

ПОНЯТІЙНО-КАТЕГОРІАЛЬНИЙ АПАРАТ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ДО ФІЗИЧНОВИХОВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ: ПРОБЛЕМНІ АСПЕКТИ

Андрій ВОЛИНЕЦЬ, Світлана КРИШТАНОВИЧ, Андрій МАНДЮК

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів, Україна

CONCEPTUAL-CATEGORIAL APPARATUS FOR RESEARCHING ADOLESCENTS' MOTIVATION TOWARDS PHYSICAL EDUCATIONAL ACTIVITIES IN WAR CONDITIONS: PROBLEM ASPECTS

Andriy VOLYNETS, Svitlana KRYSHYANOVYCH, Andrii MANDIUK

Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Boberskyi, Lviv, Ukraine

Анотація.

Стаття присвячена критичному аналізу понятійно-категоріального апарату дослідження психосоціальних чинників формування мотивації підлітків до фізичнорухової діяльності в умовах війни. У статті здійснено теоретичний огляд ключових понять: «мотивація», «чинники мотивації», «фізично-виховна діяльність», та проаналізовано їх специфіку в контексті умов та реалій війни.

Розглянуто класичні теорії мотивації, зокрема теорію самодетермінації Р. Раяна та Е. Десі, яка набула широкого визнання в дослідженнях мотивації підлітків до фізичної активності. Проаналізовано особливості трактування базових психологічних потреб (автономії, компетентності й приналежності) в українській науковій традиції. Особливу увагу приділено аналізу поняття «фізично-виховна діяльність» як комплексного конструкту, що об'єднує різні види активності підлітків: уроки фізичної культури, заняття в спортивних секціях, самостійні тренування, активний відпочинок, професійно-прикладну й початкову загальновійськову підготовку. Проведено порівняльний аналіз законодавчих визначень (Закон України «Про фізичну культуру і спорт») та

Abstract.

The article is devoted to a critical analysis of the conceptual and categorical apparatus for researching the psychosocial factors of adolescents' motivation for physical education activities during wartime. The paper provides a theoretical review of key concepts: «motivation», «physical education activity», and «motivational factors», and also analyzes their specifics within the context of war realities. The study examines classical theories of motivation, specifically the Self-Determination Theory (SDT) by R. Ryan and E. Deci, which is widely recognized in research on adolescent physical activity. The interpretation of basic psychological needs (autonomy, competence, and relatedness) within the national scientific tradition is analyzed. Special attention is paid to the concept of «physical education activity» as a complex construct that integrates various forms of adolescent engagement: physical education lessons, sports clubs, independent training, active recreation, and vocational-applied or initial pre-conscription military training. A comparative analysis was conducted between legislative definitions (the Law of Ukraine «On Physical Culture and Sports») and scientific definitions of physical

наукових дефініцій фізичного виховання, фізкультурно-оздоровчої діяльності, фізичної активності. Обґрунтовано доцільність впровадження в науковий дискурс терміна «фізичновиховна діяльність» для позначення системного процесу, спрямованого на фізичний розвиток, зміцнення здоров'я та формування рухових навичок підлітків у різних організаційних форматах.

Виявлено, що класичний понятійно-категоріальний апарат, розроблений для нормативних умов соціалізації, є недостатнім для опису мотиваційних процесів у підлітків в умовах війни. Обґрунтовано потребу в комплексних міжпредметних дослідженнях, які враховують не лише фізичні можливості підлітків, а й психологічні особливості формування мотивації в екстремальних умовах. Визначено перспективні напрями розвитку понятійного апарату для адекватного наукового опису досліджуваного феномену й ефективного впровадження результатів досліджень у практику фізичного виховання підлітків в умовах воєнного стану.

Ключові слова: мотивація підлітків, фізичновиховна діяльність, психосоціальні чинники, теорія самодетермінації, фізичне виховання, базові психологічні потреби, вплив війни.

education, health-improving physical activity, and physical exercise. The study substantiates the necessity of introducing the term «physical education activity» into scientific discourse to denote a systemic process aimed at physical development, health promotion, and the formation of motor skills in various organizational formats.

It was found that the classical conceptual apparatus, developed for normative socialization, is insufficient for describing motivational processes in adolescents during war. The study justifies the need for comprehensive interdisciplinary research that considers not only physical capabilities but also the psychological peculiarities of motivation in extreme conditions. Prospective directions for developing the conceptual framework are identified to ensure an adequate scientific description of the phenomenon and the effective practical implementation of research results in adolescent physical education under martial law.

Keywords: adolescent motivation, physical education activity, psychosocial factors, self-determination theory, physical education, basic psychological needs, impact of war.

Вступ.

Повномасштабна збройна агресія Російської Федерації проти України спричинила безпрецедентну кризу в усіх сферах суспільного життя, яка найгостріше відобразилася на найбільш уразливих верствах населення, зокрема на дітях підліткового віку. Руйнування інфраструктури, вимушена міграція, постійна загроза життю й здоров'ю, перехід на дистанційні форми навчання – усе це створило принципово нові, екстремальні умови для соціалізації та фізичного розвитку молоді. Ці негативні чинники, а також тривалий стрес від війни створили передумови, за яких фізична активність із засобу досягнення спортивних результатів трансформується в стратегічний ресурс збереження резильєнтності й ментальної стабільності особистості. В умовах хронічного стресу мотивація підлітків зазнає

деформацій: від апатії і зниження інтересу до звичних форм активності до компенсаторної гіперактивності як способу заміщення агресії та тривоги. Науковий пошук у цьому напрямі ускладнено тим, що наявні концептуальні моделі не враховують тривалу дію екстремальних чинників, які нівелюють традиційні стимули. Соціальні обмеження через закриття значної кількості спортивних залів та обмеження доступу до відкритих майданчиків через умови війни (мінну небезпеку, загрози обстрілів, повітряні тривоги) потребує суттєвого переосмислення сучасних мотиваційних механізмів підлітка. Зважаючи на вказані обставини, проблематика фізичного виховання дітей в Україні виходить за межі суто педагогічних завдань розвитку рухових якостей і стає важливим інструментом збереження психологічного здоров'я та

формування життєстійкості української нації, а також базовим чинником виживання в сучасному світі.

