

**Міністерство освіти і науки України
Херсонський державний університет
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра теорії та методики фізичного виховання**

**ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ТА ІНТЕРЕСУ УЧНІВ ДО ЗАНЯТЬ
ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

Кваліфікаційна робота
здобувача ступеня вищої освіти «магістр»

Виконав: студент 2 курсу, групи 211 - м
денної форми навчання

спеціальності: 014 Середня освіта,
спеціалізації 014.11 Фізична культура

Чурюканов Данило

Керівник: кандидатка педагогічних наук,
доцентка Коваль В.Ю.

Рецензент: завідувачка кафедри теорії і
методики фізичного виховання та адаптивної
фізичної культури, доцентка Міжнародного
економіко-гуманітарного університету імені
Степана Дем'янчука

Романова Вікторія Іванівна

Івано-Франківськ, 2023 року

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. До питання формування мотивації та інтересу школярів на уроках фізичної культури.....	6
1.1. Соціально-педагогічні аспекти фізичної культури.....	6
1.2. Урок фізичної культури та особливості мотивації учнів до занять фізичними вправами.....	10
1.3. Педагогічні умови і основні шляхи стимулювання інтересу учнів до фізичної культури.....	16
РОЗДІЛ 2. Організація та методи дослідження мотивації та інтересу школярів.....	23
2.1. Методи дослідження.....	23
2.2. Організація дослідження.....	26
РОЗДІЛ 3. Дослідження мотивації та рівня розвитку пізнавальних інтересів на уроках фізичної культури гімназистів.....	28
3.1. Результати дослідження рівня розвитку пізнавальних інтересів учнів на уроках фізичної культури.....	28
3.2. Відношення учнів 7-9-х класів до уроків фізичної культури.....	32
3.3. Визначення основних мотивів та засобів підвищення мотивації учнів до уроків фізичної культури.....	36
ВИСНОВКИ.....	48
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	50

ВСТУП

Актуальність. «Проблема формування у підростаючого покоління стійкої мотивації до цінностей освіти, а також здорового способу життя залишається в наш час досить актуальною»[44]. «Зважаючи на деяке погіршення в розвитку галузі фізичної культури і спорту, що пов'язано із ситуацією в нашій країні, варто наголосити на необхідність подальшого формування в свідомості сучасного суспільства чіткого розуміння значущості фізичної культури як досить дієвого засобу оздоровлення дітей та підлітків». «Не дивлячись на появу останнім часом інноваційних підходів й оригінальних розробок, а також досягнень із питань формування позитивної мотивації у підростаючого покоління до занять фізичною культурою й спортом, все рівно дана проблема залишається досить актуальною у аспекті визначення її залежності з пізнавальною активністю учнів»[44].

Проблема вивчення спрямованого формування інтересів у сучасній психології на сьогодні ще досить мало розроблена, з іншого боку її вирішення сприяють суттєвому значенню для практики навчання, а також виховання дітей та підлітків.

Насьогодні у практиці фізичного виховання вже досить добре розроблена кількість методичних підходів стосовно формування стійкої мотивації до навчальної діяльності в учнів, крім цього ще й потреби щодо систематичних занять фізичною культурою. Подібні підходи є досить дієвими, і вони використовуються під час організації різноманітних форм роботи із дітьми.

Варто констатувати те, що розвиток масової і оздоровчої фізичної культури у нашій країні потребує додаткових напрацювань вченими та практиками. Пояснити можна тим, що фізична культура в ракурсі недостатнього розгляду її на ґрунтовному рівні в якості досить важливого засіб оздоровлення людини, а також як чинник активізації мотивів учнів, зокрема до навчальної діяльності із інших предметів. Спостерігається

пасивне відношення суспільства до важливих цінностей впливу систематичних занять фізичними вправами відносно розвитку організму людини. Це також не сприяє також покращенню системи фізичного виховання дітей та підлітків. Безумовно, що систематичні заняття фізичними вправами є тією важливою і практично єдиною можливістю, що здатна запобігти фізичній деградації нашого суспільства й зберегти здоров'я населення (Г.В.Безверхня, 2004, В.М. Лисяк, 2006)[2, 28].

«Методичні підходи з питань організації процесу фізичного виховання школярів у загальних закладах середньої освіти, на сьогодні залишаються поки що на традиційному рівні, потребують свого подальшого вдосконалення, наприклад у аспекті реалізації більш тіснішої взаємозалежності пізнавальної активності дітей і підлітків із розвитком у них позитивної мотивації до систематичних занять різними засобами фізичної культури»[44].

Учителям фізичної культури варто наполегливо й цілеспрямовано формувати в школярів стійкої звички до самостійних занять фізичними вправами, сприяти теоретичній самоосвіті відносно питань фізичної культури та спорту [46].

Зв'язок роботи із науковими програмами, планами, темами. Кваліфікаційна робота виконана на підставі науково-дослідної теми кафедри теорії та методики фізичного виховання та спорту «Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізкультурно-оздоровчої активності різних груп населення» (державний реєстраційний номер: 0118U100260).

Мета роботи - визначити фактори, що обумовлюють формування мотивації та інтересу учнів до занять фізичними вправами на уроках фізичної культури.

Завдання роботи:

1. З'ясувати загальні психолого-педагогічні закономірності формування мотивації та пізнавальних інтересів школярів.

2. Проаналізувати чинники, які впливають на пізнавального інтересу та відношення до занять фізичною культурою й спортом школярів у процесі навчання.

3. За результатами анкетування вивчити пріоритетні напрямки орієнтації школярів на підвищення їх мотивації та зацікавленості щодо занять із фізичної культури, вивчити їх ефективність та вплив на формування у них позитивного ставлення до рухової активності.

Об'єкт дослідження - освітній процес з фізичної культури у закладах загальної середньої освіти.

Предмет дослідження - фактори, які визначають формування мотивації та пізнавальних інтересів учнів середніх класів під час занять фізичною культурою і спорту.

Практичне значення. Матеріали даної роботи можуть застосовуватися вчителями на заняттях із фізичної культури у закладах загальної середньої освіти, у групах здоров'я, секціях й інших індивідуальних самостійних заняттях фізичними вправами з метою підвищення інтересів школярів та формування позитивної мотивації до уроків фізичної культури й занять фізичними вправами самостійно.

Методи дослідження: аналіз наукових й методичних джерел літератури, анкетування учнів; бесіди; педагогічне спостереження; статистичний аналіз.

Апробація роботи та публікації. За матеріалами магістерського дослідження подана до друку стаття у збірнику наукових праць «Магістерські студії» на тему: «Формування мотивації й інтересу учнів до занять фізичними вправами», Івано-Франківськ, 2023 року.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота викладена на 49 сторінках друкованого тексту. Складається зі вступу, 3 розділів, висновків та списку використаних джерел. Містить 9 таблиць та ілюстрована 6 рисунками. Бібліографія складає 46 джерел наукової та науково-методичної літератури.

РОЗДІЛ 1

ДО ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ТА ІНТЕРЕСУ ШКОЛЯРІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

1.1. Соціально-педагогічні аспекти фізичної культури

Фізичне виховання є складовою частиною в закладах загальної середньої освіти, яка спрямована на всебічне удосконалення учнів із метою підготовки їх до життя, суспільно-корисної праці, служби в лавах Збройних Сил України та здійснюється у єдності із розумовим, моральним, естетичним вихованням та трудовим навчанням.

Фізичне виховання відіграє суттєву роль при підготовці всебічно розвиненої молодшої людини, котра здатна успішно трудитися у різних галузях господарства, захищати нашу Батьківщину. Тому, завдання школи – не лише у підготовці високоосвіченої та висококультурної молодшої людини, а також і у створенні важливих необхідних передумов для її всебічного розвитку[25].

Фізична культура у шкільному віці визначається великим значенням для формування важливих і необхідних у житті рухових умінь, навичок, сприяє оволодінню основ їх практичного використання у різних умовах рухової діяльності. При навчанні руховим діям в цьому віці виділяють етапи, котрі сприятливі для швидкого та повноцінного освоєння нових рухових дій. В процесі спрямованого застосування цієї особливості можуть створюватися якнайкращі умови для гармонійного розвитку фізичних якостей. Набуті у шкільному віці рухові уміння та навички, фізичні, інтелектуальні, вольові та інші якості постануть базою для швидкого й повноцінного оволодіння різноманітними професійно-трудовими, військовими та іншими спеціальними руховими діями, сприятимуть подальшому фізичному вдосконаленню у зрілому віці. Слід відмітити, що не менш важливе значення шкільна фізична освіта здійснює для розвитку особистості молодих людей, а також формування їх

свідомості та життєвої позиції, інтелектуальної й естетичної культури [9].

На даний час створено науково обґрунтовану систему фізичного виховання, яка розрахована на залучення до фізичної культури усього підростаючого покоління. В основі цієї системи закладений обов'язковий курс фізичного виховання, котрий здійснюється за державною програмою. Передбачає поєднання із різними формами застосування фізичної культури у режимі навчального дня й домашнього побуту, із епізодичними масовими та регулярними заняттями фізичними вправами за особистим вибором учнів в своєму колективі фізичної культури, в дитячо-юнацьких спортивних школах й інших позашкільних установах. Функціонування сучасної системи фізичного виховання повинно бути забезпечене матеріально-технічними засобами, добре підготовленими кваліфікованими педагогічними кадрами, мати достатнє фінансування та іншими умовами. Ця система безупинно має розвиватися та вдосконалюватися із врахуванням новітніх потреб та можливостей суспільства, а також провідного досвіду практичної роботи й досягнень науки [21].

Соціальне-педагогічне значення цілеспрямованого застосування засобів фізичної культури у шкільному віці полягає в:

- будується фундамент гармонійного фізичного розвитку;
- зміцнення здоров'я, підвищення фізкультурної освіти та виховання, збагачуються передумови для успішного оволодіння трудовими, військовими та іншими спеціальними руховими діями;
- підтримується на достатньому рівні фізична та розумова працездатність, яка забезпечує успішність під час навчальних занять, підвищує ефективність суспільно-корисної діяльності;
- раціонально організується дозвілля дітей, елементи фізичної культури запроваджуються у побут з поступовим прилученням до спортивної діяльності;
- чітко і послідовно підвищується моральна, інтелектуальна, естетична, а також трудова культура підростаючого покоління.

При оцінці значення фізичної культури у шкільному віці слід враховувати її необхідність для вирішенні завдань загальної фізкультурної освіти та фізичного розвитку. Варто виходити із того, що рухова активність є природною потребою зростаючого організму, і є необхідною умовою фізичного розвитку, сприяє зміцненню здоров'я та підвищення опірності організму до несприятливих умов. Хоча сучасні наукові дослідження змісту загальної шкільної фізкультурної освіти, рухового режиму свідчать про недостатнє задоволення цих потреб учнів.

Нестача рухової активності призводить до непоправних втрат у фізичному розвитку, призводить послабленню захисних сил організму та появі серйозних порушень здоров'я.

При навчанні руховим діям дітей шкільного віку на уроках фізичної культури виділяють етапи, які сприятливі для швидкого та повноцінного освоєння нових рухових дій. У процесі цілеспрямованого використання цієї особливості можуть створюються якнайкращі умови для гармонійного розвитку фізичних якостей. Не менш важливе значення відіграє внесок шкільної фізичної освіти і для розвитку особистості молодих людей, а також формування їх свідомості та життєвої позиції, інтелектуальної й естетичної культури [13, 19].

Успішно розв'язати поставлені завдання фізичного виховання школярів можна у випадку, якщо перетворити його на органічну частину освітнього процесу, на предмет спільного піклування педагогічного колективу, батьків й громадських органів.

Тому важливим є усвідомлення того, що фізичне виховання учнів це не лише справа вчителя фізичної культури, але й всього педагогічного колективу. У випадку коли у шкільній системі фізичного виховання будуть визначені та знайдені ефективні стимули, і цей процес набуде більшої цілеспрямованості.

Для обрання найбільш ефективних форми, необхідний зміст та дієві методи фізичного виховання, варто визначити основні завдання для

школярів, розв'язання котрих посприяло б досягненню основної мети, а саме досягнення високого рівня їх фізичного розвитку та підготовленості, зміцнення здоров'я, загартовування [32].

Завдання школи полягає у привчанні дітей до здійснення систематичних занять, фізичними вправами у домашніх умовах, щоб вони стали їх звичкою та потребою на усе подальше життя. Виховати у школярів інтерес до свого здоров'я й фізичних вправ, звичку до систематичних вправ при раціонально організованому освітньому процесі й фізкультурно-оздоровчим заходам в режимі навчального дня. Уроки фізичної культури й всі інші заходи повинні відбуватися на достатньому емоційному рівні у обстановці високої доброзичливості, а також бути цікавими за своїм змістом та формою, при цьому створювати передумови для виявлення дітьми високих моральних якостей [11].

Основна форма фізичного виховання учнів у загальних закладах середньої освіти – уроки фізичної культури не здатні повністю забезпечити дитячий організм необхідним обсягом рухової діяльності. Також не здатна розв'язати це питання і позакласна фізкультурна робота, котра відбувається епізодично і охоплює лише незначну кількість учнів. Об'єктивні обставини негативно позначаються на стані здоров'я школярів, рівні їх фізичного розвитку, спричиняє послаблення організму та призводить до збільшення числа різних захворювань.

Вдосконалення шкільних програм із цілого ряду загальноосвітніх дисциплін пред'являє підвищені інтереси до розумової та фізичної працездатності учнів. Ось чому організація активного рухового режиму для учнів передбачає важливого значення. Слід відмітити, що оптимальний руховий режим досягається внаслідок застосування усього різноманіття форм фізичного виховання в загальних закладах середньої освіти: урок фізичної культури; різні фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня; позакласна фізкультурно-спортивна й оздоровча робота (наприклад, "День здоров'я"), змагання у класах й між класами на зразок

“Веселі старты”. “Роби з нами”, шкільні спартакіади, гурткова робота із загальної фізичної підготовки та видів спорту); позашкільна спортивна та фізкультурно-оздоровча робота; самостійні заняття у домашніх умовах.

