

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

**СТАВЛЕННЯ УЧНІВ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти бакалавр

Виконала: студентка 4 курсу 14-
411 групи
Спеціальності: 014 Середня освіта
(Фізична культура)
Освітня програма «Середня освіта
(Фізична культура)»

Газукіна Аліна Андріївна

Керівник: канд. пед. наук,
доцентка **Городинська І.В.**

Рецензент: вчителька фізичної
культури Херсонської
спеціалізованої школи І-ІІІ ступеня
№24

Борзукова О.В.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. Формування інтересу та мотивації до занять фізичною культурою	6
1.1. Мотивація як усвідомлена особистісна потреба до занять фізичною культурою	6
1.2. Напрями формування інтересу до занять фізичною культурою	12
РОЗДІЛ 2. Дослідження мотивів відвідування старшокласницями шкільних уроків фізичної культури	17
2.1. Організація і методи дослідження	17
2.2. Результати експериментальної частини дослідження ...	19
ВИСНОВКИ	23
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	24

ВСТУП

Актуальність. Існуюча теорія та практика свідчить, що в старшому шкільному віці спостерігається зниження фізичної активності учнів закладів загальної середньої освіти, що вказує на зниження інтересу до занять фізичною культурою та ставленням учнів до фізичної культури. Багатьма дослідженнями виявлена негативна дія на організм учнів тривалого навантаження. Особливу увагу викликає стан здоров'я учнів старшого шкільного віку. Це пояснюється тим, що навчання в школі супроводжується дефіцитом рухової активності, нервовим перенапруженням, яке пов'язане з необхідністю засвоєння та переробки ними великої кількості інформації.

Подолати несприятливі зрушення, викликані розумовою діяльністю учнів, на думку багатьох дослідників, можна за допомогою раціональної системи рухового режиму. Тому, в рамках цього питання, зростає потреба залучення великої кількості учнів до регулярних занять фізичною культурою з метою збільшення рухової активності, профілактики різних захворювань, зміцнення та збереження здоров'я і [1, 4, 16].

Проте, дослідники Г.В. Безверхня [2], Н.Б. Горшкова [5], Т.Ю. Круцевич [15] та інші однією з причин зниження рухової активності старшокласників вважають зниження інтересу до занять фізичною культурою та спортом.

Сучасна педагогічна наука і практика все частіше звертається до розгляду особистості, до її внутрішніх процесів, які формуються в неї під спеціальним педагогічним впливом. Велика увага при цьому приділяється дослідженню проблеми позитивного ставлення до занять фізичною культурою, яка в становленні особистості відіграє роль цінних мотивів діяльності, а при певних умовах стає стійкою рисою особистості і проявляється в зацікавленості до даної діяльності, допитливості.

Вирішення проблеми впровадження фізичної культури як невід'ємної частини здорового способу життя в повсякденний побут учнів неможливе без розвитку їх позитивного ставлення до фізкультурно-оздоровчої діяльності. За даними багатьох дослідників позитивне ставлення учнів до занять фізичною культурою може бути вироблене через формування звички та стійкого інтересу до систематичних занять фізичною культурою [4, 20, 23].

Виявлення закономірностей формування мотивів та інтересів учнів у галузі фізичної культури і спорту, дозволить внести корективи в організацію, зміст та програму занять з урахуванням мотиваційних особливостей старшокласників.

Мета роботи – дослідити у сучасній теорії та практиці ставлення старшокласниць до занять фізичною культурою.

Відповідно до поставленої мети визначено наступні **завдання**:

1. Вивчити стан досліджуваної проблеми у сучасній психолого-педагогічній літературі.
2. Розробити питання анкети щодо визначення ставлення старшокласниць до фізичної культури та мотивів, що спонукають до занять фізичною культурою та спортом.
3. Визначити мотиви, що спонукають до занять фізичною культурою старшокласниць на практиці.

Об'єкт дослідження – мотивація до занять фізичною культурою.

Предмет – мотиви старшокласниць до занять фізичною культурою.

Методи дослідження: теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури, анкетування.

Практична значущість кваліфікаційної роботи полягає у визначенні сучасного стану проблеми формування старшокласниць позитивного ставлення до фізичної культури. Висновки та пропозиції

можуть бути використані у системі фізичного виховання закладів загальної освіти під час планування навчальної роботи на рік.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота викладена на 26 сторінках друкованого тексту, складається з вступу, двох розділів, висновків та списку використаних джерел. Кваліфікаційна робота містить 2 таблиці та 2 діаграми. У роботі використано 26 літературних джерела.

РОЗДІЛ 1

ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ ТА МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

1.1. Мотивація як усвідомлена особистісна потреба до занять фізичною культурою

«Фізична культура» - це навчальна дисципліна, яка викладається в закладах загальної середньої освіти як окремий предмет.

