

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра теорії та методики фізичного виховання

СУЧАСНІ ФАКТОРИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ УЧНІВ
СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ
КУЛЬТУРОЮ

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконала: студентка 4 курсу 14-411
групи

Спеціальності: 014 Середня освіта
(Фізична культура)

Первенецька Світлана Владиславівна
Керівник канд. пед наук, доцент
Коваль В. Ю.

Рецензент канд. біологічних. наук,
доцент Голяка С.К.

Херсон 2021

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. Загальна характеристика мотивації та фактори формування у фізкультурній діяльності	5
1.1. Мотиви до занять фізичною культурою у школярів та фактори, які їх обумовлюють	5
1.2. Стимуляція мотивів занять фізичною культурою учнів в освітньому процесі	8
1.3. Підвищення ефективності й розвитку позначення мотивів і потреб учнів за допомогою навчально-методичних підходів..	11
1.3.1. Роль педагогічного колективу школи у вирішенні завдань мотивів фізичного виховання	11
1.3.2. Фізична культура особистості вчителя та її вплив на формування фізичної культури особистості учнів	13
1.4. Необхідність формування у школярів свідомого ставлення до фізичної культури засобами теоретичної підготовки	16
РОЗДІЛ 2. Методи та організація проведення дослідження .	19
2.1. Методи дослідження	19
2.2. Організація та проведення дослідження.	22
РОЗДІЛ 3. Аналіз результатів дослідження	23
ВИСНОВКИ	26
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	28
ДОДАТКИ	32

ВСТУП

Актуальність. Сучасна система фізичного виховання базується на широкому комплексі наукових досліджень, що є передумовою розуміння і раціонального використання законодавчих документів, яким підпорядкований процес фізичного виховання.

Здоров'я підростаючого покоління цікавить всі сторони освітнього процесу. Але нажаль практика показує, безвідповідальне ставлення до занять фізичною культурою тим самим ставлячи під загрозу здоров'я учасників освітнього процесу, їх фізичну підготовленість та рухову активність.

Для підвищення мотивації до занять фізичною культурою потрібно враховувати процес формування самих мотивів. Які підпорядковані зовнішнім та внутрішнім факторам. До зовнішніх відносять ситуації в яких людина опиняється, а стосовно других – захоплення, переконання та інтереси самої особистості.

Діяльність особистості у будь-якій сфері залежить від мотивів які її спонукають.

Загальновідомі науковці-психологи А. Пуні, Е. Ільїн, В. Дьомін, Р.Пілон вважають мотивацію психологічним явищем, що спрямовує дії особистості та впливає на усі процеси фізіологічного та психологічного характеру. Її важливою особливістю є вплив на діяльність у фізичному вихованні.

Незаперечним фактором є актуальність питання формування мотивації в учасників освітнього процесу до занять фізичною культурою.

Мета полягає в дослідженні сучасних чинників формування мотивації до занять фізичною культурою учнів старшого шкільного віку.

Завдання:

1. Зробити аналіз науково-методичної літератури стосовно аналізу чинників формування мотивації до занять фізичною культурою.

2. Визначити мотиви занять фізичною культурою школярів методом анкетування.

3. Проведення психологічного тестування та аналізу результатів.

Об'єкт дослідження: процес фізичного виховання школярів.

Предмет: сучасні чинники формування мотивації учнів старшого шкільного віку до занять фізичною культурою.

Методи дослідження: під час написання кваліфікаційної роботи нами використовувалися метод анкетування, аналізу літературних джерел та математичної статистики.

Теоретичне та практичне значення дослідження полягає в обґрунтуванні розвитку мотивів до занять фізичної культури в учнів. Результати дослідження можуть бути використані при написанні курсових робіт, рефератів, статей, при підготовці до проведення соціального опитування.

Структура роботи. Випускна робота викладена на 41 сторінці друкованого тексту, до яких входять вступ, 3 розділи, висновки, список використаних джерел та додатки. В роботі використано 41 наукове джерело.

РОЗДІЛ 1

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА МОТИВАЦІЇ У ФІЗКУЛЬТУРНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

1.1. Мотиви до занять фізичною культурою у школярів та фактори, які їх обумовлюють

Першочерговим завданням сьогодення є гармонійний розвиток особистості. Виняткову роль у розв'язанні відіграє фізична культура, яка водночас є важливим засобом формування особистості. Вона розглядається як частина загальної культури суспільства, яка спрямована на зміцнення та підвищення рівня здоров'я і всебічний розвиток фізичних та інтелектуальних сил народу й використання їх у суспільній практиці, повсякденному житті.

Планова діяльність повинна передбачати наявність в особистості мотивів, які б спонукали до задоволення потреби [9, 13, 25, 32].

Стосовно мотивів занять фізичною культурою, то існує багато різноманітних класифікацій. Так мотиви поділяються на загальні й конкретні. До загальних відносять бажання учня займатися фізичними вправами, а до конкретних – улюбленим видом рухових вправ. [10].

За складністю та ступенем усвідомлення мотиви класифікують на прості та складні. Прості мотиви – задоволення власних потреб, складні – духовних [11].

Класифікація за стійкістю та тривалістю мотивів існує розподіл на короткочасні та довготривалі. Вони характеризуються досягненням мети ситуативно чи поступово [9, 10, 19].

В.І. Глухов [6] вважає мотивами діяльності: суспільний – розуміння потреби занять фізичними вправами з метою оздоровлення; мотив досягнення – усвідомлення потреби занять руховою діяльністю з метою розвитку своїх здібностей; співробітництва – вміння виконувати свою діяльність в колективі; винагородження – розуміння потреби покращення

свого фізичного стану та здоров'я в цілому. усвідомлення потреби у покращенні стану свого здоров'я.

Також існує класифікація обов'язкових мотивів та емоційної привабливості та інші [9].

Отже особистість до діяльності спонукають декілька мотивів в сукупності вони є мотивацією. Тому діяльність людини можна оцінити за рівнем мотивації та їх структурованістю тобто домінуючі. Або другорядні [6, 12].

Спеціалісти різних галузей в своїй практичній діяльності досить часто мають справу з мотивацією як психологічним явищем. Її можна розглядати з різних позицій, яку роль вона відіграє в життєдіяльності людини та які шляхи її формування. На думку науковців мотивація – спрямовує дії, діяльність та вчинки людей. Саме від мотивації залежить успішність діяльності людини. Безумовно ефективність занять фізичною культурою залежить від мотивації.

Стосовно формування мотивації однастайності серед науковців немає. Але більшість підтримує думку, що поєднання потреб особистості його вмінь та навичок з конкретною діяльністю сприяють формуванню мотивації. Тому поєднання вище зазначених чинників сприяють виникненню системи цінностей, які спрямовані на оволодіння та засвоєння знань в процесі заняття [7, 9, 32].

Також мотивацію розрізняють за відношенням до особистості як зовнішню так і внутрішню [16, 22, 32].

Чинниками формування внутрішньої мотивації є співпадання зовнішніх мотивів мети занять фізичною культурою з можливостями школярів. Успішна реалізація таких мотивів і цілей викликає в учнів задоволення успіхом, бажання продовжувати заняття за власною ініціативою. Внутрішня мотивація виникає при умові відчуття задоволення учнем від заняття.