Ефективні планомірні заняття фізичними вправами здатні сформувати у учнів стійкий високий інтерес до фізичної культури, формування навички самостійних занять фізичними вправами у режимі дня [6].

1.4. Урок фізичної культури та особливості мотивації учнів до занять фізичними вправами

Як відомо, одним із найголовніших показників всебічного гармонійного розвитку людини є її здоров'я. Соціальними завданнями фізичної культури та спорту постає його збереження і зміцнення, а також підвищення рівня фізичної підготовленості та працездатності, зростання тривалості творчої активності. Слід відмітити, що фізичний стан людини насамперед залежить від ряду чинників, і основними із є природні, такі як спадковість, морфо-функціональні особливості зокрема. Важлива роль належить і соціальним чинникам, що включають в себе умови життя, виробнича діяльність тощо.

Фізичний розвиток людини як керований процес і, відповідно, за допомогою спеціально організованих заходів спортивного характеру, занять фізичними вправами, раціонального харчування, поєднання режиму праці та відпочинку та ін. можна, у значній мірі, вдосконалювати показники рухової активності, фізичної підготовленості, конституцію тіла, функціональні можливості систем та покращувати функціональні можливості усіх систем та органів людського організму, зокрема дихальної та серцево-судинної, цілеспрямовано вдосконалювати регуляторні функції нервової системи, підвищувати структурні параметри [15, 22, 31].

З літературних джерел відомо, що показником фізичного розвитку

людини вважають її тілобудову, а також розвиток в неї фізичних якостей [25]. Урок фізичної культури як основна форма роботи із фізичного виховання, під час яких учні оволодівають програмним матеріалом й здобувають необхідні знання, уміння та навички. У підсумку дозволяє забезпечити їм найкращий розвиток та зміцнення здоров'я. Оволодіваючи під керівництвом вчителя різними руховими діями, учні відчувають як зростає їх сила, швидкість та витривалість під час виконання більш складніших фізичних вправ. Слід відмітити, що існує багатосторонній зв'язок між розумовим вихованням з одного боку, та фізичною культурою і спортом з іншого. Під час занять фізичними вправами учні набувають знань про раціональний спосіб виконання рухових дій, а також застосування їх в тому чи іншому виді своєї діяльності. Заняття фізичною культурою і спортом, крім цього, допомагають розвитку пам'яті, особливо рухової та зорової, удосконаленню уваги, її точності й якості. Як відомо, у добре фізично підготовленої людини спостерігається відносно менший час реакції перемикавання від однієї дії до іншої, відмічається краща розумова працездатність, її стійкість, більша кількість смислових операцій за конкретний визначений проміжок часу. Відновлення загальної та розумової працездатності відбувається значно швидше й ефективніше, у випадку, якщо розумова діяльність чергується із фізичною активністю [30]. Варто пам'ятати, що лише оптимальні фізичні навантаження позитивно впливають на усі вище перераховані прояви. І щоб школярі займалися фізичною культурою їх необхідно мотивувати й заохочувати до занять нею. Дуже важливим компонентом в структурі навчання рухових дій під час уроків фізичної культури є висока мотивація учнів до занять. Її варто визначити як складну багаторівневу систему збудників, котра включає потреби, мотиви, ідеали, прагнення, установки, емоції, цінності та ін.

Активність людини буде визначатися метою її діяльності. Специфіка мотивованої діяльності людини полягає в тому, що вона завжди цілеспрямована.

Мотив – це внутрішня рушійна сила, котра спонукає людину до діяльності. Мотиви перебувають залежно від зовнішніх спонукань, що сприяють або не сприяють здійсненню активної діяльності. Спонукуваннями до діяльності є бути матеріальні, духовні й культурні потреби, що у свою чергу будуть породжувати інтереси. В загальному розумінні мотив визначається як стимулятор людини до певної дії. І активність людини часто визначається метою її діяльності, а специфіка людської мотивованої діяльності полягає у тому, що вона завжди є цілеспрямованою.

Мотивація діяльності може бути близькою, тобто здійснити бажане й найближчим часом, а може бути й віддаленою, тобто здійснення бажаного планується вже на тривалий час [5, 11, 16, 27].

Розрізняють мотиви ще і за рівнем усвідомлення. Бувають яскраво та чітко усвідомлені мотиви, хоча у багатьох, все таки, діють неусвідомлені спонукування. Проте незалежно від величини усвідомлення мотив є вирішальним чинником для досягнення мети. А мета – це те, до чого прагне людина, для чого вона працює, або ж за що вона бореться, чого хоче досягти в своїй діяльності. Тоді між метою та мотивами діяльності людини існує певний зв'язок. Мета та мотиви спонукають кожну людину до певної діяльності, тобто визначають її зміст та способи виконання. Крім цього вони також формуються у процесі діяльності під впливом тих умов, за яких вона відбувається [3, 6, 14, 20].

Одним із провідних компонентів навчальної мотивації буде інтерес, і необхідною передумовою формування інтересу до уроків фізичної культури відіграє надання учням можливості показати свої можливості й здібності. І, відповідно, чим активніші методи навчання, то тим легше буде зацікавити учнів. Відомо також, що цікавою для учнів буде та робота, яка вимагає від постійного напруження. Легкі завдання, в цілому, не викликають інтересу, а подолання труднощів навчальної діяльності, то вже важлива умова виникнення інтересу до цієї діяльності. Проте труднощі навчального матеріалу призводять до підвищення інтересу лише у

випадку, коли ці труднощі посильні та їх можна здолати. В протилежному випадку інтерес швидко падає.

Основою із формування мотивації дітей та підлітків до систематичних занять фізичною культурою та спортом є формування у них вміння самостійно займатись фізичними вправами, оволодівати теоретичними знаннями, які здійснюється в спеціальній теоретичній частині уроку. Важлива роль належить плануванню навчальних занять із урахуванням різних рівнів фізичної підготовленості учнів, тренувальних засобів під час самостійних занять, а також важливою умовою цих занять є проведення систематичного комплексного контролю, із метою визначення позитивних зрушень, котрі сталися в організмі та наочної демонстрації їх учням [3, 36].

Інтерес учнів до занять фізичним вихованням ґрунтується на опануванні ними знань, умінь та навичок виконання фізичних вправ, які мають задовольняти потреби, і відповідають мотивам та створюють позитивний настрій. Формування в учнів стійкого інтересу до фізичної культури постає важливою умовою їх успішного фізичного виховання. Лише так можна досягнути всебічного розвитку учнів, зміцнити їх здоров'я, підтримувати на високому функціональному рівні фізичні та психічні можливості. У випадку, якщо учні з високим інтересом відносяться до уроків фізичної культури, а також за власним бажанням намагаються відвідувати заняття у групах загальної фізичної підготовки чи в спортивних секціях, або ж виконують фізичні вправи у домашніх умовах можливо досягнути всіх поставлених завдань, що стоять перед фізичним вихованням [7]. Важливими педагогічними умовами, які сприяють підтримці та розвитку глибокого стійкого інтересу учнів до занять фізичною культурою передбачає використання різних засобів, методів, способів організації учнів на уроках; застосування ігрового та змагального методів на етапі удосконалення вивчених рухів. Крім цього забезпечення ясного, точного, й глибокого розуміння учнями значення кожної теми, розділу програми, а також постановка конкретних посильних для учнів

завдань навчання та тренування. Важливе значення має також використання нестандартного інвентарю й обладнання, спонукання учнів до виконання самостійних занять фізичними вправами в свій позаурочний час, запроваджуючи систему заохочень тощо. Інтерес до фізичної культури здійснюється через опанування знаннями, вміннями та навичками виконання фізичних вправ, спортивних та рухливих ігор, які задовольняють потреби, відповідають певним мотивам та створюють позитивний настрій [1, 4, 18, 34].

Інтерес є постійним зусиллям енергії учня, і може полегшувати виконання ним діяльності. Тобто за високої зацікавленості вже не треба примушувати себе напружуватися або ж, навпаки, може стимулювати вольове зусилля, допомагати прояву терпіння, завзятості, наполегливості підтримці цілеспрямованості. Вчені виділяють в основі формування інтересу до занять фізичною культурою принцип побудови педагогічного процесу свідомості та активності учнів. Тобто учень, який розуміє сутність поставленого перед ним завдання та зацікавлений в його розв'язанні, що, в свою чергу, прискорює хід навчання.

Найважливіше завдання вчителя фізичної культури полягає у зацікавленні учня предметом, формування уявлення про власне здоров'я. Лише за умови усвідомлення дітьми реальної можливості подібного впливу на власний організм постає можливим ефективно розв'язання рухових завдань, а це буде змістом будь-якого навчального заняття. Основними вимогами взаємодії учня та учителя постають креативність, комунікативність, педагогічна діагностика щодо виявлення творчого потенціалу особистості кожного школяра, творча співпраця педагога та школяра, а це передбачає спільну мету, котра полягає у формуванні творчої й всебічно розвиненої особистості [8, 10, 23].

Суттєвий вплив на розвиток інтересів до навчання відіграє осередок за спільними інтересами занять в спортивній секції, навчання в класі. Вчені встановили, що в паралельних групах відмічаються різні сторони загальної

структури інтересів, а також різний рівень їх зрілості, різна форма прояву інтересів. У випадку, якщо вважати, що заняття улюбленим видом спорту в основі має симпатію, тоді можна передбачити, що між симпатією, спрямованістю та силою інтересів учнівської молоді спостерігається певний взаємозв'язок. Відомо, спільність інтересів породжує у молоді симпатію один до одного, тоді як симпатія у процесі комунікації може викликати наближення інтересів. Фізичний розвиток хлопців та дівчат, який перебуває на різних ступенях навчання, вцілому, формує суттєві розбіжності інтересів, що відбувається завдяки різниці алгоритмів взаємодії [6, 19]. Виділяють різні способи мотивувати дітей та підлітків до занять фізичними вправами. Зокрема, передбачаються демонстрації позитивних впливів від виконання фізичних навантажень, високий інтерес до нової справи, запровадження цікавих форм проведення секційних занять. Крім цього для мотивування важливо надати дітям можливість самостверджуватися в своєму оточенні та під час змагань з іншими. Іншими мотивуючими чинниками можуть бути: можливість мати красиве тіло, бути здоровим та зовнішньо привабливим, сприяння розвитку кар'єрних можливостей, наслідування кумира, а також можливість проведення, спільно із друзями, цікавого та корисного дозвілля тощо.

При формуванні мотивації учнів до фізичного вдосконалення визначальне місце відіграє фахівець із фізичної культури. Всесторонність його особистості, професійна культура та педагогічна майстерність мають забезпечувати прийоми та способи педагогічного впливу, котрі збагатять емоційний досвід підростаючої особистості, розвинуть уяву, інтерес, сформує в них ціннісне ставлення до занять фізичними вправами. Тобто залучаючи молодь до занять та підтримуючи інтерес до них протягом тривалого часу, вчитель (тренер) має постійно спостерігати за поведінкою і, вже залежно від цього, має використовувати необхідні мотиваційно-психологічні фактори. Ефективність шкільного процесу часто залежить від кваліфікації вчителів. Тому не буде винятком вчитель фізичної культури,

котрий за допомогою набутих знань та досвіду, що реалізовані в певній послідовності, взмозі навчати учнів умінь та навичок з багатьох видів спорту, сформувані у них інтерес до навчання, а також спонукати до здорового способу життя [18].

1.3. Педагогічні умови і основні шляхи стимулювання інтересу учнів до фізичної культури

Як відомо, досить важливим компонентом в структурі навчання руховим діям на уроках фізичної культури є мотивація учнів до цих занять. Вона характеризується як складна багаторівнева система потреб, мотивів, ідеалів, прагнень, установок, емоцій та цінностей. При цьому активність людини буде визначатися метою її діяльності, тоді як специфіка мотивованої діяльності полягатиме в тому, що вона завжди буде цілеспрямованою.

На думку вчених, мотиви, якими керуються педагоги під час навчання школярів, значно впливатимуть на хід самого процесу навчання. Мотиви зазвичай, є різними, але у всіх випадках вони мають носити позитивний характер. Педагогу досить важливо знати, котрими мотивами й інтересами характеризується кожен із учнів. Тому, що саме мотиви визначають хід всього процесу навчання у майбутньому. Важливе і суттєве набуває значення керівної та спрямовуючої ролі вчителя, тобто він через вибір правильної мотивації здатний буде забезпечити необхідні умови для досить успішних занять фізичною культурою, здатний організувати молодь, стимулювати їх пізнавальну діяльність, а також навчає правильно застосовувати свої знання та уміння у фізичному вихованні та у повсякденному житті [5, 26].

Відомо, що одним із основних компонентів мотивації слугує інтерес. *Інтерес* характеризується як усвідомлене й позитивне ставлення до чого-небудь, котре спонукає людину проявляти високу активність до пізнання зацікавленого об'єкта. До розуміння поняття інтересу слід внести уявлення

про об'єкт, почуття задоволення, яке викликає об'єкт, а також ставлення до вольових зусиль, вплив приємного або ж позитивного відчуття на волю [8]. Інтереси характеризуються спрямованістю (тобто виділяють зокрема, матеріальні, духовні, інтелектуальні, суспільні, пізнавальні, спортивні та професійні інтереси) й своєю вибірковістю (зокрема, інтерес до спортивних ігор, чи до професії вчителя фізичної культури) [6].

Духовні інтереси розвиваються найбільш ефективно, у випадку коли існує можливість їх задоволення. В зацікавленості виявляються основні мотиви та рушійні сили соціального суб'єкта, групи, класу чи суспільства. І тому саме за їх наявністю й змістом варто судити про всебічний фізичний та інтелектуальний інтерес вчителя, зокрема це знання предмета та методики, культурний кругозір, розуміння учнів.

