247-256. doi: <https://doi.org/10.1007/s41465-024-00297-y>
29. Solovey, A., Vovkanych, L., Sorokolit, N., Rymar, O., Yaroshyk, M., & Novokshonov, I. (2021). The influence of boxing exercises on the cognitive processes and speed of sensorimotor reactions of 15-17 years old boys. In Society. Integration. Education. *Proceedings of the International Scientific Conference*. 4, 468-479. doi: <https://doi.org/10.17770/sie2021vol4.6232>
30. Thompson, F., Rongen, F., Cowburn, I., & Till, K. (2022). The impacts of sports schools on holistic athlete development: a mixed methods systematic review. *Sports medicine*, 52(8), 1879-1917. doi: <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01664-5>
31. Wretman, C. J. (2017). School sports participation and academic achievement in middle and high school. *J of the Society for Social Work and Research*, 8(3), 399-420. doi: <https://doi.org/10.1086/693117>

Надійшла до друку 22.03.2025