

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ  
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

**ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ДО  
ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА СПОРТОМ ПІД ЧАС  
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ШКОЛІ**

**Кваліфікаційна робота**

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконав: студент 2курсу, групи 211 денної  
форми навчання

спеціальності: 014.11 Середня освіта,  
спеціалізації 014.11 Фізична культура

Іванченко Олег Олегович

Керівник: доцент Дубачинський О.В.

Рецензент: завідувач кафедри менеджменту  
фізичної культури Харківської державної  
академії фізичної культури, к.фіз.вих, доцент  
Бондар А.С.

Івано-Франківськ 2022

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ	
МОТИВАЦІЇ.....	7
1.1. Джерельна база досліджень.....	7
1.2. Сутність пізнавальних інтересів.....	9
1.3. Аналіз теоретичних положень та основних завдань фізичного виховання у сучасній школі.....	13
1.4. Урок як основна форма проведення занять з фізичної культури у дітей.....	14
РОЗДІЛ 2. ФОРМУВАННЯ СПОРТИВНОЇ МОТИВАЦІЇ ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	
2.1. Засоби активізації пізнавального процесу на заняттях фізичної культури.....	28
2.2. Характеристика спортивної мотивації.....	30
2.3. Педагогічні умови формування мотивації.....	33
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОДІЇ МОТИВАЦІЇ В СПОРТІ ТА СУЧАСНИХ ТЕХНІК ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ.....	
3.1. Використання ігрового методу з метою активізації пізнавального процесу школярів до занять фізичною культурою.....	36
3.2. Позакласна робота з дітьми як один із факторів підвищення мотивації.....	37
3.3. Дослідження мотивів учнів до занять фізичною культурою і спортом .....	40
РОЗДІЛ 4. АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	
4.1. Результати дослідження мотивації та рівня розвитку пізнавальних процесів в учнів.....	42

ВИСНОВКИ .....	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	59
Додаток А.....	64
Додаток Б.....	65

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** «Все наше життя - рух, особливо життя підлітка» - впевнена Олена Колтигіна, кандидат психологічних наук, викладач факультету фізичної культури Алтайської державної педагогічної академії.

Дійсно, у житті людини значну роль відіграє спорт та фізичне виховання. За даними соціальних досліджень психологи стверджують, що гарне самопочуття та здоровий дух більш притаманні фізично розвиненим та активним людям.

Сучасний світ ставить людей в жорсткі рамки, змушуючи постійно працювати. В результаті життя людина стала настільки зайнята, що немає часу на відпочинок та активний спосіб життя. Люди стають все більш роздратованими і втомленими через напружений графік роботи, шкідливі звички, фінансові проблеми, розчарування у відносинах. Фізична культура та вправи грають дуже важливу роль у покращенні життя та здоров'я кожної людини та працюють як гарні ліки, задля того, щоб пережити стрес у сучасному світі.

Майже щодня перед підлітком постає проблема самореалізації особистості, і спорт не виняток.

В усі часи дана проблема цікавить та захоплює представників багатьох різноманітних наукових дисциплін: психології, філософії, історії соціології, педагогіки та ін. Саме в такій сфері як спортивна діяльність у кожної людини можна побачити прояв досконалості чи тягу до перемоги і лідерства, використовуючи на максимум свої фізичні можливості. «Вирватись уперед» при високій конкуренції школярам допомагає мотивація. Тому у цьому випадку особливого значення представляють дослідження взаємозв'язків мотивації та фізичної культури.

Актуальність роботи по-перше обґрунтовується потребою в дослідженні основних завдань фізичного виховання, зокрема, проблем

розвитку, зміни, становлення та механізму взаємодії мотивації та спорту на уроках фізичної культури. По-друге, спостерігається неймовірне зростання в XXI сторіччі ролі і значення фізичної культури в житті кожної людини.

Все вищесказане зумовило вивчення даної теми.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Кваліфікаційна робота є складовою науково-дослідної теми факультету фізичного виховання та спорту Херсонського державного університету «Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізкультурно-оздоровчої роботи різних груп населення» (державний реєстраційний № 0118U100260).

**Мета роботи** – охарактеризувати особливості взаємозв'язку мотивації та розвитку фізичного виховання у школярів як невід'ємної складової педагогічного процесу.

Щоб досягти поставленої мети треба вирішити такі **завдання**:

1. Визначити основні положення поняттєвого апарату фізичного виховання та мотивації.
2. Охарактеризувати умови виникнення та становлення пізнавального інтересу та мотивації в контексті сучасного життя пересічної людини.
3. Позначити теоретичні положення фізичного виховання у сучасних школах.
4. Систематизувати знання про форми, методи та засоби проведення уроків фізичної культури та спортивних занять у загальноосвітніх навчальних закладах.
5. Дослідити мотивацію та рівень розвитку пізнавальних процесів в учнів; розробити та провести анкетування. Підвищити рівень мотивації та розвитку пізнавальних процесів.

**Об'єкт дослідження** – мотивація в контексті фізичної культури та спорту.

**Предмет дослідження** – педагогічні умови формування мотивації у школярів на заняттях фізичної культури.

**Методи дослідження** являють собою міждисциплінарний комплекс підходів щодо вивчення феномена мотивації. Методологічною основою роботи є культурологічний, мистецтвознавчий та структурно-семіотичний аналіз як дослідницькі стратегії, які уможливають виявити специфіку та механізми існування мотивації в контексті сучасної фізичної культури. Застосовано такі наукові методи: порівняльно-історичний, системний, термінологічний, біографічний.