Інтелектуальні інтереси характеризуються вміння контактувати із ними, а також уміння підтримувати дисципліну, згуртовувати колектив, організовувати індивідуальну й колективну діяльність задля формування стійких інтересів до систематичних занять фізичними вправами або ж руховими іграми й на їх основі вже виховувати позитивні звички до фізичної культури й спорту [42].

Формування інтересу щодо вивчення певних рухових дій на уроках фізичної культури полягатиме в такому, що словесні форми впливу на свідомість учнів мають раціонально поєднуватися із практичними методами, зокрема показом, повторення, перевіркою обсягу запам'ятовування змісту, а також послідовності виконання вправ, усвідомлення їх місця та ролі у режимі дня учня. Із самого початку застосовуються методи й прийоми роз'яснення, а вже потім демонструються вправи, і насамкінець – інструктування, котре спрямоване на проведення самостійних занять [43].

Виховання в учнів досить стійкого інтересу до занять фізичною культурою є передумовою та предметом особливої уваги педагогіки та методики фізичного виховання. Багато в чому це пов'язано із тим, що у

підлітковому віці в школярів відмічається перехід від природної потреби у рухах до усвідомленої необхідності займатися фізичними вправами. Подібний підхід потребує вольових зусиль учнів, які у дітей підліткового віку ще не досить сформовані. Це визначає те, що у практичній роботі слід спиратися на інтерес, котрий є значною рушійною силою, і може значно підсилити мотиви та заохотити школярів до систематичних занять фізичними вправами [37, 47].

Пізнавальний інтерес учнів до фізичної культури базується на опануванні знаннями, вміннями й навичками фізичних вправ, рухливих та спортивних ігор, котрі задовольняють потреби, й відповідають мотивам, а також створюють позитивний настрій.

За даними психологів С. Рубінштейна, А. Леонтєва, П. Сімонова та інших учених, процес виховання в учнів інтересу до якої-небудь діяльності багато у чому буде залежати від впливу на їх інтелектуальну, емоційно-вольову та мотиваційну сфери. На думку, К. Ушинського, вказуючи на роль інтересу й звички у вихованні особистості, слід акцентувати увагу на тому, що саме інтерес активізує її прояв. І тому інтерес через певну звичку відкриває педагогу високу можливість вносити різні принципи до самої особливості характеру виховання, його природу. Але проблема цільового виховання інтересу дітей та підлітків до занять фізичною культурою досить тісно поєднується із проблемою цілісності освітнього процесу багатьох вчених. Зокрема, інтерес до фізичної культури проходить через опанування знаннями, вміннями й навичками фізичних вправ, різних рухливих та спортивних ігор, котрі задовольняють потреби, здатні відповідати мотивам, створювати позитивний настрій.

Позитивний інтерес до занять фізичною культурою буде визначатися як певна пізнавальна форма спрямованості особистості на предмет пізнання (зокрема, соціокультурний досвід із фізичного розвитку та вдосконалення людини, можливості власного фізичного самовдосконалення у тісному взаємозв'язку із духовною культурою) [23].

В людини інтереси розвиваються на основі умовного рефлексу другої сигнальної системи й комплексно перетворюються вже на допитливість [7]. Оволодіння навчальним матеріалом, розвиток та виховання особистості у процесі навчання руховим діям відмічається у випадку прояву її активності у навчально-пізнавальній діяльності. Організована діяльність, в якій людина приймає участь без певного бажання, практично не розвиває її. За інших випадків важливим є те, щоб був сформульований певний чіткий особистий мотив до уроків фізичної культури і розвинувся також стійкий інтерес до цих уроків.

Інтерес можна визначити як постійне зусилля енергії учня, тобто він може полегшувати виконання певної діяльності (за високої зацікавленості вже не потрібно примушувати себе напружуватися) або ж, навпаки, може стимулювати вольове зусилля, а також допомагати прояву терпіння, завзятості, наполегливості, підтримці цілеспрямованості. У основі формування інтересу до систематичних занять фізичною культурою закладений принцип побудови педагогічного процесу свідомості та активності учнів. Закономірність цього принципу полягає у тому, що у випадку, коли учень розуміє сутність поставленого перед ним завдання й зацікавлений його розв'язати, тоді це вже прискорює хід самого навчання [10].

Можна систематизувати розвиток інтересу до занять фізичними вправами як інтерес до знань, сутність його ґрунтується на отриманні задоволення від самого процесу оволодіння усією сукупністю знань, умінь та навичок на заняттях із фізичної культури. Крім цього пізнавальні інтереси можна поділяти на нижчий рівень, а саме елементарний рівень пізнавального інтересу, котрий обумовлюється увагою до конкретних фактів, знань й описів, дій за зразком. Далі слід виділити середній рівень як інтерес до залежностей, визначення причинно-наслідкових зв'язків, а також до самостійного їх встановлення. Вищий рівень проявляється у виявленні інтересу до теоретичних проблем в творчій діяльності із метою

засвоєння знань. Для розвитку стійкого інтересу до занять фізичною культурою застосовують навчання, яке захоплює, тобто містить новизну навчального матеріалу, застосування яскравих прикладів та фактів в процесі викладу нового матеріалу, певний історизм, показ практичного застосування знань залежно із життєвими планами та орієнтаціями учнів та ін. Використання нових й нетрадиційних форм навчання, а саме проблемне та евристичне навчання, навчання із комп'ютерною підтримкою, а також застосування мультимедійних систем, інтерактивних комп'ютерних засобів тощо. Участь в дискусіях й обговореннях, тобто передбачається відстоювання власної думки, здійснення постановки запитань до своїх товаришів та учителя фізичної культури, здійснення аналізу особистих пізнавальних та практичних дій тощо [10].

Розвиток в учнів стійкого інтересу до занять фізичною культурою залежить від впливу на їх інтелектуальну сферу, тобто формування в учнів системи знань про позитивний вплив фізичних вправ на розвиток їх організму, вмінь та навичок самостійно займатися фізичними вправами ґрунтуючись на реалізацію здійснення міжпредметних взаємозв'язків фізичної культури із біологією людини, валеологією та іншими дисциплінами). Важлива роль належить впливу занять на емоційно-вольову, зокрема вплив на учнів, який спрямований на формування у дітей позитивного ставлення до занять, а вплив на мотиваційну сферу полягає у формуванні у дітей позитивних мотивів до фізичного самовдосконалення завдяки застосуванню різних прийомів стимулювання та мотивування.

Як вважає О. Остапенко, виховання в учнів стійкого інтересу до занять фізичною культурою виходить передбачає природну потребу у руховій активності, котра із часом становитиметься усвідомленою необхідністю систематично займатися фізичними вправами [33].

Одним із важливих завдань вчителя фізичної культури є зацікавлення учня своїм предметом, сформувати уявлення про власне здоров'я. Лише за умови усвідомлення учнями реальної можливості подібного впливу на

власний організм постає можливим ефективно розв'язання різних рухових завдань, а це є змістом будь-якого навчального заняття.

Основними вимогами взаємодії учня та вчителя мають бути креативність, комунікативність, педагогічне діагностування для виявлення творчого потенціалу особистості кожного учня, а також творча співпраця педагога та школяра, котра передбачає спільну мету, а саме формування творчої й всебічно розвиненої особистості [24]. Зокрема, вивчення спортивних ігор сприятиме забезпеченню набуття навичок взаємодії у колективі, сприятиме розвитку морально-вольових якостей (уміння підкорити особисті інтереси інтересам колективу, взаємна допомога, повагу до партнерів й суперників, а також почуття відповідальності).

Багато вчених поділяють думку про те, що за відсутності чітко виражених здібностей можна компенсувати розвиток інших важливих якостей, зокрема працелюбство, чесне та серйозне ставлення до своїх обов'язків, а також систематична й постійна робота над собою. Вміння вчителя фізичної культури застосовувати особистісно-орієнтований підхід та різні методи стимулювання й заохочення може бути спрямоване на учнів з низькими здібностями, але які наполегливі та працьовиті. Комплексний характер впливу умов та певного рейтингу окремих із них таких як міське та сільське проживання, вік та стать учнів можуть мати значний вплив на різницю інтересів. Досить значний вплив на розвиток інтересів до навчання відіграє осередок за спільними інтересами занять в спортивній секції, чи навчання у класі. Якщо вважати, що заняття улюбленим видом спорту виявляє в основі певну симпатію, тоді можна передбачити, що між симпатією, яка спрямована на силу інтересів учнівської молоді, тоді прослідковується певний взаємозв'язок. Зазвичай, спільність інтересів може породжувати в учнівської молоді симпатію один до одного, що, в свою чергу, в процесі двосторонньої комунікації викликати наближення інтересів.

Висновки до 1 розділу

Важливою умовою ефективності здійснення процесу навчання на уроках фізичної культури відіграє формування в учнів мотивації до таких занять, що є суттєвим предметом особливої уваги педагогів. Інтерес до торкається соціальних та психологічних чинників, що зумовлюють виникнення та розвиток моральних переконань та позитивно впливають на формування зацікавленого ставлення до систематичних занять фізичними вправами, підтримки настрою й позитивних емоцій під час занять. Опанування знаннями, вміннями й навичками фізичних вправ, що задовольняють потреби, відповідають мотивам, можуть створювати позитивний настрій, реалізують творчий підхід та втілення різних креативних ідей тощо.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ТА ІНТЕРЕСУ ШКОЛЯРІВ

2.1. Методи дослідження

Основним завданням педагогічного експерименту було вивчення рівня мотивації та пізнавальних інтересів учнів на уроках із фізичної культури.

Під час виконання нашого дослідження використовувались наступні методи:

- аналіз та узагальнення літературних джерел з даної проблематики;
- анкетування учнів (соціологічний метод дослідження);
- індивідуальні та групові бесіди із учнями;
- педагогічне спостереження.

Дослідження нагального стану проблеми у спеціальній фаховій літературі з фізичної культури та спорту походило з метою обґрунтування теми роботи, а також визначення мети і завдання дослідження, ознайомлення із передовим педагогічним досвідом з даної проблематики та його узагальненням. Зроблено наголос на важливості використання особистісно-орієнтованого навчання під час проведення онлайн-уроків із фізичної культури для підвищення рівні інтересу та мотивації до систематичних занять фізичними вправами на уроках фізичної культури та у позаурочний час. Всього нами було опрацьовано 47 джерел науково-педагогічної літератури з даної проблематики дослідження.

Оцінювання чинників, що визначали б мотивацію до занять фізичними вправами ми вивчали використовуючи метод анкетування. А оцінювання стану пізнавального інтересу виконувалося на основі:

- знань із теорії та методики фізичного самовдосконалення (ознайомленість учнів із особливостями розвитку фізичних якостей, особливостей здійснення загартовуючи процедур, самоконтролю за

фізичним станом функціональних систем організму);

- інформаційна потреба в сфері фізичної культури і спорту, здоров'я систематичність в користуванні учнями навчально-методичною літературою, консультуванні із вчителем фізичної культури, основ здоров'я).

З метою вивчення інтересів та мотивації учнів 7-9-х класів нами було проведено їх анкетування.

Анкетування було персональними, і заповнювалися наприкінці уроку фізичної культури і результати надсилалися експериментатор для аналізу за допомогою існуючих можливостей комунікації.

Анкета містила 16 питань, що стосувалася визначення мети занять фізичною культурою і спортом, дослідження мотивації та рівня розвитку пізнавальних інтересів.

Зокрема, для визначення мети занять фізичною культурою і спортом (питання 1 анкети) ми запропонували варіанти відповідей (Г.В.Безверхня): *спілкування з товаришами, досягнення високих спортивних результатів, удосконалення форм тіла, активний відпочинок (розваги), покращення стану здоров'я, зниження зайвої маси тіла.*

Наступні питання (2-7 питання) стосувалися рівня пізнавальних інтересів фізкультурно-оздоровчого характеру, зокрема питання:

2. Значення занять фізичними вправами для всебічного розвитку дітей та підлітків (*знає / не знає*).

3. Чи знаєте правила загартовування повітрям? (*знає / не знає*).

4. Яких правил треба притримуватись при загартовуванні сонцем? (*знає / не знає*).

5. Як правильно здійснювати загартовування водою (зокрема, обтирання, обливання, душ та купання)? (*знає / не знає*).

6. Якими є основні закономірності розвитку фізичних якостей: витривалості, сили, швидкості та спритності? (*знає / не знає*).

7. Назвіть основні прийоми самоконтролю за станом свого здоров'я, величиною фізичних навантажень, котрі використовуються у фізичній культурі (*знає / не знає*).

Результати відповідей на 2-7 питань оцінювали за трьома градаціями:
високий, якщо отримано 5-6 правильних відповідей;
середній, якщо отримано 3-4 правильні відповіді;
низький, якщо отримано 0-2 правильних відповідей.

Наступні питання (8-12) стосувалися відношення учнів до уроків фізичної культури, зокрема:

8. Із якою метою Ви відвідуєте урок фізичної культури (*уникнути неприємностей в зв'язку з пропуском, отримати позитивну оцінку; підвищити свою фізичну підготовленість; зміцнити здоров'я та дізнатися щось нове*);

9. Навантаження на уроках фізичної культури в умовах дистанційного навчання (*високе, оптимальне, низьке*);

10. Оцініть, чи задоволені Ви уроками фізичної культури в школі (*повністю задоволений, не зовсім задоволений, незадоволений*);

11. Якщо не задоволені уроками фізичної культури чи не виявляєте достатньої активності, що Вас не влаштовує? (*не подобаються підібрані вправи, не цікаво на уроці, на уроці велике фізичне навантаження, на уроці незначне фізичне навантаження, и стиль роботи вчителя, недостатньо змагальних моментів*);

12. Що найбільше Вам подобається на уроках фізичної культури у дистанційному форматі? (*загальна задоволеність, умови проведення уроків, зміст проведення уроків, взаємовідносини з учителем*).

