УДК 37.037:796.011.1
DOI https://doi.org/10.32782/olimpspu/2026.2.11

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ УКРАЇНИ ТА КИТАЮ: СУЧАСНИЙ СТАН ТА ТЕНДЕНЦІЇ

Томенко Олександр Анатолійович,
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор,
професор кафедри теорії та методики фізичної культури
Сумського державного педагогічного університету
ORCID ID: 0000-0002-1097-965X

Приходько Володимир Васильович,
доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри теорії та методики спортивної підготовки
Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту
ORCID ID: 0000-0001-6980-1402

Бріжата Ірина Анатоліївна,
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри фізичної терапії, ерготерапії та спортивної медицини
Сумського державного університету
ORCID ID: 0000-0002-9988-4285

У статті здійснено порівняльний аналіз особливостей організації фізичного виховання школярів України та Китайської Народної Республіки з урахуванням організаційних, змістових, методичних, оцінювальних та інноваційних компонентів. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю пошуку ефективних моделей організації фізичного виховання в умовах трансформації шкільної освіти, зниження рівня повсякденної рухової активності дітей і підлітків, поширення малорухомого способу життя та зростання вимог до формування здоров'язбережувальної компетентності. Метою роботи є виявлення спільних і відмінних рис організації фізичного виховання школярів України та Китаю, визначення сучасних тенденцій їх розвитку та обґрунтування напрямів осмислення зарубіжного досвіду. Матеріали та методи: аналіз нормативних документів, науково-методичної літератури; порівняльний, структурно-функціональний та контент-аналіз, систематизація й узагальнення. Встановлено, що обидві системи орієнтуються на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних якостей, набуття рухових умінь і формування стійкої потреби у фізичній активності. Українська модель характеризується компетентнісною спрямованістю, варіативністю змісту, можливістю вибору модулів та посиленням формувального оцінювання. Китайська система вирізняється високим ступенем державної координації, орієнтацією на фізичну грамотність, здоров'я, дисципліну, спортивні навички та системну організацію позаурочної рухової активності. Для обох країн актуальними залишаються проблеми недостатньої повсякденної рухової активності, конкуренції фізичної культури з академічними навантаженнями, неоднакової забезпеченості шкіл ресурсами та необхідності підвищення мотивації учнів. Обґрунтовано доцільність взаємного педагогічного вивчення досвіду. Доведено, що ефективна система шкільного фізичного виховання має розглядатися не лише як сукупність уроків, а як цілісне освітнє середовище, у якому рухова активність інтегрується в урочну, позаурочну, рекреаційну та самостійну діяльність учнів.

Ключові слова: *фізичне виховання, фізична культура, школярі, порівняльний аналіз, фізкультурна освіченість, здоров'язбереження.*

Tomenko Oleksandr, Prykhodko Volodymyr, Brizhata Iryna. Organization of physical education for schoolchildren in Ukraine and China: current state and trends

The article presents a comparative analysis of organization of contemporary school physical education in Ukraine and the People's Republic of China, focusing on organizational, curricular, methodological, assessment and innovative components. The purpose is to identify common and distinctive features, current development trends and directions for pedagogical interpretation of international experience. The study uses analysis of regulatory documents and scientific publications, comparative, structural-functional and content analysis, systematization and generalization. Both systems aim to improve health, develop physical qualities, acquire motor skills and establish sustainable physical activity habits. The Ukrainian model is characterized by competency-based orientation, curricular variability, module choice and formative assessment, whereas the Chinese system demonstrates stronger state coordination and emphasis on physical literacy, health, discipline, sports skills and systematic extracurricular activity. Both countries face insufficient daily physical activity, academic pressure, unequal resources and the need to strengthen motivation. Mutual pedagogical learning is therefore appropriate: Ukraine can benefit from systematic monitoring of activity, integration of lessons with active breaks, clubs and school sport, digital support and community engagement; Chinese practice can benefit from stronger curricular variability, individualization and learner-centered interaction. Effective school physical education should be viewed as a holistic educational environment integrating curricular, extracurricular, recreational and self-directed activity.

Key words: *physical education, schoolchildren, comparative analysis, physical literacy, health promotion.*

Вступ. Сучасне шкільне фізичне виховання розвивається під впливом трансформації загальної середньої освіти, цифровізації дозвілля, зростання навчального навантаження, поширення сидячої поведінки та необхідності профілактики гіподинамії. За цих умов урок фізичної культури не може розглядатися як ізольований елемент розкладу. Його ефективність залежить від того, наскільки школа формує середовище, у якому рухова активність підтримується протягом усього дня.