**Наукова новизна одержаних результатів** полягає в тому, що вперше:

- окреслено проблематику мотивації школярів в сучасній культурі України;
- проаналізовано провідних дослідників України та світу, які займались вивченням цього питання;
- виділено етапи розвитку мотивації в учнів;
- проаналізовано основні прийоми підвищення мотивації.

Набуло подальшого розвитку комплексне дослідження проблеми розвитку та взаємозв'язку мотивації і фізичної культури в освітньому процесі

**Практичне значення одержаних результатів** полягає в тому, що основні положення дослідження, висновки, фактичний матеріал можуть бути застосовані у подальшій розробці даної теми. Наукові дослідження можна використовувати для формування стратегії подальшого вивчення ролі мотивації в сучасному освітньому процесі України.

Результати дослідження можна впроваджувати в навчальному процесі під час викладання курсів «Історія фізичної культури», «Сучасні форми наукової і практичної частини фізичного виховання», «Історія розвитку спорту», «Культура та спорт в Україні».

**Публікації.** За матеріалами роботи надрукована стаття у науковому збірнику праць «Магістерські студії», м Херсон, 2020 року на тему: «Формування спортивної мотивації як психолого-педагогічна проблема».

**Структура дослідження.** Робота складається зі вступу, 4 розділів, висновків та списку використаних джерел.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ШКОЛІ

На початковому етапі ознайомлення з обраною темою необхідно проаналізувати джерельну базу дослідження та розглянути понятійно-термінологічний апарат. Потрібно розкрити проблематику об'єкта проектування. Найголовнішим є вивчення теоретичної частини даної теми. За рахунок ретельно проведеного ґрунтовного аналізу можна вийти на вдале вирішення завдань поставлених у меті.

#### **1.1. Джерельна база досліджень**

Фізична культура за своїм поняттям вивчається в різноманітних ракурсах, таких як історичний, філософський та культурологічний.

Якщо брати загально, то літературні та фахові джерела з теорії та історії фізичної культури умовно поділяються на такі групи: історичні праці, які насамперед стосуються саме історії розвитку фізичної культури від витоків і до сьогодення (Обозна О.М. та ін.)[42]; праці теоретичного характеру (Вільчковський Е. С., та ін.)[16]; мистецтвознавчі роботи, що показують який вплив фізична культура створює на людину (Хавруняк І.В., та ін.)[63].

Відносно недавно, з'явилося таке поняття, яке відоме людству як «фізична культура». Цей період випадає на кінець XVIII - початок XIX століть. Наприклад у слов'янських народів воно використовується до сьогодні, а от щодо інших країн, то там зустрічаються лише такі поняття як «спорт» та «фізичне виховання» [1].

Зустрічається дуже багато міркувань критиків XX століття, стосовно методів, меж, завдань та теорій обраного предмета дослідження. Через це всю наукову рефлексію завжди реєстрували в досить стрункі теоретичні положення та формули. Варто зазначити що саме одна з найголовніших

проблем та тем в дискусіях 1920-х років, стала саме проблема розвитку фізичного виховання та спорту.

У матеріалах такого діяча як П. Розмислов [49] «Культурно-історичні теорії психології», можна побачити досить виважене та цікаве осмислення пошуків.

Багато вітчизняних дослідників таких як Приступа Є.Н., Цьось А.В. та ін. цікавились становленням і розвитком спорту [46], але нажаль в таких працях не було розглянуто саме питання про його соціокультурний вплив, а також зовсім не було досліджено змін його функцій та ролей у навчанні учнів та загалом в процесі фізичного виховання.

Досить популярною в наш час є збірка статей Тетяна Пантюк «Теоретичні засади фізичного виховання дошкільників (історичний аспект)». Ця збірка є синтезуючою роботою та має на меті структурувати проблеми сучасного мистецтва [43]. Думки, які заклала авторка у цей збірник дуже допомагають людям у різноманітних професійних дослідженнях, тому ця книга є досить цікавою та важливою. Та цікавіше за все буде звичайному читачеві, який хоть трохи цікавиться та долучається до сучасного порту в нашій країні, тому що всі статті написані дуже легко та зрозуміло, є логічними та структурними, а найголовніше те, що у кожному рядку є інтрига.

За останні тридцять років, в одній із сфер психології, а саме в психології спорту була проведена низка досліджень, які включали в себе вивчення особистості та духовного розвитку спортсменів. Для таких досліджень часто користувалися такою методикою як тест Кеттелла [43]. За допомогою нього можна було оцінити риси особистості та отримати результати які мають вигляд профілю особистості. В деяких випадках цей результат можна було зіставити з нормами, які вже були зібрані попередньо.

Поганим є той факт, що такі дослідження та праці частіше були зовсім не систематичні та малими фрагментами. Окрім цього, у зв'язку з тим, що під час дослідження різними вченими, використовувалися різноманітні тести,



тому, як висновок отриманні результати та їх роз'яснення це досить довгий та кропіткий процес[8] .

Такі вчені як Вернер і Готтхейл майже перші намагалися зробити спробу та дізнатися, як впливають систематичні тренування та участь в змаганнях на рівень розвитку особистості курсантів військової академії [2].

