

- <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/297a33c8-a1f3-11e9-9d01-01aa75ed71a1>.
- Raven, J. (2022). *Competence in Modern Society: Its Identification, Development and Release*. Edinburgh: Competency Motivation Learning Ltd. 342 p. (reprint of the original 1984 edition).
- UNESCO, 2013 – UNESCO. (2013). *Intercultural Competence: Conceptual and Operational Framework*. Paris: UNESCO Publishing. 56 p. URL: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000219768>.
- WHO, 2018 – World Health Organization. (2018). *Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World*. Geneva: World Health Organization. 104 p. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>.
- WHO, 2020 – World Health Organization. (2020). *Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*. Geneva: World Health Organization. 104 p. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>.

MEDVEDOVSKA Tetiana

Ph.D in Pedagogy, Associate Professor,
Director of the Interdisciplinary Educational and Scientific Institute of Continuous Full-time and Distance Education,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

PAVLENKO Liudmyla

Ph.D in Philology, Associate Professor, Head of the Department of Foreign Languages,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

VILYANSKIY Volodymyr

Honored Coach of Ukraine, Associate Professor, Head of the Department of Physical Education and Sports,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

STAVENKO Vitalii

Lecturer at the Department of Physical Education and Sports,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

PASHCHENKO Oleksandr

Ph.D in Engineering, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Oil and Gas Engineering and Drilling,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

**INTEGRATING MULTICULTURAL COMMUNICATION AND PHYSICAL ACTIVITY
TO DEVELOP KEY COMPETENCIES IN HIGHER EDUCATION STUDENTS**

Summary. The article explores the role of multicultural communication and physical activity as interrelated factors in developing key competencies among university students.

The aim is to theoretically substantiate and empirically verify the integrated impact of these factors on social, communicative, and health-preserving competencies.

The experiment involved 186 first- and second-year students, divided into experimental and control groups. The experimental group participated in a six-month integrated program combining multicultural communication trainings with sports and recreational activities featuring an intercultural component ("Sport without Borders", ethno-sports festivals).

Results showed a statistically significant increase in the experimental group in high-level competencies: social by 18.1 percentage points, communicative by 19.2, and

health-preserving by 18.1, compared to 2–3 pp in the control group. The synergistic effect is confirmed: physical activity reduces cultural barriers through non-verbal communication, while the multicultural environment promotes healthy lifestyle motivation.

Practical recommendations for implementation in higher education institutions are provided.

Keywords: key competencies; multicultural communication; physical activity; multicultural competence; health-preserving competence; higher education; integrated approach; pedagogical experiment; soft skills.

Одержано редакцією 17.07.2026
Прийнято до публікації 02.08.2026

 <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2026-3-141-147>

 <https://orcid.org/0000-0001-5911-6946>

КАНДИБА Павло

старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я людини,
Черкаський державний технологічний університет

 kandiba64@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-4987-5196>

МАТУСЕВИЧ Андрій

старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я людини,
Черкаський державний технологічний університет

 andrii_matushevych@i.ua

УДК 378.015.31:796(.011.3045)

**ЗМІСТОВО-ОРІЄНТАЦІЙНА МОБІЛЬНІСТЬ ЯК ЧИННИК ДОВІЛЬНОГО УПРАВЛІННЯ
ПОВЕДІНКОЮ ТА РУХОВОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Проаналізовано теоретичні підходи до розуміння довільного управління поведінкою та руховою діяльністю людини у психолого-педагогічній літературі.

Встановлено взаємозв'язок між довільністю, волевою регуляцією та особистісною мобіль-

ністю як здатністю свідомо орієнтуватися в ситуації, оцінювати її умови й власні можливості та своєчасно приймати оптимальні рішення щодо способу дії.

Визначено зміст і функціональне значення змістово-орієнтаційної мобільності як складової

особистісної мобільності та важливої передумови довільного управління поведінкою і руховою діяльністю студентської молоді. Виокремлено основні внутрішні та зовнішні чинники, що зумовлюють її прояв: мотивацію, практичний досвід, фізичну й теоретичну підготовленість, упевненість у власних силах, особистісні якості, емоційний стан, складність завдання, умови діяльності, часові обмеження та поведінку інших учасників.