В процесі життєдіяльності особистості можлива зміна мотивів у зв'язку зі зміною виду діяльності, інтересів тощо. Якщо людина змінюється як особистість, то мотиви її діяльності також. Прогресивний розвиток людини

характеризується рухом мотивів в сторону їх все більшого одухотворення (від органічних до матеріальних, від матеріальних до соціальних, від соціальних до творчих, від творчих до моральних [18, 25]. Сфера фізичної культури також не є виключенням, прикладом може бути рух від обов'язкових (первинних) занять фізичною культурою до занять в спортивних секціях. На нашу думку формування мотивів до занять фізичною культурою повинно починатися в дошкільному віці, в сім'ї, але не потрібно нехтувати питаннями мотивації в старшому шкільному віці [8, 20].

Чинники формування мотиву залежать від зовнішніх і внутрішніх факторів. Під зовнішніми розуміємо матеріально-технічну базу закладу, умови життєдіяльності, сімейне виховання та виховання в школі.

Внутрішні – потреби учня (переконання, бажання, інтереси якості других виступають бажання, інтереси, прагнення, переконання [9, 33]. На думку Круцевич Т., одним з головних чинників формування мотивації є авторитет учителя. З роками ця пріоритетність знижується і набувають переваги мотиви які пов'язані з подальшою діяльністю (колектив, друзі). Позитивним чинником є особистісний досвід систематичних занять фізичною культурою [17].

Неабияке значення має вплив на учня сімейного виховання та шкільного [37].

Однією з важливих психологічних умов розвитку мотивів, щодо занять фізичною культурою є отримання позитивного настрою від рухової активності та фізичного навантаження [10]. Тому знання чинників формування мотивації допоможе підвищити мотивацію до занять фізичною культурою

До чинників мотивації можемо віднести об'єктивні і суб'єктивні фактори. До об'єктивних факторів належать вміння учителя правильно організувати урок, об'єктивне оцінювання результатів за модуль, підвищення загальної фізичної підготовленості. Суб'єктивними факторами є соціальне положення учня в колективі класу на уроці фізичної культури, комунікативні

вміння, вміння та навички учня тощо [41]. Вище зазначені фактори мають змінний характер який залежить від вікових особливостей учня та результативності на уроці.

До оцінки задоволення і незадоволення від занять фізичною культурою не можна підходити однозначно: якщо є задоволення, то це стимулює активність учня, його мотиви подальших занять фізичною культурою. Все залежить від конкретної особистості, мотивів, мети, яку вона ставить перед собою, та умов, в яких особистість опиняється. Задоволення може приводити й до зниження активності внаслідок самозадоволення учня. З іншого боку, незадоволення досягнутим рівнем фізичного розвитку, спортивними результатами може стимулювати активність, примушуючи учня проявляти наполегливість. Але, це стимулювання закінчиться, як тільки учень відчує безперспективність у досягненні поставленої мети.

Хоча ступінь активності школярів на уроці фізичної культурою визначається перш за все соціальними факторами, але не можна недооцінювати і роль біологічного фактору – потреби людини у руховій активності, яка у різних людей має різну ступінь. Тому можна створити в учнів однакову силу соціального мотиву і отримати все ж різну активність у різних учнів. Ці відмінності і будуть визначатися різною «зарядженістю» учнів на проявлення активності [6, 10].

Змістовна сторона активного ставлення індивіда до занять фізичною культурою характеризується соціальними властивостями особистості набутими в процесі виховання та пропаганди здорового способу життя. Ставлення пасивного характеру до фізичної культури пов'язане перш за все з нерозвиненістю соціальних властивостей особистості. Відхилення у фізичному розвитку і стані здоров'я людей виявляються перш за все у реформованості свідомості [6, 14].

1.2. Стимуляція мотивів занять фізичною культурою учнів в освітньому процесі

Для успішного проведення фізичного виховання учнів, вчитель повинен на високому рівні володіти педагогічною майстерністю. Під час занять рівень зацікавленості учнів повинен зростати, їх емоційність та інтерес до зростання показників фізичної підготовленості. Одним з головних компонентів формування інтересу до освітнього процесу є стимулююча діяльність педагога [14, 26, 35].

Тому на нашу думку мотивація учнів до занять фізичними вправами тісно пов'язана з процесом стимулювання. Для ефективності мотивації учнів вчитель повинен мати мотиви, які пріоритетні для учнів. Стимулювання – це спеціальна діяльність учителя, яка покликана на підвищення активності учнів за допомогою зовнішніх стимулів [29].

Одним із стимулів є позитивне ставлення вчителя, що відображається прагненням до перемоги, гарними міжособистими відносинами, покращенням навчальних результатів.

Активність учнів на уроках фізичної культури потрібно підтримувати не тільки за рахунок мотивації, в іншому випадку вона зменшується. Це пов'язано з відсутністю інтересу до занять. Що призведе до погіршення результатів навчання.

Про ефективність стимулювання може свідчити збудження інтересу в учнів до навчального матеріалу. Систематична активність школярів на заняттях з часом стає потребою [38].

На думку багатьох дослідників процес стимулювання є складним тому має відповідати основним вимогам:

1. З урахуванням потреб учня відбувається процес стимулювання діяльності виховання.
2. Процес стимулювання не повинен бути постійним та довготривалим краще використовувати короткочасні форми.
3. Під час стимулювання не потрібно нехтувати моральною складовою, навпаки покращувати зміст [25].

Першочерговими стимулами до покращення активності на заняттях з фізичної культури є: результативність навчання, відкритість ігровий та змагальний методи.

Результативність навчання. На думку більшості психологів успіх в будь якій діяльності є одним з головних засобів підвищення інтересу та активності. У разі відсутності протягом тривалого часу успіху призводить до байдужого ставлення до діяльності. На заняттях фізичною культурою успіх школярів можемо розглядати через призму справедливого оцінювання з урахуванням особистих досягнень дитини.

Відкритість досягнень учнів полягає в оголошенні результатів навчання не тільки в процесі уроку, а також на інтернет платформі школи. В сучасних умовах актуальним є спілкування з батьками через створення груп на різних платформах, що дає можливість сповіщення батьків про успіхи дітей на заняттях.

Ігровий та змагальний методи передбачає використання на уроках використання спортивних ігор які передбачені у варіативній складовій шкільної програми. Цей метод є стимулюючим у заняттях фізичною культурою та якнайбільше задовольняє потреби в руховій активності учнів. також слід відзначити позитивність ігрового методу для виховання потреби самостійних занять [27, 28, 29].

З метою стимулювання активності учнів застосовується метод заохочення. В старшому шкільному віці є дуже важливим відчувати підтримку з боку однолітків та вчителів. Перед вчителем є широкий спектр заохочення учня: оцінювання особистих досягнень, моральна підтримка та похвала за правильність виконання вправи, допомога у вирішенні складних ситуацій тощо. Безумовно педагог повинен схвально відноситися до всіх учнів класу не обираючи «любимчиків». Правильне використання методу заохочення змотивує учнів до самостійних занять фізичною культурою та підвищить активність дітей.

1.3. Підвищення ефективності й розвитку позначення мотивів і потреб учнів за допомогою навчально-методичних підходів

1.3.1. Роль педагогічного колективу школи у вирішенні завдань мотивів фізичного виховання школярів

В низці виховних факторів школи, що впливають на формування особистості учнів. Значну роль відіграє педагогічний колектив. Значущість педагогічного колективу як одного з найбільш суттєвих факторів обумовлена тим, що виховання є його соціальною функцією, об'єктом його виховної діяльності постає учень, а результатом - зміни, що відбуваються в його вигляді під впливом застосованих педагогічних засобів, форм та методів [21].

Розробляючи проблему педагогічного колективу А. Макаренка вважав, що «нормальна робота школи неможлива без згуртованого педагогічного колективу, який дотримується однієї методики та колективно відповідає не тільки за «свій» клас, а за всю школу в цілому» [21, 31].

