

МОТИВАЦІЙНІ ЧИННИКИ ВИБОРУ ДИСЦИПЛІНИ «ПРАКТИКУМ ЗІ СТРИБКІВ НА БАТУТІ» СЕРЕД ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ НУФВСУ

Ірина Колеснік, Юрій Салямін, Оксана Омел'янчик-Зюркалова

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Анотація. У статті розглядається проблема мотивації здобувачів вищої освіти до вибору дисципліни «Практикум зі стрибків на батуті». Актуальність теми обумовлена зниженням інтересу студентів до традиційних форм фізичного виховання у закладах вищої освіти та необхідністю впровадження сучасних, динамічних і привабливих видів рухової активності. *Метою* дослідження було виявлення мотиваційних чинників, що впливають на вибір студентами цього курсу, а також аналіз отриманих результатів із метою вдосконалення навчального процесу. *Методи.* Теоретичний аналіз літературних джерел, анкетування, методи математичної статистики.

Результати. У дослідженні взяли участь 60 студентів різних спеціальностей Національного університету фізичного виховання і спорту України, серед яких 75% – юнаки та 25% – дівчата. Вік студентів становить: 81,7% – 18–20 років, 18,3% – 21–23 роки. Основним методом було анкетування, яке дало змогу з'ясувати пріоритети, інтереси й очікування здобувачів. Найчастішим мотивом (48,3%) стало захоплення динамічним і цікавим форматом занять. 23,3% студентів відзначили бажання покращити фізичну форму, 15% – зацікавленість у новизні методик, 6,7% – емоційний зв'язок із дитинством. У процесі вивчення курсу учасники здобули практичні навички стрибків, самострахування, основи методики навчання, а також покращили координацію, гнучкість, витривалість і психоемоційний стан. Дисципліна також сприяла розвитку комунікації, впевненості в собі та самоорганізації. Результати анкетування підтверджують, що провідну роль у виборі дисципліни відіграють внутрішні мотиваційні чинники (інтерес, прагнення до особистісного розвитку, емоційна залученість), що вказує на сформовану позитивну ціннісну установку студентів щодо змісту курсу. Практикум зі стрибків на батуті не лише задовольняє природну потребу в русі, а й відповідає актуальним запитам студентської молоді на інноваційність, самореалізацію та психоемоційне розвантаження, що є надзвичайно важливим в умовах сучасної освітньої дійсності. Отримані результати підтверджують ефективність використання батутної підготовки як засобу не лише фізичного, а й мотиваційного та соціального впливу.

Ключові слова: батут, мотивація, студенти, чинники, фізичні якості.

Iryna Kolesnik, Yuri Salyamin, Oksana Omelyanchik-Zyurkalova

MOTIVATIONAL FACTORS FOR CHOOSING THE DISCIPLINE "TRAMPOLINE JUMPING PRACTICUM" AMONG HIGHER EDUCATION STUDENTS OF NUUPES

Abstract. The article examines the issue of motivation among higher education students in choosing the discipline "Trampoline Jumping Practicum". The relevance of the topic is driven by the decreasing interest of students in traditional forms of physical education in higher education institutions and the need to introduce modern, dynamic, and attractive types of motor activity. The aim of the study was to identify the motivational factors that influence students' choice of this course and to analyze the obtained results in order to improve the educational process.

Methods. Theoretical analysis of literary sources, questionnaire survey, and methods of mathematical statistics were used.

Results. The study involved 60 students of various majors from the National University of Physical Education and Sport of Ukraine (NUUPES), including 75% male and 25% female participants. The age of the students was 81.7% (18–20 years) and 18.3% (21–23 years). The main method was a questionnaire, which made it possible to clarify the students' priorities, interests, and expectations. The most common motive (48.3%) was the appeal of a dynamic and engaging lesson format. 23.3% of students expressed a desire to improve their physical fitness, 15% were interested in the novelty of the methods, and 6.7% reported an emotional connection with childhood experiences. During the course, participants acquired practical skills in jumping, self-spotting, and basic teaching methodology, as well as improved coordination, flexibility, endurance, and psycho-emotional state. The discipline also contributed to the development of communication, self-confidence, and self-organization. The survey results confirm that internal motivational factors (interest, desire for personal development, emotional involvement) play a leading role in the choice of discipline, which indicates the students' positive attitude towards the course content. The trampoline jumping workshop not only satisfies the natural need for movement, but also meets the current demands of students for innovation, self-realisation and psycho-emotional relief, which is extremely important in the context of modern educational reality. The obtained results confirm the effectiveness of trampoline training not only as a means of physical improvement, but also as a motivational and social influence tool.

