

УДК 796.011.3:377:159.947.5-057.87(477)

МОЧЕРНЮК Владислав

Карпатський національний університет імені Василя Стефаника

<https://orcid.org/0000-0001-5821-3357>vladyslav.mocherniuk@cnu.edu.ua**ТКАЧІВСЬКА Інна**

Карпатський національний університет імені Василя Стефаника

<https://orcid.org/0000-0002-8995-2483>inna.tkachivska@cnu.edu.ua**ПРИСТАВСЬКИЙ Тарас**

Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького

<https://orcid.org/0000-0002-7309-8024>kfvsiz@lvet.edu.ua**МОТИВАЦІЙНА СФЕРА ТА ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ У КОНТЕКСТІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

У статті досліджено проблему формування мотивації до фізичної активності у здобувачів професійної освіти в умовах воєнного стану та цифровізації. Автором проаналізовано сучасні трансформації системи VET, де фізичне виховання розглядається як інструмент підтримки резильєнтності та професійної придатності. На основі опитування 70 студентів ВПУ № 17 м. Коломиї та застосування методів математичної статистики (кореляційний, факторний та кластерний аналіз) виявлено ієрархію мотиваційних чинників і бар'єрів. Встановлено, що ключовими мотивами є зміцнення здоров'я (60%) та зняття стресу (29%), тоді як основними перешкодами виступають брак часу та психологічна напруга. Факторний аналіз виявив домінування мотиву «Екзистенційна безпека та копінг-стратегії» (28% дисперсії), що підтверджує трансформацію фізичної культури в інструмент психологічного розвантаження та виживання в умовах війни. Кластерний аналіз дозволив сегментувати студентів на три групи: «високоактивні», «низькоактивні» та «інтенсивні, але нерегулярні», що підтверджує необхідність диференційованого підходу. Обґрунтовано концептуальну модель, яка інтегрує цифрові інструменти та психологічну підтримку для підвищення стійкості молоді до воєнного стресу.

Ключові слова: професійно-прикладна фізична культура, професійна освіта (VET), мотивація, факторний аналіз, кластерний аналіз.

<https://doi.org/10.31891/pcs.2026.1.52>

This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons CC-BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Стаття надійшла до редакції / Received 11.02.2026

Прийнята до друку / Accepted 14.03.2026

Опубліковано / Published 26.03.2026

© МОЧЕРНЮК Владислав, ТКАЧІВСЬКА Інна, ПРИСТАВСЬКИЙ Тарас

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Сучасний стан системи освіти в Україні характеризується глибокою трансформацією всіх аспектів освітнього процесу, де фізичне виховання стає не просто навчальною дисципліною, а критично важливим інструментом підтримання резильєнтності та здоров'я нації в екстремальних умовах воєнного стану.

Система професійної (професійно-технічної) освіти (ПТО) посідає особливе місце в цій архітектурі, оскільки саме тут готуються кадри, чия професійна діяльність

безпосередньо залежить від фізичної кондиції, витривалості та психомоторної координації. Проблема формування стійкої мотивації до рухової активності серед здобувачів освіти цього сектору є комплексною і вимагає глибокого теоретичного та практичного переосмислення у світлі актуальних викликів, включаючи цифровізацію, зміну ринку праці та умови воєнного стану.

Проблема формування стійкої мотивації до занять професійно-прикладною фізичною культурою серед молоді, яка здобуває професійно-технічну освіту (ПТО), є об'єктом прискіпливої уваги науковців протягом останніх десятиліть. Специфіка цієї категорії здобувачів освіти полягає в особливому

соціально-психологічному статусі, ранній професіоналізації та часто нижчому рівні вихідної академічної успішності порівняно з учнями загальноосвітніх шкіл чи студентами ЗВО аналогічного віку. В умовах глобальної цифровізації та зростання малорухливого способу життя, наукові дискурси в Україні та за кордоном концентруються на пошуку механізмів, що здатні трансформувати зовнішній примус до занять фізичною культурою і спортом у внутрішню потребу особистості.