Згідно Концепції «Нової української школи» «фізична культура як складова загальної культури, закладає основи збереження здоров'я та розвитку всіх його складових, використовує комплексний підхід до формування розумових та фізичних якостей і навичок, удосконалює фізичну та психологічну підготовку до активної життєдіяльності, формує пріоритети оздоровчої спрямованості фізичних вправ та забезпечує загальний культурний розвиток особистості» [18].

Фізичне виховання сьогодення, як зазначається в Концепції, повинна орієнтуватися «вироблення і реалізацію якісно нової, особистісно і компетентісно обґрунтованої основи до підходу збереження і підтримки інтелектуальної та фізичної індивідуальності школярів та молоді на всіх етапах навчання врахуванням особливостей їх рухового і психофізичного розвитку; створення освітнього середовища, яке стимулює фізично рухову активність особистості та її організацію відповідно до вікової та психофізичної специфіки розвитку організму; інтенсивне включення в освітній процес школи можливостей для додаткових форм фізичного виховання; створення умов і механізмів фізичного виховання для занять різної спрямованості за інтересами; формування стійкості до асоціальних впливів щодо виникнення шкідливих звичок і неадекватних видів поведінки» [18].

Головним компонентом у структурі освітньої діяльності з фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти є мотивація. У сучасній психологічній літературі визначається мотив як процес, що управляє поведінкою людини, стимулює її до певної дії.

У вітчизняній психології мотивація розглядається як складний багатоаспектний рушій життєдіяльності людини, поведінки, діяльності.

Мотивація розуміється як джерело активності й одночасно як система побудників будь-якої діяльності та вивчається в самих різних аспектах, у силу чого вона трактується авторами по-різному [7].

Будь-яка діяльність людини виникає і відбувається під впливом зовнішніх факторів, що її стимулюють, тобто будь-яка зовнішня причина, яка викликає ту чи іншу діяльність. Для виникнення активної та ефективної діяльності різні стимули повинні викликати мотиви [25].

За теоретичним аналізом мотив – це внутрішній динамічний процес, що управляє поведінкою людини, визначаючи її спрямування, активність та організованість. Мотиви перебувають в залежності від зовнішніх спонукань, що сприяють активній діяльності людини або навпаки. Розрізняють різні види спонукання людини до діяльності, а саме: матеріальні, духовні та культурні потреби. Названі потреби, в свою чергу, породжують своєрідні інтереси, що спрямовують особистість на певні об'єкти для їх пізнання та оволодіння ними [23].

За аналізом літературних джерел розрізняють мотивацію діяльності близьку (здійснення бажаного найближчим часом) та віддалену (здійснення планованого бажаного на тривалий час). Розрізняють мотиви і за рівнем усвідомлення, тобто спостерігають яскраво й чітко усвідомлювані мотиви, але в деяких випадках діють неусвідомлені мотиви до діяльності [5].

Кожна діяльність людини передбачає певну мету, яка залежить від її суспільного життя, від конкретних умов в яких вона існує, від різних видів відносин життєдіяльності людини (виробничих,

навчальних, ігрових і ін.), а також від індивідуальних особливостей особистості.

За теоретичним аналізом між метою та мотивами діяльності людини існує певний зв'язок, що спонукає людину, з одного боку, до діяльності, визначає її зміст та способи виконання, з іншого, цей зв'язок формується в процесі діяльності під впливом умов. Діяльність людини у в суспільному житті визначається не випадковими, а стійкими мотивами. Спрямованість особистості до будь-якої діяльності характеризується не одним мотивом, а в певній системі, в якій кожен мотив відіграє свою роль і знаходиться у співвідношенні з іншими мотивами [8].

У загально психологічному контексті мотивація являє собою складне об'єднання, певну систему рушійних сил поведінки людини у вигляді потреб, інтересів, потягів, цілей, ідеалів, які безпосередньо детермінують діяльність особистості. Мотивація розуміється як співвідношення цілей особистості, яких вона прагне досягти відповідно її бажань, потреб і можливостей [13].

Проблема формування мотивації одна із умов ефективності процесу навчання, успішності досягнення результатів діяльності. При формуванні мотивації необхідно дотримуватися певних вимог: визначення вихідного рівня мотиваційної сфери учнів, постановка цілей формування мотивації, підбір і застосування педагогічних засобів формування мотивації учнів.

За даними Н.Б. Горшкової основу особистісної спрямованості до діяльності складає стійка система домінуючих мотивів поведінки людини, де головними є мотиви, які визначають ставлення людини до себе та інших [5].

Отже, в сучасній науці та практиці проблема мотивів є важливою тому, що сутність особливості складає глибоко усвідомлені людиною збудження через мотиви та інтереси.

Одним із основних компонентів мотивації є інтерес.