Наступні питання (13-16) стосувалися визначення основних мотивів та засобів підвищення мотивації учнів до уроків фізичної культури, зокрема:

13. Які на Вашу думку є основні мотиви занять фізичними вправами на уроках фізичної культури? (*здоров'я, формування красивої статури,*

вміння виконувати спортивні рухи, розвиток сили (витривалості, швидкості тощо).

14. Назвіть декілька основних факторів (причин), які впливають на формування належної мотивації до занять фізичною культурою й спортом *(роль учителя фізичної культури, вплив родини, роль телевізійних передач фізкультурно-оздоровчої спрямованості та спортивних змагань, поради друзів, знання про користь занять фізичними вправами);*

15. Якому із мотивів, що характеризують Ваше ставлення до занять фізичною культурою, надаєте найбільшу перевагу?*»(фізичного вдосконалення, задоволення потреб у русі, необхідності відвідування уроків фізичної культури, отримання вражень від суперництва, зміцнення здоров'я, досягнення спортивних результатів, знайти собі друзів, бути привабливим для інших, поліпшення тілобудови);*

16. Яким чином, на Вашу думку, можна підвищити мотивацію до занять фізичними вправами в умовах онлайн-уроків? *(показ відео-уроків з власним прикладом вчителя, можливість учням самостійно вибирати варіативні модулі занять, спрощення проведення тестів з фізичної підготовленості, основними мають бути теоретичні заняття з фізичної культури).*

Результати відповідей на 8-16 питання ми оцінювали за варіантами запропонованого вибору у даній анкеті.

2.2 Організація дослідження

У дослідженні (анкетуванні) прийняли участь учні Херсонської гімназії №14 Херсонської міської ради 7-9 класів у кількості 70 осіб: сьомий клас 24 особи (13 дівчат та 11 хлопців), восьмий клас 21 особа (11 дівчат та 10 хлопців), дев'ятий клас 25 осіб (12 дівчат та 13 хлопців). Анкетування проводили двічі: перший раз для дослідження вихідного рівня пізнавальних інтересів та мотивації до занять фізичними вправами, другий раз після впровадження заходів із підвищення рівня сформованості

інтересів та мотивації до занять фізичними вправами). Дослідження проводилося протягом лютого-березня 2023 року.

До заходів підвищення рівня мотивації та пізнавальних інтересів ми віднесли:

1) цікаві розповіді про відомих спортсменів, спортивні рекорди, про прояв феноменальних фізичних можливостей;

2) демонстрація на онлайн-уроках відеофільму «Фізична культура та спорт – це здоров'я»;

3) лекція з теми «Впровадження здоров'язберігаючих технологій на онлайн-уроках з фізичної культури під час ЗВО»;

4) розв'язування тематичних кросвордів, проблемних ситуацій фізкультурно-спортивного характеру.

5) виховна година «Твій вільний час»;

6) проведення «Олімпійського уроку» (урок-тренінг), використання олімпійської анімації на уроках фізичної культури.

РОЗДІЛ 3

ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ТА РІВНЯ РОЗВИТКУ ПІЗНАВАЛЬНИХ ІНТЕРЕСІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ГІМНАЗИСТІВ

3.1. Результати дослідження рівня розвитку пізнавальних інтересів учнів на уроках фізичної культури

Вивчення рівня розвитку пізнавальних інтересів й мотивації учнів на уроках фізичної культури учнів 7-9-х класів ми здійснювалося за допомогою анкетування.

Першим, що ми планували визначити, це основна мета занять фізичною культурою і спортом. Серед переліку варіантів відповідей, пропонували дітям вибрати одну або декілька цілей для занять фізичною культурою і спортом. Результати відповідей у різних класах на дане питання нами представлено у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Мета занять фізичною культурою і спортом учнів 7-9 класів

Мета занять		Класи					
		7-й		8-й		9-й	
		Хл. n=11	Дів. n=13	Хл. n=10	Дів. n=11	Хл. n=13	Дів. n=12
Спілкування з товаришами	n	2	2	1	2	1	1
	%	18,2	15,4	10,0	18,2	7,7	8,3
Досягнення високих спортивних результатів	n	4	4	4	3	4	3
	%	36,4	30,8	40,0	27,3	30,8	25,0
Удосконалення форм тіла	n	3	5	3	5	5	3
	%	27,3	38,5	30,0	45,5	38,5	25,0
Активний відпочинок (розваги)	n	2	2	1	2	2	2
	%	18,2	15,4	10,0	18,2	15,4	16,7
Покращення стану здоров'я	n	3	3	2	2	2	2
	%	27,3	23,8	20,0	18,2	15,4	16,7
Зниження зайвої маси тіла	n	1	3	1	2	2	4
	%	9,1	23,8	10,0	18,2	15,4	33,3

Аналізуючи відповіді на питання відносно основної цілей занять фізичною культурою та спортом більшість учнів всіх класів, і окремо хлопці і дівчата відповідали як «досягнення високих спортивних

результатів (таких відповідей спостерігалось в межах 25,0% у дівчат 9-го класу до 40,0% у хлопців 8-го класу). Також значну увагу приділити як основній меті «удосконаленню форм тіла». Зокрема, подібну мету занять фізичною культурою і спортом для себе визначили по троє хлопців 7-го (27,3% від загальної кількості хлопців цього класу) і 8-го класів (30,0% хлопців цього класу), троє дівчат 9-го класу (25,0% від всіх дівчат цього класу), а також по п'ять дівчат 7-го і 8-го класів (відповідно: 38,5% та 45,5%) і п'ятеро хлопців 9-го класу (38,5%)(табл.3.1.).

Серед запропонованих варіантів найменше учні цих класів як основну мету занять фізичною культурою і спортом обирали «спілкування з товаришами» (в межах 7,7% хлопців 9-го класу до 18,2% хлопців 7-го класу та дівчат 8-го класу), а також «активний відпочинок (розваги), відповідно в межах 10,0% у групі хлопців 8-го класу та 18,2% хлопців 7-го класу й дівчат 8-го класу.

Рівень розвитку пізнавальних інтересів учнів 7-9-х класів на двох етапах дослідження (2-7 питання анкети) представлений нами у таблиці 3.2 та на рисунку 3.1.

Як видно із даних таблиці 3.2, рівень розвитку пізнавальних інтересів учнів 7-го класу на першому етапі анкетування більшість характеризувалися низьким рівнем розвитку пізнавальних інтересів (37,5%), тоді як учням 8-го (47,6%) та 9-го класів (60,0%) властивий був середній рівень розвитку пізнавальних інтересів на першому етапі обстеження. Але слід відмітити, що ще невелика частка осіб цих класів характеризувалися високим рівнем розвитку пізнавальних інтересів, а саме 23,8% серед учнів 8-го класу та 24,0% серед учнів 9-го класу. На відміну від учнів цих класів, у семикласників на першому етапі анкетування нами виявлено 33,3% осіб, що мають високий рівень розвитку пізнавальних інтересів, хоча серед учнів цього класу є досить кількість осіб з низьким рівнем розвитку пізнавальних інтересів (37,5%)(табл.3.2.).

Таблиця 3.2.

Рівень розвитку пізнавальних інтересів учнів 7-9 класів

Рівні	7 клас (24 учні),%		8 клас (21 учень),%		9 клас (25 учнів),%	
	I етап	II етап	I етап	II етап	I етап	II етап
низький	37,5	8,3	28,6	5,8	16,0	8,0
середній	29,2	20,7	47,6	14,3	60,0	12,0
високий	33,3	70,8	23,8	80,9	24,0	80,0

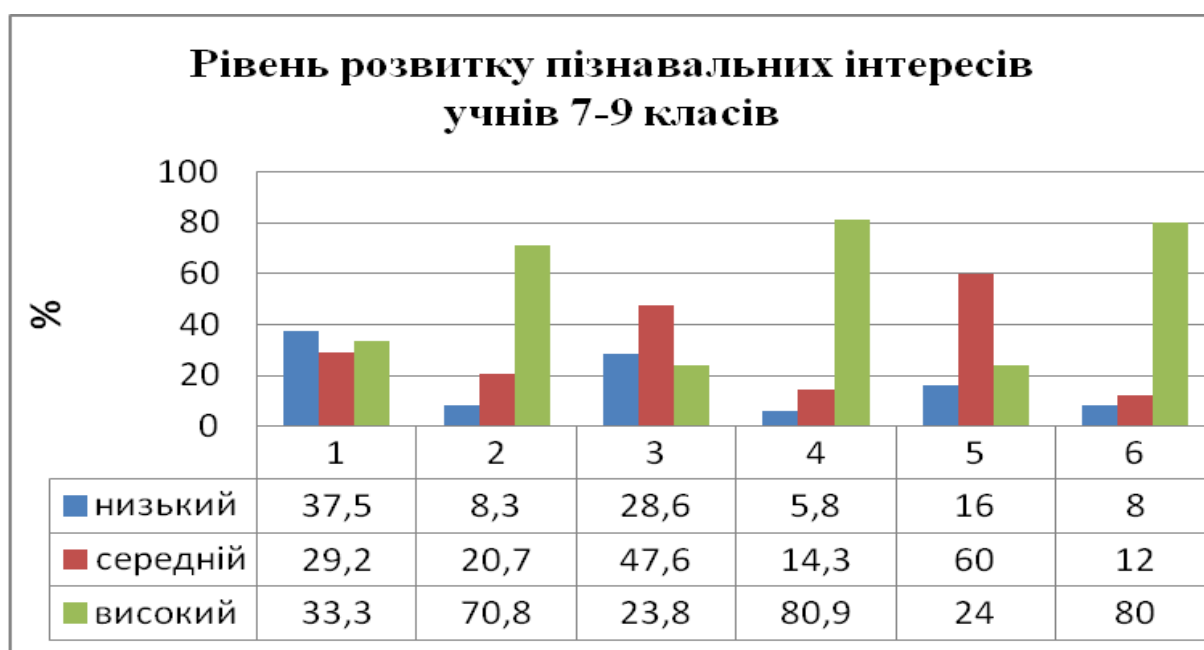


Рисунок 3.1. Рівень розвитку пізнавальних інтересів учнів 7-9 класів:
 1 – 7 кл. I етап; 2 – 7 кл. II етап; 3 – 8 кл. I етап; 4 - 8 кл. II етап; 5 – 9 кл. I етап; 6 - 9 кл. II етап

Після того як ми серед наших обстежуваних провели заходи з метою підвищення мотивації до занять, а також для підвищення рівня пізнавальних інтересів на уроках фізичної культури, ми відмічаємо суттєво зростання кількості учнів, яким вже характерний високий рівень розвитку пізнавальних інтересів. А саме в учнів 7-го класу з високим рівнем стало вже 70,8%, в учнів 8-го класу – 80,9%, а у групі учнів 9-го класу – 8,0%. Слід відмітити, що зростання кількості осіб з високим рівнем розвитку пізнавальних інтересів, спостерігалось за рахунок учнів, яким на першому етапі анкетування був характерний як низький, як і середній рівень

обізнаності у питаннях анкети. Так, серед учнів 7-го класу осіб з низьким рівнем стало – 8,3% від загальної кількості учнів цього класу, серед учнів 8-го класу – 5,8%, а серед учнів 9го класу – 8,0%(Табл.3.2., Рис.3.1.).

3.2. Відношення учнів 7-9-х класів до уроків фізичної культури

Наступний блок питань анкети стосувався питанням, які б характеризували відношення учнів до уроків фізичної культури. Запровадження між обома етапами анкетування ряду заходів, які б, на нашу думку, мали підвищити мотивацію дітей до занять фізичними вправами, прогнозувало зміщення акцентів їх відповідей на практичний аспект і оздоровче значення занять фізичною культурою і спортом. Серед варіантів відповідей на дане питання ми також пропонували учням обрати основні, на їх думку, цілі для відвідування уроків фізичної культури. Результати відповідей на 8 питання анкети представлені у таблиці 3.3.

Як бачимо із даних таблиці серед відповідей учнів значна кількість стосується того, щоб «отримати позитивну оцінку» та «уникнення неприємностей у зв'язку з пропуском». І це характерне учням всіх трьох класів. Хоча на другому етапі анкетування спостерігаємо певне зміщення акцентів відвідування уроків фізичної культури на зміцнення здоров'я та дызнатися щось нового. Так, на першому етапі анкетування метою відвідування уроку фізичної культури як «Отримати позитивну оцінку» становило у 7-му класі 29,2% , у 8-му класі – 33,3%, у 9-му класі – 40,0%. Слід відмітити, що на другому етапі анкетування майже не змінилося відсоткове співвідношення обрання цієї мети як однієї із основних. Лише серед учнів 7-го класу на одного учня стало менше, який би обирав цей варіант мети відвідування уроку фізичної культури як основної. Як ми відмітили раніше зросла кількість варіанті відповідей на другому етапі анкетування з варіантом основної мети «Зміцнити своє здоров'я» в учнів 7-го класу з 20,8% на I етапі до 37,5% на II етапі; серед учнів 8-го класу з 19,0% до 38,1%, в учнів 9-го класу з 24,0% до 36,0%. І особливо чітко, в

результаті наших проведених заходів спрямованих на підвищення мотивації до занять фізичними вправами, ми спостерігаємо зростання кількості осіб, котрі обирали за основну мету відвідування уроків фізичної культури у дистанційному форматі «Дізнатися щось нове». Так, серед учнів 7-го класу таких відповідей зустрічається вже 37,5% на другому етапі, якщо під час першого подібної відповіді ми відмічаємо 20,8% (збільшення на 16,8%)., серед учнів 8-го класу зростання подібної відповіді на 19,0% (з 14,3% I етап до 33,3% II етап), тоді як серед учнів 9го подібної відповіді на другому етапі стало ще більше – на 24,0% (з 12,0% на I етапі до 36,0% на II етапі)(Табл.3.3.).