В Україні ця проблема розглядається в контексті Нової української школи. Модельна програма «Фізична культура. 5–9 класи» визначає очікувані результати навчання, ключові компетентності та наскрізні вміння, передбачає три обов'язкові години на тиждень із можливістю збільшення до п'яти, а також рекомендує активні перерви, гурткову, секційну та іншу позаурочну діяльність [1, с. 1–4].

Сучасні українські дослідження пов'язують модернізацію фізичного виховання з варіативністю змісту, індивідуалізацією, сучасними видами рухової активності, оновленням організаційно-методичного забезпечення та підвищенням мотивації школярів [2, с. 113–118; 3, с. 49–55]. Водночас зберігаються проблеми матеріально-технічного забезпечення, неоднакових умов та зниження інтересу до одноманітних занять.

Китай є важливим об'єктом порівняння через масштаб державної політики. У 2022 р. Міністерство освіти КНР затвердило оновлені стандарти обов'язкової освіти, серед яких окремо визначено стандарт фізичного виховання і здоров'я [6, с. 1–3]. Його концептуальною основою є «здоров'я перш за все», фізкультурна освіченість, розвиток особистості, рухові навички та здоровий спосіб життя [7, с. 128–129].

Проблема недостатньої рухової активності є спільною. Українське дослідження міських підлітків 11–15 років показало, що лише 30,8% учасників досягали рекомендованого рівня помірної та високої активності [5, с. 1–8]. У Китаї дослідження також фіксують низьку частку школярів, які систематично досягають рекомендованих рівнів активності [8, с. 388–394; 9, с. 1321–1331].

Мета дослідження – здійснити порівняльний аналіз організації фізичного виховання школярів України та Китаю, визначити особливості, спільні й відмінні характеристики та сучасний стан та тенденції розвитку.

Матеріали та методи. Матеріалами дослідження стали нормативні документи України і Китаю, наукові публікації з проблем фізичного виховання школярів, фізичної активності та фізичної підготовленості. Український сегмент представлено модельною програмою «Фізична культура. 5–9 класи» та сучасними науковими працями [1–5]. Китайський сегмент представлено державним стандартом «体育与健康课程标准»（2022）та дослідженнями фізичної активності дітей [6–10].

Застосовано теоретичний аналіз, контент-аналіз, порівняльний, структурно-функціональний методи, систематизацію, узагальнення та інтерпретацію даних. Порівняння здійснювалося за критеріями: нормативна основа; мета; навчальне навантаження; зміст; варіативність; форми організації; позаурочна діяльність; оцінювання; роль учителя; індивідуалізація; цифрові технології; взаємодія школи, сім'ї та громади.

Методологічно важливо враховувати різний освітній і культурний контекст двох країн. Тому завданням є не ранжування моделей, а виявлення принципів і механізмів, які можуть бути предметом взаємного наукового осмислення.

Результати. Нормативно-організаційні засади. Українська система фізичного виховання школярів переходить до компетентнісної моделі. Модельна програма визначає фізичну культуру як освітню галузь, пов'язану з ціннісними орієнтирами, ключовими компетентностями, наскрізними вміннями та очікуваними результатами. Передбачено систематичну фізичну активність, оволодіння технікою вправ і розвиток психічної та соціально-психологічної сфер [1, с. 3–9].

Характерною її рисою є варіативність. Зміст може адаптуватися до можливостей школи, регіональних умов, інтересів учнів та професійної компетентності вчителя. Варіативні модулі розглядаються як механізм підвищення привабливості уроку [3, с. 49–55].

У Китаї нормативне регулювання має високий ступінь централізації. Стандарти обов'язкової освіти 2022 року визначають єдині рамки реалізації програм [6, с. 1–3]. Стандарт фізичного виховання і здоров'я поєднує базові рухові навички, фізичну підготовленість, спеціальні спортивні навички, знання про здоров'я, спортивну культуру та морально-вольове виховання [7, с. 128–129].

Отже, українська модель поєднує державні стандарти з автономією закладу і вчителя, тоді як китайська демонструє сильніше вертикальне нормативне узгодження. Водночас обидві системи постійно посилюють оздоровчу, компетентнісну та виховну функції.