Формуючи особистість нової людини, педагогічний колектив може ефективно справлятися зі завданнями, що стоять перед ним, якщо сам є згуртованим та цілеспрямованим колективом здібним об'єднати та спрямовувати на школяра позитивні впливи школи та оточення.

Ефективність впливу педагогічного колективу на школярів залежить як від майстерності педагогів, їх кваліфікації та відповідальності. Так й від тих властивостей і якостей, які характеризують колектив як цілісний організм. Існування поряд дружнього, згуртованого колективу дорослих здійснює постійний формуючий вплив на учнів і є моделлю відносин. Цінності орієнтації, норми поведінки, увесь спосіб життя педагогічного колективу в значній мірі визначають внутрішнє шкільне виховне оточення, в якій формується школяр. Стиль стосунків, який складається у педагогічному колективі, перекладається на взаємовідносини в учнівське оточення.

Формування у дітей інтересу до занять фізичною культурою залежить від атмосфери, яка панує в колективі вчителів. Безумовний успіх діяльності є там де є чіткий розподіл відповідальності, тісна співпраця, взаєморозуміння та взаємопідтримка між адміністрацією закладу та вчителями. Виконання великого об'єму роботи при вирішенні завдань фізичного виховання в школі можливе за умови коли питання освітнього процесу є на порядку денному всього колективу. Усі педагоги повинні бути упевнені, що добра організація фізичного виховання у кожному класі та школі в цілому збільшує працездатність учнів, виховує їх організованість, волю, позитивно відбивається на успішності [23].

Спільні зусилля в напрямку фізичного виховання, а саме адміністрації школи, батьківського комітету, спортивних організацій дає змогу підняти на високий рівень систему оздоровчої та спортивної діяльності. Що покращить показники позакласної та позашкільної роботи школи та підвищить інтерес до самостійних занять фізичними вправами [39].

Тісна співпраця вчителя фізичної культури та класного керівника дає можливість покращити освітній процес, адже знання можливостей учнів цьому сприяє. Виховний процес в школі покликаний на формування в учнів необхідних моральних якостей, організаторських здібностей та комунікативних вмінь які формуються під час класних годин, відвідування різноманітних заходів, переглядів кінофільмів тощо. З метою ефективної підготовки класу до змагань класні керівники можуть надати допомогу в підготовці команди, групи підтримки, залучення батьківського комітету до участі та організації процесу підготовки [39].

Правильно організована робота по фізичному вихованню протягом дня школяра є однією з важливих форм активного відпочинку та культурного дозвілля, допомагає виховувати та зміцнювати дитячий колектив, сприяє міцному впровадженню занять фізичною культурою у житті учнів [14].

Кожний педагогічний колектив повинен прагнути здійснення позитивного впливу фізичної культури та спорту на збільшення

працездатності учнів, на покращення дисципліни, зменшення захворювань дітей. У цьому плані важливу роль відіграє особистий приклад, передусім вчителів фізичної культури, класних керівників, вчителів початкових класів. Хорошим прикладом для учнів є активні заняття фізичними вправами вчителів інших предметів та керівників школи. Але це можливе за умови достатнього високого рівня культури педагогів взагалі, та їх рівня фізичної культури зокрема [24].

1.3.2. Фізична культура особистості вчителя та її вплив на формування фізичної культури особистості учнів

Провідне значення у формуванні особистості відіграє учитель. Який повинен бути професіоналом, мати мотивацію до системи фізичного виховання школярів. Всі перераховані вміння забезпечують ефективність освітнього процесу [5].

Вчитель як особистість повинен володіти характеризується загальною культурою як рівнем розвитку який відображається в системі загальних потреб, діяльності та поведінці. Її відображенням є рівень творчих здібностей в процесі занять, результативність в освітній діяльності, світогляду, комунікативних вміннях тощо, які відображають основні напрями загальної культури особистості.

Загальна культура є специфічною основою педагогічної культури. Педагогічна культура настільки пов'язана із загальною культурою, що можна сказати, що педагогічна культура – це специфічний прояв загальної культури в умовах педагогічного процесу. Однією зі складових культури є фізична тому актуальним є поняття фізична культура особистості вчителя.

Фізична культура особистості вчителя – це частина культури особистості, основу специфічного змісту якої складає раціональне використання вчителем одного або декількох видів фізкультурної діяльності в якості фактору оптимізації свого фізичного та духовного стану [16].

В процесі професійної підготовки майбутніх вчителів спостерігається не виправдане зміщення цілей фізичного виховання у бік домінування фізичної готовності, засвоєння її нормативних та контрольних показників у збиток цілісному розвитку особистості. Не приділяється належної уваги формуванню системи світоглядних уявлень, поглядів, переконань на роль фізичного виховання у становленні особистості та професійної готовності вчителя, його соціальної та професійної позиції, яка визначає психолого-педагогічну готовність до виховної роботи з учнями та населенням засобом фізичної культури та спорту. Ігнорується формування потрібно-мотиваційної сфери майбутніх учителів у фізкультурно-спортивній діяльності.

Зниження рівня фізичної культури вчителів впливає на формування фізичної культури особистості учнів, формуючи пасивне, а іноді й негативне ставлення до занять фізичними вправами. Ці обставини диктують необхідність збільшення рівня освіченості педагогічних кадрів для більш ефективного та спрямованого впливу на залучення дітей до різних форм рухливої активності [37, 40].

Фізична культура вчителя може розглядатися як вище якісне, системне та динамічне утворення особистості, яке характеризується певним рівнем її фізичного розвитку та освіти, усвідомленням способів досягнення цього рівня, має прояв у різнобічних формах фізкультурно-спортивної діяльності, і викликає потребо-мотиваційною сферою.

До структури фізичної культури особистості вчителя входить три компоненти:

- 1) Орієнтації мотиваційно-ціннісного характеру орієнтовані на позитивне ставлення до рухової діяльності у вигляді занять фізичними вправами та формування потреби самостійних занять;
- 2) Фізичний розвиток та вдосконалення людини визначає психофізіологічні, фізичні можливості;
- 3) Сутність фізичної культури та її компонентів з метою досягнення високої результативності [2].

Ознакою соціальної зрілості вчителя є єдність високого рівня активності та світогляду. Їх предметно-практична спрямованість пов'язана із системою його ціннісних відношень. Одна з передумов зрілості вчителя, становлення відповідальності за здоров'я дітей, їх фізичне виховання – формування його соціальної позиції, де установки, інтереси, світоглядні критерії та його ставлення до соціальних цінностей фізичної культури на єдиній основі регулюють його духовну та предметно-практичну діяльність. В структурі його позиції можна відокремити предметно-практичний рівень, який проявляється у діях, вчинках, та світоглядний, що включає систему ціннісних відношень до фізичної культури. Щоб знання та прийняті особистістю, необхідно, щоб їх зміст був пережитим і перетворився у певне соціальне почуття, щоб паралельно формувалися воля, готовність та здібність діяти [8].

Фізичне вдосконалення передбачає таке здоров'я та таку фізичну розвиненість, які дозволяють особистості успішно приймати участь у корисних для суспільства та бажаних для неї видах діяльності.

У процесі формування фізичної культури особистості можна виділити наступні рівні її розвитку.

Ситуативний, при якому в цілому відсутнє позитивне ставлення до засвоєння цінностей фізичної культури, немає прагнення до її пізнання та цілеспрямованому використанню у житті, педагогічній діяльності. Певний інтерес та активність виникають в умовах незвичності, новизни, в силу ефекту наслідування.