За твердженням російського дослідника Ільїна Є.П., інтерес – це усвідомлене позитивне ставлення до чого-небудь, емоційний вияв пізнавальних потреб людини, що спонукає її проявляти активність до пізнання об'єкта, який її цікавить. У поняття інтересу входять уявлення про об'єкт; почуття задоволення, що викликає об'єкт; ставлення до вольових зусиль, вплив відчуття приємного або позитивного на волю [9].

Формування в учнів стійкого інтересу до занять фізичною культурою є предметом вивчення багатьох досліджень. Визначення інтересів учнів, які є великою рушійною силою, може значно активізувати мотиви й залучити учнів до регулярних занять фізичними вправами [16].

Необхідною умовою формування інтересу до занять фізичною культурою є формування в учнів самостійності, вміння показати свої здібності до фізкультурної діяльності.

Інтерес учнів до фізичної культури ґрунтується на опануванні знаннями, уміннями та навичками фізичних вправ, рухливих і спортивних ігор, що задовольняють потреби, відповідають мотивам, створюють позитивний настрій.

Оволодіння навчальним матеріалом з фізичної культури, розвиток і виховання особистості в процесі навчання рухових дій відбувається лише за умови прояву її активності в навчально-пізнавальній діяльності. Організована діяльність, у якій учень бере участь без бажання, практично не розвиває його [20].

За теоретичним аналізом інтерес є постійним зусиллям енергії учня, тобто може полегшувати виконання діяльності (коли йому цікаво, не потрібно примушувати себе напружуватися) чи, навпаки, стимулює вольове зусилля, допомагає проявляти терпіння, завзятість, наполегливість, підтримує цілеспрямованість.

В основі формування інтересу до занять фізичною культурою покладено принцип побудови педагогічного процесу на основі свідомості й активності учнів. Сутність цього принципу полягає в такому: якщо учень розуміє суть поставленого завдання та зацікавлений у його розв'язанні – то це прискорює хід навчання [22].

Аналіз літературних джерел засвідчив, що застосування на уроках фізичної культури підходів щодо формування в учнів ціннісного ставлення до свого здоров'я дозволяють визначити найкращі шляхи впливу на мотиваційну сферу учнів для впровадження здорового способу життя в умовах організації життєдіяльності [13].

Дослідник Ільїн Є.П. серед мотивів до занять фізичною культурою та спортом виділяє загальні і конкретні. До першої групи мотивів науковець відносить бажання учнів займатись будь-яким видом спорту або фізичними вправами, до другої групи мотивів - бажання займатись тільки улюбленим видом спорту. Названі групи мотивів можуть бути спрямовані як на процес діяльності (потреба в руховій активності, отримання вражень від занять фізичними вправами та окремим видом спорту) так й на результат (прагнення до самовдосконалення, самоствердження, самовираження) [9].

Ставлення учнів до уроків фізичної культури в школі залежить від їх відношення взагалі до фізичної культури і спорту. Ознаки такого ставлення ґрунтуються на емоціях, відповідних інтересах, задоволеннях тощо. Це складові елементи становить загальне поняття мотивації. За даними багатьох досліджень від того, як людина ставиться до фізичної культури, спорту, залежить її успіх не тільки в спорті, а й в навчанні і праці [14].

Виходячи з теорії та практики на уроках фізичної культури за рівнем їх активності умовно розрізняють чотири типи учнів.

1. Активно-діяльнісний тип учнів, що характеризується високим рівнем їх мотивації щодо зміцнення здоров'я і ведення здорового

способу життя. Робота з такими учнями повинна бути спрямована на вибір із наявних цінностей найбільш соціально й морально значущих із метою їх удосконалення, а також практична допомога у підтримці цих цінностей.

2. Раціонально-орієнтований тип учнів, що характеризується невисоким рівнем мотивації на поліпшення здоров'я і здорового способу життя. З такими учнями робота спрямовується на допомогу в удосконаленні та розвитку наявних знань і умінь щодо зміцнення здоров'я та здорового способу життя.

3. Індиферентний тип учнів, що характеризує низьку мотивацію в учнів цієї групи і тому основною спрямованістю є орієнтація на формування інтересу до занять фізичними вправами в процесі навчання на основі використання нових емоційно привабливих засобів.

4. Пасивний тип учнів, який характеризує відсутність мотивації до зміцнення здоров'я і здорового способу життя. З такою групою застосовуються індивідуальний і диференційований підхід в залученні їх до фізкультурно-оздоровчої діяльності [3].

За твердженням Д.Винника «у формуванні загальної культури школярів фізична культура виступає як важливий базовий компонент. В процесі формування фізичної культури учнів важливим елементом стає мотиваційна сфера особистості, обсяг теоретичних та методико-практичних знань, рухових умінь і навичок. Ціннісне ставлення до фізичної культури особистість набуває в процесі власної активної діяльності, а ефективність цього процесу залежить від реалізації принципу єдності її фізичного, інтелектуального і морального потенціалів» [4].