Мета та ціннісні орієнтири. Спільним фундаментом у обох країнах є зміцнення здоров'я, розвиток фізичних якостей і формування активного способу життя. В Україні це конкретизується через компетентності, самостійну активність та відповідальне ставлення до здоров'я [1, с. 1–4]. У Китаї провідною установкою є «здоров'я перш за все», а фізичне виховання пов'язується з фізичним, когнітивним, соціальним та емоційним розвитком [7, с. 128–129].

Китайська модель сильніше акцентує систематичність, дисципліну, фізичну грамотність та державні орієнтири. Експертний консенсус пов'язує шкільне фізичне виховання з цілями Healthy China 2030 [9, с. 1321–1331].

Українська модель виразніше підкреслює індивідуальну траєкторію учня, диференціацію, формувальне оцінювання та урахування особливих освітніх потреб [1, с. 8–10]. Відмінність полягає не у протилежності цілей, а в структурі акцентів: українська система більше наголошує на компетентностях і виборі, китайська – на системності та фізкультурної освіченості.

Зміст та організація. Український зміст включає традиційні та сучасні види рухової активності: гімнастику, легку атлетику, спортивні ігри, плавання, єдиноборства,

фітнес-напрями та інші модулі. Сучасні дослідження засвідчують тенденцію до розширення змісту відповідно до інтересів школярів [3, с. 49–55].

Китайський стандарт поєднує базові рухові навички, фізичну підготовленість, спеціальні спортивні навички, знання про здоров'я та спортивну культуру [7, с. 128–129]. Характерним є послідовне ускладнення змісту відповідно до віку й рівня підготовленості.

В Україні посилюється діяльнісна модель: учень має не лише відтворювати вправу, а застосовувати рухові дії, контролювати стан, взаємодіяти та оцінювати власний прогрес. У Китаї дослідження на основі China Health and Nutrition Survey виявило позитивний зв'язок участі у шкільному РЕ з позашкільною фізичною активністю [10, с. 1–8].

Рухова активність як системний результат. ВООЗ рекомендує дітям і підліткам 5–17 років у середньому не менше 60 хвилин помірної та високої інтенсивності фізичної активності щодня [4, с. 1–17]. Жодна система шкільних уроків сама по собі не гарантує такого обсягу.

Українська програма передбачає активні перерви, флешмоби, рухливі ігри, челенджі, квести, факультативну, гурткову та секційну роботу [1, с. 1–2]. У Китаї експертний консенсус наголошує на необхідності шкільних, сімейних і громадських стратегій через недостатню активність та академічний тиск [9, с. 1321–1331].

Отже, критерій «проведено урок» доцільно доповнити критерієм «створено умови для щоденної активності». Це інтегрує урок, перерви, рекреацію, шкільний спорт, домашню та самостійну діяльність.

Оцінювання. Українська модель передбачає формувальне, поточне, тематичне, семестрове та річне оцінювання, зорієнтоване на очікувані результати й компетентності. Тестування фізичних якостей не має використовуватися для ранжування учнів; результати можуть фіксуватися в персональному портфоліо [1, с. 8–12].

Китайський стандарт поєднує процесуальне та підсумкове оцінювання і пов'язує результати з навчальними досягненнями та якістю освіти [7, с. 128–129]. Для обох систем перспективним є комплекс показників: фізична підготовленість, регулярність участі, мотивація, самоконтроль, знання про здоров'я та готовність до самостійної активності.

Роль вчителя. В Україні вчитель дедалі більше виступає організатором освітнього середовища: добирає варіативний зміст, адаптує завдання, забезпечує безпеку, підтримує мотивацію та здійснює формувальне оцінювання [2, с. 113–118].

У Китаї діяльність вчителя значною мірою структурована державними вимогами; стандарт орієнтує педагога на практичну діяльність, поступове ускладнення змісту та відповідність віковим особливостям [7, с. 128–129]. Спільною тенденцією є педагогіка активної участі, де учень отримує достатній обсяг рухової роботи й бачить власний прогрес.

Позаурочна діяльність, сім'я та громада. Українська програма інтегрує уроки й фізкультурно-оздоровчі заходи в єдиний діяльнісний процес: секції, гуртки, факультативи, спортивні заходи та самостійні заняття [1, с. 8–9].

Китайський досвід також демонструє необхідність комплексного підходу. Експертний консенсус підкреслює потенціал взаємодії школи, сім'ї та громади [9, с. 1321–1331]. Перспективною для України є модель «урок – активна перерва – секція – шкільний спорт – сім'я – самостійне заняття».