Таблиця 3.3.

Показники відповідей на питання

«З якою метою відвідуєте урок фізичної культури?»

Варіанти відповідей	Кількість позитивних відповідей (% від загальної кількості)					
	7 клас		8 клас		9 клас	
	I етап	II етап	I етап	II етап	I етап	II етап
Отримати позитивну оцінку	29,2	25,0	33,3	33,3	40,0	40,0
Уникнути неприємностей у зв'язку з пропуском	33,3	29,2	28,6	28,6	32,0	24,0
Підвищити свою фізичну підготовленість	16,7	25,0	23,8	28,6	20,0	28,0
Зміцнити здоров'я	25,0	37,5	19,0	38,1	24,0	36,0
Дізнатися щось нове	20,8	37,5	14,3	33,3	12,0	36,0

Примітка: учням пропонувалося витрати декілька варіантів відповіді.

Далі проаналізуємо результати відповідей на питання анкети «Навантаження на уроках фізичної культури в умовах дистанційного навчання» та «Оцініть, чи задоволені Ви уроками фізичної культури в школі». На дані питання проаналізуємо результати лише після першого етапу анкетування. За час між анкетуваннями величина навантаження на уроках фізичної культури, які проводилися в онлайн-форматі практично не змінювалася, і про задоволеність уроками фізичної культури будемо судити у контексті величини фізичного навантаження. Зокрема, з даних таблиці 3.4. видно, що більшість учнів 7-9-х класів вважають, що фізичне навантаження, яке пропонує вчитель фізичної культури під час занять в

дистанційному форматі є низьким, а ніж оптимальним, чи взагалі високим. Так, серед учнів 7-го класу таких відповідей було 62,5%, серед учнів 8-го класу - 76,2%, а серед учнів 9-го класу – 60,0%. Оптимальна величина фізичного навантаження на уроках фізичної культури зазначається у 33,3% учнів 7-го класу, 23,8% учнів 8-го класу та 32,0% учнів 9-го класу. Висока величина фізичного навантаження на уроках фізичної культури у дистанційному форматі зазначається у 8,3% семикласників та 8,0% дев'ятикласників, а серед восьмикласників подібної відповіді ми взагалі не зустрічали. Можемо зробити припущення, що заняття фізичним вправами на уроках фізичної культури, за величиною фізичного навантаження є достатніми, які передбачають підвищення мотивування занять фізичним вправами учнями самостійно за обов'язкового здійснення самоконтролю за своїм фізичним станом при їх виконанні.

Таблиця 3.4.

Відношення учнів до уроків фізичної культури

Відповіді	Навантаження на уроках фізичної культури в умовах дистанційного навчання, %		
	7 клас	8 клас	9 клас
Високе	2 (8,3%)	-	2 (8,0%)
Оптимальне	8 (33,3%)	5 (23,8%)	8 (32,0%)
Низьке	15 (62,5%)	16 (76,2%)	15 (60,0%)
Відповіді	Оцініть, чи задоволені Ви заняттями фізичною культурою в школі, %		
	7 клас	8 клас	9 клас
Повністю задоволений	7 (29,2%)	5 (23,8%)	5 (20,0%)
Не зовсім задоволений	10 (41,6%)	8 (38,1%)	16 (64,0%)
Незадоволений	7 (29,2%)	8 (38,1%)	4 (16,0%)

З даних таблиці 3.4 видно, що у свої більшості учні 7-9-х класів або «не зовсім задоволені» заняттями фізичною культурою в школі чи, взагалі «незадоволені». Вцілому у 7-му класі той чи інший рівень незадоволеності занять фізичною культурою в школі становить в сумі 70,8%, а повністю задоволені лише 29,2% учнів цього класу. Серед учнів 8-го класу повністю задоволеними виявилися 23,8% учнів, а серед учнів 9-го класу – 20,0%.

Тобто частка «незадоволених» та «не зовсім задоволених» складає серед учнів 8-го класу 76,2%, серед учнів 9-го класу – 80,0% (табл.3.4.).

Групі учнів, які у попередньому питанні відповіли, що «незадоволені», або «не зовсім задоволені заняттями фізичною культурою в школі» (серед учнів 7-го класу таких виявилось 17 осіб, серед учнів 8-го класу – 16 осіб та серед учнів 9-го класу – 20 осіб) ми запропонували ще одне питання. А саме «Якщо не задоволені уроками фізичної культури чи не виявляєте достатньої активності, що Вас не влаштовує?». Серед варіантів відповідей пропонувалося: «не цікаво на уроці фізичної культури», «не подобаються підібрані вправи», «на уроці велике фізичне навантаження», «на уроці незначне фізичне навантаження», «стиль роботи вчителя», «недостатньо змагальних моментів».

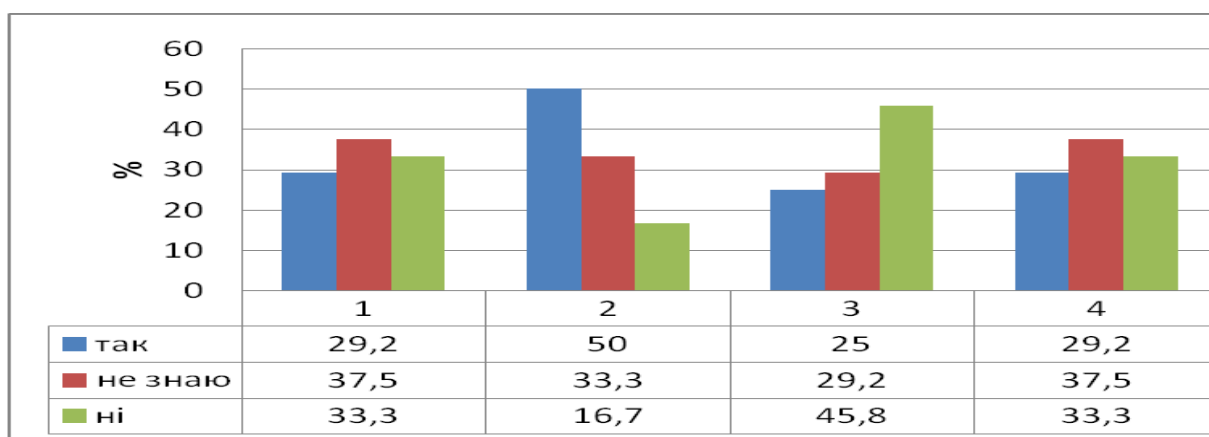
Пропонувалося цим учням обрати одну або декілька відповідей, які, на їх думку, обґрунтовували відповідь на попереднє питання. Аналізуючи відповіді можемо відмітити, що велика частка їх відповідей стосувалася варіанту відповіді «не цікаво на уроці» (в межах 47-50%%) та «на уроці незначне фізичне навантаження» (60,0-71,4%%) й «недостатньо змагальних моментів» (20,8-32,0%%).

З даних таблиці 3.5. видно, що найбільше учням 7-9-х класів на уроках фізичної культури зміст проведення уроків, враховуючи, що заняття проводяться у дистанційному форматі.

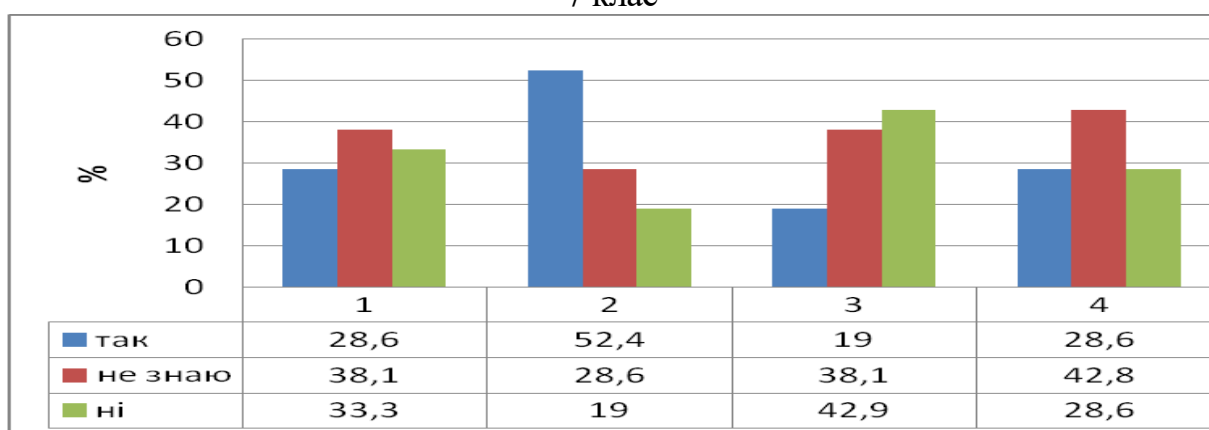
Таблиця 3.5.

Результати відповідей на питання анкети «Що найбільше подобається на уроках фізичної культури?», %

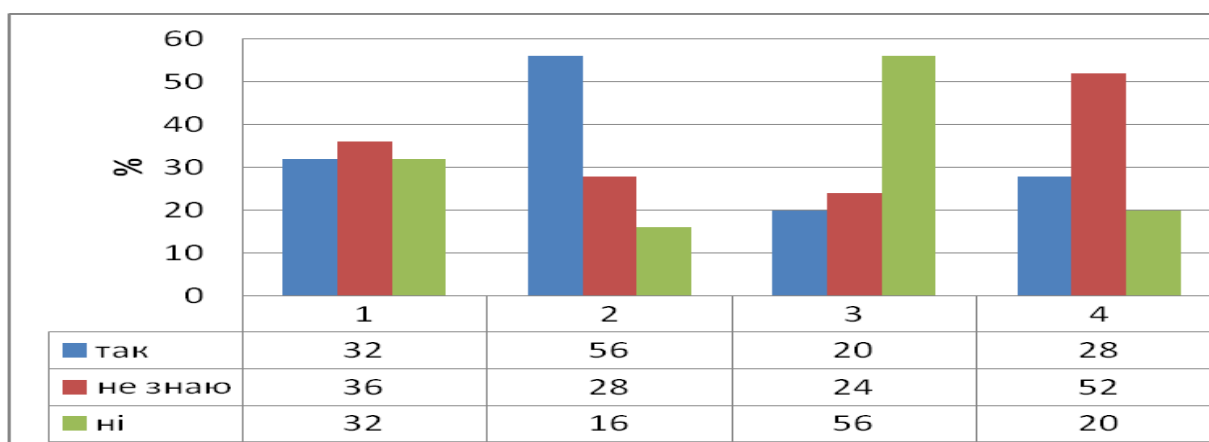
Види задоволення	7 клас, n=24			8 клас, n=21			9 клас, n=25		
	так	не знаю	ні	так	не знаю	ні	так	не знаю	ні
загальна задоволеність	29,2	37,5	33,3	28,6	38,1	33,3	32,0	36,0	32,0
зміст проведення уроків	50,0	33,3	16,7	52,4	28,6	19,0	56,0	28,0	16,0
умови проведення уроків	25,0	29,2	45,8	19,0	38,1	42,9	20,0	24,0	56,0
взаємини з учителем	29,2	37,5	33,3	28,6	42,8	28,6	28,0	52,0	20,0



7 клас



8 клас



9 клас

Рис. 3.2. Результати відповідей учнів на питання анкети «Що найбільше подобається на уроках фізичної культури?»:

1- загальна задоволеність; 2- зміст проведення уроків; 3- умови проведення уроків; 4 – взаємини з вчителем

Так, серед учнів 7-го класу таку відповідь ми зустрічали у 50,0% випадків, в учнів 8-го класу – у 52,4% випадках, а у дев'ятикласників – 56,0%.

Досить значний відсоток відповідей учнів всіх трьох класів стосувався загальної задоволеності уроків фізичною культурою у дистанційному форматі (відповідно, серед учнів 5-го класу 29,2%, серед учнів 8-го класу – 33,3%, серед учнів 9-го класу – 32,0%)(Табл. 3.5., Рис.3.2.).

Слід відмітити досить значний відсоток відповідей стосовно «незадоволеності» на уроках фізичної культури у дистанційному форматі учні 7-8-х класів, у своїй більшості, відповіли про «взаємини з вчителем». На нашу думку, подібний результат слід інтерпретувати тим, що учні у дистанційному форматі дуже важко можуть відчувати візуальний контакт з вчителем, його підтримку, допомогу та настанови. Подібних негативних відповідей серед учнів 7-го класу ми спостерігаємо 33,3%, серед учнів 8-го класу - 42,8%. У групі учнів 9-го класу таких відповідей виявилось 20,0%. Також слід відмітити, що досить великий відсоток учні вибрали у тому що не подобається на уроках фізичної культури «умови проведення уроків» (відповідно: 45,8% - 7 клас; 42,9 – 8 клас; 56,0 % - 9 клас). Дистанційна форма проведення уроків фізичної культури у значній кількості випадків є вподобанням серед учнів 7-9-х класів (Табл. 3.5.).

3.3. Визначення основних мотивів та засобів підвищення мотивації учнів до уроків фізичної культури

З даних таблиці 3.6. видно, що серед учнів 7-го класу на I етапі більшість вважали, що фізична культура спрямовується на розвиток фізичних якостей, збереження й зміцнення здоров'я, тоді як на другому етапі більш важливими виявилися чинники збереження й зміцнення здоров'я та формування красива статури.