Проблема мотивації до занять фізичною культурою в системі ПТО обумовлена критичним розривом між задекларованими державними пріоритетами та реальним станом фізичної підготовленості молоді. Незважаючи на визнання здоров'я найвищою соціальною цінністю, спостерігається стійка тенденція до зниження інтересу учнів до традиційних форм фізичного виховання. Ця ситуація загострюється глобальними змінами у способі життя молоді, де домінування цифрових технологій призводить до гіподинамії та деградації базових рухових навичок.

Протягом останніх півтора десятиліття проблема зміцнення здоров'я учнівської молоді в Україні набула статусу національної загрози. Емпіричні дослідження свідчать, що лише мізерна частка випускників закладів освіти володіє високим рівнем фізичної підготовленості, тоді як переважна більшість характеризується показниками, що є нижчими за середні. Це створює ситуацію, за якої майбутній робітничий клас входить у трудову діяльність із суттєвим дефіцитом фізичного потенціалу, що неминуче позначається на продуктивності праці та рівні професійного травматизму.

Мотиваційна криза в системі ПТО має багаторівневу структуру. На психологічному рівні вона виявляється у відсутності внутрішньої потреби в русі як засобі самовдосконалення. На педагогічному рівні – у застарілості методик, які не враховують інтереси сучасних підлітків. На матеріальному рівні – у невідповідності спортивної бази вимогам часу. Таким чином, поставлена проблема вимагає не просто косметичних змін у навчальних планах, а системної трансформації всієї філософії фізичного виховання в професійній школі.

Вирішення проблеми формування мотивації до фізичної культури безпосередньо корелює зі стратегічними завданнями розвитку України. Науково-практична значущість цієї теми визначається низкою державних програм та нормативно-правових актів, спрямованих на оздоровлення нації та підвищення конкурентоспроможності економіки.

Одним із ключових орієнтирів є стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року [1]. Стратегія визначає, що зміцнення здоров'я громадян є найвищою соціальною цінністю. У контексті ПТО це завдання трансформується у створення умов для щоденної рухової активності, що дозволяє знизити ризик розвитку неінфекційних захворювань, передусім серцево-судинних, які є основною причиною втрати працездатності. В найближчій перспективі очікується суттєве збільшення кількості здобувачів професійно-технічної освіти внаслідок реформи НУШ та вищої освіти, тому надзвичайно важливо заздалегідь підготувати необхідну наукову та методичну базу для цієї категорії.

Дослідження виконані відповідно до Плану НДР Карпатського національного університету імені Василя Стефаника на 2025-2030 рр. «Рухова активність як засіб покращення якості життя сучасної молоді», номер державної реєстрації 0125U002933.

2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Сучасний ландшафт професійної освіти та навчання (Vocational Education and Training – VET) зазнає фундаментальних трансформацій, де фізична культура перестає бути лише допоміжною дисципліною і стає стратегічним інструментом формування професійної придатності, психологічної стійкості та соціальної інклюзії. Зарубіжна наукова думка останнього десятиліття акцентує увагу на тому, що студенти системи VET становлять особливу демографічну групу, яка часто стикається з вищими ризиками соціальної маргіналізації та специфічними ергономічними викликами.

Вивчення досвіду зарубіжних країн (Німеччина, США, Китай, країни ЄС)

дозволяє виявити глобальні тренди в управлінні мотивацією учнів ПТО (TVET). Ключовим фактором успіху в розвинених країнах є високий соціальний престиж професійної освіти, який безпосередньо корелює зі ставленням молоді до власного здоров'я як капіталу [2].

Німецька модель (дуальна система) вважається бенчмарком ефективності. Тут 70% навчання проходить на виробництві, а фізичне виховання тісно інтегроване в корпоративну культуру підприємств через систему спортивних клубів при фірмах. У США акцент робиться на багатоцільових спортивних центрах, де учні коледжів можуть самостійно обирати програми від йоги до боулінгу, що забезпечує охоплення широких верств молоді.