Розглядаючи спеціально організовану рухову активність, необхідно з'ясувати зміст, особисту значимість цієї діяльності. Головне для рухової активності має ціль цієї діяльності. Для того, щоб учні усвідомлювали мету своїх дій і співвідносили їх з мотивами

фізичного самовдосконалення, ціль рухової активності може залишатися однією і тією ж, а зміст повинен змінюватися - стати переможцем, бути здоровим, подобатися представникам протилежної статі тощо.

Д.Винник у своїх дослідженнях прослідкував вікову динаміку мотивів занять фізичною культурою і спортом. Отриманні результати досліджень показали, що перше місце як у хлопців, так і у дівчат, займає мотив удосконалення форми тіла, однак розвиток цього мотиву має свої статеві особливості. У хлопців цей мотив пов'язано зі спортивними інтересами, у дівчат цей мотив, у більшості, пов'язано із зайвою вагою. Велике місце серед мотивів до занять фізичною культурою учнів є спілкування з друзями та активний відпочинок [4].

Отже, мотиваційна сфера учня є основним компонентом в освітньому процесі. Вона відображає інтерес учнів до занять, його активне та свідоме відношення до фізкультурно-оздоровчої діяльності, тому дуже важливо для підвищення ефективності педагогічних впливів, визначити мотиви, які відрізняються високим ступенем інтересу учнів до занять фізичною культурою.

Виховання в школярів інтересу до фізичної культури є необхідною умовою формування в них звички до систематичних занять фізичними вправами.

1.2. Напрями формування інтересу до занять фізичною культурою

Урок фізичної культури є основною формою роботи з фізичного виховання, де учні оволодівають програмним матеріалом і здобувають знання, вміння та навички, що забезпечують їм найкращий фізичний розвиток, сприяє зміцненню здоров'я.

На думку багатьох науковців учень повинен знаходити задоволення від навчання на уроках фізичної культури. Тому вчитель

повинен ретельно продумувати кожен урок, детально аналізувати його, сприяти розвитку самостійності, ініціативи, організованості, активності учнів.

Як стверджують дослідники для визначення мотивів та інтересів до занять різними видами фізкультурно-оздоровчої активності, необхідно, проводити на початку навчального року анкетування учнів, аналізувати відповіді, шукати шляхи вирішення тих проблем, які виникають, спрямовувати процес фізичного виховання згідно інтересів учнів [26].

Велике значення для формування позитивного ставлення до уроків фізичної культури має інтерактивне навчання, якому сучасна теорія і практика в останні роки приділяє багато уваги.

«Інтерактивне навчання – це спеціальна форма організації пізнавальної активності, що має на меті створення комфортних умов навчання, за яких кожен учень відчуває свою успішність та інтелектуальну спроможність, сприяють розвиткові комунікативних умінь і навичок учнів, їхньої пізнавальної діяльності, установленню емоційних контактів між учасниками навчально-виховного процесу» [12].

За теоретичним аналізом необхідно впроваджувати в освітній процес закладів середньої освіти сучасні інтерактивні методи навчання учнів на уроках фізичної культури, а саме: аналіз конкретної ситуації, визначення завдання, робота в групах, обговорення в групах, підсумок.

Названі інтерактивні методи повинні бути спрямовані на раціональну єдність словесних, наочних і практичних методів навчання; сприяння створенню емоційного фону уроку фізичної культури; використання активних методів навчання; формування самостійності та ініціативи здобувати знання та практичні вміння; впровадження міжпредметних зв'язків [12].

Аналізуючи практику фізичного виховання, можна зазначити, що підвищенню емоційності викладання предмету «Фізична культура» сприяє використання музичного супроводу, ігрових та змагальних методів, мультимедійних засобів навчання. Зацікавленість до занять фізичними вправами передбачає емоційне проведення всіх організаційних форм фізичного виховання у школі, естетичне оформлення матеріально-спортивної бази [23].

Одним із засобів формування емоційної сфери учнів на уроках фізичної культури є ігри. Використання на уроках ігор та ігрових ситуацій дозволяє активізувати учнів на уроці, спрямувати їх ініціативу та творчу активність, діяти самостійно в залежності від ігрових ситуацій.

Стимулювання інтересу та активності учнів на уроках фізичної культури передбачає використання загально педагогічних методів виховання, це методи заохочення та покарання. Методи заохочення передбачають позитивну оцінку навчальної діяльності та поведінки учнів, вони спрямовані на формування в учнів бажання до подальших досягнень, активності та зацікавленості у фізкультурно-оздоровчій діяльності. Основними видами заохочення є похвала, схвалення, усна подяка, похвальна грамота, почесні доручення, листи подяки батькам, фотографії на куточку пошани, публікації на офіційних сторінках закладу у соціальних мережах тощо.