Цифровізація. В Україні цифрові технології можуть застосовуватися для відеоаналізу техніки, персонального портфоліо, моніторингу активності, дистанційного супроводу та індивідуальних завдань. Цифровий інструмент має підвищувати рухову активність, а не замінювати її.

У китайському стандарті передбачено цифрові демонстраційні ресурси, інтегровані в навчальні матеріали [7, с. 128–129]. Перспективним для обох систем є використання мобільних застосунків, фітнес-трекерів і електронних портфоліо за умов педагогічної доцільності та захисту персональних даних.

Сучасні тенденції. Першою тенденцією є перехід від урокоцентричної до середовищної моделі. Другою – компетентнісна спрямованість, коли учень навчається планувати активність, оцінювати стан, дотримуватися безпеки та співпрацювати [1, с. 3–9; 7, с. 128–129]. Третьою є індивідуалізація та диференціація [2, с. 113–118]. Четвертою – зміщення акценту від спортивного результату до здоров'я та довічної активності [10, с. 1–8]. П'ятою – цифровізація, шостою – інтеграція фізичного виховання з психосоціальним розвитком.

Педагогічний взаємообмін. Системи України та Китаю не слід розглядати як взаємовиключні. Обидві реагують на гіподинамію, цифровізацію дозвілля, академічне перевантаження та необхідність формування здорового способу життя.

Для України цінними є системність державної політики, інтеграція фізичної активності в режим дня, моніторинг та поєднання шкільного фізичного виховання з громадським здоров'ям. Для Китаю цікавими є українські підходи до варіативності, індивідуалізації, формувального оцінювання та педагогічної автономії.

Механічне перенесення моделей є недоцільним через культурні та інституційні відмінності. Раціональнішим є адаптивний трансфер педагогічних принципів. Ефективна система має поєднувати макрорівень державної політики, мезорівень шкільного середовища та мікрорівень особистої активності учня (табл. 1).

Обговорення. Отримані результати підтверджують, що сучасну систему фізичного виховання слід розглядати як комплексну педагогічну систему, ефективність якої визначається не тільки кількістю уроків і набором вправ. Українські дослідження пов'язують модернізацію з варіативністю, індивідуалізацією та якістю організаційно-методичного забезпечення [2, с. 113–118; 3, с. 49–55].

Китайський досвід доповнює цю картину системністю державної політики та орієнтацією на громадське здоров'я. Експертний консенсус показує, що проблеми фізичної неактивності не можуть бути вирішені лише збільшенням кількості уроків; потрібні зміни шкільного середовища, сімейної поведінки та позаурочної активності [9, с. 1321–1331].

Таблиця 1

Порівняльна характеристика особливостей організації фізичного виховання школярів України та Китаю

Критерій	Україна	Китай
Нормативна основа	Державні стандарти, модельні та навчальні програми; значна роль закладу і вчителя	Державні стандарти та централізовані вимоги
Мета	Здоров'я, компетентності, фізичний розвиток, самостійна активність	Здоров'я, фізична грамотність, рухові навички, фізична підготовленість
Навантаження	3 години на тиждень у 5–9 класах; можливість до 5	Державні й локальні вимоги; акцент на щоденній активності
Зміст	Варіативні модулі, традиційні та сучасні види спорту	Базові навички, фізична підготовленість, спеціальні навички, здоров'я, спортивна культура
Варіативність	Виражена; адаптація до умов школи та інтересів учнів	Структурована в межах стандарту
Позаурочна активність	Гуртки, секції, активні перерви, самостійні заняття	Шкільний спорт, активні перерви, позаурочні заняття
Оцінювання	Формувальне, поточне, тематичне, семестрове, річне; компетентності	Процесуальне й підсумкове; навчальні досягнення та фізична підготовленість
Індивідуалізація	Виразна, урахування освітніх потреб	Вікова та рівнева диференціація
Цифровізація	Поступове розширення цифрових ресурсів	Цифрові демонстраційні ресурси та супровід
Ключові виклики	Ресурси, мотивація, нерівномірність умов, війна та освітні втрати	Недостатня активність, академічне навантаження, малорухомість

Джерело: узагальнено автором за [1, с. 1–10; 6, с. 1–3; 7, с. 128–129]

Українські та китайські дані демонструють розрив між нормативною присутністю фізичного виховання та реальною щоденною активністю [5, с. 1–8; 8, с. 388–394]. Тому результативність системи доцільно визначати за зміною поведінки учня, а не лише за фактом проведення занять.