Рівень початкової грамотності характеризує засвоєння окремих найпростіших елементів фізичної культури (виконання ранкової гімнастики, загартовуючі процедури та ін.), які можна розглядати як форми гігієнічної фізичної культури повсякденно-побутового характеру. Спрямованість використання – особова.

Рівень освіченості ґрунтується на пізнанні існуючих положень фізичної культури, інтерес до предметного змісту фізкультурно-спортивної

діяльності. Він передбачає розширене використання не тільки її індивідуальних та колективних форм, але відносно обмежене її впровадження серед учнів (організація та проведення фізкультурних пауз, фізкультхвилинок, найпростіших ігор, на перервах та ін.).

Рівень творчого використання відображає високорозвинену свідомість, переконаність та практичну необхідність використання фізичної культури у формуванні всебічно та гармонійно розвиненої особистості. Пізнавальні інтереси включені у загальну спрямованість особистості, системи її життєвих цілей та планів. При цьому рівні спостерігаються повноцінна реалізація фізичної культури в професійно-особистісних якостях учителя, в його навчально-виховній діяльності, в умінні ставити та вирішувати творчі педагогічні завдання, в різноманітних формах проявлення соціальної активності [3].

Вчитель фізичної культури повинен бути прикладом для учнів в різних видах своєї діяльності. Адже тільки за цієї умови можливе виховання здорової нації держави.

1.4. Необхідність формування у школярів свідомого ставлення до фізичної культури засобами теоретичної підготовки

У сучасній системі профілактичних програм по збільшенню фізичної активності підлітків та покращення їх здоров'я велике значення має розширення пізнавального компоненту ставлення учнів до фізкультурної діяльності.

Виховання у підлітків мотивації до фізичного вдосконалення буде ефективним лише за умови засвоєння ними системи знань з фізичної культури та здорового способу життя із наступним використанням під час самостійних занять фізичними вправами. Це допомагає глибше зрозуміти значення занять фізичними вправами та сприяє різнобічному розвитку людини, зміцненню її здоров'я. Лише такі знання впливають на мотиви та потреби учнів [27].

Одних тільки фізичних вправ недостатньо для виховання у дітей справжньої фізичної культури з широким розумінням її суті та закономірностей. Саме на основі набутих школярами знань досягається усвідомлене опанування рухових дій. І навпаки, неусвідомлене виконання вправ – одна з основних причин, що не дає змоги зробити фізичну культуру супутником життя, сформувати звичку до щоденної рухової діяльності [39].

Саме слово, як засіб і метод, повинно бути визначене в якості ведучого при вирішенні освітніх та виховних завдань. Воно передує будь-яким іншим засобом і методом і завершує їх [35]. За допомогою слова повідомляють знання, активізують й поглиблюють сприйняття, надають завдання, спрямовують поведінку вихованців та ін. відповідно різноманітні й методи використання слова.

До методів та прийомів, які сприяють формуванню свідомого ставлення у підлітків до фізичної культури, відносяться, зокрема, методи переконання – бесіди, лекції, інформації та ін. Застосовуючи вказані методи, вчителя формують в учнів соціально значущі мотиви щоденних занять фізичною культурою та спортом, розвивають інтерес до них, озброюють школярів необхідними теоретичними знаннями у даній сфері.

Взагалі то, деякі автори [2] стверджують, що по мірі зростання емоцій в результаті розповідей, лекцій, бесід працездатність школярів послідовно збільшується. Словесні подразники збуджують кору півкуль великого мозку, що передається певним центрам підкірки, а ті в свою чергу активізують кору головного мозку, головним чином шляхом виділення доволі великої кількості адреналіну, який збільшує лабільність кіркових клітин і посилює відповідальні процеси. В той же час емоційне збудження приводить до значного домінування збудливих процесів над гальмовими, і, відповідно, появленню охоронного гальмування значно пізніше як при фізичній, так й при розумовій діяльності. Так, при роботі на витривалість, емоції, що виникли під впливом слова та інших факторів. Збільшують об'єм легеневої

вентиляції за одну хвилину, частоту серцевих скорочень серця, за одиницю часу, збуджують органи внутрішньої секреції.

Нами було проведено педагогічне спостереження по вивченню ефективності впливу таких загально-педагогічних засобів як бесіди, лекції, розповіді та ін. на мотивацію підлітків в процесі формування у останніх активно-позитивного ставлення до занять фізичною культурою. Результати засвідчили необхідність інтенсивного використання загально педагогічних засобів вчителями у процесі фізичного виховання школярів. Педагогічне спостереження проводилося в закладі загальної середньої освіти № 46 м. Херсона. В ньому прийняло участь учні 10-11 класів.

Для визначення переважаючих мотивів до занять фізичною культурою учнів старшого шкільного віку нами проводилося анкетування.

За результатами педагогічного спостереження ми констатуємо, що позитивних змін у ставленні підлітків до занять фізичною культурою кожен вчитель може досягти шляхом ефективного застосовування таких загально-педагогічних засобів як бесіди, лекції, вікторини та ін. Впливаючи за значеними засобами на мотиваційну сферу школярів можна досягти позитивних змін у показниках розвитку фізичних якостей, в результаті чого педагогічний процес стає більше результативнішим.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОВЕДЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Під час проведення дослідження було використано наступні методи:

1. Теоретичний аналіз та узагальнення матеріалів науково-методичних джерел з даного питання.
2. Метод анкетування.
3. Метод математичної статистики.

Теоретичний аналіз та узагальнення матеріалів науково-методичних джерел.

Досліджувана проблема вимагає її теоретичного обґрунтування. У зв'язку з цим під час дослідження нами було опрацьовано 41 науково-методичне джерело з проблеми розвитку мотивів до занять фізичної культури в учнів загальноосвітнього навчального закладу. Таким чином нами виявлено, що за В.І. Глуховим [6] основними мотивами діяльності можуть бути наступні: суспільний мотив, мотив досягнення, мотив співробітництва, мотив заохочення. І якщо формування мотивів до занять фізичною культурою повинно починатися ще у дошкільному і молодшому шкільному віці, то найбільш важливий є старший шкільний вік.

Анкетування. Для визначення чинників, які впливають на бажання займатися фізичною культурою та спортом була розроблена анкета. Опонтам пропонується відзначити п'ять найбільш важливих, на їх погляд, чинників з п'ятнадцяти запропонованих та виконати їх ранжирування.

Методика проведення анкетування полягає у наступному: кожному досліджуваному надається текст опитувальника (додаток А, додаток Б) та інструкція; на заповнення анкет відводиться 10 хвилин.

Інструкція. Уважно прочитайте перелік чинників, які на Ваш погляд, впливають на виникнення бажання займатися фізичною культурою та спортом. Вам пропонується вибрати п'ять найбільш важливих та оцінити

балами від 5 до 1 по ступеню важливості та значущості їх для виникнення бажання займатися фізичною культурою та спортом. У стовпчик для відповідей запишіть проставлений вами бал.

Обробка результатів. Порівнюється ступінь вираженості того чи іншого чинника та відсоток його досліджуваних, що його обрали. Всі чинники об'єднані у певній групі: педагогічні, комунікативні, особистісні, соціально-економічні. До педагогічних чинників відносяться: сімейне виховання, навчальний процес у школі, позаурочне та позакласне виховання. Серед комунікативних: інтернет мережі, спілкування у групах інтернет середовища, однокласниками та друзями. Знання про здоровий спосіб життя, контроль за станом власного здоров'я відносяться до особистісних чинників. Показниками, соціально-економічних чинників є оплата праці вчителя фізичної культури, матеріальний статс сім'ї та наявність спортивних споруд поблизу домівки.