Метод покарання використовується з метою спонукання учнів до покращання поведінки і ставлення до різних видів рухової активності. Покарання застосовують тоді, коли з певних причин не впливає переконання. Цей метод діє тоді, коли в учня викликає почуття розкаяння, прагнення змінити своє відношення на краще тощо. Основними видами покарання є позбавлення задоволень, вербальна догана, зауваження, обговорення в колективі, виклик батьків тощо.

Заохочення як і покарання, повинні бути своєчасними, адекватними, публічними [25].

Наступним напрямом щодо формування інтересу до занять фізичною культурою – формування теоретичних знань з предмету «Фізична культура».

Теоретичний аналіз засвідчив, що засвоєні знання повинні допомагати учням опанувати вправи, досягати потрібного рівня розвитку фізичних якостей і підготовленості, бути активними у самостійній роботі.

Для засвоєння знань учнями теоретичні відомості можна узагальнити за такими розділами: оздоровчий вплив фізичних вправ на стан здоров'я учня; роль занять фізичними вправами в розвитку різних систем організму; правила побудови комплексів вправ та їх складання відповідно від індивідуальних можливостей учнів; загальні відомості про види спорту, історія розвитку; знання, пов'язані з культурою поведінки в суспільстві; знання, що відображають фізичну рекреацію, проведення активного дозвілля і трансформовані у формування здорового способу життя учнів, стійку звичку до занять фізичною культурою та спортом [14].

Одним із напрямів формування інтересу до занять фізичною культурою – використання на практиці інтегрованих уроків. Інтегровані уроки за допомогою міжпредметних зв'язків - один з шляхів формування позитивної мотивації до уроків фізичної культури. Використання міжпредметних зв'язків визначається у доповненні, взаємної узгодженості навчального матеріалу з фізичної культури зі змістом споріднених предметів. За теоретичним аналізом інтеграція є джерелом знаходження нових фактів, які заглиблюють або підтверджують певні спостереження, загальні висновки учнів з різних предметів, що спрямована на ефективне вирішення завдань фізичного виховання школярів та їх підготовки до активної життєдіяльності.

Висновки до першого розділу

1. Отже, фізична культура є діяльністю і водночас її результатом, вона спрямована на формування людини як частини світу. Основою діяльності є свідомо визначена мета, яка перебуває поза діяльністю, а саме у сфері мотивів, ідеалів, цінностей.

2. Фізичне виховання в закладах судньої освіти повинно орієнтуватися на формування позитивного ставлення учнів до занять фізичними вправами, покращання інтересу до уроків фізичної культури, що стимулює фізично рухову активність учнів та їх організацію до ведення здорового способу життя.

РОЗДІЛ 2

ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВІВ ВІДВІДУВАННЯ СТАРШОКЛАСНИЦЯМИ ШКІЛЬНИХ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

2.1. Організація і методи дослідження

Кваліфікаційна робота здійснювалась упродовж трьох етапів, на кожному із етапів були поставлені та розв'язані певні завдання.

На першому етапі ми визначили мету, об'єкт, предмет та завдання дослідження, проаналізували у сучасній психолого-педагогічній літературі проблему мотивації до занять фізичною культурою учнів закладів середньої освіти.

На другому етапі ми розробили анкету з метою визначення мотивів та інтересів старшокласниць до занять фізичною культурою та спортом. В анкетуванні взяли участь 25 старшокласниць (дівчата 10-11 класів) Новозбур'ївської ЗОШ № 1 Херсонської області.

На третьому етапі ми проаналізували одержані результати анкетування та зробили висновки.

У ході проведення дослідження для досягнення мети та реалізацію завдань використано наступні методи дослідження.

Аналіз психолого-педагогічної літератури.

Під час проведення науково-дослідної роботи нами проводилось узагальнення досвіду теорії та практики з обраної теми. Аналіз сучасної психолого-педагогічної літератури дав змогу визначити сутність мотивації до фізичної культури

Анкетування.

Найбільш доступним інформативним методом є анкетування, воно дає змогу, на думку Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхньої, охопити більшу кількість респондентів та математично обробити отримані дані.

Анкетування як метод дослідження – це спосіб отримання інформації шляхом письмових відповідей респондентів [23].

Запитання про діючі мотиви відображають причини тих чи інших дій учнів, їх оцінку тощо. Відповіді на ці питання дають інформацію про наміри респондента, його вчинки, у минулому та плани на майбутнє. Ця група запитань є найтяжчою для респондентів, а вірогідність відповідей – найнижчою. Щоб посилити достовірність, треба уникнути неконкретних питань, а ставити запитання часткового характеру, з відповідей на які можна отримати уявлення про явище в цілому. За характером ситуації, яку моделюють формулюючи запитання, розрізняють безумовні та умовні запитання про мотиви. Безумовні запитання формулюють для реальної ситуації, в якій перебуває респондент. Умовні запитання – для уявної ситуації, в якій респондент не перебуває, але міг би перебувати.