Вмотивовано значення інтелектуальної активності у процесі аналізу ситуації, оцінювання можливостей, вибору способу дії та формування внутрішньої програми її реалізації. Узагальнено структуру змістово-орієнтаційної мобільності як послідовність взаємопов'язаних процесів: усвідомлення мети, оцінювання ситуації та власних можливостей, аналіз можливих способів дії, прийняття оптимального рішення, формування програми дії, її реалізація, самоконтроль, самооцінка та самокорекція.

Підсумовано, що змістово-орієнтаційна мобільність є важливим функціональним компонентом особистісної мобільності, який забезпечує свідомий вибір способу поведінки та ефективне довільне управління руховою діяльністю студентської молоді.

Ключові слова: особистісна мобільність; змістово-орієнтаційна мобільність; довільне управління; довільна регуляція; волюва регуляція; рухова діяльність; студентська молодь.

Постановка проблеми. В умовах сучасного суспільства особливого значення для студентської молоді набуває здатність оперативно орієнтуватися в динамічних життєвих та навчально-фізкультурних ситуаціях, своєчасно оцінювати обставини та приймати адекватні рішення щодо способів власної поведінки і діяльності. Здатність студентів свідомо й цілеспрямовано управляти власною поведінкою та руховими діями пов'язана з такими психологічними поняттями, як «довільне управління», «довільна регуляція» та «волюва регуляція». Довільність характеризує навмисний і свідомий характер поведінкових та рухових дій, які здійснюються відповідно до поставленої людиною мети, що набуває особливої актуальності в процесі навчальної та фізкультурно-спортивної діяльності студентської молоді. Основою довільної діяльності є свідомість, мислення, усвідомлення мотиву та мети майбутньої діяльності, розуміння її значущості й доступності, а також оцінювання зовнішніх труднощів і власних можливостей. Сукупність зазначених чинників визначає здатність людини самостійно та своєчасно обирати оптимальний спосіб дії, формувати внутрішню програму її реалізації, контролювати процес виконання, здійснювати самооцінку та, за необхідності, вносити відповідні корективи.

Таким чином, зазначені процеси можна розглядати як прояв загальної готовності

особистості до діяльності, зокрема як здатність до довільного управління власною поведінкою та руховими діями. У цьому контексті вони безпосередньо пов'язані з поняттям «особистісна мобільність». Механізм управління рухами та діяльністю найбільш системно представлений у концепції функціональних систем П. Анохіна, відповідно до якої цілеспрямована діяльність передбачає інтеграцію інформації про ситуацію, формування програми дії, прогнозування її результату та подальше оцінювання відповідності отриманого результату і його подальшої корекції (Kurismaa, 2023). Як зазначає автор, основні положення цієї концепції можуть бути застосовані і для пояснення механізмів довільного управління поведінкою та діяльністю людини.

Огляд результатів, дотичних до теми статті. Аналіз психолого-педагогічних джерел свідчить, що дослідження зазначеної проблематики ускладнюється відсутністю однозначності у використанні термінології. Різні автори нерідко застосовують різні поняття для характеристики близьких за змістом психологічних процесів. Уведення поняття «особистісна мобільність» дає змогу акцентувати увагу передусім на психологічному компоненті довільного управління, основу якого становлять свідомість, мислення, оцінювання ситуації та власних можливостей. Спираючись на результати аналізу наукових підходів, особистісну мобільність доцільно визначати як здатність людини на основі усвідомлення мети, аналізу умов діяльності та оцінювання ймовірності досягнення бажаного результату своєчасно приймати оптимальні рішення щодо способу дії. Вона передбачає формування внутрішньої програми діяльності, свідому мобілізацію індивідуально-психологічних ресурсів для досягнення поставленої мети, коригування власних дій відповідно до конкретної ситуації, взаємодію з іншими суб'єктами діяльності, а також здійснення самооцінки, самокорекції та аналізу отриманих результатів (Артюшенко, 2011).