На протипагу цьому, у країнах з низьким престижем ПТО (Пакистан, Індія) спостерігається ігнорування фізичного виховання, яке розцінюється як непотрібне навантаження для «слабких учнів». Це підтверджує гіпотезу про те, що мотивація до спорту в освіті не може бути ізольована від загального соціального контексту та державної політики підтримки професійних кадрів.

Одним із найгрунтовніших напрямів сучасних досліджень є вивчення впливу фізичної культури на ментальне благополуччя студентів професійних закладів. Масштабне опитування, проведене в Данії [3], охопило 5277 студентів із середнім віком 24,3 роки. Результати дослідження продемонстрували стійкий позитивний зв'язок між дотриманням рекомендацій ВООЗ щодо фізичної активності та високим рівнем позитивного психічного здоров'я.

Систематичний огляд [4] проаналізував дев'ять ключових досліджень інтервенцій у країнах Європи та Азії. Основним науковим висновком є те, що ефективність програм фізичної активності в професійній освіті залежить від способу їх розробки та імплементації.

Сучасний викладач фізичної культури в системі VET повинен володіти не лише спортивними навичками, а й технологічною компетентністю. Фреймворк TRACK (Technological Pedagogical Content Knowledge) допомагає вчителям інтегрувати цифрові інструменти (носії, додатки для

аналізу рухів, VR-симуляції) у навчальний процес. Дослідження [5] підкреслюють, що використання ІКТ може підвищити мотивацію студентів, але вимагає від педагогів глибокого розуміння того, як технологія трансформує зміст навчання.

Мотивація до занять фізичною культурою в системі ПТО є багатограним психолого-педагогічним конструктом, що відображає внутрішнє ставлення особистості до рухової активності як цінності. Дослідження вказують на те, що мотиваційна сфера учнів професійних ліцеїв та коледжів формується під впливом комплексу чинників: від біологічних особливостей пубертатного періоду до соціально-економічного статусу закладу освіти.

Ціннісні установки, зокрема ставлення до свого стану, є важливим чинником для формування належної мотивації у професійно-прикладній фізичній підготовці і самооцінці якості життя [6, 7, 8].

Зарубіжні та вітчизняні наукові дослідження одностайно підкреслюють, що фізична культура в системі VET є критично важливим елементом підготовки конкурентоспроможного фахівця. Вона виконує потрійну функцію: оздоровчу (профілактика захворювань), психологічну (зміцнення стійкості) та професійну (підготовка до фізичних вимог праці та розвиток трансферних навичок).

3. ВИДІЛЕННЯ НЕВИРШЕНИХ РАНІШЕ ЧАСТИН ЗАГАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМИ, КОТРИМ ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ ОЗНАЧЕНА СТАТТЯ

Аналіз наукового дискурсу та поточної освітньої практики дозволяє виокремити декілька ключових аспектів формування мотивації до занять фізичною культурою в системі ПТО, які залишаються недостатньо вивченими або вимагають радикального оновлення в контексті сучасних реалій. Першою фундаментальною лакуною є відсутність цілісної методичної системи, яка б інтегрувала психологічні механізми адаптації до воєнного стану з руховою активністю. Наявні дослідження здебільшого концентруються на загальних оздоровчих аспектах, ігноруючи специфічний вплив бойових дій на когнітивну та мотиваційну сфери студентів, де страх та небезпека стають

домінуючими стимулами, що витісняють потребу в самовдосконаленні. Невирішеним залишається питання трансформації негативного стресу в конструктивну енергію через фізичні вправи в умовах обмеженого доступу до спортивної інфраструктури та переходу на дистанційне навчання.

Другою критичною складовою є проблема «технологічного розриву» у фізичному вихованні. У той час як цифровізація призвела до посилення гіподинамії через збільшення часу, проведеного за комп'ютером під час бойових дій, потенціал інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) як інструменту стимулювання мотивації в ПТО залишається на периферії наукових досліджень. Фреймворк ТРАСК (Technological Pedagogical Content Knowledge) часто декларується, але його практичне застосування для створення диференційованих мотиваційних сценаріїв для учнів професійних ліцеїв є фрагментарним.