З метою визначення ставлення старшокласниць до уроків з фізичної культури та мотивів, що спонукають до занять фізичною культурою та спортом ми розробили анкету, що складалась з наступних питань:

1. Як Ви відноситеся до уроків фізичної культури?
2. Подобається Вам займатись фізичною культурою на уроках в школі? Якщо ні, назвіть причини.
3. Як часто Ви пропускаєте уроки фізичної культури? З яких причин.
4. Назвіть мотиви, що спонукають Вас до занять фізичною культурою?
5. Що, на Ваш погляд, має найбільший вплив на формування інтересу до занять фізичними вправами?
6. Назвіть, що, на Ваш погляд, самий привабливий вид занять руховою активністю?

7. Потрібні, на ваш погляд, зміни у змісті шкільних уроків з фізичної культури.

Анкета розроблялась для здійснення експериментальної частини дослідної роботи. Результати анкетування подано у параграфі 2.2.

2.2. Результати експериментальної частини дослідження

З метою визначення мотивів та інтересів до занять фізичною культурою ми розробили анкету та здійснили анкетування на практиці.

На підставі проведеного анкетування було з'ясовано ставлення старшокласниць до традиційного змісту шкільних уроків з фізичної культури. Визначено, що лише 14 % дівчат ставляться до уроків з фізичної культури позитивно, а негативне ставлення втричі більше (57 % респондентів). Не визначились зі своїм ставлення 29 % опитаних.

Відповіді на запитання анкети дали змогу з'ясувати причини незадоволеності традиційними уроками з фізичної культури. Результати анкетування відображено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Причини незадовільності старшокласниць уроками з фізичної культури (% загальної кількості респондентів)

№	Причини	%
1	Надмірне фізичне навантаження	13
2	Одноманітність	32
3	Незацікавленість	21
4	Не задовольняє зміст уроків	5
5	Поганий інвентар	13
6	Відсутність видів занять, що подобаються	16

На запитання: «Як часто Ви пропускаєте уроки фізичної культури з неповажної причини?» відповіді були наступні: ніколи – 10

% респондентів; інколи – 60 %; регулярно - 12 %, та звільнені через хворобу – 18 % відповідно.

У процесі анкетування ми визначили мотиви, які спонукають до занять старшокласниць фізичною культурою. Основними і домінуючими мотивами щодо занять фізичними вправами старшокласниці називають прагнення мати гарну фігуру (32 % відповідей) та потреба отримати високу оцінку (25 % відповідей). За даними анкетування важливим мотивом є також зміцнення здоров'я (18 %), наполягання батьків (10 % відповідей) (Див. табл. 2.2).

Таблиця 2.2.

Мотиви до занять фізичною культурою (% загальної кількості респондентів)

№	Мотиви	%
1	Прагнення мати гарну фігуру	32
2	Бажання отримати високу оцінку	25
3	Зміцнення здоров'я	18
4	Наполягання батьків	10
5	Настанови вчителів	8
6	Власні переконання в їх необхідності	7

Ми встановили, що найбільший вплив на формування інтересу старшокласниць до фізичної культури та спорту мають сучасні засоби масової інформації. – телебачення, журнали (26 %). У 24 % респондентів інтерес до занять сформувався під впливом друзів. Авторитет вчителя фізичної культури (18%) та медичних працівників (16 %) хоча дещо відстають за рейтингом, проте все ж мають суттєвий вплив на особисту думку старшокласниць стосовно інтересу до занять фізичними вправами. Приклад батьків посідає п'яте рейтингове місце (11%). 4 % респондентів відповіло, що заняття фізичною культурою їх зовсім не приваблюють і займаються вони через примус, та 3 % дівчат

відповіло, що займаються вони через пропаганду в загальноосвітній школі.

В одному із питань анкети школяркам запропонували відповісти, який самий привабливий вид рухової активності. Для вирішення цього завдання школяркам у відповідях на запитання анкети було запропоновано назвати види занять, які на їх думку, можуть змінити традиційний зміст шкільних уроків (Див. Рис 2.1, 2.2).