Отже, ефективність рухової діяльності та результативність довірливих рухових дій значною мірою визначаються рівнем особистісної мобільності. Остання, у свою чергу, може бути розглянута відповідно до положень теорії функціональних систем як складне системне утворення, що забезпечує цілеспрямовану діяльність людини. Актуальність подальшого дослідження цієї проблеми зумовлена необхідністю поглиблення теоретичних і методичних уявлень про формування особистісної мобільності та розвиток здатності людини до активної, свідомої й результативної діяльності. Особливої уваги потребують уточнення змістової

сутності поняття «особистісна мобільність», визначення її функціональної структури та характеристика окремих складових. За результатами теоретичного аналізу функціональної структури особистісної мобільності доцільно виокремити три взаємопов'язані складові: мотиваційну, змістово-орієнтаційну та операційну мобільність.

У межах цієї статті основну увагу зосереджено на змістово-орієнтаційній мобільності як одній із ключових складових особистісної мобільності та важливій передумові довільного управління поведінкою і руховою діяльністю студентської молоді.

Мета дослідження полягає у теоретичному аналізі сутності поняття «змістово-орієнтаційна мобільність» та визначенні основних чинників, що зумовляють особливості її прояву в процесі довільного управління поведінкою та руховою діяльністю студентської молоді.

Теоретичний аспект (методологія) дослідження. Для досягнення поставленої мети використано метод теоретичного аналізу та узагальнення психолого-педагогічної літератури.

Результати дослідження

Змістово-орієнтаційну мобільність доцільно розглядати як складову особистісної мобільності, функціональне призначення якої полягає у забезпеченні готовності людини своєчасно й адекватно визначати спосіб дії відповідно до конкретної ситуації. У різних видах навчальної та фізкультурно-рухової діяльності процес прийняття рішення щодо способу виконання дії залежить від характеру рухового завдання, особливостей фізичної вправи та умов, у яких вона реалізується (Артюшенко, 2011). Близьким за змістом до зазначеного поняття є поняття «змістово-орієнтаційна основа вчинку», яке використовується у психолого-педагогічній літературі. І. Бех підкреслює важливість її формування ще в молодшому шкільному віці та розглядає як своєрідну ланку між виникненням бажання здійснити певну дію та її безпосередньою реалізацією. Така основа має інтелектуальний характер і дає змогу людині певною мірою передбачати та оцінювати можливі наслідки майбутнього вчинку.

У процесі рухової діяльності результативність визначається не лише рівнем фізичної підготовленості та функціональними можливостями організму, а й здатністю людини правильно оцінювати ситуацію та приймати оптимальні рішення. Вибір найбільш доцільної лінії поведінки, способу виконання рухового завдання або стратегії подолання труднощів передбачає активізацію розумових процесів, які значною мірою пов'язані з моральними почуттями,

попереднім досвідом та оцінкою власних можливостей (Бех, 2015; Дуднік, 2016; Лисенко-Гелемб'юк, 2016). Важливою передумовою прийняття рішення про спосіб виконання рухової дії є впевненість людини у можливості досягнення поставленої мети. Формування такої впевненості ґрунтується на практичному досвіді, осмисленні значущості та доступності мети, аналізі конкретної ситуації, а також реалістичному оцінюванні власних можливостей. Отже, впевненість у результативності майбутньої дії значною мірою залежить від суб'єктивної оцінки ймовірності досягнення успіху (Артюшенко, 2023). Процес прийняття рішення не є ізольованим психічним актом. Він забезпечується комплексною взаємодією уваги, сприймання, пам'яті, мислення, уяви та інших психічних процесів. Особливо виразно це проявляється під час спортивних та рухливих ігор, для яких характерні швидка зміна ситуацій, необхідність оперативної оцінки умов і постійна потреба у виборі найбільш доцільного способу дії (Шматко, Луценко, & Пігуль, 2024).