Keywords: Trampoline, motivation, students, factors, physical qualities.

Колеснік І., Салямін Ю., Омел'янчик-Зюркалова О. Мотиваційні чинники вибору дисципліни «Практикум зі стрибків на батуті» серед здобувачів вищої освіти НУФВСУ. *Sport Science Spectrum*. 2025; 3: 34–38

DOI: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-3-5>

Kolesnik I., Salyamin Y., Omelyanchik-Zyurkalova O. Motivational factors for choosing the discipline "Trampoline jumping practicum" among higher education students of NUUPES. *Sport Science Spectrum*. 2025; 3: 34–38

DOI: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-3-5>

Вступ. Дисципліна «Практикум зі стрибків на батуті» є засобом вдосконалення спортивної підготовки студентів, що навчаються за спеціальністю 017 (А7) «Фізична культура і спорт». Вивчення цієї дисципліни сприяє розвитку координаційних здібностей, як-от відчуття сили, часу, простору, темпу та ритму рухів. Програма дисципліни базується на сучасному підході до формування основних фізичних якостей, зокрема їх класифікації, специфіки розвитку, а також доборі засобів як для цілеспрямованого, так і для комплексного впливу на фізичну підготовленість майбутніх батутистів. Значна увага приділяється виконанню підготовчих та підвідних вправ, які допомагають оволодіти основні положення тіла на батуті, формуванню базових рухових навичок і спеціальних фізичних умінь. Опанування різних видів стрибків є важливою складовою процесу навчання [3; 8]. Оскільки в системі фізичного виховання у ЗВО спостерігається зниження рівня мотивації студентів до занять, ослаблення їх фізичної підготовки та погіршення стану здоров'я, виникає потреба у впровадженні науково-обґрунтованих підходів з урахуванням інтересів студентів, принципів індивідуалізації та диференціації освітнього процесу [5; 10; 13].

Таким чином, для формування мотивації до занять фізичним вихованням необхідно шукати дієві стимули, пов'язані з внутрішніми, соціальними, ідеальними потребами молоді, якими є самоствердження, самовдосконалення, саморозвиток, самооцінка, цілепокладання, прагнення до отримання позитивних емоцій [1; 2; 6].

Мета дослідження – виявити та проаналізувати мотиваційні чинники, які впливають на вибір студентами дисципліни «Практикум зі стрибків на батуті», а також визначити, які чинники є визначальними у прийнятті рішення щодо відвідування цього курсу.

Методи – теоретичний аналіз літературних джерел, анкетування, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. У дослідженні взяли участь здобувачі вищої освіти 1–4-го курсів у кількості 60 осіб (45 юнаків – 75% та 15 дівчат – 25%)

Національного університету фізичного виховання і спорту України за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт: спортивні ігри, футбол, фітнес та рекреація, фізичне виховання в освітніх і виробничих сферах». Вік студентів становить: 81,7% – 18–20 років, 18,3% – 21–23 роки. Був використаний метод анкетування. Анкета була анонімною і складалася з 20 питань, що стосувалися мотивів, інтересів, ціннісних пріоритетів юнаків і дівчат групи. Було з'ясовано, що 71,7% респондентів не мали досвіду занять гімнастикою чи стрибками на батуті, 28,3% зазначили, що в дитинстві займалися гімнастикою, а також відвідували батутні центри. За результатами анкетування здобувачів вищої освіти, які вибрали дисципліну «Практикум зі стрибків на батуті», вдалося виокремити низку ключових мотиваційних чинників (рис. 1).