Саме тому актуальними на сьогодні є комплексні міжпредметні наукові дослідження, які б не лише допомогли врахувати фізичні можливості підлітків, а й дали розуміння, як ефективно змінювати навчально-виховний процес в умовах війни, щоб плекати мотивовану й фізично та ментально здорову українську молодь, перед якою постають великі виклики зі збереження державності, національної ідентичності й захисту майбутніх поколінь. Для проведення такого дослідження треба насамперед уточнити базові теоретичні й законодавчі поняття, які б допомогли коректно описати його основні елементи, а також окреслили поле для розвитку знань у цій сфері.

Однак наукове осмислення цих процесів стикається із серйозною методологічною проблемою: класичний понятійно-категоріальний апарат, напрацьований десятиліттями в мирний час, виявляється недостатнім або й нерелевантним для опису нової реальності.

Мета статті — розгляд понятійно-категоріального апарату дослідження психосоціальних чинників формування мотивації підлітків до фізичновиховної діяльності в умовах воєнного стану, виявлення термінологічних суперечностей.

Основні завдання дослідження: окреслити проблемні аспекти термінології у сфері мотивації; виявити суперечності понятійно-категоріального апарату між науковими дефініціями й законодавством у сфері мотивації підлітків у контексті умов війни; запропонувати можливі шляхи впорядкування наукової термінології в окресленому напрямі.

Методи дослідження. Для вирішення означеної вище проблеми застосовували низку методів, зокрема теоретичні методи (аналіз, синтез, порівняння й узагальнення); вивчення нормативних документів і наукової літератури.

Результати дослідження. Мотивацію як базову категорію психологічної науки традиційно розглядають як складний багатокомпонентний феномен, що зумовлює спрямованість та інтенсивність людської

активності. Класичні теорії мотивації розрізняють внутрішню й зовнішню мотивацію, наголошуючи на ролі автономії, компетентності та соціальної приналежності як базових психологічних потребах. Серед найвідоміших теорій мотивації слід виокремити теорію самодетермінації [10; 17; 29; 31] та теорію досягнення цілей [10]. Теорію самовизначення, або теорію самодетермінації (*self-determination theory*; SDT), розробили американські психологи Е. Дісі та Р. Раян. Науковці зазначають, що мотивація пов'язана з енергією, спрямованістю діяльності, наполегливістю в її здійсненні й досягненні поставлених завдань, тобто з аспектами реалізації намірів. Також у цій теорії на чільному місці є відмінності між внутрішньою та зовнішньою мотивацією.

Визначаючи внутрішню мотивацію як необхідну умову особистісного зростання й добробуту, Е. Дісі та Р. Раян звертають увагу на особливості розвитку людини в дитинстві, зокрема на те, що від народження діти у своїх найздоровіших проявах є дуже активними, допитливими, відкритими до пізнання світу й грайливими, навіть якщо їх до цього ніхто не заохочує (див. табл. 1). Це і є природним проявом найвищої форми мотивації людини — внутрішньої мотивації, яка виражається в бажанні пізнавати світ та експериментувати в ньому. Ця мотивація є життєво важливою як для когнітивного й соціального розвитку, так і для підтримання належного життєвого тону [17; 29].

Однак попри те, що людина від природи має всі задатки для внутрішньої мотивації, після закінчення раннього дитинства соціум чинить на неї значний вплив, гальмуючи прояв цих задатків. Тому завданням теорії самодетермінації, зокрема її підтеорії *внутрішньої мотивації*, є проектування відповідних соціальних середовищ, які б підтримували й підсилювали цю природну схильність, а не послаблювали чи придушували її.

Якщо йти за цією логікою, пишуть далі автори, то дослідження умов, які підсилюють або, навпаки, гальмують чи руйнують внутрішню мотивацію, є важливим кроком у розбудові теорії самодетермінації.

Таблиця 1

**Континуум самодeterminації та типи мотивації
(Е. Дісі та Р. Раян, 2000) [17]**

Поведінка	Несамодетермінована					Самодетермінована
Тип мотивації	Амотивація	Зовнішня мотивація				Внутрішня мотивація
Стиль регуляції	Брак регуляції	Зовнішня регуляція	Інтроєктвана регуляція	Ідентифікована регуляція	Інтегрована регуляція	Внутрішня регуляція
Локус каузальності	Безособовий	Зовнішній	Переважно зовнішній	Переважно внутрішній	Внутрішній	Внутрішній
Відповідні регуляторні процеси	Ненавмисність, відсутність цінності, некомпетентність, брак контролю	Підкорення, зовнішні винагороди й покарання	Самоконтроль, залученість его, внутрішні винагороди (гордість) і покарання (провина)	Особиста важливість, свідоме надання цінності діяльності	Узгодженість, усвідомленість, синтез із власним «я»	Інтерес, насолода, внутрішнє задоволення від процесу

В основі теорії самодeterminації лежить думка, що мотивація формується під впливом прагнення людини до задоволення трьох базових потреб: в автономії (*autonomy*), компетентності (*competence*) та приналежності (*relatedness*) [29]. Ці потреби автори вважають найсуттєвішими для забезпечення оптимального розвитку закладених природою тенденцій до зростання й інтеграції, а також для конструктивного соціального розвитку та особистісного (психологічного) добробуту. Відтак автори виокремлюють зовнішню й внутрішню мотивацію, а сам процес мотивації розглядають як певний континуум, що змінюється під впливом різних чинників. Найбільш ефективною формою є внутрішня мотивація, що передбачає мотивовану участь у певній діяльності заради самої діяльності (тобто без будь-яких зовнішніх нагород), оскільки це приносить щастя й задоволеність усіх трьох потреб.