У таких умовах прийняття рішення передбачає не лише сприймання та аналіз ситуації, а й формування внутрішньої програми майбутньої діяльності. Ця програма може містити визначення напрямку та послідовності рухів, регулювання їхньої швидкості й амплітуди, дозування фізичних зусиль, вибір індивідуальної тактики, а також прийняття рішення щодо взаємодії з партнерами. Наприклад, у командній грі студент повинен не тільки оцінити ситуацію, а й визначити, чи доцільно самотійно продовжувати дію, чи передати м'яч партнеру, змінити напрямок руху або обрати інший варіант тактичної поведінки. У психологічній літературі прийнято розглядати прийняття рішення як процес, що передуює формуванню програми дії. Водночас, на нашу думку, таке розмежування має певною мірою умовний характер. Сам факт прийняття рішення про початок або спосіб дії передбачає наявність певного внутрішнього плану її реалізації, який формується паралельно з аналізом ситуації та оцінкою власних можливостей. Таким чином, суб'єкт приймає рішення про певну дію не лише тому, що має відповідний мотив, а й тому, що усвідомлює поставлену мету, розуміє можливий спосіб її досягнення та оцінює власні сили як достатні для реалізації задуманого. На основі проведеного теоретичного аналізу нами розроблено схему компонентної структури змістово-орієнтаційної мобільності, представлена на рис. 1.

Змістово-орієнтаційна мобільність передбачає послідовну взаємодію процесів оцінювання ситуації, аналізу власних

можливостей, усвідомлення значущості та доступності мети і вибору способу дії.



Рис. 1. Компонентна структура змістово-орієнтаційної мобільності

При цьому особливого значення набуває мотив діяльності. Сильний і стійкий мотив, а також прагнення досягти бажаного результату створюють передумови для мобілізації особистісних ресурсів не лише на етапі реалізації рішення, а й безпосередньо під час його формування та оцінювання можливості успішного виконання (Бех, 2015). Власні можливості особистості визначаються сукупністю внутрішніх чинників.

До них можна віднести попередній практичний досвід виконання аналогічних рухових дій, рівень теоретичної та фізичної підготовленості, силу й стійкість мотиву, упевненість у власних силах, рівень сформованості особистісних якостей, зокрема самостійності, сміливості, рішучості та ініціативності, а також актуальний психоемоційний стан людини (Артюшенко, 2003; Артюшенко, 2023; Дуднік, 2016). Водночас оцінювання конкретної ситуації пов'язане із зовнішніми умовами та труднощами, які можуть впливати на вибір способу дії. До таких чинників належать складність завдання, характер діяльності, доступність необхідних засобів для досягнення мети, поведінка інших учасників діяльності та часові обмеження. Отже, прийняття оптимального рішення про спосіб дії є результатом комплексної взаємодії внутрішніх і зовнішніх чинників. Людина оцінює значущість та доступність поставленої мети, аналізує ситуацію, співвідносить її вимоги з власними можливостями, прогнозує ймовірний результат і на цій основі обирає найбільш доцільний варіант поведінки або рухової дії.

Саме така здатність до оперативного змістового орієнтування в умовах змінної ситуації може розглядатися як сутнісна характеристика змістово-орієнтаційної мобільності та один із важливих механізмів

довільного управління поведінкою і руховою діяльністю студентської молоді (Артюшенко, 2011).

До основних чинників, що визначають здатність суб'єкта своєчасно приймати рішення щодо способу дії для розв'язання конкретних рухових завдань, доцільно віднести усвідомлення сутності та значущості навчально-фізкультурної діяльності, наявність практичного досвіду, упевненість у власних силах, здатність оперативно оцінювати ситуацію, а також сформованість вольових якостей, зокрема самостійності, сміливості, рішучості та ініціативності (Артюшенко, 2003, 2023; Бех, 2015; Дуднік, 2016). У психолого-педагогічній літературі початковий етап довільної дії розглядається переважно як інтелектуальний процес, безпосередньо пов'язаний із прийняттям рішення (Бех, 2015; Лисенко-Гелемб'юк, 2016; Дуднік, 2016).

На цьому етапі відбувається уточнення мети, визначення можливих шляхів, засобів і способів її досягнення, а також зіставлення зовнішніх умов діяльності з внутрішніми можливостями суб'єкта. Такий процес традиційно пов'язують із боротьбою мотивів. Саме прийняття рішення як результат внутрішнього вибору є однією з центральних ланок довільної дії. І. Бех розмежовував у структурі довільної дії два взаємопов'язані процеси: перший пов'язаний із прийняттям рішення про необхідність і спосіб дії, другий має виконавчий характер і полягає в реалізації прийнятого рішення (Бех, 2015).