У контексті даної роботи досить цікавими є праці Кистлера (1957) і Річардсона (1962) [7]. Обидва вчених за допомогою дослідження цінностей та мотивацій студентів, дійшли висновку, що саме спортсмени більш сприятливі до таких духовних якостей як честь, гідність, визнання та благородства.

## **1.2. Сутність пізнавальних інтересів**

«Інтерес, - пише С.Л. Рубінштейн, - завжди приймає характер двостороннього відношення. Якщо мене цікавить який-небудь предмет, це означає, що цей предмет для мене цікавий» (за даними Б.Н. Минаєва) [39].

Таке поняття як «інтерес» є дуже складним та має у собі багатогранну структуру. Цей термін показує об'єктивне відношення особистості, котре зустрічається в процесі діяльності людей в реальному житті.

Варто зазначити, що пізнавальний інтерес формується в учнів саме в процесі навчання та є одним з соціально значущих якостей та характеристик особистості. Очевидно, що в сучасних школах необхідно розвивати пізнавальний інтерес у кожного школяра. Але до сих пір не зрозуміло як можна забезпечити його найбільший розвиток. Без обґрунтування та ознайомлення з теорією поняття «пізнавальний інтерес» неможливо вирішити описану вище проблему [33]. Якщо розглядати пізнавальний інтерес з позиції науково-педагогічної значущості, то можна сказати, що він являється важливим фактором, який вдосконалює процес навчання та одночасно показує його результативність та ефективність, тому що він стимулює самостійність, творчий підхід до вивчення матеріалу, пізнавальну активність, та спонукає до самоосвіти. На думку багатьох психологів саме

мотиваційна сфера людини, включаючи її потреби та інтереси, стає певним ядром особистості як суб'єкта свідомої діяльності. Розпочати дослідження поняття «пізнавальний інтерес» потрібно саме з аналізу слова «інтерес». Потреби породжують інтерес. Часом кожен інтерес може перетворитись в потребу. Всі інтереси людини визначаються особливостями об'єкта на який вони спрямовані, а також психічного та емоційного стану індивіда. У підручнику психології під редакцією І.В. Дубровиної «інтерес - це потребуюче відношення, або мотиваційний стан, що спонукає до пізнавальної діяльності, що розгортається переважно у внутрішньому плані» [23]. Коли пізнавальна діяльність починає формуватися тоді ж і збагачується інтерес, який включає в себе багато нових зв'язків та взаємовідносин матеріального світу. Це поняття нагадує певну емоцію та зусилля які використовуються під час подолання інтелектуальних труднощів. Саме під час освоєння людиною дійсності в формі різних знань та умінь, їй стає властивим інтерес. У педагогічній науці на думку Н. Г. Морозової: «інтересом називається емоційно-пізнавальне ставлення між суб'єктом і об'єктом, де активну роль грає суб'єкт пізнання»[40], а ось наприклад С. Л. Рубінштейн, розумів під інтересом «специфічну спрямованість особистості» [50], а М. А. Пастушкова вважає,[44] що інтерес пов'язаний з особливим виборчим ставленням людини до навколишнього світу. На думку І. П. Подлас: «інтерес є одним з постійних сильнодіючих мотивів людської діяльності. Інтерес представляє реальну причину дій, яка відчувається людиною як особливо важлива для нього, це позитивне оцінне ставлення суб'єкта до здійснюваної діяльності.» [48] Як підсумок, стає зрозумілим, що інтересом можна назвати вибіркоче ставлення до чого-небудь; умова пізнавальної діяльності; певна спрямованість особистості; емоційно забарвлене ставлення до явищ дійсності, або об'єктів. В наш час під пізнавальним інтересом частіше за все розуміють «різні стани людини, об'єднані позитивною спрямованістю до його діяльності: цікавість, схильності, захоплення». Отже, можна зробити висновок, що дане поняття

означає певний вплив та спрямованість особистості на оточення, та відрізняється за допомогою таких властивостей, як активність і вибірковість.

Під час аналізу психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження можна виділити деякі особливості пізнавального інтересу. Пізнавальний інтерес зазвичай виражається прагненням людини до пізнання нового, невідомого та незрозумілого про властивості, якості об'єктів і явищ дійсності. Існує певний зв'язок між придбанням знань про навколишній світ та рівнем розвитку пізнавального інтересу. Знання на які вплинув пізнавальний інтерес, стають значно глибшими; призводяться до активізації різних психічних процесів, таких як: пам'ять, увага, сприйняття та уява. У людини з широким кругозором, значно більше розвинений пізнавальний інтерес, тому що умовою для його виникнення є встановлення певних зв'язків між досвідом, який накопичила людина, та набутими знаннями.

В дослідженнях Г. І. Щукіної [64] було розглянуто різні змістовні компоненти. До них авторка відносить: «Емоційний компонент, який проявляється у взаємодії дитини з іншою людиною, наприклад, в процесі надання будь-якої допомоги. Інтелектуальний компонент, відбивається в реалізації всіляких операцій мислення, таких як синтез, аналіз, порівняння, узагальнення. Регулятивний компонент, сприяє розвитку цілеспрямованої діяльності, формуванню умінь долати труднощі, зосереджуватися, приймати правильні рішення, висловлювати ставлення до результатів творчої діяльності, вчитися здійснювати рефлексію, самоконтроль. Творчий компонент, який відповідає за розвиток умінь здійснювати перенесення вже засвоєних способів діяльності в нові обставини, комбінувати види діяльності, проявляти здатність до творчої розумової діяльності» [64].