В учнів 8-го класу під час першого етапу анкетування ми відмічаємо домінуючими відповіді: збереження та зміцнення здоров'я та формування красивої статури. На II етапі обстеження ми відмічаємо ще більшу кількість відповідей про те що фізична культура має бути спрямована на збереження та зміцнення здоров'я (частка цих відповідей становить

90,5%). Серед учнів 9-го класу ми спостерігаємо, що також як і у учнів 8-го класу більшість випадків на обох етапах анкетування відмічають про важливість фізичної культури у збереженні та зміцненні здоров'я (відповідно, 64,0% та 88,0%) та формування правильної статури (відповідно, 64,0%, 72,0%). Слід також відмітити, що серед учнів трьох класів досить значна кількість відповідей стосувалася ролі фізичної культури і у розвитку фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості тощо) (38,1%-64,0%) та вмінню виконувати спортивні рухи (23,8%-56,0%)

Таблиця 3.6.

Результати відповідей на питання «Які на Вашу думку є основні мотиви занять фізичними вправами на уроках фізичної культури?»

Варіанти відповідей	Кількість позитивних відповідей (% від загальної кількості)					
	7 клас, n=24		8 клас, n=21		9 клас, n=25	
	I етап	II етап	I етап	II етап	I етап	II етап
Здоров'я	45,8	66,7	61,9	90,5	64,0	88,0
Формування красивої статури	33,3	58,3	61,9	61,9	64,0	72,0
Вміння виконувати спортивні рухи	29,2	25,0	23,8	28,6	56,0	48,0
Розвиток фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості тощо)	54,2	45,8	42,9	38,1	40,0	64,0

Примітка: учням пропонувалося обрати декілька варіантів відповіді.

Одне із питань, яке стосувалося основних факторів (чинників), котрі могли б впливати на формування позитивної мотивації до систематичних занять фізичною культурою й спортом школярів розглянемо наступним.

Учням пропонувалося обрати основні два чинники, на їх думку, що здатні мотивувати до занять фізичною культурою і спортом, тобто обрати два варіанти відповідей.

Слід відмітити, що учні різних класів неоднаково визначили основні чинники, які впливатимуть на формування мотивації до занять фізичною культурою й спортом.

Так, серед учнів 7-го класу більшість вважає найбільш важливими чинниками у формуванні мотивації є роль (приклад) вчителя фізичної культури, зокрема так вважає 58,3% учнів цього класу. Також важливим

чинником на думку семикласників у формуванні мотивації до занять фізичною культурою і спортом «знання про користь занять фізичними вправами» - 45,8%. Найменше уваги має приділяти відповідь «поради друзів» (25,0%) та роль телевізійних передач (29,2%).

Таблиця 3.7.

Чинники, які впливають на формування мотивації учнів 7-9 класів до занять фізичною культурою і спортом, %

Варіанти відповідей	Клас		
	7 клас, n=24	8 клас, n=21	9 клас, n=25
Роль учителя фізичної культури	58,3	47,6	40,0
Вплив родини	41,7	52,4	52,0
Роль телевізійних передач	29,2	28,6	32,0
Поради друзів	25,0	38,1	40,0
Знання про користь занять фізичними вправами	45,8	33,3	36,0

Примітка: учням пропонувалося обрати два варіанти відповіді.

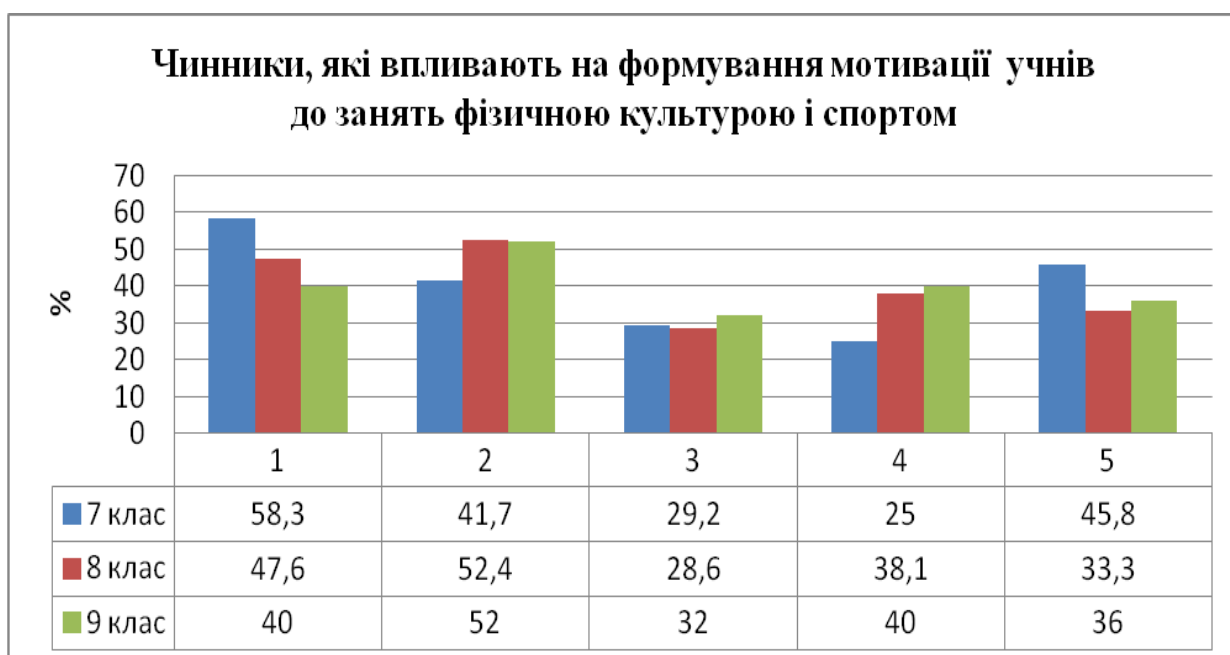


Рис. 3.3. Варіанти відповідей на питання анкети «Чинники, які впливають на формування мотивації учнів до занять фізичною культурою і спортом»

Примітка: 1 - Роль учителя фізичної культури; 2 - Вплив родини; 3 - Роль телевізійних передач; 4 - Поради друзів; 5 - Знання про користь занять фізичними вправами

У відповідях учнів 8-го класу ми відмічаємо домінуючу роль у формуванні мотивації до занять фізичною культурою і спортом «вплив

родини», тобто сімейне фізичне виховання, приклад старших братів, сестер та батьків (52,4%), а також приклад і роль вчителя фізичної культури – 47,6%.

Також учні 8-го класу, як і семикласники не вважають значної ролі у формуванні мотивації до занять фізичною культурою і спортом перегляд телевізійних передач спортивної та фізкультурно-оздоровчої спрямованості, 28,6%.

Учні 9-го класу серед основних чинників, які могли б сформувати позитивну мотивацію до занять фізичною культурою і спортом вважають вплив родини (52,0%), поради друзів (40,0%) та роль вчителя фізичної культури (40,0%). І також, як і учні обох класів молодшого віку не вважають, що роль телевізійних передач буде суттєвою у формуванні позитивної мотивації до занять фізичною культурою й спортом (Табл. 3.7.).

Якщо за результатами попередніх питань ми пропонували вибрати декілька (13 питань) чи два (14 питань) основних мотиви, то за результатами наступного питання ми ставили за мету виявити основний найголовніший мотив ставлення до занять фізичною культурою.

Результати представлені у таблиці 3.8.

На запитання анкети «Якому із мотивів, що характеризують Ваше ставлення до занять фізичною культурою, надаєте найбільшу перевагу?» відповіді учнів цього класу розподілилися так, що мотиву фізичного вдосконалення надають перевагу одна серед опитаних дівчат, що становить 7,7% від загальної кількості та двоє хлопців (18,2% від загальної кількості хлопців 7-го класу); мотиву задоволення потреб у русі – по одному представнику чоловічої (9,1% від загальної кількості хлопців) та жіночої статі (7,7% від загальної кількості дівчат 7-го класу); мотиву необхідності відвідування уроків фізичної культури – четверо хлопців (36,3% від загальної кількості юнаків 7-го класу) та четверо дівчат (30,7% від загальної кількості дівчат цього класу); мотиву отримання вражень від

суперництва (відчуття азарту, радощів від перемоги) – один хлопець та двоє дівчат (відповідно, 9,1% та 15,4% від загальної кількості представників чоловічої та жіночої статі).

Таблиця 3.8.

Результати анкетування учнів 7-9 класів

Якому з мотивів, що характеризують ставлення до занять фізичною культурою, Ви надаєте перевагу?»		фізичного вдосконалення	задоволення потреб у русі	необхідності відвідування уроків фізичної культури	отримання вражень від суперництва	зміцнення здоров'я	досягнення спортивних результатів	знайти собі друзів	бути привабливим для інших	поліпшення тілобудови
Дівчата 7 кл, n=13	к-сть	1	1	4	2	2	1	-	1	1
	%	7,7	7,7	30,7	15,4	15,4	7,7	-	7,7	7,7
Хлопці 7 кл, n=11	к-сть	2	1	4	1	2	-	1	-	-
	%	18,2	9,1	36,3	9,1	18,2	-	9,1	-	-
Дівчата 8 кл, n=11	к-сть	1	1	3	1	1	-	1	2	1
	%	9,1	9,1	27,2	9,1	9,1	-	9,1	18,2	9,1
Хлопці 8 кл, n=10	к-сть	1	1	1	2	2	-	1	1	1
	%	10,0	10,0	10,0	20,0	20,0	-	10,0	10,0	10,0
Дівчата 9 кл, n=12	к-сть	2	1	2	1	1	1	-	3	1
	%	16,7	8,3	16,7	8,3	8,3	8,3	-	25,0	8,4
Хлопці 9 кл, n=13	к-сть	2	2	1	2	2	1	-	1	2
	%	15,4	15,4	7,7	15,4	15,4	7,7	-	7,7	15,4

По двоє учнів як хлопців та дівчат домінуючим своїм мотивом, що характеризують ставлення до занять фізичною культурою вважають зміцнення здоров'я. Частка учнів з цим мотивом становить: 15,4% - хлопці та 18,2% дівчата. Мотив досягнення спортивних результатів виявився переважаючим лише в однієї дівчини (7,7%), мотив знайти собі друзів виділив як важливий лише один хлопець (9,7 % від загальної кількості юнаків 7-го класу) та жодна з дівчат (Табл. 3.8., Рис. 3.4.).

Мотиву бути привабливим для інших також виявився домінуючим лише у однієї дівчини (7,7% від загальної кількості дівчат). Жоден хлопець 7-го класу не вподобав як важливий мотив поліпшення своєї тілобудови,

тоді як одна дівчина (7,7% від загальної кількості дівчат) цей мотив визначила важливим під час занять фізичною культурою (Табл. 3.8.).

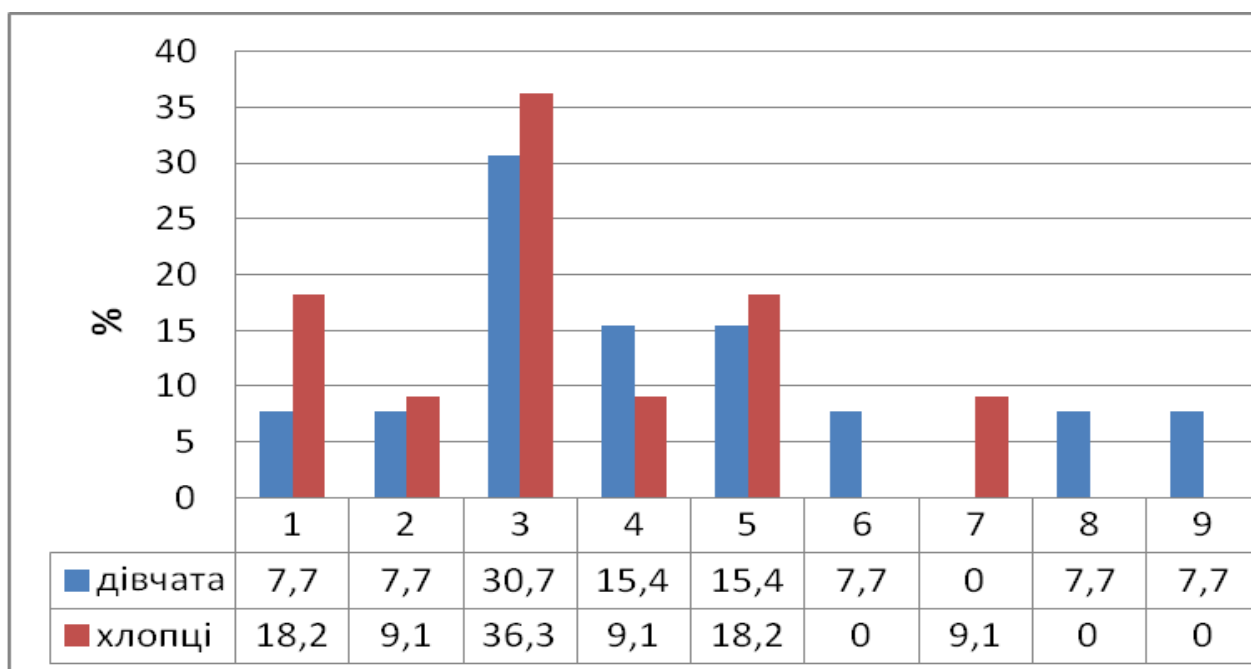


Рис. 3.4. Дані, які характеризують відповіді учнів 7 класу про їх мотиви до занять фізичною культурою

Примітка: 1 - фізичного вдосконалення надають перевагу; 2 - задоволення потреб у русі; 3 - необхідності відвідування уроків фізичної культури; 4 - отримання вражень від суперництва; 5 - зміцнення здоров'я; 6 - досягнення спортивних результатів; 7 - досягнення спортивних результатів; 8 - бути привабливим для інших; 9 - поліпшення тілобудови

Далі розглянемо результати анкетування учнів 8-го класу на питання «Якому із мотивів, що характеризують Ваше ставлення до занять фізичною культурою, надаєте найбільшу перевагу?»