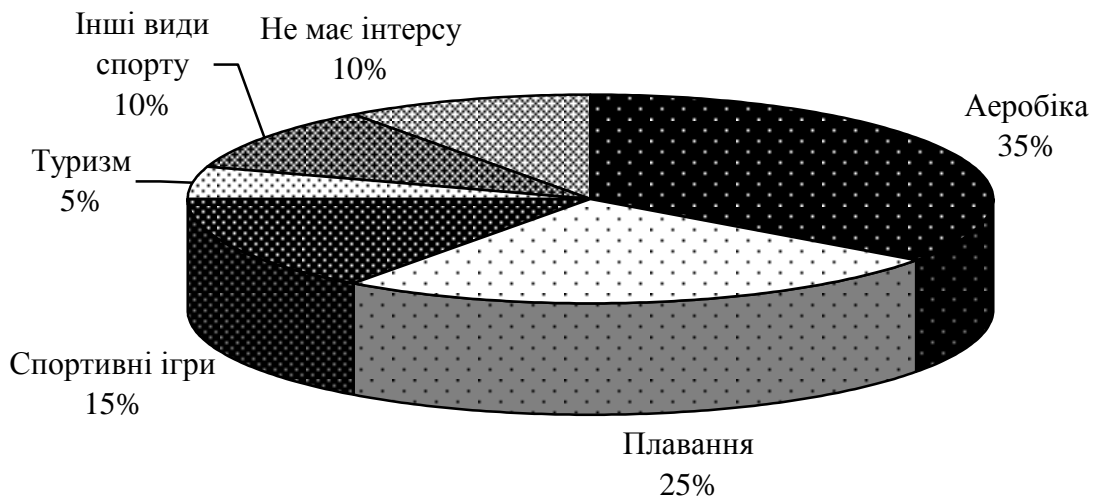


Рис. 2.1. Розподіл відповідей старшокласниць за привабливістю до занять фізичною культурою

Аналіз результатів анкетування засвідчив, що 35 % старшокласниць бажали б займатись аеробними видами рухової активності, 25 % - плаванням; 15% – спортивними іграми, 5 % - туризмом; 10 % - іншими видами спортом. 10 % - відповіли, що не мають інтересу до занять будь-яким видом спорту.

Наступним напрямком анкетування було визначення поглядів старшокласниць 10-11 класу щодо необхідності змін змістовного наповнення уроків фізичної культури. Аналіз результатів відповідей на дане запитання відображено на рисунку 2.2.

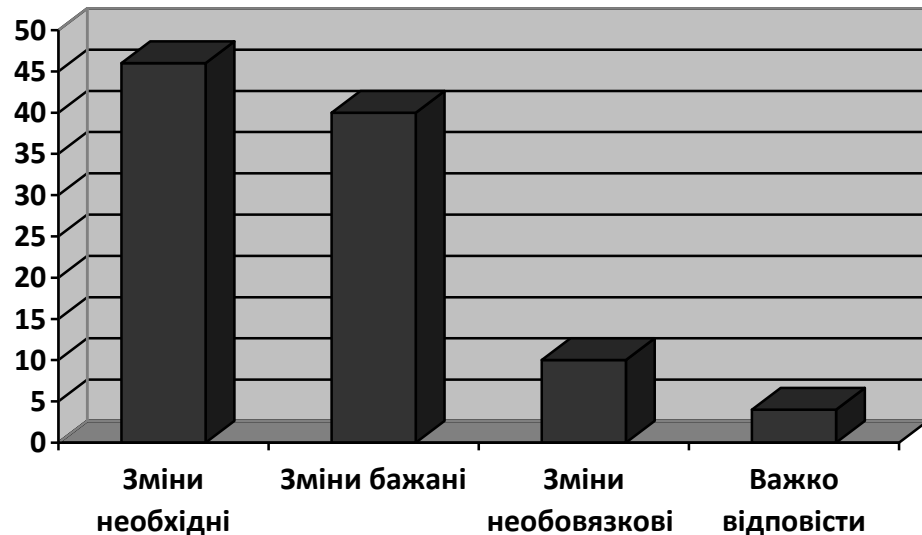


Рис. 2.2. Відповіді старшокласниць про доцільність змін у шкільних уроках фізичної культури

На запитання про доцільність змін у шкільних уроках з фізичної культури, дівчата відповіли наступним чином: зміни необхідні 46 %, зміни бажані – 40 %; зміни необов'язкові – 10 %; важко відповісти – 4 %.

Висновки до другого розділу

Отже, результати проведеного експериментального дослідження за участю старшокласниць засвідчили про незадовільність традиційним змістом шкільних уроків з фізичної культури. Слід зазначити про відсутність інтересу у старшокласниць до уроків фізичної культури, хоча сучасну дівчину цікавить зовнішній вигляд, гарна фігура, елегантність. Тому доцільно запроваджувати для старшокласниць такі заняття, які допоможуть позбавитись недоліків фігури, зайвої ваги, набути правильної постави, краси рухів тощо.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз психолого-педагогічної літератури засвідчив, що формування мотивів та інтересів до занять фізичною культурою, прагнення учнів до здорового способу життя є важливим завданням фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти. Розуміння мотивів, високий рівень активності на уроках фізичної культури, успішне володіння фізичними вправами формують активний пізнавальний інтерес учнів до різних видів фізкультурно-оздоровчої діяльності, що виступає як діючий мотив.