Психологічне тестування. Даний метод дослідження був застосований з метою визначення ступеня важливості різних причин (ситуацій, обставин), які спонукають школярів займатися фізичною культурою та спортом. Методика була розроблена В. Тропніковим і має назву «Вивчення мотивів занять фізичною культурою та спортом» [34].

Методика тестування.

Кожному учню надається текст опитувальника (дод. В) та бланк для відповідей (дод.Г).

Інструкція. Як можна точніше оцінити причини (ситуації, обставини), які спонукають вас займатися фізичною культурою та спортом. Вам надається перелік можливих причин. Перш за все уважно продивіться увесь запропонований список. Всі причини потрібно оцінити балами від 5 до 1 по ступеню важливості та значущості їх для продовження вами занять фізичною культурою та спортом. Причини, які не мають для вас жодного значення, оцінюються у 1 бал. У бланку для відповідей запишіть проставлений вами бал у клітинці поряд з номером відповіді (причина).

Обробка результатів. Порівнюється ступень вираженості у школяра того або іншого мотиву або потреби:

- спілкування (пп. 7, 26, 36, 45, 65, 74, 99, 102),
- пізнання (пп. 11, 30, 64, 87),
- матеріального добробуту (пп. 3, 22, 41, 49, 60, 68, 79, 98),
- розвитку характеру та психічних якостей (пп. 2, 21, 40, 59, 78, 81, 95, 97),
- фізичного вдосконалення (пп. 5, 19, 18, 25, 37, 38, 39, 57, 76, 84),
- зміцнення самопочуття та здоров'я (пп. 1, 58, 58, 63, 77, 96, 104),
- естетичної потреби (пп. 6, 43, 44, 55, 56, 82, 93, 94),
- набуття корисних для життя вмінь та навичок (пп. 9, 28, 47, 66, 88, 100),
- потреба у схваленні (пп. 12, 31, 50, 69, 106),
- підвищення престижу, прагнення до шани (пп. 8, 16, 17, 27, 35, 46, 54, 83, 103, 107),
- колективістська спрямованість (пп. 10, 29, 48, 67, 85, 86, 105).

Оскільки кількість пунктів для кожного мотиву у методиці. Порівняння вираженості цих мотивів можливо в тому випадку, якщо отриману суму балів розділити на кількість пунктів, які відносяться до кожного мотиву, тобто розрахувати середньоарифметичну величину вираженості кожного мотиву.

Після підрахунку балів по кожному розраховується загальний середній бал групи активних мотивів (пізнання, набуття корисних для життя вмінь та знань та інші) та загальний середній бал групи пасивних мотивів (спілкування, матеріального добробуту, потреби у схваленні, підвищення престижу, бажання слави, колективістська спрямованість).

Середнє арифметичне. Для визначення середнього значення групи даних обчислюється середня арифметична за формулою:

$$\bar{X} = \frac{\sum V}{n},$$

Де \bar{X} - середня арифметична; Σ - знак суми; V –одержані у дослідженнях значення (варіанти); n – кількість значень.

2.2. Організація та проведення дослідження

Дослідження проводилося в ЗОШ № 46 м. Херсона в 2020 році.

Контингент дослідження склали 45 підлітків 11-х класів зазначеної школи, з якими проводилось анкетування.

Дослідження проводилося у два етапи.

На першому етапі на основі аналізу наукових джерел були підібрані психологічні тести, розроблена анкета для визначення значимості тих чи інших чинників, що впливають на бажання займатися фізичною культурою та спортом. Підібрані психологічні тести використовувались для визначення мотивації підлітків до занять фізичною культурою та спортом.

На другому етапі з учнями ЗЗСО № 46 м. Херсона було проведено анкетування з метою визначення загальної картини щодо мотивації підлітків до занять фізичною культурою і спортом.

РОЗДІЛ 3

АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

З метою визначення загального рівня виявлення інтересів, мотивів було проведено анкетування, з учнями 11-х класів ЗЗСО №46. До анкетування було залучено 45 учнів старшого шкільного віку. За результатами дослідження констатуємо, що у 54% учнів домінують 2 мотиви.

У хлопців та дівчат пріоритетним є мотив покращення своєї фізичної форми, та статури. Але хлопці обрали паралельно спортивний мотив. Дівчата ж у своїх відповідях констатували домінують мотиву збереження ваги тіла. Незаперечним серед мотивів є оздоровчий, в середньому складає 37% для хлопців і 33% для дівчат. Щодо мотивів рекреаційного характеру за результатами дослідження: комунікація з класом, друзями та активний відпочинок притаманний всім учасникам тестування (близько 25%).

Нами вивчалися чинники формування мотивації учнів до занять фізичною культурою та причини, які стоять на заваді бажання занять фізичними вправами з метою визначення їх структури. Але можемо стверджувати, що вони є мінливими.

Щодо мотиваційних чинників до них відносяться: педагогічні, комунікативні, особистісні, соціально-економічні.

Педагогічні чинники: виховання в сім'ї, освітній процес в закладі, а також виховання в системі урочних та позаурочних заходів. До комунікативних відносяться: інтернет, колектив та ін. Особистісні чинники: бажання займатися фізичними вправами, самостійними заняттями тощо. До соціально-економічних показників ми відносимо матеріальне забезпечення вчителя, наявність матеріально-технічної бази для занять фізичними вправами, благополуччя родини.

Середні показники анкетування засвідчують вплив учителя фізичної культури на формування інтересу до занять: у хлопців він складає 16%, дівчат – 12%.

Незаперечним фактом є вплив інтернету на формування мотивів занять фізичною культурою. Переважна більшість школярів сидить біля комп'ютера щодня – 73,2% хлопці та 75,5% дівчата. Щодня окрім вихідних діти знаходяться біля комп'ютера в середньому 3 години, а у вихідні цей показник збільшується до 5 годин.

Юнаки надають перевагу сайтам спортивного спрямування з елементами боротьби та спортивних ігор (59%), у дівчат перевага надається перегляду спортивних танців, чирлідінгу, фітнес технологій (21%).

Учнів також цікавить інформація про оздоровчі ефекти фізичного виховання. Так дівчат більше цікавить інформація корекції фігури (52,2%), оздоровчі програми занять (17,0%), про змагання (12,2%), дієту (11,9%), зміст самостійних занять (3,7%), систему загартовування (3 %).

Отже можемо констатувати, загальні тенденції чинників мотивації притаманні всім учням незалежно від статі.

За аналізом інтересів до занять фізичною культурою можемо констатувати, що вибір окремих видів спорту залежить від інформації яку отримують школярі з різних джерел. Так у хлопців інтереси розподілилися наступним чином: футбол (33%), баскетбол (24%), плавання (17%), функціональне багатоборство (12%), одноборства (8%), волейбол (6%). Дівчата надали перевагу наступним видам фітнес (28%), плавання (18%), різні види аеробіки (27%), баскетбол (13%), волейбол (9%), туризм (5%).

Одним з негативних чинників є відсутність матеріально-технічної бази в школі і це перешкоджає вибору варіативного модулю улюбленого виду спорту.

Отже проведене нами дослідження дозволяє визначити структуру чинників, що впливають на мотивацію занять фізичною культурою. Це дослідження на нашу думку дозволяє вносити корективи в організацію освітнього процесу.

Для визначення пріоритетних чинників мотивації занять фізичною культурою нами було використано методику В.Тропнікова [34].