Як свідчать дані, зазначені на рис. 1, найбільш поширеною мотивацією стала привабливість виду фізичної активності, яку вибрали 48,3% респондентів. Це вказує на високий рівень інтересу студентів до нестандартних, динамічних та емоційно насичених занять, які відрізняються від традиційних форм фізичної активності. 23,3% студентів відзначають, що головним мотивом для них стала можливість розвитку фізичних якостей, як-от координація, гнучкість, силова витривалість тощо. Це вказує на свідоме ставлення студентів до власного фізичного розвитку та розуміння значущості рухової активності для збереження і зміцнення здоров'я. Слід зазначити, що 15% студентів привабив незвичний формат занять. Така відповідь демонструє, що сучасні здобувачі освіти відкриті до нових форм навчання і прагнуть урізноманітнення академічного середовища. Інноваційність дисципліни, застосування нових методик і форматів занять (візуалізація, відеоаналіз, креативні підходи) є додатковим мотиваційним чинником. Відзначимо, що 5% студентів вибрали дисципліну за порадою викладачів або одногрупників, що вказує на роль соціального впливу й авторитету у формуванні освітніх рішень. Така мотивація може бути ознакою довіри до досвіду інших і демонструє значення рекомендацій

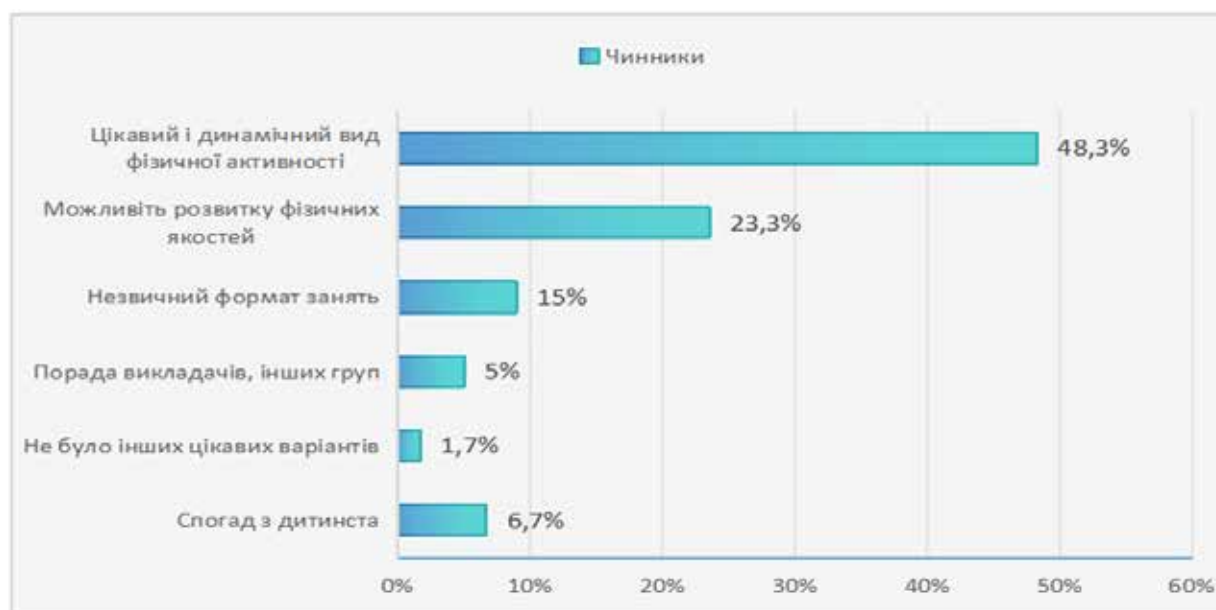


Рисунок 1 – Мотиваційні чинники вибору дисципліни «Практикум зі стрибків на батуті»

у студентському середовищі. 6,7 % опитаних обрали курс, керуючись особистими спогадами з дитинства. Це свідчить про емоційно забарвлену мотивацію, що пов'язана з позитивним досвідом у минулому, наприклад із заняттями на батуті в дитячих секціях чи під час відпочинку.