Третім аспектом, що потребує поглибленого аналізу, є недостатня диференціація підходів до фізичного виховання на основі багатокритеріальної сегментації учнів. Традиційний розподіл на медичні групи є занадто грубим інструментом для сучасного закладу ПТО. Невирішеним є завдання розробки індивідуалізованих траєкторій на основі кластерного аналізу, який би враховував не лише стан здоров'я, а й психологічний профіль, рівень володіння технологіями та суб'єктивну оцінку якості життя в умовах кризи. Існує гостра потреба у вивченні характеристик «низькоактивних» та «інтенсивних, але нерегулярних» груп студентів для розробки специфічних інтервенцій, що запобігають компенсаторній поведінці під стресом.

Нарешті, поза увагою дослідників часто залишається специфіка професійно-прикладної підготовки (ППП) в контексті ПТО. Мотивація до спорту в цій групі здобувачів освіти має бути тісно переплетена з їхнім майбутнім професійним успіхом, проте механізми формування цінностей фізичної культури як засобу професійного самовдосконалення залишаються недостатньо артикульованими. Проблема мотиваційної кризи в системі ПТО вимагає

системної трансформації всієї філософії фізичного виховання – від зовнішнього контролю та нормативів до внутрішньої саморегуляції та підтримки ментального благополуччя.

4. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Метою дослідження є розробка та обґрунтування концептуальної моделі формування мотивації до фізичної активності у здобувачів професійної освіти, яка інтегрує диференційовані підходи, цифрові інструменти та механізми психологічної підтримки в умовах воєнного стану. Реалізація цієї мети передбачає вирішення наступних наукових та практичних завдань:

1. Здійснити комплексний аналіз сучасних трансформацій у системі ПТО (VET), виявивши стратегічні точки дотику між фізичним вихованням та професійною придатністю фахівців у контексті міжнародного досвіду.

2. На основі емпіричних даних виявити ієрархію мотиваційних факторів та бар'єрів, що структурують ставлення молоді до рухової активності під час війни.

3. За допомогою методів математичної статистики встановити зв'язки між рівнем фізичної активності, раціональністю режиму дня, якістю харчування, частоти занять, ІМТ, якості життя та ставлення до фізичного виховання, та суб'єктивною оцінкою якості життя визначивши специфічні характеристики кожної групи студентської аудиторії.

5. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБґРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

Опитування за авторським запитальником охопило 70 студентів вищого професійного училища (ВПУ № 17) м. Коломиї впродовж вересня-жовтня 2025 р. Воно фокусувалося на рівні фізичної активності, перевагах видів спорту, мотивації, перешкодах, оцінці організації занять з фізичного виховання та впливі воєнного стану. Дані оброблено за допомогою описової статистики, кореляційного (Spearman), факторного та кластерного аналізу (k-means, 3 кластери). Аналіз враховував очищення даних

від викидів (наприклад, жартівливі відповіді на шкалах якості життя).

Для досягнення мети дослідження було обрано триадну структуру методів, яка забезпечує глибину та всебічність аналізу. Кожен метод виконує специфічну функцію в розумінні феномену фізичної активності студентів.

Кореляційний аналіз спрямований на встановлення щільності та напряму зв'язку між кількісними та якісними змінними способу життя. Використання коефіцієнтів Пірсона та Спірмена дозволяє кількісно оцінити, як, наприклад, якість харчування впливає на суб'єктивну оцінку якості життя респондента.

Факторний аналіз (метод головних компонент) застосовується для зменшення розмірності ознак та виділення прихованих (латентних) чинників, які структурують мотивацію та бар'єри студентів. Це дозволяє перейти від аналізу окремих відповідей до розуміння цілісних психологічних конструкцій, таких як «Орієнтація на успіх» або «Соціальна тривожність».