Таблиця 3.1

Мотиви занять фізичною культурою учнів старшого шкільного віку

Мотиви	Середнє значення	Рейтинг ування	Примітки
Фізичне вдосконалення	3,82	1	Акт.
Формування рис характеру та якостей	3,68	2	Акт.
Колективізм	3,65	3	Пас.
Набуття соціальних знань та вмінь	3,53	4	Акт.
Бажання підвищити соціальний статус	3,46	5	Пас.
Усвідомлення та пізнання	3,27	6	Акт.
Потреба у заохоченні	3,20	7	Пас.
Покращення здоров'я	3,12	8	Акт.
Міжособистісна комунікація	3,06	9	Пас.
Матеріальний добробут	2,77	10	Пас.

За результатами дослідження ми бачимо домінування активних мотивів над пасивними. За визначенням середнього балу активної мотивації бачимо наступні результати: 3,49, пасивна мотивація – 3,21.

Майже однакова тенденція в показниках мотивації. На підставі проведеного експерименту маємо наступні результати: в учнів старшого шкільного віку показники активної мотивації знаходяться в межах 3,12+3,82, пасивної мотивації – 2,76+3,65, середня арифметична має такі показники: 3,48 та 3,22. Результати дослідження мотивації занять фізичною культурою у підлітків (бали): активна мотивація – 3,49 бали; пасивна – 3,21 середній бал.

ВИСНОВКИ

У зв'язку з тенденцією зменшення рухової активності, комп'ютеризації, поширення рівня захворюваності серед учнівської молоді актуальним є питання формування чинників мотивації до занять фізичною культурою.

До мотиваційних чинників ми віднесли: педагогічні, комунікативні, особистісні, соціально-економічні.

Педагогічні чинники: виховання в сім'ї, освітній процес в закладі, а також виховання в системі урочних та позаурочних заходів. До комунікативних відносяться: інтернет, колектив та ін. Особистісні чинники: бажання займатися фізичними вправами, самостійними заняттями тощо. До соціально-економічних показників ми відносимо матеріальне забезпечення вчителя, наявність матеріально-технічної бази для занять фізичними вправами, благополуччя родини.

Кожен з вищезазначених чинників потребує коректування з боку вчителя фізичної культури, учня, педагогічного колективу та батьків. Поєднання чинників формує мотивацію до занять фізичною культурою.

За результатами анкетування середні показники засвідчують вплив учителя фізичної культури на формування інтересу до занять: у хлопців він складає 16%, дівчат – 12%., вплив інтернету на формування мотивів занять фізичною культурою, переважна більшість школярів сидить біля комп'ютера щодня – 73,2% хлопці та 75,5% дівчата. Юнаки надають перевагу сайтам спортивного спрямування з елементами боротьби та спортивних ігор (59%), у дівчат перевага надається перегляду спортивних танців, чирлідінгу, фітнес технологій (21%).

Учнів також цікавить інформація про оздоровчі ефекти фізичного виховання. Так дівчат більше цікавить інформація корекції фігури (52,2%), оздоровчі програми занять (17,0%), про змагання (12,2%), дієту (11,9%), зміст самостійних занять (3,7%), систему загартовування (3 %).

Отже можемо констатувати, загальні тенденції чинників мотивації притаманні всім учням незалежно від статі.

За аналізом інтересів до занять фізичною культурою можемо констатувати, що вибір окремих видів спорту залежить від інформації яку отримують школярі з різних джерел. Так у хлопців інтереси розподілилися наступним чином: футбол (33%), баскетбол (24%), плавання (17%), функціональне багатоборство (12%), одноборства (8%), волейбол (6%). Дівчата надали перевагу наступним видам фітнес (28%), плавання (18%), різні види аеробіки (27%), баскетбол (13%), волейбол (9%), туризм (5%).

За результатами дослідження ми бачимо домінування активних мотивів над пасивними. За визначенням середнього балу активної мотивації бачимо наступні результати: 3,49 бали, пасивна мотивація – 3,21.

Майже однакова тенденція в показниках мотивації. На підставі проведеного експерименту маємо наступні результати: в учнів старшого шкільного віку показники активної мотивації знаходяться в межах 3,12, пасивної мотивації – 2,76 середня арифметична має такі показники: 3,48 та 3,22. Результати дослідження мотивації занять фізичною культурою у підлітків (бали): активна мотивація – 3,49 бали; пасивна – 3,21 середній бал.

Отже можемо констатувати, що підвищення рухової активності старшокласників, збереження здоров'я залежить від мотивації до занять фізичною культурою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бальсевич В.К., Запоражанов В.А. Физическая активность человека. – К.: Здоровье, 2002. – 224с.
2. Бальсевич В.К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека. // Теория и практика физической культуры, - 1990. - №1. – С. 22-27.
3. Бикмухаметов Р.К. Здоровье педагога как образовательная ценность. // Теория и практика физической культуры, - 1999. - №8. – С. 18-19.
4. Быков А. Теория и практика формирования потребности в физическом самовоспитании у школьников. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2000. - №3. – С. 2-8.
5. Войнар Ю. Тенденции и проблемы профессионального образования в сфере физической культуры. // Теория и практика физической культуры, - 1999. - № 10. – С. 25-26.
6. Глухов В.И. Физическая культура в формировании здорового образа жизни. – К.: Здоровья, 1989. – 72с.
7. Гуменюк Н.П., Клименко В.В. Психология физического воспитания и спорта. – К.: Вища школа, 2000. – 210с.
8. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 376с.
9. Ильин Е.П. мотивация и мотивы. – СПб: Питер, 2000. – 448с.
10. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. – М.: Просвещение, 2007. – 287с.
11. Ильин Е.П. Сущность и структура мотива. // Психологический журнал, 1995. Т.16. - №2. – С. 27-41.
12. Кардялис К.К., Зуозиенс И.Ю. Влияние знаний о физической культуре и здоровом образе жизни на отношение

школьников к физической активности. //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1999. - №3-4. – С. 11-15.

13. Ковалев В.И. Мотивы поведения и деятельности. – М.: Наука, 1988. – 192с.

14. Козленко О. Формування мотивів фізичного вдосконалення у молодших школярів. // Фізичне виховання в школі, 1994. - №4. – С. 29-32.

15. Контрольні і курсові роботи з теорії та методики фізичного виховання / Л.П. Сергієчко. – Херсон: Наддніпрянська правда, 1997. – 72с.

16. К проблеме воспитания личной физической культуры у школьников и студентов. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2000. - №2. – С. 50-53.

17. Круцевич Т., Безверхняя Г. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом в школьном возрасте. // Олімпійський спорт, спорт для всіх, проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації. Тези доповідей IV Міжнародного наукового конгресу. – Київ: Олімпійська література, 2000. – С. 385.

18. Круцевич Т. Оцінка як один із факторів підвищення мотивації учнів до фізично активності. // Фізичне виховання в школі. – 1999. - №1. – С. 47-51.

19. Лозниця В.С. Психологія і педагогіка. – К.: «Екс об», 2006. – 304с.

20. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью. // Теория и практика физической культуры, - 1997. - №6. – С. 10-13.

21. Макаренко А.С. Коллектив и воспитание личности. – М.: Педагогика, 1972. – 336с.