Найменше респондентів (1,7 %) вказують, що вибрали дисципліну через відсутність інших цікавих варіантів. Це акцентує увагу на низькому рівні зовнішньо обумовленої або вимушеної мотивації, що, зі свого боку, позитивно характеризує сам курс як такий, що справді викликає інтерес у студентів.

Результати проведеного дослідження відображають основні мотиваційні чинники, що впливають на вибір студентами дисципліни. Анкетування, здійснене в межах дослідження, дало змогу визначити значущість цих чинників, оцінену за п'ятибальною шкалою (де 1 – зовсім не важливо, а 5 – дуже важливо), результати представлені у відсотковому співвідношенні.

За результатами, як зазначено в таблиці 1, «поліпшення фізичної форми» найвищий відсоток респондентів (56,7%) відзначили цей чинник як надзвичайно важливий (рівень 5), що є свідченням усвідомлення студентами користі гімнастичних вправ для фізичного здоров'я. Лише 6,7% вибрали найнижчий рівень, що вказує на загальний пріоритет підтримки фізичної форми.

Чинник «Зниження рівня стресу та покращення настрою» був відзначений як важливий: 45% респондентів оцінили його в 4, а 31,7% – у 5 балів, що, на наш погляд, є проявом важливості психоемоційного комфорту в мотиваційній структурі студентів. Такий результат узгоджується із сучасними дослідженнями щодо впливу фізичної активності на зменшення тривожності та покращення психоемоційного стану [9; 10].

Щодо чинника «Отримання нових емоцій, задоволення від руху», то переважна більшість студентів (63,3%) надали йому найвищу оцінку. Це демонструє, що емоційна насолода від рухової активності – формування й удосконалення вмінь керування власним тілом у просторі, що сприяють узгодженості та точності рухів, є одним із ключових мотивів залучення до занять.

Стосовно «Соціальної взаємодії» – 63,4% студентів оцінили цей чинник на рівні 5 балів, що підтверджує важливість групової динаміки, комунікації та командного духу.

Фактично гімнастика тут виступає не лише як фізична, а і як соціальна активність.

Чинник «Підвищення самооцінки, подолання страхів» 48,4% респондентів оцінили в 5 балів. Це доводить, що заняття зі стрибків на батуті розглядаються студентами як спосіб самоствердження, розвитку впевненості у власних силах.

Щодо мотиваційного чинника «Відсутність надмірних фізичних навантажень», то найбільша кількість респондентів (48,3%) відзначили середній рівень (3 бали), що може вказувати на важливість поміркованості навантаження для багатьох студентів. Тільки 28,4% вважають цей чинник визначальним, отже, не надмірне, але ефективне фізичне навантаження є переважно позитивним фактором.

Слід зазначити, що чинник «Використання інноваційних технологій» 36,7% респондентів оцінили на рівні 5 балів, що свідчить про високу зацікавленість студентів у використанні цифрових технологій. Застосування відеозаписів, онлайн-платформ, візуалізацій значно підвищує мотиваційний фон, особливо серед візуально-орієнтованих здобувачів освіти.

Чиннику «Використання в майбутній професії» 36,7% випробуваних надали найвищу оцінку, що підкреслює прагматичне ставлення студентів до навчального процесу. Тобто вибір дисципліни часто обумовлений її практичною значущістю у професійній діяльності.

За результатами дослідження також були отримані такі результати: на запитання «Які знання вміння і навички Ви здобули під час курсу «Практикум зі стрибків на батуті»?» респондентами було виділено: оволодіння технікою стрибків (базові та складні елементи); формування навичок самострахування й допомоги; здобуття теоретичних знань про фізіологічні та методичні основи батутної підготовки; розвиток професійних компетентностей; поліпшення координації рухів, рівноваги, гнучкості; збільшення витривалості, сили, швидкісно-силових якостей; покращення загальної фізичної форми; отримання задоволення від виконання вправ; подолання страху висоти або невдачі; розвиток впевненості в собі; комунікація та командна взаємодія; розвиток взаємоповаги та взаємопідтримки; диференційований підхід викладача.