Результати представлено у таблиці 3.8. та на рисунку 3.5.

Мотиву задоволення потреб у русі надають перевагу по одному хлопцю та одній дівчині, що становить відповідно 10,0% та 9,1 % від загальної кількості хлопців та дівчат, як і мотиву фізичного вдосконалення надали перевагу по одній дівчині та юнакові (Рис. 3.5.).

Мотив необхідності відвідування уроків фізичної культури виявився найважливішим під час занять фізичною культурою у трьох дівчат та одного хлопця (відповідно 27,2% та 10,0% від загальної кількості дівчат та

хлопців цього класу). Одна дівчина та двоє хлопців відповіли, що одним із найважливіших мотивів, які характеризують ставлення до занять фізичною культурою є мотив отримання вражень від суперництва (відчуття азарту, радощів від перемоги), відповідно 9,1% серед дівчат та 20,0% серед хлопців 8-го класу. Також одна дівчина та двоє хлопців вказали у своїх анкетах важливим є заняття фізичною культурою і спортом для зміцнення здоров'я (9,1% та 20,0% від загальної кількості дівчат і хлопців 8-го класу). Мотив досягнення спортивних результатів не вказали як домінуючий жоден з учнів 8-го класу. А мотив знайти собі друзів, важливим визнали по одній дівчині (9,1% від загальної кількості дівчат 8-го класу) та хлопцю цього класу (10,0% від загальної кількості хлопців 8-го класу). Мотиву бути привабливим для інших вказали 18,2 % дівчат та 10,0% хлопців, а мотив поліпшення тілобудови – по одному представнику чоловічої та жіночої статі (відповідно, 9,1% та 10,0% від загальної кількості дівчат та хлопців) (Рис. 3.5.).

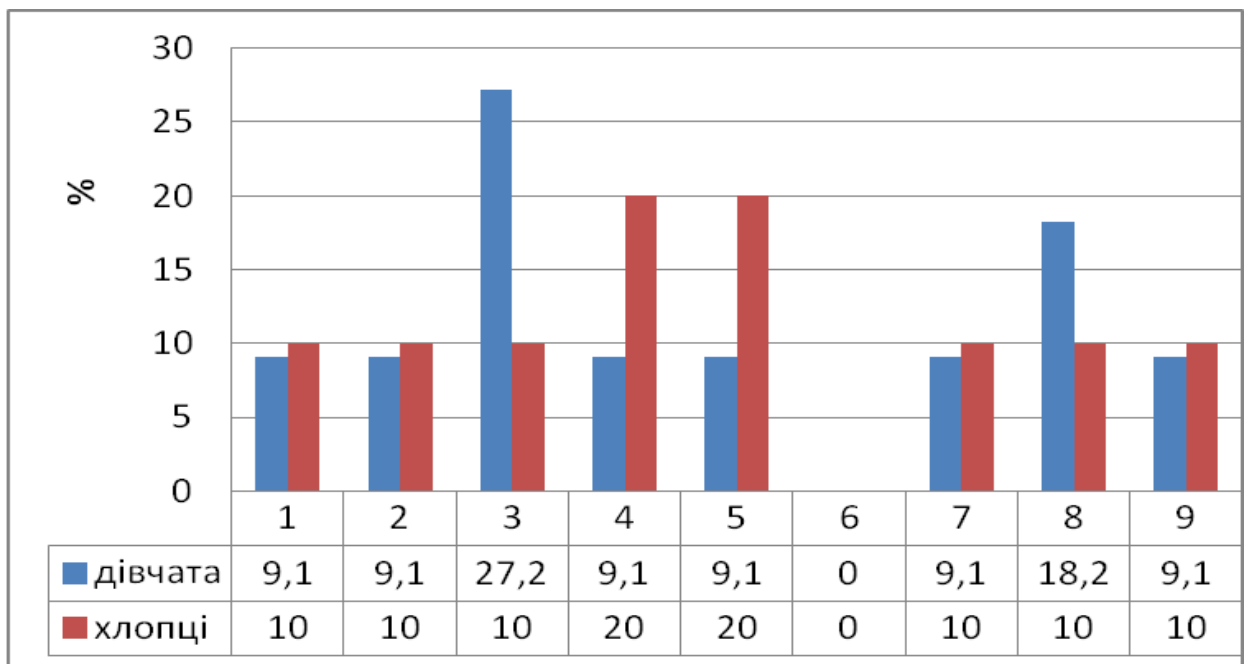


Рис. 3.5. Дані, які характеризують відповіді учнів 8 класу про їх мотиви до занять фізичною культурою

Примітка: 1 - фізичного вдосконалення надають перевагу; 2 - задоволення потреб у русі; 3 - необхідності відвідування уроків фізичної культури; 4 - отримання вражень від суперництва; 5 - зміцнення здоров'я;

6 - досягнення спортивних результатів; 7 - досягнення спортивних результатів; 8 - бути привабливим для інших; 9 - поліпшення тілобудови

Далі ми проаналізували дані анкетування учнів 9-го класу на питання «Якому із мотивів, що характеризують Ваше ставлення до занять фізичною культурою, надаєте найбільшу перевагу?». Отримані відповіді учнів представлені у таблиці 3.8. та на рисунку 3.6.

Відповіді учнів 9-го класу розподілилися наступним чином: мотиву фізичного вдосконалення надають перевагу дві дівчини, що становить 16,7% від загальної кількості та двоє хлопців (15,4% від загальної кількості хлопців 9-го класу); мотиву задоволення потреб у русі – одна дівчина (8,3% від загальної кількості дівчат) та двоє хлопців (15,4% від загальної кількості хлопців 9-го класу); мотиву необхідності відвідування уроків фізичної культури – двоє дівчат (16,7% від загальної кількості дівчат 9-го класу) та один хлопець (7,7% від загальної кількості хлопців цього класу).

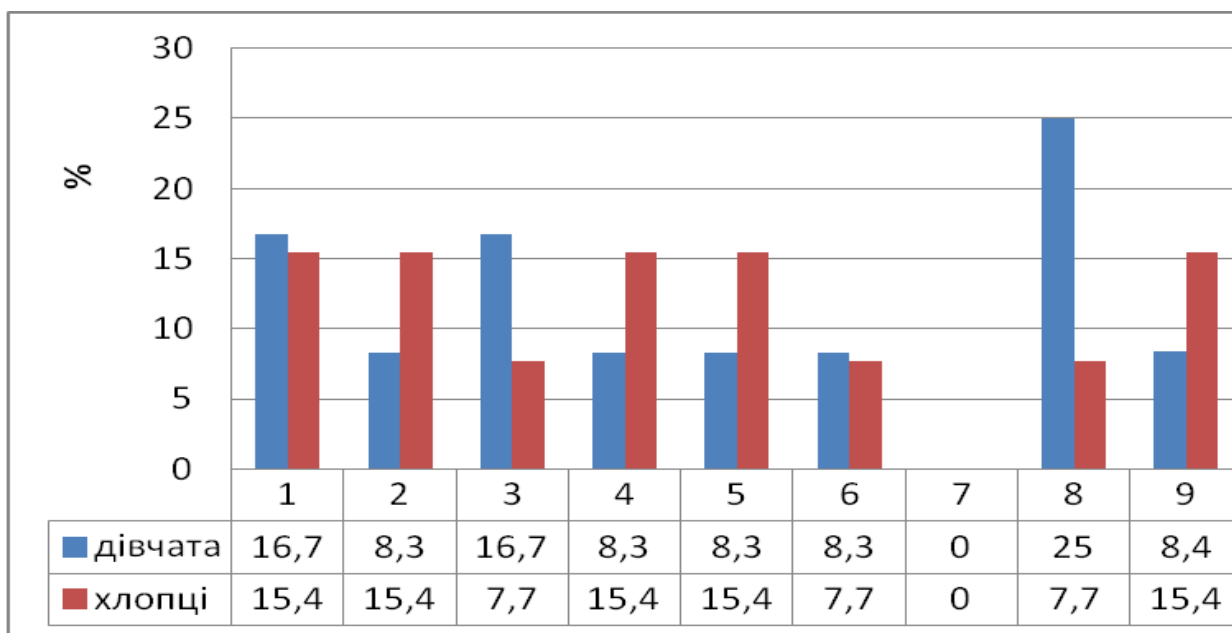


Рис. 3.6. Дані, які характеризують відповіді учнів 11 класів про їх мотиви до занять фізичною культурою

Примітка: 1 - фізичного вдосконалення надають перевагу; 2 - задоволення потреб у русі; 3 - необхідності відвідування уроків фізичної культури; 4 - отримання вражень від суперництва; 5 - зміцнення здоров'я; 6 - досягнення спортивних результатів; 7 - досягнення спортивних результатів; 8 - бути привабливим для інших; 9 - поліпшення тілобудови

Мотиву отримання високих вражень від суперництва (тобто, відчуття азарту, радощів від перемоги) надав перевагу лише одна дівчина (8,3%) та двоє хлопців (15,4%) Подібним способом відповіли дівчата і хлопці 9-го класу, що мотивом для занять фізичною культурою і спортом для них є зміцнення здоров'я. Мотив досягнення спортивних результатів виявився переважаючим по одному із дівчат та хлопців (відповідно, 8,3% та 7,7%). Мотив знайти собі друзів не виділив як важливий жоден учень 9-го класу. Мотив бути привабливим для інших також виявився домінуючим у трьох дівчат (25,0%) і у одного хлопця (7,7%). Одна дівчина визначала для себе важливим мотивом для занять фізичною культурою та спортом мотив бути привабливим для інших (8,4% серед дівчат), тоді як серед хлопців таких відповідей виявилось дві (15,4 % серед хлопців) (Рис. 3.6.).

Формування мотивації дітей середнього шкільного віку до занять фізичною культурою має ґрунтуватися на передових методах навчання, котрі максимальною мірою будуть сприяти ефективному проведенню уроків фізичної культури в дистанційному форматі. Всі результативні мотиви слід формувати у процесі навчання руховим діям. З цією метою навчання на уроках фізичної культури слід включати у особистісно значущу для кожного учня змагальну діяльність, коли школярі, навчаючись, можуть одночасно готуються до участі у змаганнях із цього виду вправ на першість класу, школи тощо. Але за умови, звичайно, відвідування уроків фізичної культури очно. Проте й тут кожному учню має бути визначено індивідуальний доступний результат, і показники якого повинні розцінюватися учителем, товаришами по класу, вцілому, як успіх, певна перемога учня над собою. Лише у цьому випадку буде виникати внутрішня мотивація занять фізичними вправами, підвищувати визначає позитивний інтерес учнів до фізичної культури.

Останнє питання нашої анкети стосувалося того яким чином можна підвищити мотивацію до занять фізичним вправами в умовах онлайн-уроків? Пропонувалося обрати одну найбільш важливу для респондента

відповідь на запропоноване питання. Результати анкетування представлені у таблиці 3.9.

З даних таблиці видно, що основною, на думку учнів всіх трьох класів, можливістю підвищити мотивацію до занять фізичним вправами в умовах онлайн-уроків є «показ відео-уроків із власним прикладом вчителя». Зокрема, серед учнів 7-го класу подібна відповідь спостерігалася у 50,0% дітей, серед учнів 8-го класу – 42,9% від всієї кількості учнів цього класу та серед учнів 9-го класу – 48,0% від загальної кількості учнів цього класу.

Таблиця 3.9.

Результати анкетування на питання «Яким чином можна підвищити мотивацію до занять фізичним вправами в умовах онлайн-уроків?»,%

Варіанти відповідей	Клас		
	7 клас, n=24	8 клас, n=21	9 клас, n=25
Показ відео-уроків з власним прикладом вчителя	50,0	42,9	48,0
Можливість учням самостійно вибирати варіативні модулі занять	12,5	28,6	20,0
Спрощення проведення тестів з фізичної підготовленості	20,8	19,0	16,0
Основними мають бути теоретичні заняття з фізичної культури	16,7	9,5	16,0

Вцілому серед всіх 70 обстежуваних цей варіант відповіді обрали 47,1%. Наступні варіанти відповідей у класах зустрічаються не в однакових співвідношеннях (Табл.3.9., Рис.3.7.). Так, варіант відповіді «Можливість учням самостійно вибирати варіативні модулі занять», зустрічається, відповідно у 12,5% семикласників, 28,6% восьмикласників та 20,0% дев'ятикласників. «Спрощення проведення тестів з фізичної підготовленості» як один із чинників підвищити мотивацію відвідувати уроки фізичної культури в форматі онлайн визначили для себе 20,8% учнів 7-го класу, 19,0% учнів 8-го класу та 16,0% учнів 9-го класу (Табл.3.9., Рис.3.7.).