В свою чергу Л. І. Божович говорить, що розвиток пізнавального інтересу у кожної дитини відбувається по різному. У деяких він виражається досить яскраво та носить «теоретичний» напрям, а у іншій частини дітей це поняття має більший зв'язок з практичною активністю. З цього випливає, що в кожній дитини різне ставлення до дійсності та світу [10].

Слід зазначити, що розглянувши та проаналізувавши дослідження різних вчених, видно, що до того моменту, як діти починають навчатися в школі сутністю пізнавального інтересу є не наукові, а життєві знання, але все одно це стає передумовою для вивчення та засвоєння саме наукових знань. Взнявши данні дитячої та вікової психології, та проаналізувавши їх, робимо висновок, що в той момент коли дитина йде до першого класу, вона вже має, певну внутрішню готовність до навчання. З досліджень видно, що у дітей зазвичай формується нова потреба-навчання вже в період закінчення дошкільного життя. Це відбувається в результаті того, що освітньо-виховна робота проводиться дуже вдало та цілеспрямовано. Через це у дітей виникає інтерес до всього шкільного життя, та до навчання загалом. Успіх, яким може супроводжуватися шкільне навчання, визначається стійким пізнавальним інтересом учня до об'єкта пізнання. Дитина приходить до школи без певної навчальної діяльності, вона повинна сформуватись саме там. Така ситуація, як вважають дослідники, являється специфічним завданням школярів молодшої вікової групи. Мотив, який має при собі дитина приходячи до школи, зовсім не пов'язаний з утриманням діяльності, яку він в свою чергу повинен виконувати. Це головна проблема яка трапляється на шляху у дітей.

З початком навчання, у школярів розпочинається змінюватись спрямованість їх інтересів. Саме в молодших класах у дітей розвивається шкільна мотивація від якої потім залежить зміст та рівень пізнавальних інтересів. Все це можливо лише за допомогою вчителя, який спонукає до збільшення потреби в отриманні нових знань. Від того чи стійкими складуться пізнавальні інтереси в початковій школі, залежить хід подальшого навчання учнів. За допомогою гарного розвитку та високої якості навчальної діяльності формується позитивне ставлення школярів молодших класів до навчання. Все це допомагає забезпечити перехід від певної пізнавальної потреби до розвитку пізнавальних інтересів.

Таким чином, проаналізувавши різноманітну психолого-педагогічну літературу та власні висновки зі спостережень, можна зазначити, що все це

вдало показує розвиток та формування пізнавального інтересу учнів до занять з фізичної культури.

### **1.3. Аналіз теоретичних положень та основних завдань фізичного виховання у сучасній школі**

«Фізична культура» - це складний термін який включає в себе два поняття «культура» та «тілесність». З грецької мови, слово «культура» означає вирощування, і в основному стосувалося, землеробських робіт. З плином часу даний термін поняття розширювалось, піддавалось видозмінам, сьогодні ж, можна сказати що низка певних духовних та матеріальних цінностей, які створилися людством у ході розвитку світу. Іншими словами це такий рівень розвитку суспільства і людства в цілому, його здібностей та творчих сил у їх відносинах між собою та на духовному і фізичному рівнях [17].

Загалом, фізична культура – це одна з частин всієї культури світу та людства, досвід та історія, якими збагачувалося людство у процесі духовного розвитку та розвитку різноманітних фізичних якостей та вправ.

Тобто це така частина культури, яка спрямована безпосередньо на покращення фізичних якостей людини та укріплення здоров'я в цілому.

Дуже часто фізичне виховання називають саме органічною частиною виховання, адже цей процес є соціально-педагогічним та спрямовується саме на гармонійний та здоровий розвиток людини, особливо на зміцнення здоров'я.

Досліджуючи літературу, дізнаєшся, що поняття «спорт» з'явилося відносно не давно, у кінці XIX століття. Це слово походить від французького «de sportale» і першим значенням було «розвага», «гра». Сьогодні ж «спорт» має більш вузьке значення. Його головним фактором є змагання.

Спорт – це одна з головних складових частин фізичної культури, яка є засобом і методом фізичного виховання, система організації, підготовки та проведення змагань із різних комплексів фізичних вправ.

Ще одне важливе історичне поняття, яке необхідно розуміти – це «олімпійський рух». Даний термін виник не так давно, а саме, наприкінці XIX на початку XX століття, разом з відродженням сучасних Олімпійських ігор.

В основу Олімпійського руху закладена концепція олімпізму. Олімпізм – це великий соціальний рух, який охоплює світове співтовариство, його дух визнання, чесності, відкритості і співпраці, де на першому місці стоїть саме людина та її особистість, незважаючи на національність, політичні та економічні інтереси.

#### **1.4. Урок як основна форма проведення занять з фізичної культури**

Педагогічний процес фізичного виховання здійснюється через різні форми занять, на яких учні оволодівають предметом фізичної культури, роблячи його своїм надбанням, формуючи і збагачуючи особисту фізичну культуру.

Заняття з фізичної культури передбачають такі аспекти як специфічний зміст та педагогічна спрямованість, які в свою чергу направлені на вирішення завдань фізичного виховання. Дослідження та детальний аналіз різноманітних форм фізичного виховання дає змогу побачити, що всі складові педагогічного та виховного процесу можуть бути представлені в них по-різному [14].