Дискусія. Стрибки на батуті – це складнокоординаційний вид спорту, який має широку популярність у світі

Таблиця 1 – Середні показники найбільш значущих мотиваційних чинників здобувачів вищої освіти

Мотиваційні чинники	%				
	1	2	3	4	5
Поліпшення фізичної форми	6,7	0	18,3	18,3	56,7
Зниження рівня стресу та тривожності, покращення настрою	0	5	18,3	45	31,7
Отримання нових емоцій, задоволення від руху	5	5	5	21,7	63,3
Соціальна взаємодія (комунікація з групою)	8,3	5	0	14	63,4
Підвищення самооцінки, подолання страхів	5	13,3	5	28,3	48,4
Відсутність надмірних фізичних навантажень	0	5	48,3	18,3	28,4
Використання інноваційних методів (відеоролики, фото, онлайн-платформи)	5	16,7	23,3	18,3	36,7
Можливість застосовувати в майбутній професії	5	18,3	23,3	16,7	36,7

та входити до програми Олімпійських ігор [9; 14; 15]. Він може бути як самостійним видом спорту, так і допоміжним засобом для підготовки спортсменів у різних видах спорту. Як зазначають дослідники, мотивація до спортивних занять – це комплекс мотивів особистості, орієнтованих на отримання і збереження оптимального рівня фізичної підготовки [4; 10].

Також деякі дослідження зазначають, що батутна підготовка дівчат у гімнастиці спортивній є складовою частиною технічної підготовки в тренувальному процесі. Також батут можна використовувати для відпрацювання навичок у багатьох видах гімнастичного багатоборства, оскільки гімнастки повинні мати розвинене почуття рівноваги, виконувати складні елементи, і все це за дуже короткий час [9; 11; 12].

Стрибки на батуті включають акробатичні елементи, що потребують сили, гнучкості, спритності, координації та витривалості. Також науковці у сфері спорту зазначають, що через складність динамічних та акробатичних вправ існує ризик травмування [16; 17; 18]. Низка досліджень стосуються біомеханіки руху та нейром'язової активності під час виконання стрибків на батуті. Усі ці напрями досліджень актуальні й формують науково обґрунтовану базу для технічної оптимізації стрибків на батуті, допомагають підвищити ефективність тренувань і знизити травматизм, що є актуальними для кінезіології, спортивної науки, реабілітації та навчального процесу у фізичному вихованні [19; 20; 21].

Висновки. Аналіз низки досліджень свідчить про те, що стрибки на батуті – не лише енергійне фізичне навантаження, але й потужний мотиваційний інструмент,

який об'єднує емоційне задоволення, групову взаємодію, швидкі результати і психологічну підтримку. Як показують дослідження, цей формат сприяє стійкому залученню студентів до активності, що особливо важливо в освітньому процесі.

Результати опитування засвідчують багатокомпонентну структуру мотивації: поєднання фізичного, емоційного, соціального та професійного інтересу. Найвищу оцінку отримали чинники, пов'язані з отриманням позитивних емоцій, покращенням фізичного стану, комунікацією в групі та підвищенням самооцінки. Це вказує на актуальність використання особистісно-орієнтованого підходу, а також інноваційних методів навчання, які відповідають потребам сучасних студентів.

Таким чином, результати цього дослідження є доказом, що основними мотиваційними чинниками є внутрішні (інтерес, прагнення до розвитку, емоційний резонанс), що свідчить про позитивну ціннісну орієнтацію студентів щодо дисципліни. Практикум зі стрибків на батуті не лише задовольняє потребу в русі, а й відповідає запитам студентів на новизну, самовираження та зниження рівня стресу, що є особливо актуальним у контексті сучасного освітнього середовища.