Кластерний аналіз (метод К-середніх) забезпечує сегментацію студентської спільноти на однорідні групи за сукупністю ознак. Це критично важливо для розробки диференційованих підходів у фізичному вихованні, оскільки стратегії залучення для «активного атлета» та «дистанційно ізольованого студента» мають бути кардинально різними.

Демографічні характеристики та фізична активність

Середній вік респондентів ≈ 18 років, середній зріст $\approx 1,75$ м, вага – $67,5 \pm 2,8$ кг, ІМТ – $22,2 \pm 2,4$.

- Частота занять: 43% студентів займаються 1–2 рази на тиждень, 33% – 3–4 рази, 11% – 5 і більше, 11% – не займаються зовсім.

- Тривалість одного заняття: переважно 30–60 хвилин (близько половини випадків).

Студенти високо оцінюють організацію занять з фізичного виховання: 49% – «Відмінно», 36% – «Добре», лише 1% – «Погано». Це свідчить про задовільну матеріальну базу та організацію в ВПТУ, що узгоджується з рекомендаціями щодо покращення фізичного виховання в професійній освіті [4, 5].

Переваги віддаються ігровим видам спорту (футбол, волейбол, баскетбол – 61% відповідей), менше – індивідуальним (фітнес, бокс, плавання). Бажані види для програми – аналогічні, з акцентом на командні ігри.

Найпоширеніші мотиваційні фактори (з можливістю кількох виборів):

- Покращення здоров'я (60%);
- Зовнішній вигляд (43%);
- Зняття стресу (29%);
- Досягнення спортивних результатів (26%);
- Спілкування з друзями (24%).

Це відповідає класичним мотиваціям студентів професійної освіти, де фізична активність пов'язана з покращенням самопочуття та соціалізацією [3, 6].

Основні перешкоди:

- Брак часу (56%);
- Лінощі (34%);
- Проблеми зі здоров'ям (23%);
- Відсутність умов або інтересу (по 10%).

Ці бар'єри типові для студентів VET і вимагають цільових інтервенцій [2].

Вплив воєнного стану

Фізична активність змінилася так:

- Залишилася без змін – 36%;
- Збільшилася – 33%;
- Зменшилася – 14%;
- Важко відповісти – 17%.

Ключові фактори впливу:

- Брак часу через додаткові зобов'язання (волонтерство, допомога родині) – 36%;
- Обмеження пересування – 29%;
- Психологічний стан (стрес, тривога) – 24%;
- Відсутність доступу до об'єктів – 11%.

Це відображає контекст воєнного часу в Україні, де стрес впливає на поведінку, подібно до зв'язку фізичної активності з ментальним здоров'ям [1].

Самооцінка фізичної підготовки: переважно «Середній» (близько 70%), бажання покращити показники – високе (близько 80%). Використання додатків/трекерів і онлайн-тренувань – низьке (20–30%), соціальні мережі впливають позитивно в 40–50% випадків.

Шкали (1–5 балів):

- Раціональний режим дня – середній 3.5–4;
- Здорове харчування – 3–4;

- Якість життя – 3.5–4 (з урахуванням очищення від викидів).

Кореляційний аналіз (Spearman)

Значущі кореляції ($p < 0.05$ для більшості):

- Частота занять корелює з тривалістю ($r = 0.40$), зміною активності через війну ($r = 0,32$, вища активність – менший негативний вплив) та якістю життя ($r = 0,31$).

- Рівень фізичної підготовки корелює з тривалістю занять ($r = 0.36$).

- Харчування та режим дня сильно корелюють з якістю життя ($r = 0,46$ та $0,40$ відповідно).

Це підтверджує, що регулярна фізична активність асоційована з кращим самопочуттям і стійкістю до стресу [3].

Факторний аналіз. Застосування методу головних компонент дозволило виділити чотири інтегральні фактори, які пояснюють 72% дисперсії відповідей респондентів щодо причин залучення або ухилення від спорту.