Одною з най розповсюджених форм створення та реалізації базових програм для фізичної культури є саме урок.

Дані уроки допомагають забезпечити фізкультурну освіченість, загальну фізичну підготовленість до будь-якої діяльності і відрізняються більшою змістовністю. Саме вони відіграють суттєву роль у створенні передумов для організації та успішного розгортання спортивної підготовки учнів, адже під час уроків діти мають змогу ознайомитися з різноманітними типовими видами фізичних вправ, знайомляться та оволодівають правильною технікою їх виконання та розвивають свої рухові якості.

Характерними рисами уроку, що відрізняють його від інших форм фізичного виховання є:

1. Основна спрямованість і конкретні завдання.
2. Кількісність, вік та можливості дітей.
3. Яскраво виражена дидактична спрямованість, зумовлена вирішенням освітніх завдань.
4. Дослідження та визначення змістів різних форм фізичного виховання учнів.
5. Правильно підібраний розклад саме для занять з фізичної культури..
6. Максимальна тривалість уроку – 45 хв.
7. Середовище в якому проводиться заняття.

Усі 7 рис допомагають піднести урок фізичної культури безпосередньо до рівня основної форми занять, а також за допомогою них створюються сприятливі умови задля досягнення мети навчального процесу у школі, а саме до підготовки усіх учнів до праці, самостійного життя та формування в них потреб, вмінь та навичок до регулярного заняття фізичними вправами, зміцненню здоров'я та підтримки належного рівня фізичної підготовки протягом всього свого життя [59] .

Усе це вимагає певної побудови навчального процесу, під час якого учні під наглядом та керівництвом педагога, або вчителя - опановують певні знання і способи діяльності, починають розвиватись та виховуватись. То ж можна дійти до певного висновку, що урок фізичної культури можна охарактеризувати, як певний системоутворюючий фактор. З одного боку, у ньому в діалектичній єдності виступає мета, засоби і методи навчання, та завдання, з іншого ж боку — урок об'єднує всі форми фізичного виховання школярів в одне ціле.

Глибоке та якісне знання теорії і методики викладання навчального матеріалу вчителем – допомагає досягти високої ефективності кожного уроку. Творчий підхід та осмислення теорії існуючої практики фізичного виховання надасть змогу педагогу використати широкі можливості фізичних

вправ, багатство методів виховання і навчання, різні форми організації занять які відповідають певним, конкретним умовам, завдань та індивідуальних рухових можливостей учнів. Треба віддати належне засновникам національної, української методики фізичного виховання. Треба звернути увагу учнів на те, що на початку ХХ ст. вчитель Коломийської гімназії, який викладав фізичну культуру, П. Франко у статті «Фізичне виховання в народних школах першого ступеня» [62] визначив чіткі завдання та умови досягнення фізичного виховання, що свідчить про те, що існує цілісна системи впливу на учнів. Не обмежуючись запобіганням негативного впливу так званого «сидячого» способу життя на розвиток людського організму, фізичні вправи та заняття ними, на думку П. Франка, повинні сприяти розв'язанню таких завдань:

- ростити всебічно розвинуту та здорову, молодь, а також навчати її долати лінь;
- виробляти в дівчат та хлопців життєво важливі рухові вміння та навички;
- виховувати, силу волі, сміливість, дисциплінованість, солідарність та витривалість;
- розвивати любов до рідної землі, краю та природи;
- спрямувати молодь до занять за інтересами та відвернути молодь від шкідливих звичок. При цьому широко використовуючи традиції та звичаї як місцеві, так і загальнонаціональні [62].

Уроки фізичної культури обов'язкові для всіх учнів та включені до шкільного розкладу на одному рівні з іншими навчальними предметами. Вони проводяться 2-3 рази на тиждень. Зміст уроку визначається навчальними програмами.

Урок як основна форма організації педагогічного процесу – дає можливість створити широкий спектр умов для вирішення конкретних завдань освіти, оздоровлення та виховання учнів. На основі рухових вмінь, навичок та фізичної підготовленості, отриманих у процесі уроків, успішно



здійснюється процес позашкільних форм занять, які проводяться із учнями у системі позакласних та позашкільних занять фізичними вправами.

Зміст уроку – це не лише певний набір фізичних вправ і пов'язаних із ними знань, а ще й діяльність учнів, робота вчителя, а також наслідки цієї роботи - результати.

До змісту уроку відносяться такі дії:

1. Інтелектуальні. Вони проявляються під час слухання, спостереження, сприйняття та осмислення одержаної інформації, а також запам'ятовування, проектування власних дій та пошуку власних шляхів вирішення завдань;

2. Рухові. Вони полягають у виконанні заздалегідь спроектованих дій, розучуванні, закріпленні та вдосконаленні фізичних вправ в різних умовах (сприятливих і несприятливих);

3. Контрольно-оцінюючі. Ці дії, передбачають виявлення та усунення помилок, організацію самоконтролю та самооцінки, обговорення певних питань, які виникають під час навчання [3].

Зміст будь-якого уроку планує вчитель. Розрізняють 2 типи змісту уроку, а саме: спроектований і реальний.