Перспективи подальших досліджень потребують глибокого вивчення. У подальшому планується оцінити вплив рівня мотивації на результати фізичної підготовленості студентів під час вивчення дисципліни, що дасть змогу краще зрозуміти взаємозв'язок між зацікавленістю й успішністю.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність будь-якого конфлікту інтересів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Безверхня Г. В., Маєвський М. І. Мотивація до занять фізичним вихованням студенток педагогічних спеціальностей. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2015. № 2. С. 28–33.
2. Бондарчук Н., Черно В. Застосування психолого-мотиваційного критерію при реалізації диференційованого підходу до фізичного виховання студентів. *Фізичне виховання різних груп населення*. 2014. № 1. С. 17–22.
3. Горжий В. М., Салямін Ю. М., Шуйська Т. В., Веклюк Р. І. Стрибки на батуті: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ : УФГ, 2020. 148 с.
4. Дейнеко А. Ефективність застосування ігрових методів для розвитку швидко-силових здібностей спортсменів, що стрибають на батутах на початковому етапі навчання. *Слобожанський вісник науки і спорту*. 2017. Т. 3 (59). С. 8–10.
5. Ірина Колеснік, Іван Терещенко, Тамара Левчук. Формування мотивації до занять з фізичного виховання студентів закладів вищої освіти засобами гімнастики. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2022. № 1. С. 57–61.
6. Ільченко С., Осадченко Т. Мотиваційні фактори навчання студентів під час занять фізичної культурою. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*. 2020. № 2. С. 59–67.
7. Коханська Софія, Лопатенко Георгій. Вплив компонентів оцінки на загальний результат спортсменів на всесвітніх змаганнях серед вікових груп зі стрибків на батуті. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2022. № 1 (7). С. 46–56.
8. Обов'язкова кваліфікаційна програма. Навчальна програма для ДЮСШ. Львів : ЛДУФК, 2018. 140 с.
9. Оксана Омель'янич-Зюркалова, Юрій Салямін, Юлія Любанчич, Дейв Кондріс. Батутна підготовка як складова частина тренувального процесу гімнасток. *Sport science spectrum*. 2024. № 1. С. 30–33.
10. Марченко Олександр, Білюк Сергій, Стадніков Геннадій. Теоретичний огляд мотиваційних аспектів занять спортом у студентів ЗВО. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 13. С. 58–62.
11. Пимоненко М. М., Гамалій В. В. Біомеханічна та кінематична модель сальто назад зігнувшись у стрибках на батуті. *Фізичне виховання та спорт*. 2023. № 4. С. 56–65.
12. Пимоненко М. М., Шевчук О. М. Дослідження методом кваліметрії стану тренувального процесу зі стрибків на батуті в Україні у спортсменів на етапі базової спортивної підготовки. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2022. № 4 (149). С. 82–86.
13. Цибульська В., Осадченко Т. Проблеми підвищення мотивації студентів до занять фізичною культурою. Інноваційні підходи до формування професійних компетентностей фахівців з фізичної культури, спорту і фізичної терапії та ерготерапії. 2018. С. 223–225.
14. Gwendolijn Boonekamp, John Dierx, Erik Jansen. Motivating students for physical activity: What can we learn from student perspectives? 2020. Vol. 1. P. 512–528.
15. Heinen T., Koschnick J., Schmidt-Maa D., Vinken P.M. Gymnast utilize visual and auditory information for behavioral synchronization in trampolining. *Biology of Sport*. 2014. Vol. 31 (3). P. 2023–2026.
16. İlker KIRIŞCI, Ufuk ALPKAYA. Identifying the Cases of Injury Among the Competitive Trampoline Athletes. *Eurasian Research in Sport Science. Avrasya Spor Bilimleri Araştırmaları*. 2019. Vol. 4. Issue 2.
17. Mariko Kanaya, Takahiro Sato, Cathy McKay, Saori I. Braun, Hideki Takagi. An International Perspective on Strategies to Increase College Students' Empathy in Gymnastics Courses, Strategies. 2023. Vol. 36 (2). P. 3–9.
18. Matsushima M. Relation Between Downward and Upward Phases on the Trampoline Bed During Jumping. *Sci. Gymnast. J*. 2023. Vol. 15. P. 367–374.