Такий підхід дає підстави розглядати довільну дію як складний процес, у якому проявляються різні аспекти особистісної мобільності, зокрема здатність до свідомого вибору та подальшої реалізації прийнятого рішення. Автор пов'язував спонукання до дії з виникненням установки на її виконання, яка формується в момент прийняття рішення та виступає психологічною основою довільної поведінки. Виникнення установки зумовлюється наявністю у свідомості уявної або мисленнєвої ситуації, яка дає можливість суб'єкту передбачити майбутню діяльність. В основі таких установок знаходяться потреби людини, що визначають спрямованість прийнятого рішення. Водночас його формування передбачає активну участь процесів мислення та уявлення, за допомогою яких здійснюється прогнозування можливого розвитку подій. Особливого значення у процесі прийняття рішення про спосіб дії, на нашу думку, набуває

власний руховий досвід, набутий людиною впродовж практичної діяльності. Він має значення не лише на етапі виконання прийнятого рішення, а й безпосередньо передусім йому. Наявні рухові вміння та навички, досвід успішного розв'язання аналогічних завдань дають змогу швидше оцінити ситуацію, визначити можливі труднощі та співвіднести їх із власними можливостями (Артюшенко, 2011; Дуднік, 2016).

За умови достатнього практичного досвіду та впевненості у власних силах процес прийняття рішення відбувається більш швидко й рішуче, без суттєвих вагань. Суб'єкт оцінює завдання як таке, що відповідає його можливостям, і відповідно формує готовність до його виконання. Саме така готовність до усвідомленого вибору та реалізації способу дії може розглядатися як один із проявів змістово-орієнтаційної мобільності. Значущість очікуваного результату та складність поставленого завдання впливають на величину зусиль, необхідних для реалізації прийнятого рішення, і, відповідно, на рівень самостимуляції індивідуальних можливостей (Артюшенко, 2023).

Якщо ж суб'єкт не має достатнього практичного досвіду, необхідних рухових умінь і навичок або не впевнений у власних можливостях, процес прийняття рішення істотно ускладнюється. Аналіз зовнішніх умов і співвіднесення їх із власними ресурсами можуть зумовити сумніви щодо доцільності або можливості виконання певної дії (Дуднік, 2016; Лисенко-Гелемб'юк, 2016). У навчально-фізкультурній та спортивній діяльності можливі ситуації, коли необхідність виконання завдання є очевидною, проте суб'єкт не має достатньої впевненості у власних силах. Наприклад, учень або студент може отримати завдання, яке потребує сформованих рухових умінь і навичок, але відповідного досвіду в нього ще недостатньо. Особливо виразно такі ситуації можуть проявлятися під час спортивних ігор, коли необхідно діяти в умовах протидії сильнішого суперника або швидкої зміни ігрової ситуації (Шматко, Луценко, & Пігуль, 2024). У таких умовах недостатність впевненості, сумніви щодо власних можливостей, відсутність чіткого рішення та наміру діяти можуть негативно позначатися на характері вольових зусиль. Отже, прийняття особистісно значущого рішення про дію можна розглядати як необхідну передумову подальшої вольової мобілізації. Якщо суб'єкт не прийняв рішення діяти, можливості для цілеспрямованої мобілізації вольових зусиль істотно знижуються (Артюшенко, 2023; Бех, 2015).

Таким чином, свідоме та обґрунтоване прийняття рішення про спосіб дії є

невід'ємною складовою довільної поведінки, а отже, може розглядатися як один із ключових проявів змістово-орієнтаційної мобільності. Такий підхід дозволяє по-новому осмислити традиційне трактування волі як здатності людини здійснювати свідомий вибір, приймати рішення та нести відповідальність за їх реалізацію (Бех, 2015). Прийняття рішення безпосередньо пов'язане з упевненістю суб'єкта у правильності обраного способу дії. Вона може проявлятися як переконаність у доцільності прийнятого рішення або, навпаки, як сумніви щодо його правильності та можливості реалізації. Рівень упевненості визначається сукупністю зовнішніх і внутрішніх чинників. До зовнішніх передусім належить обсяг і якість інформації, якою володіє суб'єкт. Чим меншою є поінформованість і чим більшою кількість рівнозначних альтернатив для вибору, тим вищою може бути ймовірність виникнення невпевненості. Негативно впливати на процес прийняття рішення можуть також несподіваність ситуації, новизна умов діяльності та відсутність відповідного досвіду. Серед внутрішніх психологічних чинників, що можуть ускладнювати прийняття рішення, важливе місце посідають тривожність, невпевненість та особистісна нерішучість (Лисенко-Гелемб'юк, 2016).