22. Маркова А.К., Матис Т.А., Орлов А.Б. Формирование мотивации учения. – М.: Просвещение, 1990. – 226с.
23. Минаев Б.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания школьников. – М.: Просвещение, 1989. – 222с.
24. Мудрик А.В. Учитель: мастерство и вдохновение. – М.: Просвещение, 2003. – 160с.
25. Немов Р.С. Психология. – М.: Просвещение. ВЛАДОС, 2006. – 576с.
26. Новосельский В.Ф. Методика урока физической культуры в старших классах. – К.: Радянська школа, 1989. – 128с.
27. Остапенко О. Виховання інтересу до фізичної культури підлітків старшого віку. // Завуч, 2000. - № 27. – С.5.
28. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. – Харків, 2001. - №5. – 56с.
29. Петренко И.И. Как подружить школьника с физкультурой. – К.: Знание, 2002. – 48с.
30. Пилоян Р.А., Суханов А.Д. Физическая культура как объект познания в аспекте психологической теории деятельности // Теория и практика физической культуры, 2001. - №1. – С. 40-45.
31. Развитие идей А.С. Макаренко в теории и методике воспитания / Под. Ред. В.М. Коротова. – М.: Педагогика, 1989. – 320с.
32. Реан А.А., Бордовская Н.В., Розум С.М. Психология и педагогика. – СПб.: Питер, 2000. – 432с.
33. Серегина О.Б. Формирование мотивационно-ценностного отношения младших школьников к физической культуре. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2000. - №2. – С. 45-49.
34. Тропніков В.Т. Вивчення мотивів занять фізичною культурою і спортом. – К.: Олімпійський спорт, 2002. – 261с.
35. Тер-Ованесян А.А., Тер-Ованесян И.А. Педагогика спорта. – К.: Здоровья, 1983. – 208с.

36. Фролова Н. Особливості особистісно-орієнтованого фізичного виховання молодших школярів в умовах малого міста // Олімпійський спорт, спорт для всіх, проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації. Тези доповідей IV Міжнародного наукового конгресу. – Київ: Олімпійська література, 2000. – С. 441.

37. Хлопкова Ю. Роль сем'ї в формуванні фізкультурних і спортивних інтересів младших школьників // Олімпійський спорт, спорт для всіх, проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації. Тези доповідей IV Міжнародного наукового конгресу. – Київ: Олімпійська література, 2000. – С. 102

38. Шевченко А.А., Перевошиков Ю.А. Основы физического воспитания. – Киев.: Вища школа, 1984. – 184с.

39. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів. – Львів: Світ, 1993. – 184с.

40. Щаева Г. Формирование ценностей здоровья в образе жизни студентов. // Олімпійський спорт, спорт для всіх, проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації. Тези доповідей IV Міжнародного наукового конгресу. – Київ: Олімпійська література, 2000. – С. 454.

41. Щербаков И.И. Особенности формирования интереса к занятиям физической культурой у трудящихся некоторых социально-демократических групп. // Теория и практика физической культуры. – 2004. - №3. – С.5-6.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета чинників, які впливають на виникнення бажання займатися фізичною культурою та спортом.

Стать _____ Вік _____ Клас _____ Школа _____

Уважно прочитайте перелік чинників, які на Ваш погляд впливають на виникнення бажання займатися фізичною культурою. Вам пропонується вибрати одно чи два найбільш важливих твердження, та оцінити балами від 5 до 1 по ступені їх важливості, що на Вашу думку, здійснює основний вплив на виникнення бажання займатися фізичною культурою і спортом. У стовпчиках для відповідей запишіть поставлений Вами бал.

Твердження	Бал
Відвідування фізкультурно-спортивних заходів	
Вільний час для занять фізичною культурою та спортом	
Вплив батьків та родичів	
Заняття спортивних секцій та позаурочні спортивні заходи	
Знання про необхідність та значення займатися фізичною культурою та спортом	
Матеріальні можливості сім'ї	
Наявність бажання поліпшити свій фізичний стан та здоров'я	
Наявність інтересу до власних спортивних можливостей	
Наявність спортивних споруд поблизу домівки	
Ознайомлення зі спортивними подіями зп періодичними виданнями	
Оплата праці вчителя фізичної культури	
Перегляд спортивних програм на телебаченні	
Приклад друзів	
Стан власного здоров'я	
Шкільні заняття фізкультури	

Додаток Б

Анкета

Стать _____ Вік _____ Клас _____ Школа _____

Уважно прочитайте питання. Вам пропонується вибрати та позначити одну відповідь (твердження), що є для Вас найбільш правильною.

1. Як часто Ви дивитесь телевізор?
а) щодня; б) раз на два дні; в) раз на два дні; г) раз на тиждень.
2. Скільки часу в день Ви витрачаєте на перегляд телепередач?
а) 1-2 години; б) 2-3 години; г) 3-4 години; д) більше 4 годин.
3. Які телепередачі Вас приваблюють більше всього?
а) художні фільми; б) пізнавальні передачі; в) концерти; г) спортивні змагання; д) новини.
4. Передачі з яких видів спорту Вам подобаються більше всього?
а) футбол; б) баскетбол; в) плавання; г) бодібілдинг; д) одноборство;
ж) туризм та спортивне орієнтування; з) легка атлетика; к) волейбол;
л) аеробіка; м) шейпінг; н) фітнес.
5. Чи отримуєте Ви інформацію щодо фізичної культури та спорту з періодичним видань?
а) так; б) ні.
6. Яка інформація Вас більше цікавить у періодичних виданнях?
а) система загартовування; б) інформація про корекцію фігури; в) зміст самостійних занять; г) дієта; д) результати змагань; ж) оздоровчі програми занять.
7. Як часто Ви пропускаєте уроки фізичної культури без поважних причин?
а) постійно; б) інколи пропускаю; в) часто пропускаю; г) зовсім не пропускаю.
8. Що, Вам не подобається (викликає незадоволення) на заняттях фізичної культури?
а) відсутність музики на заняттях; б) відсутність змагань; в) відсутність вправ, що подобається; г) відсутність рухливих ігор; д)

велике навантаження; ж) мале навантаження; з) відсутність спортивних ігор.

9. Який вид спорту Вам до вподоби?

а) футбол; б) баскетбол; в) плавання; г) бодібілдинг; д) одноборство; ж) туризм та спортивне орієнтування; з) легка атлетика; к) волейбол; л) аеробіка; м) шейпінг; н) фітнес.

10. Яким видом спорту Ви хотіли б займатися в школі?

а) футбол; б) баскетбол; в) плавання; г) бодібілдинг; д) одноборство; ж) туризм та спортивне орієнтування; з) легка атлетика; к) волейбол; л) аеробіка; м) шейпінг; н) фітнес.

Додаток В**Мотиви занять фізичною культурою та спортом****(методика В. Тропнікова)****Інструкція**

Постарайтеся як можна точніше оцінити причини (ситуації, обставини), які спонукали й спонукають вас продовжувати займатися цим видом спорту.

Вам пропонується перелік можливих причин заняття фізичною культурою та спортом. Насамперед перегляньте весь пропонований список. Всі причини потрібно оцінити балами від 5 до 1 по ступеню значимості й важливості їх для продовження вами занять цим видом спорту. Причини, які не мають для вас ніякого значення, оцінюються в 1 бал.

У бланку для відповідей запишіть проставлений вами бал у клітинці поруч із номером відповіді (причини).

Текст опитувальника (можливі причини, заняття фізичною культурою та спортом).

1. За порадою лікаря.
2. Бажання виховати цілеспрямованість.
3. Щоб одержати спортивну форму й інвентар.
4. За порадою батьків, родичів.
5. Бажання мати фігуру із сильно розвитою мускулатурою.
6. Тому, що це красивий вид спорту.
7. Щоб мати більше друзів і товаришів.
8. Тому, що заняття спортом дозволяють підвищити авторитет на роботі (по місцю навчання).
9. Щоб придбати вміння й навички, тому що вони придадуться в житті.
10. Бажання захищати честь команди (спортивного товариства) на різних змаганнях.