Перспективною є інтегрована модель: якісний урок; активні перерви; доступні секції; шкільні спортивні події; індивідуальні домашні завдання; безпечні умови для самостійної активності; залучення сім'ї; цифровий супровід; систематичне оцінювання прогресу.

Культурна специфіка має бути врахована. Те, що ефективно працює в Китаї в умовах високої централізації, не може механічно переноситися в Україну. Так само українська варіативність потребує адаптації до іншого нормативного середовища. Отже, результатом порівняння має бути не копіювання, а адаптивний трансфер педагогічних принципів.

Обмеження дослідження полягають у використанні переважно нормативних документів і наукових публікацій, а не однакових польових вибірок школярів двох країн. Тому висновки характеризують системні тенденції, а не причинно-наслідкові переваги однієї моделі.

Висновки:

1. Системи фізичного виховання школярів України та Китаю мають спільну стратегічну основу: зміцнення здоров'я, розвиток фізичних якостей і рухових умінь, формування фізичної грамотності та стійкої потреби у фізичній активності.

2. Українська система характеризується компетентнісною спрямованістю, варіативністю змісту, орієнтацією на очікувані результати, формувальним оцінюванням та адаптацією освітнього процесу. Чинна програма передбачає три обов'язкові години фізичної культури на тиждень у 5–9 класах із можливістю збільшення до п'яти [1, с. 1–10].

3. Китайська система вирізняється високим рівнем державної координації, системністю стандартів, орієнтацією на фізкультурна освіченість, здоров'я, рухові навички та розвиток особистості [6, с. 1–3; 7, с. 128–129].

4. Спільною проблемою є невідповідність між нормативною присутністю фізичного виховання в школі та реальною щоденною активністю значної частини дітей. Це обґрунтовує перехід від урокоцентричної до середовищної моделі.

5. Для України перспективними є системний моніторинг активності, інтеграція уроків з активними перервами, шкільним спортом, секційною роботою, сімейними та громадськими ініціативами, цифровий супровід. Для Китаю – посилення варіативності, індивідуалізації та формувального оцінювання.

6. Ефективність сучасної системи доцільно оцінювати за сукупністю показників: фізична підготовленість, реальний обсяг активності, мотивація, знання про здоров'я, самоконтроль, соціальна взаємодія та готовність до самостійних занять.

Перспективи подальших досліджень полягають у емпіричному порівнянні українських і китайських школярів за єдиними критеріями фізичної активності, фізичної підготовленості, мотивації та характеристик освітнього середовища, а також у розробленні й експериментальній перевірці адаптованої порівняльної моделі фізкультурно-оздоровчого середовища школи.

Конфлікт інтересів: один із співавторів є членом редакційної колегії журналу. Для забезпечення незалежності редакційного процесу рукопис розглядався редактором, який не мав конфлікту інтересів з автором. Автор не брав участі у відборі рецензентів, процесі рецензування та прийнятті рішення щодо публікації статті. Рукопис пройшов стандартну процедуру подвійного сліпого рецензування.

Література:

1. Баженков Є. В., Бідний М. В., Ребрина А. А., Данільченко В. О., Коломоєць Г. А., Дутчак М. В. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5–9 класи» для закладів загальної середньої освіти. Київ : Міністерство освіти і науки України, 2024. 712 с. URL: https://mon.gov.ua/

2. Семененко В. П., Теліус В. В. Удосконалення організаційно-методичних підходів до фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти: виклики та перспективи. *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія.* 2025. № 2. С. 113–118. DOI: https://doi.org/10.32782/spmed.2025.2.16.

3. Голод Ю. М., Пітин М. П., Пасічник В. М., Ковальчук Л. В. Основи змістового наповнення уроків фізичної культури у загальноосвітній школі: український та закордонний досвід. *Олімпійський та паралімпійський спорт.* 2024. № 2. DOI: https://doi.org/10.32782/olimpspu/2024.2.5.

4. World Health Organization. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva : WHO, 2020. 104 p. URL: https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128.

5. Specific Features of the Ukrainian Urban Adolescents' Physical Activity: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health.* 2020. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph17093066.

6. 中华人民共和国教育部. 教育部关于印发义务教育课程方案和课程标准（2022年版）的通知. 北京 : 教育部, 2022. URL: https://www.moe.gov.cn/srcsite/A26/s8001/202204/t20220420_619921.html.