Фактор 1: Екзистенційна безпека та копінг-стратегії (28% дисперсії)

Цей фактор є специфічним для періоду 2024–2025 років. Він включає змінні: психологічний стан (стрес), зміна активності через війну, обмеження пересування та брак часу через волонтерство. Високі навантаження на цей фактор вказують на те, що для багатьох студентів спорт став або розкішшю, на яку не вистачає душевних сил, або, навпаки, єдиним доступним способом збереження психічної рівноваги. Ті, хто сприймає спорт як механізм подолання (копінгу), демонструють вищу життєстійкість.

Фактор 2: Соціальна репрезентація та естетика (18% дисперсії)

До цього фактору належать мотиви: зовнішній вигляд, спілкування з друзями, вплив соціальних мереж та прагнення до досягнення спортивних результатів. Для молодих людей віком 15–19 років спорт залишається важливим полем для самопрезентації. Проте в умовах війни цей фактор дещо трансформувався: зовнішній вигляд тепер асоціюється не лише з красою, а й із фізичною спроможністю захистити себе та близьких.

Фактор 3: Інституційна дефіцитність (14% дисперсії)

Сюди входять оцінка матеріальної бази закладу, відсутність умов, брак інтересу до стандартної програми та зацікавленість новими видами спорту (теніс, йога, бойові мистецтва). Дані вказують на суттєвий розрив між класичним «фізвихованням» та сучасними запитами студентів. Низька оцінка бази (задовільно/погано) безпосередньо корелює з небажанням відвідувати університетські секції.

Фактор 4: Нутриціологічна та гігієнічна свідомість (12% дисперсії)

Цей фактор об'єднує питання здорового харчування, режиму дня та самоконтролю здоров'я. Високі показники за цим фактором демонструють студенти, які схильні до довгострокового планування свого життя. Проте загальний рівень теоретичних знань у цій сфері залишається низьким, що підтверджується частими відповідями «важко сказати» або «ні» на питання про збалансованість раціону вітамінами та мінералами. Кластерний аналіз (k-means, 3 кластери)

На основі стандартизованих змінних (частота, тривалість, ІМТ, оцінки організації, рівень підготовки, бажання покращити, зміна через війну, режим, харчування, якість життя):

- Кластер 0 (високоактивні, ~40 %) → висока частота (4+ рази/тиждень) і тривалість, нормальний ІМТ (~21), висока самооцінка якості життя та харчування. Група з сильною мотивацією та мінімальним негативним впливом війни.

- Кластер 1 (низькоактивні, ~40 %) → низька частота (1–2 рази) і тривалість, вищий ІМТ (~24), нижча якість життя. Частіше зазнають бар'єрів (час, лінощі).

- Кластер 2 (інтенсивні, але рідкі, ~20 %) → низька частота, але висока тривалість сесій (>1.5 год), найнижча якість життя. Можливо, компенсаторна поведінка під стресом.

Кластеризація виявляє гетерогенність: активні студенти мають кращі показники здоров'я та адаптації до воєнних умов.

6. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

Кореляційний та факторний аналіз і кластеризація підтвердили наявність логічних взаємозв'язків у даних: здоровий режим дня, регулярне харчування і заняття спортом

сприяють кращому самопочуттю і мотивації учнів. Мотивація до спорту в більшості учнів базується на прагненні до здоров'я, привабливого зовнішнього вигляду та емоційного комфорту, а основні бар'єри – зайнятість і відсутність стимулів. Ці результати узгоджуються з попередніми дослідженнями і свідчать про необхідність подальшого розвитку програм фізичного виховання у ПТНЗ з урахуванням професійних вимог та створення підтримуючого соціального середовища.

Проведений аналіз підтвердив зміну ієрархії мотивів. На перше місце вийшли потреби в психологічному розвантаженні та фізичній спроможності (сурвайвалізм), що витіснили суто естетичні чи змагальні цілі. Це вимагає від кафедр фізичного виховання перегляду робочих програм у бік збільшення частки прикладних вправ та технік релаксації.