Під час побудови уроку вчитель повинен спроектувати елементи його змісту – структуру уроку. За основу для проектування взято біологічні закономірності функціонування організму, тому що саме вони визначають його працездатність.

Існують 4 зони працездатності: перша зона «передстартового стану», друга зона «впрацьовування», третя зона «відносної стабілізації» і четверта зона «тимчасової втрати працездатності». Відповідно з цього зумовлюється відповідна логіка розгортання навчально-виховного процесу. Вона передбачає:

1. Поступове залучення учнів до пізнавальної діяльності;
2. Послідовне досягнення необхідного рівня фізичної та психічної працездатності учнів;

3. Розв'язання задалегідь передбачених для певного заняття освітніх, оздоровчих та виховних завдань;

4. Забезпечення оптимального, стану організму, котрий в свою чергу сприяв би наступній, успішній діяльності учнів.

За цією логікою, урок умовно можна поділити на три частини:

- підготовчу, яка припадає на перші зони працездатності;
- основну, вона відповідає фазі вирішення передбачених основних завдань;
- заключну, котра покликана забезпечити учнів до наступних після уроку дій.

Звичайно, поділ уроку на частини ще не означає, що він втрачає свою цілісність, а навпаки, кожна його частина повинна логічно переходити в наступну і відповідно впливати з попередньої. Бажано, щоб ці переходи від однієї частини до іншої - були непомітними [18] .

Під час розв'язку окремих, специфічних завдань, кожна частина служить для найефективнішого досягнення кінцевого результату уроку. Тому час, який витрачається на окремі частини та їх зміст, має мінливий характер, тому що залежить від низки факторів: стану учнів на певному уроці, завдань даного заняття, специфіки вправ, , їх особливостей, зовнішніх умов та ін.

Під час другого етапу побудови уроку потрібно визначити фізичні вправи та їх послідовність. Це дає змогу розв'язати всі специфічні завдання якнайкраще.

Ефективність певних фізичних вправ для вирішення конкретних завдань фізичного виховання не викликає жодних сумнівів. Варто сказати, що через відоме явище післядії необхідно завжди визначати певну послідовність. Вчитель повинен прагнути досягти позитивного впливу попередньо виконаних вправ, для того , щоб наступні вправи були ще більш успішними. Для прикладу можна розглянути складнокоординаційні вправи, їх опанування буде більш успішним на початку уроку. Їх вдосконалення краще виконувати в кінці уроку. Що стосується вправ на розвиток швидкості,

то вони дають низький ефект якщо їх застосовувати після роботи на витривалість. Під час одного уроку не бажано поєднувати вправи, які можуть викликати негативні переноси [20].

З особливою увагою слід підбирати загальнорозвиваючі вправи, тому що їх цілеспрямований добір буде сприяти формуванню постави, розвитку певних груп м'язів, підготовці до засвоєння певних складних рухових дій, передбачених планом конкретного уроку. Безсистемне використання ЗРВ у молодшому шкільному віці, може призвести до того, що втраяться сприятливі можливості учнів для розвитку й удосконалення рухового апарату. Варто зазначити, що своєчасно не розвинені здібності, у майбутньому можуть стати бар'єром до вироблення більш складних життєво важливих умінь і навичок.

Вирішальним етапом побудови уроку є – третій етап. Під час нього визначається взаємопов'язані послідовності дій вчителя й учня під час розв'язання різних педагогічних завдань, застосування вправ, методів та методичних прийомів, які використовуються на протязі уроку. Також йдеться про формування деяких підгруп, висунення завдань, окрім цього важливим є порядок зміни місць занять та інші допоміжні дії на уроці.

Підготовча частина уроку триває 10-12 хвилин. Вирішує такі завдання: початкова організація учнів, ознайомлення із задачами та завданнями уроку, налаштування психологічного настрою на роботу, потім йде поступова функціональна підготовка організму учнів до навантажень та утворення відповідного емоційного стану.

Для проведення підготовчої частини використовуються гімнастичні шиккування, стройові вправи, перешикування, різні різновиди ходьби з використанням додаткових рухів руками, короткочасний біг, різного плану стрибки, танцювальні вправи, загально-розвиваючі, ігри з елементами стройових вправ, підготовчі та підвідні вправи.

В залежності від місця проведення уроку, його задач, виду, та контингенту учнів - змінюється і зміст підготовчої частини. Зазвичай,

основна частина уроку триває приблизно 25-30 хв. Вона включає в себе такі завдання: дати учням певні знання, вміння, навички, сприяти розвитку рухових якостей.

При цьому використовують вправи з усіх розділів програми: починають з вивчення нових вправ, потім іде повторення і закріплення техніки вправ. Вчитель дає учням 3-4 вправи, з яких 1-2 - це рухливі ігри, що проводяться в кінці основної частини. Розвиток в учнів рухових якостей, наприклад сили і витривалості планується проводити в кінці. Перевірка знань, умінь та навичок учнів відбувається знову ж таки в основній частині уроку.

В заключній частині уроку, яка триває від 3-х до 5-ти хвилин, потрібно поступово зменшувати фізичне навантаження на організм дітей та приводити його у відносно спокійний стан. Після цього вчитель разом із дітьми підводять підсумки уроку, та надаються домашні завдання.

До засобів заключної частини уроку відносяться ходьба з різним положенням рук, повільний біг, танцювальні кроки, різноманітні вправи на увагу, спокійні ігри, ритмічні та глибокі дихальні вправи.