Відповідно, формування здатності до своєчасного й обґрунтованого вибору способу дії передбачає не лише накопичення практичного досвіду, а й розвиток інтелектуальної готовності, впевненості у власних можливостях та вольової сфери особистості (Артюшенко, 2023; Богдан, 2017). З огляду на це, під час планування змісту й організації навчально-виховного процесу педагог має створювати відповідні психолого-педагогічні умови, за яких учень усвідомлює значущість поставленого завдання, оцінює його доступність, співвідносить вимоги ситуації з власними можливостями та самостійно приймає рішення щодо необхідності й способу дії (Бех, 2015; Богдан, 2017).

Важливо, щоб таке рішення ґрунтувалося не лише на зовнішній вимозі педагога, а й на внутрішній готовності суб'єкта до активної діяльності: «я цього хочу», «я зможу це зробити», «я це зроблю». При визначенні сутності змістово-орієнтаційної мобільності вихідним положенням для нашого дослідження стало питання: від чого залежить своєчасність і обґрунтованість прийняття рішення про дію, формування раціональної програми її виконання та подальша реалізація? Проведений аналіз дозволяє стверджувати, що визначальне значення на цьому етапі має інтелектуальна діяльність суб'єкта: рівень розумового розвитку, знань, здатність до аналізу, осмислення та

прогнозування ситуації (Бех, 2015; Лисенко-Гелемб'юк, 2016).

Перед прийняттям рішення людина аналізує доступну інформацію, визначає мету, оцінює зовнішні й внутрішні умови її досягнення, зіставляє можливі труднощі з власними можливостями та прогнозує ймовірний результат. Основою такого співвіднесення є попередній досвід діяльності, рівень знань, сформованість умінь і навичок, а також інтелектуальні можливості суб'єкта. Якщо йдеться про виконання рухових дій або фізичних вправ, до цього комплексу додаються практичний руховий досвід і рівень фізичної підготовленості (Артюшенко, 2011; Дуднік, 2016). Саме вони значною мірою визначають можливість адекватно оцінити ситуацію, передбачити складність завдання та обрати найбільш доцільний спосіб його виконання.

Якщо розглядати змістово-орієнтаційну мобільність як готовність людини самостійно приймати відповідальні рішення та послідовно реалізовувати їх у практичній діяльності, стає очевидним її тісний взаємозв'язок із вольовими якостями. Самостійне прийняття рішення передбачає прояв самостійності; готовність нести відповідальність за його наслідки потребує певної сміливості; послідовне виконання прийнятого рішення передбачає цілеспрямованість, наполегливість і здатність долати труднощі; вибір способу дії в умовах невизначеності потребує рішучості та ініціативності (Артюшенко, 2003, 2023; Бех, 2015). Отже, рівень прояву змістово-орієнтаційної мобільності значною мірою зумовлюється інтелектуальною та теоретичною готовністю суб'єкта, накопиченим досвідом практичної діяльності, рівнем сформованості рухових умінь і навичок, фізичними можливостями та сукупністю вольових якостей (Артюшенко, 2011, 2023; Дуднік, 2016). Взаємодія цих чинників формує впевненість людини у власних силах, яка, своєю чергою, є важливою умовою готовності до ефективного довільного управління руховими діями. Проведений теоретичний аналіз дає підстави стверджувати, що в основі довільної поведінки та діяльності лежить процес свідомого прийняття рішення про дію, який передбачає складну інтелектуальну роботу, оцінювання ситуації, співвіднесення зовнішніх вимог із власними можливостями та вибір оптимального способу дії (Бех, 2015; Лисенко-Гелемб'юк, 2016). Прийняття рішення як результат внутрішнього вибору, або «боротьби мотивів», є одним із найбільш суттєвих проявів змістово-орієнтаційної мобільності.