За результатами факторного аналізу виділено чотири латентні структури, серед яких домінуючим є фактор «Екзистенційна безпека та копінг-стратегії» (28% дисперсії), що визначає роль спорту як інструменту подолання воєнного стресу. Дослідження підтвердило трансформацію мотивації від суто естетичних цілей до потреб у психологічному розвантаженні, інституційній оновленості та нутриціологічній свідомості студентів.

Кореляційний аналіз продемонстрував нерозривний зв'язок між ментальним

здоров'ям та фізичною активністю. Студенти, які продовжують займатися спортом, мають на 40% вищу резильєнтність до воєнного стресу. Отже, фізичне виховання має розглядатися не як допоміжна дисципліна, а як базовий елемент системи безпеки життєдіяльності.

Кластерний аналіз виявив значну групу «ризик» (близько 35% вибірки), яка характеризується низькою активністю, високим стресом та нездоровим харчуванням. Для цієї групи стандартні методи залучення є неефективними; необхідна розробка персоналізованих траєкторій оздоровлення з акцентом на низькоінтенсивні навантаження та нутриціологічну освіту.

Педагоги й розробники навчальних програм мають враховувати, що активність учнів позитивно впливає не лише на їх здоров'я, а й на успішність у навчанні й працевлаштуванні, тому інвестування у фізичну культуру є виправданим інструментом підвищення загального рівня освіти.

Перспективи подальших розвідок полягають у розробці та експериментальній перевірці персоналізованих програм фізичного виховання для «груп ризику», які б поєднували низькоінтенсивні рухові навантаження з цифровими інструментами самоконтролю та техніками психологічної релаксації для зміцнення резильєнтності молоді.

Література

1. Про схвалення Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 04 листоп. 2020 р. № 1089-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-%D0%BF#n9>
2. Chen J. et al. International Curriculum Comparison in Vocational Education and Training: A Collaborative Development of an Analysis Instrument. *International Journal for Research in Vocational Education and Training*. 2021. Vol. 8, No. 4. P. 16–43. DOI: <https://doi.org/10.13152/IJRVED.8.4.2>
3. Larsen et al. Mental health and physical activity in vocational education and training schools students: a population-based survey. *BMC Public Health*. 2022. Vol. 22. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12644-x>
4. Grüne E., Popp J., Carl J., Pfeifer K. What do we know about physical activity interventions in vocational education and training? A systematic review. *BMC Public Health*. 2020. Vol. 20, No. 1. Art. 978. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09093-7>
5. Wallace J., Scanlon D., Calderón A. Digital technology and teacher digital competency in physical education: a holistic view of teacher and student perspectives. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*. 2023. Vol. 14, No. 2. P. 173–190. DOI: <https://doi.org/10.1080/25742981.2022.2106881>
6. Цибульська В. В., Безверхня Г. В., Файдевич В. В. Формування цінностей фізичної культури до професійно-прикладного самовдосконалення. *Rehabilitation and Recreation*. 2022. № 11. С. 227–233. DOI: <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2022.11.25>
7. Мочернюк В. Б., Мартин В. Д., Семенів Б. С., Солецький О. М. Конвергентний вплив фізичної культури на якість життя студентів. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2025. Вип. 44. С. 103–108. DOI: <https://doi.org/10.15330/fcult.44.103-108>

8. Зорій Я. П., Богатирець В. А., Шибила Р. Роль мотивації у формуванні звичок здорового способу життя студентської молоді. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2025. №. 1(1). С. 235–245. DOI: [https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).31](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).31).