Відповідна підтеорія теорії самодeterminації отримала назву *теорії когнітивної оцінки* (*Cognitive Evaluation Theory*). Узагальнюючи результати багатьох лабораторних і польових експериментів, у яких вивчали вплив на внутрішню мотивацію таких зовнішніх чинників, як підкріплення, винагороди, зворотний зв'язок тощо, теорія когнітивної оцінки стверджує: якщо зазначені

чинники в процесі діяльності апелюють безпосередньо до відчуття компетентності, то вони можуть підсилювати внутрішню мотивацію. Однак для цього потрібен фон — відчуття автономності суб'єкта або внутрішнього локусу каузальності (причинності), тобто людина має переживати свою поведінку як самостійну, оскільки автономність є базовою потребою [10; 17].

Згідно з іншою теорією мотивації — теорією досягнення цілей (автор Е. Локк, 1968) [27], на мотивацію впливають три чинники: досягнення мети, сприйняття власних здатностей і поведінка, що сприяє успіху. Індивідуальне сприйняття своїх здібностей, успіху й невдачі, розуміння власних компетентностей, самоповага є головними чинниками цієї теорії. Спортивні психологи припускають, що досягнення мети відбувається завдяки внутрішній мотивації та зумовлює задоволеність від занять фізичною культурою і спортом, зацікавлення фізичною активністю [10].

Аналіз наукових статей останніх років у провідних наукометричних базах дає підстави вважати, що саме теорія самодeterminації Р. Райана й Е. Дісі (Ryan & Deci, 2000) набула найбільшого визнання в дослідженнях мотивації підлітків до фізичної активності [23; 24; 25; 26; 28; 30; 31].

Також тему мотивації та чинників впливу в різних сферах діяльності досліджували А. Бандура (самоефективність), Дж. Салліс (соціальна підтримка родини й референтних груп), Р. Шавельсон (фізична «Я-концепція»). Тему мотивації у фізичній культурі й спорті досить активно досліджували зарубіжні (А. Бандура, Дж. Аتكісон, Т. Хорн, Г. Робертс) та українські науковці (Ю. Павлова, І. Боднар, О. Римар, М. Дулиба, С. Криштанович, Т. Круцевич). Однак їхні дослідження стосувалися переважно сфери спорту (молодих та/або професійних спортсменів в окремих видах спорту) або окремих категорій осіб (студентів, фахівців певних галузей, осіб з особливими потребами тощо).

На сьогодні є відносно невелика кількість досліджень, які стосуються мотивації підлітків учнівського віку до фізичновиховної діяльності.

Що становить сутність терміна «мотивація»? В українській психологічній науці це поняття традиційно розглядають у контексті діяльнісного підходу. Зокрема, у «Психологічній енциклопедії» зазначено, що за своїм значенням воно близьким до поняття волі. Волю ж у психології тісно пов'язують із мотивацією: аналізуючи вольові процеси, дослідники неминуче звертаються до питань мотивації, і навпаки — вивчення мотиваційної сфери актуалізує питання вольової регуляції. Згідно з академічним визначенням, воля — це «здатність до вибору діяльності й до внутрішніх зусиль, необхідних для її здійснення» [15; с. 63]. Вольова поведінка охоплює ухвалення рішення, що часто супроводжується боротьбою мотивів (акт вибору), і його реалізацію.

Відповідно до визначення С. Максименка, «мотив — це внутрішній рушій, що спонукає людину до діяльності. Мотиви діяльності та поведінки людини генетично пов'язані з її органічними та культурними потребами, в яких людина відчуває необхідність. Потреби породжують інтереси, тобто спрямованість особистості на певні об'єкти з метою пізнати і опанувати їх» [9; с. 56].

За визначенням Л. Боднар, «мотивація є сукупністю зовнішніх та внутрішніх рушійних сил, які спонукають людину до діяльності та надають їй спрямованість, яка орієнтована на досягнення певної мети» [3;

с. 67–71]. Мотивацію можна розглядати, з одного боку, як головний чинник задоволення потреб особистості, а з іншого — як дієвий інструмент підвищення активності.

На думку Ю. Павлової, «мотивація до фізичної активності є одним з основних компонентів грамотності у фізичній культурі» [10, с. 29].

Розглядаючи поняття «мотив» (від лат. *moveo* — штовхаю, рухаю), автори пропонують такі визначення: «це внутрішня рушійна сила, яка спонукає людину до діяльності, що є задоволенням потреб» [5]; це «спонукальна причина дій та вчинків людини, важливий компонент у структурі людської діяльності, основою якої є її різноманітні потреби» [16]; «це збудження до діяльності, пов'язане із задоволенням певної потреби» [1].

Окреслені дефініції дають підстави стверджувати, що **мотивація** — це динамічна система внутрішніх потреб, мотивів, інтересів і зовнішніх впливів, що забезпечує вибір та спрямованість діяльності людини, регулює її поведінку через вольові процеси й спонукає до досягнення усвідомлених цілей через активну реалізацію дій.

Окремої уваги потребує аналіз мотивації молоді до фізичної активності. Зокрема, проблематику мотивації здобувачів освіти до занять фізичною культурою і спортом досліджували українські науковці І. Боднар, Т. Круцевич, Ю. Павлова, С. Бобровник, І. Ячнюк, Ю. Ячнюк, М. Ячнюк, А. Щелкунов, А. Лебедева, С. Майборода та інші). Однак слід зазначити, що підлітковий вік (10–17 років) має свої психологічні особливості. Специфіка підліткової мотивації полягає в інтенсивному формуванні самосвідомості, переорієнтації на однолітків як референтну групу й пошуку власної ідентичності. Дослідження показують, що мотивація підлітків до різних видів діяльності характеризується нестабільністю, залежністю від соціального контексту й підвищеною чутливістю до зовнішніх оцінок. Водночас підлітковий вік є ключовим періодом для формування стійких ціннісних орієнтацій, зокрема стосовно здоров'я та фізичного розвитку.