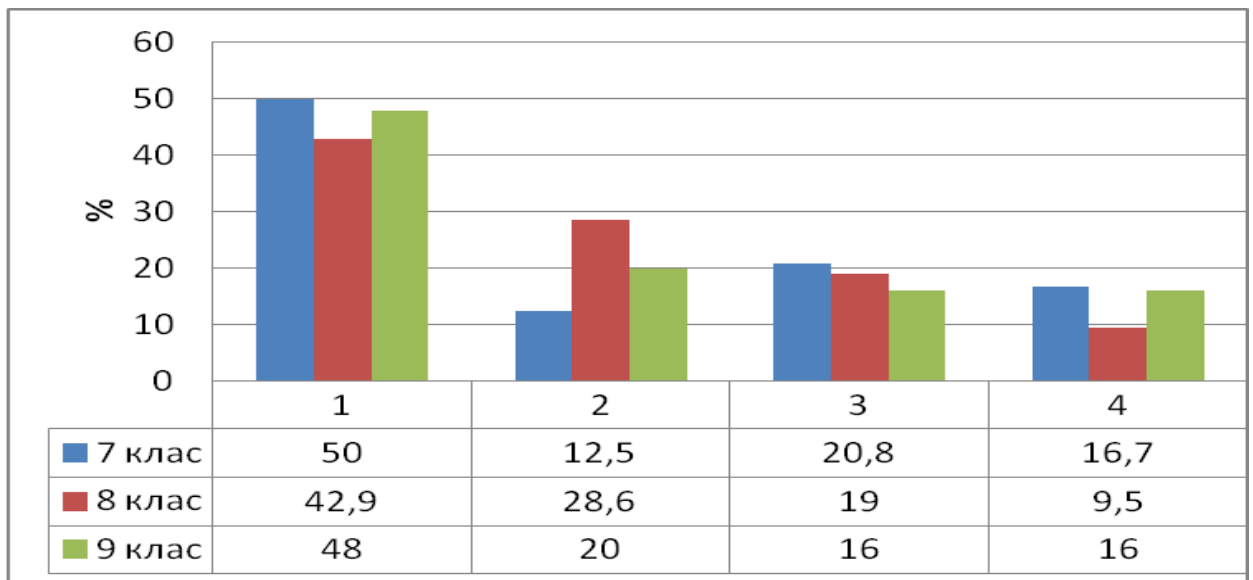


Рис.3.7. Результати відповідей на питання «Яким чином можна підвищити мотивацію до занять фізичним вправами в умовах онлайн-уроків?»:

1 - Показ відео-уроків з власним прикладом вчителя; 2 - Можливість учням самостійно вибирати варіативні модулі занять; 3 - Спрощення проведення тестів з фізичної підготовленості; 4 - Основними мають бути теоретичні заняття з фізичної культури

Слід відмітити, що варіант «Основними мають бути теоретичні заняття з фізичної культури» для ефективного відвідування та проведення уроків у онлайн-форматі обрали найменша кількість учнів. Зокрема, серед учнів 7-го класу подібний варіант зустрічався у 16,7% учнів, серед учнів 8-го класу – 9,5% учнів, а серед учнів 9-го класу – 16,0% від загальної кількості учнів цих класів. А в цілому серед всіх 70 обстежуваних цей варіант відповіді спостерігався у 14,3% учнів (Табл.3.9., Рис.3.7.).

Отже, нами з'ясовано, що учні, в цілому, свідомо ставляться до уроків фізичної культури й можуть абсолютно конкретно зазначити їх недоліки. Ця певна незадоволеність постановкою процесу фізичного виховання в дистанційному форматі призводить до нерегулярного відвідування уроків фізичної культури, а також до їх зниження мотивації до самих онлайн занять і самостійних занять фізичними вправами, зокрема.

Для з'ясування домінуючої мотивації школярів на уроках фізичної

культури й визначення шляхів її формування варто встановити необхідні спонукання, котрими керуються діти у своїх вчинках, а також у бажаннях під час умов навчальної та позакласної діяльності.

Вивчення різноманітних чинників, котрі впливають на формування мотивації та прояву пізнавальних інтересів школярів до занять фізичною культурою і спортом, й причин, що перешкоджають реалізації бажання систематично займатися фізичними вправами, дозволять визначити та їх структуру та реалізовувати її на практиці.

ВИСНОВКИ

1. При здійсненні аналізу літературних джерел встановлено, що спрямованість пізнавального інтересу учнів чітко залежить від їх схильностей й здібностей. Обов'язковою умовою виникнення пізнавального інтересу є їх попередні знання та практичний досвід у певному виді діяльності, емоційне задоволення. Пізнавальний інтерес до фізичної культури і спорту в учнів середніх класів є результатом дії існуючої виховної системи, котра здійснюється через засоби масової інформації про великий спорт й фізичну культуру, через проведення спортивних заходів в місті, у школі, під цілеспрямованим впливом учителів, батьків й друзів.

2. Аналіз основних факторних структурних елементів пізнавальних інтересів, який визначався у результаті анкетування дозволив з'ясувати, що:

- після впровадження деяких підходів формуванні пізнавальних інтересів учнів (цікаві розповіді, демонстрація відеофільму, лекторій, проведення тематичної години, уроку-тренінгу тощо) в учнів 7-9 класів зростає відсоткове співвідношення кількості осіб, який властивий високий рівень розвитку пізнавальних інтересів на уроках фізичної культури (70,8%-80,9%);

- основною метою занять фізичною культурою і спортом визначають досягнення високих спортивних результатів (30,8%-40,0%), удосконалення форм тіла та зниження зайвої маси тіла (33,3%-45,5%).

- на другому етапі дослідження більшість учнів у всіх класах відповіли, що відвідують уроки фізичної культури для того, щоб зміцнити своє здоров'я (36,0%-38,1%) та дізнатися щось цікаве (33,3%-37,5%), тоді як на першому етапі – для того щоб, отримати позитивну оцінку (29,2%-40,0%) та уникнути неприємностей у зв'язку з пропуском (28,6%-33,3%);

- учні відмічають, що уроки фізичної культури у дистанційному форматі характеризуються низьким рівнем фізичного навантаження, що

знижує задоволеність від умов їх проведення, але мають достатній зміст наповнення уроків.

3. За результатами анкетування з'ясовано, що на мотивацію учнів до занять фізичною культурою та спортом відіграє роль вчителя фізичної культури (40,0%-58,3%) та позитивний вплив сімейного фізичного виховання (41,7%-52,4%).

При аналізі результатів анкетування учнів 7-9-х класів на питання «Якому із мотивів, що характеризують Ваше ставлення до занять фізичною культурою, надаєте найбільшу перевагу?» можна відмітити, що більшість учнів як серед хлопців, так і серед дівчат домінуючим мотивом занять фізичною культурою і спортом визнали необхідність ці заняття відвідувати. З віком ми спостерігаємо зменшення кількості учнів, які вибрали основний мотив занять фізичними вправами - отримання вражень від суперництва, і підвищується кількість учнів у віковому аспекті основним мотивом називали - мотив бути привабливим для інших.

На думку учнів 7-9-х класів для підвищення мотивацію до занять фізичними вправами в умовах онлайн-уроків є показ відео-уроків з власним прикладом вчителя (42,9%-50,0%), тоді як варіант відповіді «Основними мають бути теоретичні заняття з фізичної культури» не сприятиме достатньої мотивації до занять фізичним вправами (9,5%-16,7%).

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Безверхня Г.В. Інформаційні фактори, які впливають на формування мотивації школярів до занять фізичними вправами. *Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури і спорту*. Львів, 2002. Вип. 6. Т. 1. С. 154-157.
2. Безверхня Г.В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5-11-х класів. *Автореф. дис. ... канд. наук .фіз. вих. та спорту*. Львів, 2004. 18 с. Режим доступу: https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/9847/1/bezverkhnya_g_v.PDF
3. Безверхня ГВ, Цибульська ВВ, Гончар ГІ. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів та студентів [монографія]. Умань: ВПЦ «Візаві»; 2016. 223 с.
4. Бех І.Д. Формування пізнавальних інтересів молодших школярів. – Кн. 1. Особистісно-орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади: Наукове видання. К.: Либідь, 2003. 346 с.
5. Бобровник С.І. Формування мотивації старшокласників до занять фізичною культурою та спортом. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Вип 2 (43). 2014. С.4-9.
6. Бойко О. Теоретичні аспекти впливу мотиваційних складових на підвищення ефективності занять із фізичної культури. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць*. № 1 (21), 2013. С.94-98.
7. Васкан І., Цюпак Ю. Інтерес до фізичного виховання в учнів середнього шкільного віку. *Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення : збірник наукових праць*. №. 4 (12), 2010. 29-31.
8. Ведмеденко Б.Ф. Виховання інтересу: теорія, експеримент, методика занять. Монографія. Чернівці, 2002. 346 с.

9. Ведмеденко Б. Ф. Виховання в учнів інтересу до фізичної культури. *Фізичне виховання в школі*. 2003. № 4. С. 46–49.
10. Ведмеденко Б.Ф. Особливості педагогічної технології виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою. *Фізична культура в школі*. 2004. №3. С.12-14. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/pdf/15/n3-12vedmedenko2004.pdf>
11. Винник В. Д. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2010. № 12. С. 39–42.
12. Ворона В. В. Стан здоров'я учнів та їх мотивація до занять фізичною культурою в школі. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2016. № 1. С. 190–197.
13. Голяка С. К., Возний С. С. Формування валеологічної освіти учнів на уроках фізичної культури. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія, № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури* : зб. наук. праць. К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2016. Вип. 3К1 (70) 2016. С. 346-349. Режим доступу: <http://eKhSUIR.kspu.edu/handle/123456789/3560>
14. Григоренко В.Г. Профессионально-педагогическая мотивация и технология ее формирования. Бердянск: Модем, 2003. – 148 с.
15. Гусев В. Основи формування інтересу до уроків фізичної культури. *Завуч*. 2002. № 15. С.13 - 14.
16. Дубогай О. Мотивація до занять фізичними вправами. Бібліотека шкільного світу. Здоров'я та фізична культура. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини. Київ, 2006. С.12-14.
17. Журкіна Л. Формування навичок здорового способу життя засобами фізично-оздоровчої роботи. *Шкільний світ. Здоров'я та фізична культура*. № 30. 2006. С.12-15.
18. Закопайло С.А. Формування мотивації та інтересу в учнів загальноосвітніх шкіл до занять фізичною культурою. *Вісник Кам'янець-*

Подільського національного університету імені І.Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Вип.10. 2015. С.140-146.

19. Захожий В. Формування в старшокласників інтересу до самостійних занять фізичними вправами. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. № 1 (9). С. 38–40. 4.

20.

21. Коваленко В. Особистісний підхід до навчання та виховання школярів засобами фізичної культури. *Шкільний світ. Здоров'я та фізична культура.* № 36, 2006. С.8-10.

22. Кравчук Я. Формування у школярів інтересу до виконання фізичних вправ. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2009. № 2 (6). С. 67–72.

23. Круцевич Т.Ю., Безверхняя Г.В. Формирование интереса к занятиям физической культурой и спортом школьников с различными типами ВНД. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. За ред. С.С.Єрмакова.* Харків, 2002. № 25. С. 89-97.

24. Круцевич Т.Ю. Оцінка як один із чинників підвищення мотивації учнів до фізичної активності. *Фізичне виховання в школі.* 2003. № 1. С. 47-50.

25. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Том 2. Київ: Олімпійська література, 2012. 368 с.

26. Круцевич Т, Іщенко О, Імас Т. Мотивація учнів 6-9 класів до уроків фізичної культури. *Спортивний вісник Придніпров'я.* 2014. №2. С68-72.

27.

28. Лисяк В.М. Формування інтересу до занять фізичною культурою та спортом у школярів 6-11 х класів. Харків, 2006. 18 с.
29. Ляхов А. Жодного дня без фізкультури та спорту. *Шкільний світ. Здоров'я та фізична культура*. № 10, 2006. С.21-23.
30. Матвієнко І. Формування мотивації школярів до занять фізичною культурою та спортом у закладах загальної середньої освіти. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. Науково-теоретичний журнал. 2020. №3. С. 81-85.
31. Матвіїшина Т. Активізація пізнавальної діяльності учнів на уроках спортивних ігор. *Шкільний світ. Здоров'я та фізична культура*. № 9, 2006. С.5-7.
32. Носко М. О., Воєділова О. М., Гаркуша С. В., Носко Ю. М. Рухова активність і заняття фізичними вправами як необхідна умова здоров'язбереження. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2018. Вип. 151(2). С. 44–51.
33. Остапенко О. Виховання у молодших школярів інтересу до фізкультури. *Початкова школа*. 2000. №6. 56 с.
34. Остапенко О. Виховання в учнів 8-9 класів інтересу до занять фізичною культурою. *Фізичне виховання в школі*. 2002. № 2. С.19-23.
35. Островерхова Н.М. Аналіз уроку: концепції, методики, технології. К.: Фірма "ІНКОС", 2003. 352 с.
36. Переверзева С., Андрианов Т., Дронникова Т., Дронникова Е. Определение факторов мотивации старшеклассников к занятиям физической культурой и спортом. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: [зб. наук. пр.]*. 2012. №2. С. 188-190.
37. Перегінець М. М. Організація процесу фізичного виховання старшокласників в закладах освіти різного типу : дис. ...канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02. К., 2018. 292 с.
38. Пристинський В.М. Оптимальна рухова активність як важлива передумова формування знань про здоров'я та здоровий спосіб життя.

Гуманізація навчально-виховного процесу: зб. пр. наук.- практ. конф. «Валеологічна культура особистості – джерело здоров'я». Слов'янськ: вид. центр СДПУ, 2006. С. 129–132.

39. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура (5-12 кл.): навч.-пр. видання МОН України. К.: Ірпінь, 2005. 272 с

40. Семиченко В.А. Проблемы мотивации поведения и деятельности человека: модульный курс психологии. К.: Перун, 2004. 346 с.

41. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання. Харків: «ОВС» 2007. 234 с.

42. Столітненко Є. Вихованість позитивного ставлення до фізичної культури в учнів 5–7 класів. *Фізичне виховання в школі.* 2001. № 4. С.43– 44.

43. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів, «Фест-Прінт». 2017. 179 с.

44. Чурюканов Д.С. Формування мотивації й інтересу учнів до занять фізичними вправами. *Магістерські студії. Збірник наукових праць.* Херсон, 2023. С.

45. Шалар О.Г. Мотиваційно-організаційний етап – важливий крок у підготовці підлітків до самостійних занять фізичною культурою. *Фізична культура в школі.* 2003. №2. С.12-14.

46. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. В 2-х частинах: Навчальний посібник. Тернопіль, 2010.

47. Щирба В.А. Проблема формування інтересу та мотивації до занять фізичною культурою старших школярів. *Теорія та методика фізичного виховання.* 2016. № 1. С.16-23.