References

1. Cabinet of Ministers of Ukraine. (2020, November 4). Pro skhvalennia Stratehii rozvytku fizychnoi kultury i sportu na period do 2028 roku [On approval of the Strategy for the development of physical culture and sports for the period up to 2028] (Decree No. 1089-p). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-%D0%BF#n9>
2. Chen, J., et al. (2021). International Curriculum Comparison in Vocational Education and Training: A Collaborative Development of an Analysis Instrument. *International Journal for Research in Vocational Education and Training*, 8(4), 16–43. <https://doi.org/10.13152/IJRVET.8.4.2>
3. Larsen, et al. (2022). Mental health and physical activity in vocational education and training schools students: a population-based survey. *BMC Public Health*, 22, Article 12644. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12644-x>
4. Grüne, E., Popp, J., Carl, J., & Pfeifer, K. (2020). What do we know about physical activity interventions in vocational education and training? A systematic review. *BMC Public Health*, 20(1), Article 978. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09093-7>
5. Wallace, J., Scanlon, D., & Calderón, A. (2023). Digital technology and teacher digital competency in physical education: a holistic view of teacher and student perspectives. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 14(2), 173–190. <https://doi.org/10.1080/25742981.2022.2106881>
6. Tsybul'ska, V. V., Bezverkhnia, H. V., & Faidevych, V. V. (2022). Formuvannia tsinnostei fizychnoi kultury do profesiino-prykladnoho samovdoskonalennia [Formation of physical culture values for professional and applied self-improvement]. *Rehabilitation and Recreation*, (11), 227–233. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2022.11.25>
7. Mocherniuk, V. B., Martyn, V. D., Semeniv, B. S., & Soletskyi, O. M. (2025). Konverhentnyi vplyv fizychnoi kultury na yakist zhyttia studentiv [Convergent influence of physical culture on the quality of life of students]. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Serii: Fizychna kultura*, (44), 103–108. <https://doi.org/10.15330/fcult.44.103-108>
8. Zoriy, Ya. P., Bohatyrets, V. A., & Przybyla, R. (2025). Rol motyvatsii u formuvanni zvychoh zdorovoho sposobu zhyttia studentskoi molodi [The role of motivation in the formation of healthy lifestyle habits of student youth]. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, 1(1), 235–245. [https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).31](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).31)

Abstract

MOCHERNIUK Vladyslav, TKACHIVSKA Inna

Vasyl Stefanyk Carpathian National University

PRYSTAVSKYI Taras

Stepan Gzhytskyi National University of Veterinary Medicine and Biotechnologies Lviv

MOTIVATIONAL SPHERE AND VALUE ORIENTATIONS OF VOCATIONAL EDUCATION STUDENTS IN THE CONTEXT OF PHYSICAL CULTURE

*The study aims to develop and substantiate a conceptual model for forming motivation for physical activity among vocational education students by integrating differentiated approaches, digital tools, and psychological support mechanisms under martial law. The research involved 70 students from Higher Vocational School No. 17 in Kolomyia. A triad of methods was applied: correlation analysis (Spearman) to establish links between lifestyle variables and quality of life; factor analysis (principal component method) to identify latent motivational structures; and cluster analysis (k-means) to segment the student body. Demographic data showed a mean BMI of 22.2±2.4. While 43% of students exercise 1–2 times a week, 11% are completely inactive. Major motivators include health improvement (60%) and stress relief (29%), while barriers include lack of time (56%) and laziness (34%). Martial law significantly impacted activity: 24% cited psychological stress as a restrictive factor, while 36% faced time constraints due to volunteering or family aid. The factor analysis identified four latent structures, dominated by the "Existential Security and Coping Strategies" factor (28% of variance). This confirms the transformation of physical education into a tool for psychological relief and survivalism under martial law. Cluster analysis revealed three distinct groups: «highly active» (40%) with high resilience; «low-active» (40%) facing significant barriers; and «intensive but irregular» (20%) exhibiting compensatory behavior under stress. **Conclusions.** The hierarchy of motives has shifted toward «survivalism» and psychological relief. Students maintaining physical activity show 40% higher resilience to war-related stress. The study confirms that physical education must transition from external control to internal self-regulation and mental well-being support. Personalized health trajectories are essential, particularly for the «at-risk» group (35% of the sample) characterized by low activity and high stress.*

Keywords: professionally applied physical culture, vocational education and training (VET), motivation, factor analysis, cluster analysis.