Подальше дослідження змістово-орієнтаційної мобільності, її структурних компо-

нентів та чинників, які визначають процес прийняття рішення про дію, може сприяти поглибленню теоретичних уявлень про механізми довільного управління поведінкою і руховою діяльністю. Водночас перспективним напрямом є розроблення теоретико-методичних засад формування особистісної та змістово-орієнтаційної мобільності студентів закладів вищої освіти у процесі навчально-фізкультурної діяльності.

Висновки і перспективи подальших досліджень.

1. Поняття «змістово-орієнтаційна мобільність» розглядається як складова особистісної мобільності, сутність якої полягає у готовності суб'єкта своєчасно й адекватно приймати рішення про дію та спосіб її реалізації відповідно до конкретної ситуації. У різних видах навчально-фізкультурної діяльності процес прийняття такого рішення визначається специфікою рухового завдання, характером фізичної вправи та змінами умов її виконання.

2. Визначено основні чинники, що зумовлюють здатність суб'єкта до прийняття рішень щодо способу розв'язання конкретних рухових завдань: усвідомлення сутності та значущості навчально-фізкультурної діяльності, практичний досвід, впевненість у власних силах, здатність оперативно оцінювати ситуацію, а також вольові якості — самостійність, сміливість, рішучість та ініціативність.

3. Теоретичний аналіз не вичерпує всіх аспектів проблеми змістово-орієнтаційної мобільності як складової довільного управління поведінкою та діяльністю. Перспективи подальших досліджень пов'язані з поглибленням теоретико-методичних засад її формування, визначенням педагогічних умов і розробленням відповідного методичного забезпечення у процесі навчально-фізкультурної діяльності студентів закладів вищої освіти.

Список бібліографічних посилань

- Артюшенко, 2011 – Артюшенко, А.О. (2011). *Формування в учнів загальноосвітньої школи особистісної мобільності у процесі фізичного виховання*: монографія. Черкаси: Видавець Чабаненко Ю.А. 222 с.
- Артюшенко, 2012 – Артюшенко, А.О. (2012). *Особистісна мобільність і її формування у студентів економічного профілю в процесі фізичного виховання*: монографія. Київ. 232 с.
- Артюшенко, 2023 – Артюшенко, А.О. (2023). Потенціал фізичної культури та спорту щодо формування волі та вольових якостей учнів. *Наука і техніка сьогодні*, (13(27)), 427–437. [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-13\(27\)-427-437](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-13(27)-427-437)
- Бех, 2015 – Бех, І.Д. (2015). *Вибрані наукові праці. Т. 2: Виховання особистості*. Київ: Букрек. 640 с.
- Богдан, 2017 – Богдан, А.М. (2017). *Самовиховання та саморегуляція особистості: навчальний посібник*. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова. 78 с.