Вчитель може змінювати час, який було відведено на різні частини уроку. Це може залежати від виду уроку, його типу, віку присутніх на уроці дітей, місця проведення занять та інше. Вид уроку визначається видами фізичних вправ які будуть на уроці, наприклад: урок гімнастики, легкої атлетики, лижної підготовки, різних спортивних ігор, або комбіновані.

Отже, можна зробити висновок, що головним призначенням уроку фізичної культури є — забезпечення учнів сприятливими умовами для успішного засвоєння навчальної програми даної дисципліни. При цьому уроки є лише однією із форм організації навчальної діяльності будь-якого вчителя та учнів, у рамках якої здійснюється взаємопогоджена діяльність, яка спрямована на оволодіння знаннями, вміннями та навичками школярів, підвищення їхнього рівня розвитку фізичних якостей.

Педагогічне керівництво навчальною роботою здійснюється за допомогою певної методики. Можна зазначити, що під методикою уроку треба розуміти багатокomпонентну впорядковану систему управління навчально-виховним процесом, яка включає в себе зміст, засоби, методи і методичні прийоми навчання, а також форми організації навчальної і виховної діяльності школярів.

Методику проведення уроку можна вважати системою управління процесом засвоєння школярами навчальної програми; як педагогічний інструмент, за допомогою якого вчителем організовується навчальна діяльність дітей, яка в свою чергу спрямована на засвоєння програмового матеріалу.

Отже, методика навчання на уроці фізичної культури, полягає в управлінні процесом засвоєння навчального матеріалу який викладається вчителем, та має такий вплив на навчально-виховний процес, котрий відповідає поставленій меті, а також завданням які приводять до його поліпшення та розвитку. До того ж слід пам'ятати, що управляти — це не нав'язувати процесові плинності, який би суперечив його природі, а обов'язково враховувати цю саму природу [4].

Будь-яка управлінська система включає в себе загальні та специфічні компоненти. Але слід зазначити, що наявність усіх компонентів ще не утворює систему управління. Систему утворюють компоненти лише за наявності певних зв'язків між ними. За допомогою цих зв'язків відбувається установка взаємозалежності компонентів, яка в свою чергу виражається в тому, що зміни в одному з них слідом викликають зрушення в усіх інших, а також в системі загалом.

Уроки фізичної культури мають купу характеристик. В основу їх класифікації, може бути покладена кожна з цих характеристик. Ми ж в свою чергу розглянемо різновиди шкільних уроків, які найчастіше зустрічаються під час проходження практики в школі.

За своїм характером усі уроки можна поділити на дві великі групи: комплексні та предметні.

Уроки комплексної групи включають в себе матеріали з різних розділів програм. На сьогоднішній день ці уроки поки що не застосовуються належним чином, це пояснюється декількома причинами:

- труднощами в організації та методикою їх проведення (на відміну від комплексних уроків, організація предметних є простішою);

- виникнення труднощів під час добору матеріалів;

- структурою шкільної програми, яка діє в наш час (її матеріали викладено за видами спорту);

- підготовкою студентів у вузі, зважаючи на те, що навчальна практика студентів зі спортивно-педагогічних дисциплін формує відповідну орієнтацію на предметні уроки (навчити студентів проводити комплексні уроки повинна методика фізичного виховання, або спецкурс подібного напрямку):

- пропагандою уроків предметної групи через методичні рекомендації та наукові дослідження;

- заміною процесу фізичного виховання на процес вузької фізичної підготовки.

Деякі публікації конкретних вчених стосовно питань методики комплексних уроків (Ю. Копилов, Г. Мейксон, А. Хан, М. Рахімов) необхідність таких уроків трактують достатньо однобічно [6]. Вони обґрунтовують свою думку, щодо включення різних видів навчального матеріалу до одного уроку тим, що дітям (мова про учнів молодших класів) протипоказаний навчальний матеріал однотипного виду. На їх думку він швидко втомлює організм учнів, не сприяє до підвищення зацікавленості, інтересу та емоційності дітей. Звичайно, це дуже вагомий аргумент для поєднання фізичних вправ різного виду на одному уроці, але, на нашу суб'єктивну думку, далеко не головний.

Вивчення практичної діяльності шкільних вчителів, та теоретичні дослідження переконують в необхідності комплексних уроків, яка визначається певними потребами:

- потребою у формуванні стійких навичок основних рухових дій (частіше за все прикладних: стрибки, акробатичні вправи, метання, біг, тощо) які потребують певного тривалого часу і певної системи;
- ефективно впливати на розвиток рухових якостей;
- успішно розв'язувати оздоровчі завдання фізичного виховання;
- ефективно підвищувати працездатність учнів;
- систематично створювати передумови навчання;
- уникнути шаблонів у змісті занять і в методиці їх проведення;
- різнобічне впливати на їхній організм [41].

Уроки комплексної групи дають можливість забезпечити міжпредметні зв'язки. Такі уроки дозволяють уникнути принципу так званого «спортивного» добору і розміщення навчального матеріалу. Таким чином це з позитивної сторони відзеркалюється на успішності оволодіння руховими діями, а також на вдосконаленні учнівських фізичних якостей.