З аналізу наукових джерел випливає, що теорія самодетермінації американських психологів Е. Десі і Р. Раяна є на сьогодні

«золотим стандартом» вивчення мотиваційної сфери підлітків. Про це свідчать і численні наукові публікації, присвячені зазначеній проблематиці [23–26; 28; 30; 31].

Однак аналіз української наукової літератури дає підстави вважати, що станом на сьогодні термінологія базових психологічних потреб (автономії, компетентності, приналежності), які лежать в основі цієї теорії, є неоднозначною, оскільки кожен із науковців, перекладаючи терміни з англійської на українську, вкладає у них своє значення. Так, зокрема, є різні варіанти перекладу терміна *relatedness*. Українські науковці трактують цей феномен як «потребу в гармонії» [10], «приналежність» [6], «взаємозв'язок» [17]. В інших наукових працях та енциклопедичних виданнях фігурують дефініції «належність», «причетність», «спорідненість». На нашу думку, найбільше відповідає автентичному контексту теорії термін «приналежність», під яким розуміють відчуття належності особистості до певного середовища чи соціальної групи однодумців. Ця потреба є особливо важливою в підлітковому віці.

Окремого розгляду потребують чинники, що впливають на мотивацію підлітків до занять фізичною культурою та спортом. Наукові дослідження в цій сфері дедалі частіше доводять, що мотивація є складним біопсихосоціальним явищем, яке зумовлене комплексом психологічних, біологічних і соціальних передумов.

Крім того, світова практика охорони здоров'я та фізичної культури дедалі більше акцентує увагу на доцільності використання так званої **біопсихосоціальної моделі** здоров'я (BPSM) у фізичному вихованні. Ця модель, засновником якої є Дж. Енгель, розглядає здоров'я не лише як відсутність хвороби (біологічний чинник), а й як результат взаємодії **психологічних** (мотивація, самооцінка) і **соціальних** (підтримка родини, вплив однолітків) чинників. Без урахування цієї комплексної моделі фізичне виховання залишається неефективним у формуванні стійких навичок до здорового способу життя.

В українській науці існують терміни «чинник» і «фактор». Хоча це синоніми, ми схильні використовувати слово «чинник» як

питоме для нашої мови. Відповідно до Великого тлумачного словника української мови, під поняттям «чинник» розуміють «умову, рушійну силу, причину будь-якого процесу, що визначає його характер або одну з основних рис; фактор» [4]. Отже, **чинники мотивації** — це певні умови (причини, мотиви), які впливають на її формування, а отже, і на вольову поведінку.

На нашу думку, досліджувати чинники, що мають вплив на мотивацію, доцільно виходячи саме з біопсихосоціальної моделі. Адже мотиви підлітків, які спонукають до занять фізичною культурою і спортом, можуть бути зумовлені як психологічними (рівень тривоги та стресу, резильєнтність, самоконтроль, самоефективність), так і соціальними (підтримка рідних і друзів, шкільне середовище, рівень кваліфікації вчителів фізичного виховання, створення належних умов для занять спортом тощо) чинниками.

Наприклад, С. Бобровник визначає мотиви старшокласників, які спонукають їх до занять фізичною культурою та спортом, формування мотивації вбачає у впровадженні передових методів навчання. На думку автора, «результативні мотиви необхідно формувати в процесі навчання руховим діям. Для цього навчання на уроках фізичної культури потрібно включати в особистісно значущу для кожного учня старшого шкільного віку змагальну діяльність, коли школярі, навчаючись, одночасно готуються до участі в змаганнях з цього виду вправ на першість класу, школи» [2, с. 8].

Важливим для аналізу проблеми є дослідження І. Ячнюк, Ю. Ячнюк, М. Ячнюк, у якому визначено рейтинг мотивів учнів старшого шкільного віку до занять фізичною культурою і спортом. Серед зазначених переважають мотиви поліпшення самопочуття й здоров'я, самовдосконалення, формування гармонійної статури; дещо менш вираженим є мотив стати відомим спортсменом. Формування позитивної мотивації учнів 5–7 класів до занять фізичною культурою і спортом, за твердженням науковців, залежить значною мірою від педагогічної майстерності вчителя фізичної культури [20]. А. Щелкунов, А. Лебедева, С. Майборода вивчають питання форм

підвищення мотивації до рухової активності учнів, що ґрунтується на їхніх потребах, на основі різнорівневих варіантів фізичного виховання. За дослідженням авторів, мотивацією до занять фізичною культурою і спортом для учнів 5–7 класів є бажання зміцнити здоров'я і набути хорошої фізичної форми [19].

Критичний аналіз наукової літератури засвідчує недостатню вивченість особливостей мотивації підлітків. Це стосується й дослідження їхньої мотивації в екстремальних умовах (стан війни, інших суспільно-політичних кризових явищ). Більшість наукових праць фокусується на нормативних обставинах соціалізації, тоді як специфіка мотиваційної сфери в умовах тривалого стресу й воєнних дій залишається поза увагою дослідників. Це створює термінологічну прогалину, яку треба заповнити для адекватного опису досліджуваного феномену.