19. Matsushima M. Take-off in trampoline in relation to the sinking distance and rising time of the trampoline bed. *Research Journal of Sports Performance*. 2021. Vol. 13. P. 382–391.
20. Matsushima M. Difference between muscle activities during jumping motion in descent and ascent phases on a trampoline. *Science of Gymnastics Journal*. 2024. Vol. 16 (1). P. 5–13.
21. Pezdirc M., Pušnik I., Pajek M., Cuk I., Šibanc K. The Asymmetries in Straight Jumps on the Trampoline Under Different Sensory Conditions. *Symmetry*. 2024. Vol. 16. 1472.

REFERENCES

1. Bezverxnia, G.V., & Maievskiy, M.I. (2015). Motyvatsiia do zaniat fizychnym vykhovanniam studentok pedahohichnykh spetsialnostei [Motivation to engage in physical education among female students of pedagogical specialties]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk – Slobozhansky Scientific and Sports Bulletin*, 2, 28–33 [in Ukrainian].
2. Bondarchuk, N., & Chernov, V. (2014). Zastosuvannia psykholoho-motyvatsiinoho kryteriiu pry realizatsii dyferentsiiovanoho pidkhodu do fizychnoho vykhovannia studentiv [Application of psychological and motivational criteria in the implementation of a differentiated approach to physical education of students]. *Fizychno vykhovannia riznykh hrup naseleння – Physical education for different population groups*, 17–22 [in Ukrainian].
3. Horzhyi, V.M., Saliamin, Yu.M., Shuiska, T.V., & Vekliuk, R.I. (2020). Strybky na batuti: navchalna prohrama dlia dytiacho-yunatskykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytiacho-yunatskykh shkil olimpiiskoho rezervu, shkil vyshchoi sportyvnoi maisternosti ta spetsializovanykh navchalnykh zakladiv sportyvnoho profilu [Trampolining: a curriculum for children's and youth sports schools, specialised children's and youth Olympic reserve schools, schools of higher sportsmanship and specialised sports educational institutions]. Kyiv: UFG [in Ukrainian].
4. Deineko, A. (2017). Efektyvnist zastosuvannia i hrovykh metodiv dlia rozvytku shvydkisno-sylovykh zdibnostei sportsmeniv, shcho strybaiut na batutakh na pochatkovomu etapi navchannia [Efficiency of application of game methods for the development of high-speed and power abilities of sportsmen jumping on trampolines at the initial stage of training]. *Slobozhanskyi visnyk nauky i sportu – Slobozhansky Herald of Science and Sports*, 3 (59), 8–10 [in Ukrainian].
5. Iryna Kolesnik, Ivan Tereshchenko, & Tamara Levchuk (2022). Formuvannia motyvatsii do zaniat z fizychnoho vykhovannia studentiv zakladiv vyshchoi osvity zasobamy himnastyky [Formation of motivation for physical education classes for students of higher education institutions by means of gymnastics]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu – Theory and methodology of physical education and sport*, 1, 57–61 [in Ukrainian].
6. Ilchenko, S., Osadchenko, T. (2020). Motyvatsiini faktory navchannia studentiv pid chas zaniat fizychnoi kulturoiu [Motivational factors of student learning during physical education classes]. *Zbirnyk naukovykh prats Umanskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu – Collection of scientific works of Uman State Pedagogical University*, 2, 59–67 [in Ukrainian].
7. Kokxanska, Sofiia, Lopatenko, Georgii (2022). Vplyv komponentiv otsinky na zahalnyi rezultat sportsmeniv na vsesvitnikh zmahanniakh sered vikovykh hrup zi strybkiv na batuti [The influence of assessment components on the overall performance of athletes at world age-group trampoline competitions]. *Sportyvna nauka ta zdorovia liudyny – Sports science and human health*, 1 (7), 46–56 [in Ukrainian].