7. 中华人民共和国教育部. 义务教育体育与健康课程标准（2022年版）. 北京 : 北京师范大学出版社, 2022. С. 128–129. URL: https://www.moe.gov.cn/srcsite/A26/s8001/202204/W020220420582362336303.pdf.

8. Fan X., Cao Z.-B. Physical activity among Chinese school-aged children: National prevalence estimates from the 2016 Physical Activity and Fitness in China—The Youth Study. *Journal of Sport and Health Science.* 2017. Vol. 6, No. 4. P. 388–394. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jshs.2017.09.006.

9. Chen P., Mao L., Nassis G. P., Harmer P., Ainsworth B. E., Li F. Physical activity and health in Chinese children and adolescents: expert consensus statement (2020). *British Journal of Sports Medicine.* 2020. Vol. 54, No. 22. P. 1321–1331. DOI: https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102261.

10. Effects of School Physical Education on the Exercise Habits of Children and Adolescents: An Empirical Analysis Using China Health and Nutrition Survey Data. *Journal of School Health.* 2023. DOI: https://doi.org/10.1111/josh.13391.

References:

1. Bazhenkov, Ye. V., Bidnyi, M. V., Rebryna, A. A., Danilchenko, V. O., Kolomoiets, H. A., & Dutchak, M. V. (2024). Modelna navchalna prohrama «Fizychna kultura. 5–9 klasy» dlia zakladiv zahalnoi serednoi osvity [Model curriculum "Physical Culture. Grades 5–9"]. Kyiv : Ministry of Education and Science of Ukraine.

2. Semenenko, V. P., & Telius, V. V. (2025). Udoskonalennia orhanizatsiino-metodychnykh pidkhodiv do fizychnoho vykhovannia v zakladakh zahalnoi serednoi osvity: vyklyky ta perspektyvy [Improvement of organizational and methodological approaches to physical education in general secondary education institutions: challenges and prospects]. *Sportyvna medytsyna, fizychna terapiia ta erhoterapiia*, 2, 113–118. https://doi.org/10.32782/spmed.2025.2.16

3. Holod, Yu. M., Pityn, M. P., Pasichnyk, V. M., & Kovalchuk, L. V. (2024). Osnovy zmistovoho napovnennia urokiv fizychnoi kultury u zahalnoosvitnii shkoli: ukrainskyi ta zarubizhnyi dosvid [Fundamentals of the content of physical education lessons in general education schools: Ukrainian and foreign experience]. *Olimpiiskyi ta paraliimpiiskyi sport*, 2. https://doi.org/10.32782/olimpspu/2024.2.5

4. World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: WHO.

5. Specific Features of the Ukrainian Urban Adolescents' Physical Activity: A Cross-Sectional Study. (2020). *International Journal of Environmental Research and Public Health.* https://doi.org/10.3390/ijerph17093066

6. Zhonghua Renmin Gongheguo Jiaoyubu [Ministry of Education of the People's Republic of China]. (2022). Jiaoyubu guanyu yinfa yiwu jiaoyu kecheng fangan he kecheng biaozhun (2022 nian ban) de tongzhi [Notice on issuing the Compulsory Education Curriculum Plan and Curriculum Standards (2022 Edition)]. Beijing : Ministry of Education.

7. Zhonghua Renmin Gongheguo Jiaoyubu [Ministry of Education of the People's Republic of China]. (2022). *Yiwu jiaoyu tiyu yu jiankang kecheng biaozhun* (2022 nian ban) [Compulsory Education Physical Education and Health Curriculum Standards (2022 Edition)]. Beijing : Beijing Normal University Press.

8. Fan, X., & Cao, Z.-B. (2017). Physical activity among Chinese school-aged children: National prevalence estimates from the 2016 Physical Activity and Fitness in China—The Youth Study. *Journal of Sport and Health Science*, 6(4), 388–394. https://doi.org/10.1016/j.jshs.2017.09.006

9. Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F. (2020). Physical activity and health in Chinese children and adolescents: Expert consensus statement (2020). *British Journal of Sports Medicine*, 54(22), 1321–1331. https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102261

10. Effects of School Physical Education on the Exercise Habits of Children and Adolescents: An Empirical Analysis Using China Health and Nutrition Survey Data. (2023). *Journal of School Health*. https://doi.org/10.1111/josh.13391

Дата першого надходження статті до видання: 28.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 26.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 19.11.2026