Те саме стосується й чинників, які впливають на формування мотивації в умовах війни. Специфічним психосоціальним чинником в умовах війни є травматичний стрес і його вплив на мотиваційну сферу підлітків. Дослідження українських науковців Ю. Павлової [11], С. Максименка [8], І. Пономаренка [12] показують, що переживання воєнних подій може знижувати мотивацію до різних видів діяльності через загальне пригнічення психічної активності або підвищувати її через активізацію копінг-механізмів і пошук ресурсів для адаптації. Ця амбівалентність психосоціальних впливів теж потребує ретельного концептуального аналізу. Також можна припустити, що в умовах війни модераторами всіх психосоціальних чинників виступатимуть інші унікальні явища (травматичні події, часті повітряні тривоги, рівень безпеки освітнього й соціального середовища підлітків тощо).

Поняття воєнного стану має чітке законодавче визначення відповідно до Закону України «Про правовий режим воєнного стану» [14], згідно з яким воєнний стан є особливим правовим режимом, що вводиться в Україні або в окремих її місцевостях у разі збройної агресії чи загрози нападу. З юридичного боку воєнний стан передбачає тимчасове обмеження конституційних прав

і свобод громадян та покладення на них додаткових обов'язків.

Проте для психологічного дослідження важливим є не лише формально-правовий статус воєнного стану, а й психологічний зміст цієї особливої ситуації розвитку особистості. Окрім юридичних аспектів воєнного стану, варто зважати й на інші чинники, що визначають повсякдення кожної людини в цей період. Такі обставини подекуди межують із виживанням і незабезпеченістю базових фізіологічних потреб через постійні ракетні обстріли, відсутність побутових умов, блекауту й труднощі з адаптацією до складних умов в зоні бойових дій, з якими стикається український народ.

Для підліткового віку воєнний стан має особливе значення, оскільки накладається на кризовий період розвитку, пов'язаний із формуванням ідентичності й переосмисленням базових цінностей. Дослідження показують, що підлітки є особливо вразливою групою в умовах воєнного конфлікту через недостатню сформованість копінг-механізмів і високу залежність від стабільності соціального середовища [22]. Водночас підлітковий вік характеризується пластичністю психіки й здатністю до посттравматичного зростання, що створює можливості для позитивної адаптації через залучення до конструктивних видів діяльності, зокрема фізкультурно-оздоровчої.

Термінологічна проблема полягає в тому, що в науковій літературі часто змішують поняття «воєнний стан», «воєнний конфлікт», «війна», «збройна агресія», які мають різне юридичне й психологічне наповнення. Для психологічного дослідження принципово важливим є не формальний статус ситуації (юридичний стан), а реальний досвід особистості, пов'язаний із загрозою безпеці, втратами, вимушеною міграцією, порушенням соціальних зв'язків. Тож доцільним видається використання понять «умови воєнного стану» або «умови війни» як комплексних конструктів, що охоплюють об'єктивні характеристики ситуації (правовий режим, реальна загроза) і суб'єктивне переживання цієї ситуації особистістю.

Психосоціальні чинники формування такої мотивації можна класифікувати за кількома критеріями. За рівнем соціальної

організації їх можна умовно поділити на макросоціальні (державна політика у сфері фізичного виховання в умовах війни, медійні репрезентації фізичної активності, культурні норми й цінності), мезосоціальні (функціонування освітніх закладів, організація громадських просторів, діяльність спортивних організацій) та мікросоціальні (сімейне виховання, вплив однолітків, взаємодія з педагогами) чинники.

За характером впливу можна виділити сприятливі (стимулювальні) й несприятливі (дестимулювальні) чинники. До сприятливих належать соціальна підтримка з боку значущих інших, доступність адаптованих форм фізичної активності, позитивний приклад однолітків і дорослих, інформаційна підтримка. До несприятливих — травматичний досвід, пов'язаний із війною, обмеженість матеріальних та інфраструктурних ресурсів, дестабілізація сімейних відносин, психологічне виснаження тощо. За механізмом дії розрізняють безпосередні (прямий вплив на мотиваційну сферу) й опосередковані (через вплив на інші психологічні утворення) чинники. Наприклад, соціальна підтримка може безпосередньо підвищувати мотивацію через емоційне заохочення, а може діяти опосередковано через підвищення самоефективності й упевненості у власних силах.

Доцільно також розглянути поняття фізкультурно-оздоровчої діяльності в контексті мотивації підлітків. Термін, який об'єднував би обов'язкові шкільні заняття з фізичної культури й інші форми рухової активності підлітків, наразі відсутній у нормативно-правових актах і науковій літературі. Попри часткове законодавче визначення таких споріднених понять, як «фізична культура», «фізичне виховання», «фізкультурно-оздоровча діяльність», «дитячий і дитячо-юнацький спорт», це питання потребує комплексного теоретичного осмислення.

Зважаючи на те, що Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [13] розглядає термін «фізичне виховання» в ширшому значенні, у контексті дослідження мотивації підлітків доцільно впровадити поняття «фізичновиховна діяльність». Воно відрізняється від таких усталених у науковій літературі понять, як «фізичне виховання»,

«фізична культура» чи «фізична (рухова) активність». Для цього є вагомі підстави: зазначений феномен охоплює комплексні види активності й різні організаційні процеси, які неможливо звузити до одного з наявних термінів. Це також впливає і з аналізу нормативної термінології чинного законодавства.

Згідно зі статтею 1 профільного Закону, «фізичне виховання різних груп населення — це напрям фізичної культури, пов'язаний з процесом виховання особи, набуттям нею відповідних знань та умінь з використання рухової активності для всебічного розвитку, оздоровлення та забезпечення готовності до професійної діяльності та активної участі в суспільному житті» [13]. Це єдине нормативне визначення, і воно є достатньо розмитим, без конкретних видів активностей і конкретизації певної соціальної групи.

Науковий дискурс пропонує конкретніше розуміння фізичного виховання. Зокрема, Т. Круцевич [7] визначає фізичне виховання як педагогічний процес, спрямований на формування фізичної культури особистості через оволодіння системою знань, умінь, навичок та розвиток фізичних і психічних якостей. Це визначення містить когнітивний, діяльнісний та особистісний компоненти, що надає йому більшої евристичності для дослідження мотиваційних процесів.