8. Obovyazkova kvalifikaciina programa [Mandatory qualification programme]. (2018). Navchalna prohrama dlia DluSSH. Lviv: LDUFK [in Ukrainian].
9. Oksana Omelanchuk-Ziurkalova, Yurii Saliamin, Yuliia Lyubanchych, & Deiv Kondris (2024). Batutna pidhotovka yak skladova chastyna trenuvального protsesu himnastok [Trampoline training as an integral part of the training process for gymnasts]. *Sport science spectrum*, 1, 30–33 [in Ukrainian].
10. Marchenko, Oleksandr., Biliuk, Sergii, & Stadnikov, Gennadii. (2021). Teoretychnyi ohliad motyvatsiinykh aspektiv zaniat sportom u studentiv ZVO. [Theoretical review of motivational aspects of sports among students of higher education institutions]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia». Serii «Psykhoholohiia»*, 13, 58–62 [in Ukrainian].
11. Pymonenko, M., & Gamalii, V. (2023). Biomekhanichna ta kinematychna model salto nazad zihnuvshys u strybkakh na batuti [Biomechanical and kinematic model of the bent-over backflip in trampoline jumping]. *Fizychno vykhovannia ta sport – Physical education and sport*, 4, 56–65 [in Ukrainian].
12. Pimonenko, M. & Shevchuk, O. (2022). Doslidzhennia metodom kvalimetrii stanu trenuvального protsesu zi strybkiv na batuti v Ukraini u sportsmeniv na etapi bazovoi sportyvnoi pidhotovky [The study by the method of qualimetry of the state of the training process in trampoline jumping in Ukraine in athletes at the stage of basic sports training]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova – Scientific journal of the M.P. Dragomanov National Pedagogical University*, 4 (149), 82–86 [in Ukrainian].
13. Tsybul'ska, V. & Osadchenko, T. (2018). Problemy pidvyshchennia motyvatsii studentiv do zaniat fizychnoiu kulturoiu. [Problems of increasing students' motivation for physical education]. *Innovatsiini pidkhody do formuvannia profesiinykh kompetentnostei fakhivtsiv z fizychnoi kultury, sportu i fizychnoi terapii ta erhoterapii*, 223–225 [in Ukrainian].
14. Gwendolijn Boonekamp, John Dierx, & Erik Jansen (2020). Motivating students for physical activity: What can we learn from student perspectives? *1*, 512–528 [in English].
15. Heinen, T., Koschnick, J., Schmidt-Maa, D. & Vinken, P. (2014). Gymnast utilize visual and auditory information for behavioral synchronization in trampolining. *Biology of Sport*, 31 (3), 2023–2026 [in English].
16. İlker KIRIŞCI & Ufuk ALPKAYA (2019). Identifying the Cases of Injury Among the Competitive Trampoline Athletes. *Eurasian Research in Sport Science. Avrasya Spor Bilimleri Araştırmaları*, 4, 2 [in Turkish].
17. Mariko Kanaya, Takahiro Sato, Cathy McKay, & Saori I. Braun, Hideki Takagi (2023). An International Perspective on Strategies to Increase College Students' Empathy in Gymnastics Courses, *Strategies*, 36 (2), 3–9 [in English].
18. Matsushima, M. (2023). Relation Between Downward and Upward Phases on the Trampoline Bed During Jumping. *Sci. Gymnast. J*, 15, 367–374 [in English].
19. Matsushima, M. (2021). Take-off in trampoline in relation to the sinking distance and rising time of the trampoline bed. *Research Journal of Sports Performance*, 13, 382–391 [in English].
20. Matsushima, M. (2024). Difference between muscle activities during jumping motion in descent and ascent phases on a trampoline. *Science of Gymnastics Journal*, 16 (1), 5–13 [in English].
21. Pezdirc, M., Pušnik, I., Pajek, M., Cuk, I., & Šibanc, K. (2024). The Asymmetries in Straight Jumps on the Trampoline Under Different Sensory Conditions. *Symmetry*, 16, 1472 [in English].

Дата надходження статті: 04.07.2025

Дата прийняття статті: 28.08.2025

Опубліковано: 30.09.2025