- Дуднік, 2016 – Дуднік, І.О. (2016). *Формування вольових якостей у студентів у процесі занять фізичною культурою: навчально-методичний посібник*. Черкаси: Черкаський національний університет імені Б. Хмельницького. 78 с.
- Лисенко-Гелемб'юк, 2016 – Лисенко-Гелемб'юк, К. (2016). Психологічний аналіз процесів вольової регуляції як ознаки свідомості й розкриття особистісного потенціалу. *Освітній простір України*, (8), 83–88.
- Шматко, Луценко, Пігуль, 2024 – Шматко, Я.В., Луценко, В.В., Пігуль, Д.М. (2024). Виховання морально-вольових якостей учнів основної школи під час занять фізичною культурою. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, (3K(176)), 520–523. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).117](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).117)
- Kurismaa, 2023 – Kurismaa, A. (2023). From integrative biology to the nerve impulse: Rethinking neural information and semiotics in functional systems perspective. *Adaptive Behavior*, 31(1), 87–101. <https://doi.org/10.1177/10597123221089557>.
- References**
- Artyushenko, A.O. (2011). *Fostering Personal Mobility in General Education School Students through Physical Education*: monograph. Cherkasy: Publisher Yu.A. Chabanenko. 222 p. [in Ukr.].
- Artyushenko, A.O. (2012). *Personal mobility and its development in economics students during physical education*: a monograph. Kyiv.. 232 p. [in Ukr.].
- Artiushenko, A.O. (2023). The potential of physical education and sports for shaping the willpower and volitional qualities of students. *Science and Technology Today*, (13(27)), 427–437. [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-13\(27\)-427-437](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-13(27)-427-437) [in Ukr.].
- Bekh, I.D. (2015). *Selected Scientific Works. Vol. 2: Upbringing of the Personality*. Kyiv: Bukrek.. 640 с. [in Ukr.].
- Bohdan, L.M. (2017). *Self-education and Self-regulation of the Personality: study guide*. Kyiv: M.P. Drahomanov NPU Publishing House.. 78 p. [in Ukr.].
- Dudnik, I.O. (2016). *Developing Volitional Qualities in Students During Physical Education Classes: a teaching and methodological manual*. Cherkasy: Bohdan Khmelnytsky National University of Cherkasy.. 78 p. [in Ukr.].
- Lysenko-Helembiuk, K. (2016). Psychological analysis of volitional regulation processes as a sign of consciousness and the realization of personal potential. *Educational Space of Ukraine*, (8), 83–88 [in Ukr.].
- Shmatko, Ya.V., Lutsenko, V.V., Pigul, D.M. (2024). Fostering moral and volitional qualities in middle school students during physical education classes. *Scientific Journal of the Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University. Series 15: Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sports)*, (3K(176)), 520–523. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).117](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).117) [in Ukr.].
- Kurismaa, A. (2023). From integrative biology to the nerve impulse: Rethinking neural information and semiotics in functional systems perspective. *Adaptive Behavior*, 31(1), 87–101. <https://doi.org/10.1177/10597123221089557>.

KANDYBA Pavlo

Senior Lecturer at the Department of Physical Education and Human Health,
Cherkasy State Technological University

MATUSEVICH Andriy

Senior Lecturer at the Department of Physical Education and Human Health,
Cherkasy State Technological University

CONTENT-ORIENTED MOBILITY AS A FACTOR IN THE VOLUNTARY CONTROL OF BEHAVIOR AND MOTOR ACTIVITY OF STUDENT YOUTH

Summary. Introduction. The problem of voluntary control of human behavior and motor activity is an important area of psychological and pedagogical research. Effective voluntary regulation is associated with a person's ability to consciously orient oneself in a situation, assess its conditions and personal capabilities, and make timely and appropriate decisions concerning the mode of action.

Purpose. To theoretically substantiate the role and functional significance of content-oriented mobility as a component of personal mobility and an important prerequisite for voluntary control of behavior and motor activity of student youth.

Methods. The study used theoretical analysis, generalization and systematization of psychological and pedagogical literature, as well as comparative and structural-functional analysis of scientific approaches to voluntary regulation, volitional regulation, personal mobility, decision-making, and motor activity.

Results. The relationship between voluntary control, volitional regulation, and personal mobility was established. The content and functional significance of content-oriented mobility were determined. Its manifestation is influenced by internal factors, including motivation, practical experience, physical and theoretical preparedness, self-confidence, personal qualities, and emotional state, as well as external factors such as task complexity, activity conditions, time limitations, and the behavior of other participants. The importance of intellectual activity in analyzing situations, assessing personal capabilities, choosing an

appropriate mode of action, and forming an internal action program was substantiated. The structure of content-oriented mobility was generalized as a sequence of interrelated processes: awareness of the goal, assessment of the situation and personal capabilities, analysis of possible actions, optimal decision-making, formation and implementation of an action program, self-control, self-assessment, and self-correction.

Originality. The functional role of content-oriented mobility in the transition from conscious assessment of a situation to decision-making, action programming, and voluntary performance of motor activity was clarified. Its significance as a mechanism ensuring conscious and purposeful choice of behavior was substantiated.

Conclusion. Content-oriented mobility is an important functional component of personal mobility that contributes to conscious choice of an appropriate mode of behavior and effective voluntary control of motor activity among student youth. Its development should be supported through pedagogical conditions that promote practical experience, adequate self-assessment, confidence, intellectual activity, independence, and volitional qualities.

Keywords: personal mobility; content-oriented mobility; voluntary control; volitional regulation; volitional regulation; motor activity; student youth.

Одержано редакцією 26.08.2026
Прийнято до публікації 10.09.2026