Важливим є розрізнення понять «фізичне виховання» й «фізкультурно-оздоровча діяльність». Якщо перше традиційно асоціюється з організованим педагогічним процесом в освітніх закладах, то друге охоплює ширший спектр самоорганізованої активності особистості. В умовах воєнного стану, коли функціонування освітніх закладів часто обмежене або переведене в дистанційний формат, актуальності набуває саме концепт інших видів фізкультурно-оздоровчої діяльності як форми самостійної активності підлітків.

Термінологічна проблема також полягає в співвідношенні понять «фізична активність» і «фізичновиховна діяльність». Всесвітня організація охорони здоров'я визначає фізичну активність як будь-який рух тіла, що потребує енерговитрат (WHO, 2020) [32], тоді як фізичновиховна діяльність передбачає, крім того, цілеспрямований характер,

а також педагогічну організацію в межах навчально-виховного процесу в школах. Для дослідження мотивації підлітків принципово важливим є саме концепт діяльності, оскільки він містить усвідомлені мотиви, цілі й засоби їх досягнення.

Отже, впровадження в науковий дискурс поняття «фізичновиховна діяльність» дасть змогу об'єднати різні види активності підлітків в один збірний термін. Під фізичновиховною діяльністю маємо на увазі системний процес, спрямований на фізичний розвиток, зміцнення здоров'я та формування рухових навичок підлітків, а саме: уроки фізичної культури, спортивні секції та змагання в межах шкільного спорту, самостійні заняття (ранкова гімнастика, біг, тренування в залі), активний відпочинок (туризм, рухливі ігри на свіжому повітрі, плавання), а також професійно-прикладну (зокрема початкову загальновійськову) підготовку. Фізична підготовка учнів з акцентом на актуальні виклики війни теж є унікальним явищем для світу. У процесі зазначених вище активностей задіяні різні суб'єкти діяльності, які належать до різних сфер (освітньої, фізкультурно-спортивної, громадської, національно-патріотичної, туристичної, військової). Однак спільними є мета й завдання такої діяльності — розвиток підлітка як фізично здорової, національно свідомої особистості із системою цінностей, що формує стійке прагнення до здорового способу життя й готовність забезпечувати індивідуальні та суспільні потреби.

Отже, термін «фізичновиховна діяльність» пропонуємо для позначення усвідомленої, цілеспрямованої активності підлітка, що поєднує елементи самовиховання, рекреації та підготовки до викликів воєнного стану (наприклад, початкову загальновійськову підготовку). Ця категорія трактує підлітка не як об'єкт педагогічного впливу, а як активного суб'єкта, що самостійно обирає форми фізичної культури для адаптації до екстремальних умов і формування стійкості в умовах невизначеності.

Висновки. Критичний аналіз понятійно-категоріального апарату засвідчив наявність у науковому дискурсі різноманітних підходів до проблематики мотивації підлітків. Зокрема, виявлено такі термінологічні суперечності й проблемні аспекти: існують різні тлумачення мотивації залежно від концептуальних засад різних наукових шкіл; відсутність уніфікованого перекладу базових понять теорії самодетермінації (зокрема *relatedness*), а також самого терміна «мотивація» спричиняє неоднозначне трактування її чинників в українських дослідженнях; у законодавчому полі відсутні дефініції, які відображали б специфіку й усе розмаїття фізичної активності підлітків, обмежуючи її лише процесом фізичного виховання.

Також наявний класичний понятійно-категоріальний апарат виявляється недостатнім для опису мотиваційних процесів у підлітків в екстремальних умовах війни. Існує значна прогалина в науковій літературі щодо специфіки формування мотивації в умовах тривалого стресу й воєнних дій. Це потребує розроблення нового концептуального інструментарію, здатного адекватно описати мотиваційні процеси в контексті воєнного стану. Також частим є змішування понять «воєнний стан» та «умови війни», де перше є юридичним терміном, а друге — психологічною реальністю, що має вирішальний вплив на мотиви особистості.

Для подолання термінологічних суперечностей запропоновано впровадити поняття «фізичновиховна діяльність», яке інтегрує шкільні уроки, спортивні секції, самостійні тренування, активний відпочинок і початкову загальновійськову підготовку в один збірний термін. Такий комплексний підхід дає змогу розглядати фізичну активність не лише як педагогічний процес, а й як усвідомлену системну діяльність підлітка, спрямовану на формування національно свідомої особистості, здатної ефективно використовувати внутрішні ресурси для адаптації до суспільно-політичних викликів сучасного життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Башавець, Н., Федорищак, Р., Бондарович, О., Овчарук, В., & Рубан, А. (2023). Вдосконалення професійної компетентності тренерів різних видів спорту. *Вісник науки та освіти*, 8 (14), 402–414. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8\(14\)-402-414](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8(14)-402-414)
2. Бобровник, С. І. (2014). Формування мотивації старшокласників до занять фізичною культурою та спортом. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Вип. 2 (43). Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 4–9.
3. Бондар, Л. В., & Литвинчук, Н. Б. (2020). Мотивація навчальної діяльності студентів як провідний чинник підготовки майбутніх фахівців. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*, 11, 67–71.
4. Бусел В. (Ред.). (2009). Великий тлумачний словник сучасної української мови: близько 250 000 слів. Перун.
5. Жогло, В. М., Коваль, С. С., Хмелюк, О. В., Лебедєв, С. І., Колоколов, В. О., & Єфременко, А. М. (2023). Значення соціальної та культурної складової у підготовці фахівців з фізичного виховання та спорту. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15*, 9 (169), 59–62. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9\(169\).12](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9(169).12)
6. Козіна, А. В. (2015). Мотивація навчання дорослих у контексті теорії самодетермінації. *Молодий вчений*, (2 (6)), 396–398.
7. Круцевич, Т. Ю. (2017). *Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту* (Т. 1). Олімпійська література.
8. Максименко, С. Д., Кузікова, С. Б., & Зликов, В. Л. (Ред.) (2017). *Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія*. Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка.
9. Максименко, С. Д., & Соловієнко, В. О. (2000). *Загальна психологія: навч. посіб.* МАУП.
10. Павлова, Ю. (2022). *Грамотність у фізичній культурі різних груп населення: навч. посіб.* ЛДУФК ім. Івана Боберського.
11. Павлова, Ю., Боднар, І., Петрица, П., Синиця, Т., & Жара, Г. (2023). Предиктори якості життя української студентської молоді під час війни. У *Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. VII Міжнар. наук.-практ. конф.* (с. 7–8). Волин. нац. ун-т імені Лесі Українки.
12. Пономаренко, С. І., Пегусова, Л. А., & Глушук, С. П. (2024). Мотивація та налаштування здобувачів освіти на навчання в умовах воєнного стану. У В. Г. Білик (Ред.). *Освіта і здоров'я підростаючого покоління: матеріали VI Міжнародного симпозіуму* (вип. 6, с.159). Алатон
13. *Закон України «Про фізичну культуру і спорт»* від 24.12.1993 № 3808-XII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