11. Щоб розширити свій кругозір, світогляд.
12. Тому, що мені приємно, коли хвалить і схвалює тренер.
13. Тому, що спортивна база близько від дому (місця навчання, роботи).
14. Не було інших секцій.
15. Я високого зросту, що коштовно для цього виду спорту.
16. Бажання одержати наступний спортивний розряд.
17. Бажання стати чемпіоном міста, країни.
18. Бажання розвитку рухливість і координацію.
19. Бажання розвинути силу.
20. З метою підтримувати гарне самопочуття.
21. Бажання виховати сміливість і рішучість.
22. Тому, що спортсменам видають талони на харчування.
23. За порадою друзів, товаришів.
24. Тому, що це такий вид спорту, де можна тренуватися індивідуально, не залежно від інших.
25. Бажання мати гарну й струнку фігуру.
26. Бажання бути в якому-небудь колективі.
27. Тому, що заняття спортом дозволяють підвищити авторитет серед родичів, друзів, товаришів.
28. Щоб придбати вміння й навички, тому що вони придадуться під час служби в армії.
29. Бажання захистити честь команди (міста) на різних змаганнях.
30. Бажання більше довідатися про життя видатних спортсменів.
31. Тому, що мені приємно, коли мене хвалять батьки, родичі за досягнуті результати.
32. Просто нема чого робити (багато вільного часу).
33. Подивився кіно, телепередачу про цей вид спорту.
34. Вважаю себе рухливим і з гарною координацією, що коштовно для цього виду спорту.

35. Бажання стати майстром спорту.
36. Щоб проводити весело час.
37. Бажання розвинути витривалість.
38. Бажання розвинути швидкісні якості.
39. Щоб підтримувати постійний рівень фізичного розвитку.
40. Бажання виховати силу волі.
41. Тому, що спортсмени мають можливість одержувати коштовні призи й подарунки.
42. По сімейних традиціях.
43. Тому, що мені подобається складна тактика боротьби на змаганнях у цьому виді спорту.
44. Тому що мені подобається краса й відточеність виконання вправ у цьому виді спорту.
45. Тому, що мені подобаються колективні тренування.
46. Бажання стати лідером, капітаном команди.
47. Щоб одержати спеціальність, у майбутньому працювати в області спорту.
48. Бажання захищати честь своєї країни на міжнародних змаганнях.
49. Бажання побувати в інших містах на зборах і змаганнях.
50. Тому, що мені приємно, коли схвалюють і хвалять друзі, товариші за досягнуті успіхи.
51. Тому, що цей вид спорту розвинений по місцю навчання (роботи).
52. Тому, що побував на змаганнях із цього виду спорту.
53. Уважаю, що в мене гарні швидкісні якості, а це гарно для даного виду спорту.
54. Бажання стати чемпіоном країни, миру й Олімпійських ігор.
55. Тому, що це емоційний вид спорту.
56. Тому, що змагання із цього виду спорту проводяться цікаво й привабливо.
57. Бажання розвинути спритність.

58. Щоб позбутися від зайвої ваги, від ожиріння.
59. Бажання виховати завзятість і наполегливість.
60. Тому, що спортсмени мають можливість одержати грошову, матеріальну підтримку.
61. Тому, що батьки займалися цим видом спорту.
62. Тому, що в цьому виді спорту найбільше чітко видний ріст власних результатів.
63. Відчуваю потребу в руховій активності.
64. Бажання познайомитися з відомими людьми й провідними спортсменами.
65. Щоб не відставати від своїх друзів і товаришів.
66. Тому, що заняття цим видом спорту допомагають у різних життєвих ситуаціях.
67. тому, що мені приємно випробовувати почуття виконаного обов'язку перед товаришами по команді.
68. Бажання побувати на змаганнях за кордоном.
69. Тому, що мені приємно, коли хвалять за досягнуті успіхи.
70. Зустріч (знайомство) зі знаменитими спортсменами.
71. Не приймали в інші секції.
72. Вважаю себе фізично сильним, що гарно для цього виду спорту.
73. Вважаю себе витривалим, що гарно для цього виду спорту.
74. Тому, що заняття спортом є для мене одним з видів розваг.
75. Тому, що мені подобається гострі відчуття.
76. Бажання розвинути гнучкість.
77. Щоб не боліти, бути завжди здоровим.
78. Бажання мати сильний характер.
79. Тому, що спортсмени мають можливість одержати кімнату, квартиру, поліпшити житлові умови.
80. Тому, що брат (сестра) займався (займається) цим видом спорту.

81. Тому, що заняття цим видом спорту виробляють здатність швидко й точно мислити.
82. Завдає приємність зазнавати фізичні напруги.
83. Тому, що спортом підвищується почуття власної гідності.
84. Щоб бути більше привабливим для жіночої (чоловічої) статі.
85. Тому, що мені приємно випробовувати почуття виконаного обов'язку перед тренером.
86. Щоб виправдати надії, покладені на мене тренером, батьками.
87. Мене захоплює необхідність постійних пошуків більше досконалих методів тренування.
88. Тому, що фізичні якості, що розвиваються цим видом спорту, цінуються навколишніми мене людьми.
89. Став займатися випадково.
90. Запросив займатися тренер.
91. Уважаю, що тільки в цьому виді спорту зможу досягти значних успіхів.
92. Я невисокого росту, що цінується в цьому виді спорту.
93. Тому, що мені подобається змагатися просто так, незалежно від того, виграю я або програю.
94. Тому, що мені приємно випробовувати радість перемог.
95. Тому, що заняття спортом підвищують інтелектуальний розвиток.
96. Щоб швидше відновитися після перенесеної хвороби.
97. Бажання виховати витримку й самовладання.
98. Тому, що спортсмени мають можливість модно одягатися (спортивний стиль).
99. Тому, що всі мої друзі займаються спортом.
100. Тому, що заняття цим видом спорту виробляють навички давати відсіч хуліганам.
101. Тому, що на роботі (навчанні) я мало утомлююся фізично.

102. Бажання стати лідером серед друзів і товаришів, бути шанованим ними.
103. Тому, що приємно відчувати фізичну перевагу над іншими.
104. Щоб кинути дурні звички, порвати з дурною компанією, віддалитися від вулиці.
105. Тому що мені приємно випробовувати почуття виконаного обов'язку перед товариством.
106. Тому, що мені подобається присутність на змаганнях родичів, друзів, товаришів. які уболівають за мене й захоплюються досягнутими успіхами.
107. Тому, що мені приємно, коли спортсменів показують по телебаченню, коли про них говорять по радіо, пишуть у газетах і журналах.
108. Прочитав оголошення про набір у секцію.
109. Випадково виступив на змаганнях із цього виду спорту.

Додаток Г

Бланк для відповідей

(додаток до методики вивчення мотивів занять фізичною культурою та спортом)

Прізвище _____ Ім'я _____

Школа № _____ Клас _____

ВІДПОВІДІ															
1		15		29		43		57		71		85		99	
2		16		30		44		58		72		86		100	
3		17		31		45		59		73		87		101	
4		18		32		46		60		74		88		102	
5		19		33		47		61		75		89		103	
6		20		34		48		62		76		90		104	
7		21		35		49		63		77		91		105	
8		22		36		50		64		78		92		106	
9		23		37		51		65		79		93		107	
10		24		38		52		66		80		94		108	
11		25		39		53		67		81		95		109	
12		26		40		54		68		82		96			
13		27		41		55		69		83		97			
14		28		42		56		70		84		98			