2. Аналіз результатів анкетування засвідчив, що основними і домінуючими мотивами щодо занять фізичними вправами старшокласниці називають прагнення мати гарну фігуру (32 % відповідей) та потребу отримати високу оцінку (25 % відповідей). Результати анкетування дозволили визначити які види рухової активності приваблюють старшокласниць: 35 % старшокласниць бажали б займатись аеробними видами рухової активності, 25 % - плаванням; 15% – спортивними іграми, 5 % - туризмом; 10 % - іншими видами спортом. 10 % - відповіли, що не мають інтересу до занять будь-яким видом спорту.

3. Отже, на наш погляд, потрібні зміни у змісті уроків з фізичної культури, а саме для дівчат 10-11 класів. Сучасну дівчину цікавить зовнішній вигляд, гарна фігура, елегантність. Тому доцільно запроваджувати для старшокласниць такі види занять, які допоможуть позбавитись недоліків фігури, зайвої ваги, набути правильної постави, краси рухів.

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. Формування мотивації до самовдосконалення учнів загальноосвітніх шкіл засобами фізичної культури і спорту: методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2003. 52с
3. Бех І.Д. Виховання особистості. К.: Либідь, 2003. Т.2. 226 с.
4. Винник Д. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2010, №12. С.39-42
5. Горшкова Н.Б. Мотивація школярів до занять фізичною культурою і спортом. *Актуальні проблеми фізичної культури і спорту*. 2005, №6-7. С. 130-133
6. Заброцький М.М. Основи вікової психології: навч. посіб. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. 112 с.
7. Загальна психологія: підручник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: Либідь, 2005. – 454 с.
8. Занюк С. С. Мотивація діяльності: спонування, активність, успіх. Луцьк: Волинський держ. ун-т, 1998. – 123 с.
9. Ильин Е. П. Психология физического воспитания : учеб. для ин-ов и фак. физ. Культуры. 2-е изд., испр. и доп. СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2000. 487 с.
10. Камінська О. В. Особливості змін у структурі самосвідомості у юнацькому віці. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка*. 2005. Т. 7, вип. 4. С. 122-133

11. Камінська О.В. Психологічний аналіз феномену самоствалення в юнацькому середовищі. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання а закладах освіти*: зб. наук. пр. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. 2007. Вип. 37. С. 78-83.
12. Кожедуб Т. Ефективність використання інтерактивних технологій навчання у фізичній підготовці школярів. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. статей з галузі фіз. культури і спорту. Львів, 2014. Т. 2. С. 63-68.
13. Козак Е.М. Формування мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичного виховання. *Фізичне виховання в школі*. 2002. № 4. С. 51-52
14. Королінська, С.В., Сіренко П.О. Вивчення мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури серед студентів НФаУ. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: монографія. Харків. 2008. №7. С. 77-79.
15. Круцевич Т. Оцінка як один із факторів підвищення мотивації учнів до фізичної активності. *Фізичне виховання в школі*. 1999. №1. С.47-51.
16. Круцевич Т.Ю., Безверхня 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. Х., 2002. № 25. – С. 89-97.
17. Максименко С.Д. Загальна психологія: навчальний посібник. – Видання друге, перероблене та доповнене. Київ: Центр навч. літератури, 2004. 272 с.
18. Нова Українська школа [Електронний ресурс]. Концептуальні засади реформування середньої школи. Режим доступу: <https://decentralization.gov.ua/uploads/library/file/280/konczepczyia.pdf>

19. Олійник Т. Формування у студентської молоді потреби ведення здорового способу життя. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів, 2003. Вип. 7, т. 2. С. 208–210.
20. Остапенко О. Виховання в учнів 8-9 класів інтересу до занять фізичною культурою. *Фізичне виховання в школі*. 2002. № 2. – С. 19 - 23.
21. Родионов А.В. Психология физической культуры и спорта. – М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2004. – 576 с.
22. Сінгаєвський С. Формування позитивного ставлення школярів до фізичного виховання . *Фізичне виховання в школі*. 2011. № 1. С. 33-37.
23. Сутула С., Бодар Т., Кочуєва М., Сенченко В. Мотиваційні стимули, які визначають відношення учнів загальноосвітніх шкіл до шкільної фізичної культури. *Слобожанський науково-спортивний вісник*: зб. наук. праць. № 4. Харків: ХДАФК, 2008. С. 217-221
24. Тер-Ованесян А.А. Педагогические основы физического воспитания. Москва: Просвещение, 1986. – 264 с.
25. Фіцула М.М. Педагогіка. Київ: Академія, 2000. – 542с.
26. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання. Частина 1 Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. 272 с.