REFERENCES

1. Bashavets, N., Fedorishchak, R., Bondarovych, O., Ovcharuk, V., & Ruban, A. (2023). Improvement of professional competence of coaches in various sports. *Bulletin of Science and Education*, 8(14), 402–414. [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8\(14\)-402-414](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8(14)-402-414)
2. Bobrovnyk, S. I. (2014). Formation of motivation of senior pupils for physical culture and sports. *Scientific Journal of NPU named after M. P. Drahomanov. Series 15: Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sport)*, 2(43), 4–9.
3. Bondar, L. V., & Lytvynchuk, N. B. (2020). Motivation of students' learning activity as a leading factor in the training of future specialists. *Scientific Notes of the National University of Ostroh Academy. Series "Psychology"*, 11, 67–71.
4. Busel, V. (Ed.). (2009). *Great explanatory dictionary of the modern Ukrainian language* (Approx. 250,000 words). Perun.
5. Zhohlo, V. M., Koval, S. S., Khmeliuk, O. V., Lebediev, S. I., Kolokolov, V. O., & Yefremenko, A. M. (2023). The role of social and cultural components in the training of physical education and sport specialists. *Scientific Journal of NPU named after M. P. Drahomanov. Series 15: Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture*, 9(169), 59–62. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9\(169\)](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9(169))
6. Kozina, A. V. (2015). Motivation of adult learning in the context of self-determination theory. *Young Scientist*, 2(6), 396–398.
7. Krutsevych, T. Y. (2017). *Theory and methods of physical education* (Vol. 1). Olympic Literature.
8. Maksymenko, S. D., Kuzikova, S. B., & Zlykov, V. L. (Eds.). (2017). *Personality as a subject of overcoming crisis situations: Psychological theory and practice*. Sumy State Pedagogical University.
9. Maksymenko, S. D., & Soloviienko, V. O. (2000). *General psychology*. MAUP.
10. Pavlova, Y. (2022). *Literacy in physical culture of different population groups*. Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Boberskyi.
11. Pavlova, Y., Bodnar, I., Petrytsa, P., Synytsia, T., & Zhara, H. (2023). Predictors of quality of life of Ukrainian student youth during the war. In *Physical activity and human quality of life: Proceedings of the VII International Scientific and Practical Conference* (p. 7–8). Lesya Ukrainka Volyn National University.
12. Ponomarenko, S. I., Piehusova, L. A., & Hlushchuk, S. P. (2024). Motivation and learning attitudes of students under martial law. In V. H. Bilyk (Ed.), *Education and health of the younger generation: Proceedings of the VI International Symposium* (Vol. 6, p. 159). Alaton.
13. *Law of Ukraine on Physical Culture and Sport* No. 3808-XII (1993). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
14. *Law of Ukraine on the Legal Regime of Martial Law* No. 389-VIII (2015). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/389-19>

14. Закон України «Про правовий режим воєнного стану» від 12.05.2015 № 389-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/389-19>
15. Степанов, О. М. (Ред.) (2006). Психологічна енциклопедія: А – Я. Академвидав.
16. Ребрина, А. А. (2021). Особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача з виду спорту та його професійно-важливі якості. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Вип. 9 (140), 86–89. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.9\(140\)](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.9(140))
17. Тадеева, Т. В. (2012). Теорія самодетермінації Дісі – Раяна і навчальна мотивація. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка*, 3, 213–221.
18. Шапар, Р. (2007). *Сучасний тлумачний психологічний словник*. Прапор.
19. Щелкунов, А., Лебедева, А., & Майборода, С. (2019). Форми підвищення потребнісної мотивації рухової активності учнів до занять на основі різнорівневих варіантів фізичного виховання. *Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології*, 2, 26–31.
20. Ячнюк, І., Ячнюк, Ю., & Ячнюк, М. (2008). Мотиви до занять фізичною культурою та спортом учнів старших класів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць*, 2, 303–305.
21. Engel, G. L. (1980). The clinical application of the biopsychosocial model. *American Journal of Psychiatry*, 137(5), 535–544.
22. Fazel, M., Reed, R. V., Panter-Brick, C., & Stein, A. (2012). Mental health of displaced and refugee children resettled in high-income countries: risk and protective factors. *Lancet*, 379(9812), 266–282. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60051-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60051-2)
23. Franco, E., & Coterón, J. (2017). The Effects of a Physical Education Intervention to Support the Satisfaction of Basic Psychological Needs on the Motivation and Intentions to be Physically Active. *Journal of human kinetics*, 59, 5–15. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0143>
24. Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(5), 963–975.
25. Karácsony, I., & Hideg-Fehér, G. (2025). Psychosocial Resources (Social Support and School) and Physical Activity During Free Time Among High-School Students. *Social Sciences*, 14(6), 357. <https://doi.org/10.3390/socsci14060357>
26. Ling, J., Robbins, L. B., Resnicow, K., & Bakhoya, M. (2014). Social support and peer norms scales for physical activity in adolescents. *American journal of health behavior*, 38(6), 881–889. doi: 10.5993/AJHB.38.6.10.
27. Locke, E. A. (1968). Toward a theory of task motivation and incentives. *Organizational Behavior & Human Performance*, 3(2), 157–189. [https://doi.org/10.1016/0030-5073\(68\)90004-4](https://doi.org/10.1016/0030-5073(68)90004-4)
28. Penglian, L., Forbis, A., & Norshafarina, B. S. (2025). The impact of physical education on the health and well-being of adolescents: The mediating role of self-efficacy. *Perinatal Journal*, 33(1), 62–73.
29. Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American*
15. Stepanov, O. M. (Ed.). (2006). *Psychological encyclopedia: A-Z*. Akademydav.
16. Rebryna, A. A. (2021). Features of professional and pedagogical activity of a sports coach-teacher and professionally important qualities. *Scientific Journal of NPU named after M. P. Dragomanov*, 9(140), 86–89. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.9\(140\).62](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.9(140).62)
17. Tadeieva, T. V. (2012). Deci-Ryan self-determination theory and learning motivation. *Scientific Notes. Series: Pedagogy*, 3, 213–221.
18. Shapar, R. (2007). *Modern explanatory psychological dictionary*. Prapor.
19. Shchelkunov, A., Lebedieva, A., & Maiboroda, S. (2019). Forms of increasing motivational needs for motor activity of pupils based on multilevel physical education options. *Physical Rehabilitation and Recreational Health Technologies*, 2, 26–31.
20. Yachniuk, I., Yachniuk, Y., & Yachniuk, M. (2008). Motives for physical culture and sports participation of senior school students. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*, 2, 303–305.
21. Engel, G. L. (1980). The clinical application of the biopsychosocial model. *American Journal of Psychiatry*, 137(5), 535–544.
22. Fazel, M., Reed, R. V., Panter-Brick, C., & Stein, A. (2012). Mental health of displaced and refugee children resettled in high-income countries: risk and protective factors. *Lancet*, 379(9812), 266–282. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60051-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60051-2)
23. Franco, E., & Coterón, J. (2017). The Effects of a Physical Education Intervention to Support the Satisfaction of Basic Psychological Needs on the Motivation and Intentions to be Physically Active. *Journal of human kinetics*, 59, 5–15. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0143>
24. Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(5), 963–975.
25. Karácsony, I., & Hideg-Fehér, G. (2025). Psychosocial Resources (Social Support and School) and Physical Activity During Free Time Among High-School Students. *Social Sciences*, 14(6), 357. <https://doi.org/10.3390/socsci14060357>
26. Ling, J., Robbins, L. B., Resnicow, K., & Bakhoya, M. (2014). Social support and peer norms scales for physical activity in adolescents. *American journal of health behavior*, 38(6), 881–889. doi: 10.5993/AJHB.38.6.10.
27. Locke, E. A. (1968). Toward a theory of task motivation and incentives. *Organizational Behavior & Human Performance*, 3(2), 157–189. [https://doi.org/10.1016/0030-5073\(68\)90004-4](https://doi.org/10.1016/0030-5073(68)90004-4)

28. Penglian, L., Forbis, A., & Norshafarina, B. S. (2025). The impact of physical education on the health and well-being of adolescents: The mediating role of self-efficacy. *Perinatal Journal*, 33(1), 62–73.
29. Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. DOI: 10.1037/0003-066X.55.1.68
30. Trigueros, R., Mínguez, L. A., González-Bernal, J. J., Jahouh, M., Soto-Camara, R., & Aguilar-Parra, J. M. (2019). Influence of Teaching Style on Physical Education Adolescents' Motivation and Health-Related Lifestyle. *Nutrients*, 11(11), 2594. <https://doi.org/10.3390/nu11112594>
31. Vasconcellos, D., Parker, P. D., Hilland, T., Cinelli, R., Owen, K. B., Kapsal, N., Lee, J., Antczak, D., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., & Lonsdale, C. (2020). Self-determination theory applied to physical education: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Educational Psychology*, 112(7), 1444–1469. <https://doi.org/10.1037/edu0000420>
32. World Health Organization (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>
30. Trigueros, R., Mínguez, L. A., González-Bernal, J. J., Jahouh, M., Soto-Camara, R., & Aguilar-Parra, J. M. (2019). Influence of Teaching Style on Physical Education Adolescents' Motivation and Health-Related Lifestyle. *Nutrients*, 11(11), 2594. <https://doi.org/10.3390/nu11112594>
31. Vasconcellos, D., Parker, P. D., Hilland, T., Cinelli, R., Owen, K. B., Kapsal, N., Lee, J., Antczak, D., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., & Lonsdale, C. (2020). Self-determination theory applied to physical education: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Educational Psychology*, 112(7), 1444–1469. <https://doi.org/10.1037/edu0000420>
32. World Health Organization (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>

Стаття надійшла до редколегії 16.02.2026

Прийнята до друку 30.04.2026

Підписана до друку 01.05.2026

Андрій ВОЛИНЕЦЬ

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0002-5268-7089>

E-mail: volynets.psy@gmail.com

Світлана КРИШТАНОВИЧ

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2147-9028>

E-mail: skrischtanovich@gmail.com

Андрій МАНДЮК

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1376-191X>

E-mail: a.b.mandyuk@gmail.com