«Комплексний урок — це цілісне, логічно завершене заняття, яке в системі зв'язане з попередніми і наступними уроками, на кожному з яких вирішуються конкретні завдання в чотирьох напрямках: засвоєння знань, оволодіння руховими діями; виховання вмінь самостійно займатись, удосконалення фізичних якостей» [19].

Процес планування комплексних уроків та засобів для них дуже відповідальний і полягає в наступному:

- доборі певних допоміжних вправ які мають за мету повторення вивченого матеріалу, його закріплення та вдосконалення;
- виборі матеріалу для певної серії уроків;
- засобів які будуть раціонально використані для підготовки учнів до засвоєння матеріалу на наступних уроках;

- прогнозу характеру взаємодії між елементами змісту уроку, для того щоб мінімалізувати негативну та використати позитивну взаємодію;
- встановленні місця для розміщення допоміжного матеріалу (цей матеріал може бути використаний у підготовчій та навіть у заключній частинах);
- розкритті порядку вивчення окремих груп вправ, або розділів програми.

Допоміжний матеріал який вчитель підібрав для комплексного уроку може бути представлено окремо, як у чистому вигляді так і у вигляді фрагмента гри, індивідуальних завдань чи естафети.

Можна зробити висновок, що підібраний вчителем матеріал повинен поєднуватись органічно. Наприклад, різні способи бігу, прискорення, все можливі стрибки і таке інше, будуть виглядати природно на такому уроці, де переважно вивчаються спортивні ігри, а пробиття «пенальті» футбольним м'ячем не порушать логічного ланцюга гімнастичної естафети.

У змісті основної частини уроків предметної групи передбачається матеріал з одного розділу програми (гімнастичні, легкоатлетичні вправи і т. ін.). Переважно у старших класах проводяться такі уроки. Методика проведення подібних уроків наближається до методики занять тренувального характеру із відповідного виду спорту.

В залежності від переважного розв'язання певних завдань на уроці розрізняють: навчальні, тренувальні, контрольні, змішані (комбіновані) уроки.

Під час навчальних уроків увага учнів та вчителів зосереджується на техніці виконання вправ. Виявивши помилки, вчитель вживає певні заходи для їх усунення, забезпечує страхування, а також навчає дітей прийомів самострахування. Усе це позначається на методиці уроку та його організації.

Уроки тренувального характеру ведуться з метою вдосконалення набутих навичок, вивченого матеріалу та розвитку фізичних якостей. На уроках такого типу ширше використовується груповий метод організації



діяльності учнів. На таких уроках зростає інтенсивність навантажень та їх обсяг, що потребує високого рівня індивідуалізації, а також внутрішньої дисципліни підлітків. Краще проводити подібні уроки у природних умовах. Вчитель створює різноманітні ситуації, які в свою чергу повинні посилювати інтерес до занять та робити їх ефективнішими. Також рекомендовано звернути увагу та збільшити обсяг до використання в навчальному процесі ігрового та змагального методів.

Контрольні уроки розв'язують завдання контролю за ходом засвоєння учнями вправ, виховування їх фізичних якостей, проведення вихідного і підсумкового тестування для вивчення рівнів фізичної підготовленості школярів та їх фізичного розвитку. Контрольні уроки, в свою чергу, мають великий тренувальний і навчальний ефекти. Для того щоб вдосконалити фізичні якості учнів, необхідно висунути до них вимоги підвищеного рівня, тобто виконувати вправи, докладаючи максимальних зусиль.

Якщо під час уроку в однаковому обсязі розв'язуються різні завдання, то такий урок називають комбінованим, або змішаним. Така категорія уроків найчастіше трапляється в усіх класах, тому що створює сприятливі умови для засвоєння матеріалів зі шкільної програми.

В умовах сьогодення в школах виділяються три етапи фізичного виховання: базовий етап (1-4 класи); освітній етап (5-9 класи); результативний етап (10-11 класи)

На цих етапах учні отримують необхідні теоретичні та практичні знання, розвивають власні фізичні здібності, засвоюють техніку рухових дій, набувають умінь для самостійного заняття фізичними вправами.

На початковому етапі серед завдань освітнього процесу великого значення набуває збільшення рухового досвіду дітей, вдосконалення їх психомоторних здібностей, що в свою чергу полегшує для них процес майбутнього опанування складних вправ. Також треба зробити акцент дітей на дотримуванні правил особистої гігієни.

Початкова школа — слугує відповідальним етапом для формування людської особистості. У молодшому шкільному віці, діти зазвичай більш відкриті, відверті, а авторитет вчителя справляє на них дуже великий вплив. Одним із ефективних засобів формування навичок взаємовідносин між учнями, їх правильної поведінки, та патріотичних почуттів, можуть бути фізичні вправи, якщо під час їх виконання залучати до активної діяльності дітей у ролі своїх же помічників.

Вправи основної гімнастики, ходьба, акробатичні вправи, різні варіанти бігу з подоланням перешкод, човниковий біг, рухливі ігри – є головними засобами у роботі з молодшими класами.

Мета освітнього етапу заключається у формуванні уявлення про природу, людину та суспільство. Розв'язку цих завдань сприяє також предмет фізичного виховання. Вирішальним аспектом фізичного виховання школяра на цьому етапі є формування і закріплення мотивації про піклування за власне здоров'я; вироблення навичок організації власного режиму повсякденної фізичної активності.

Під час організації уроку, перевага надається груповому та індивідуальним методам.

У навчально-тренувальному процесі вчитель повинен наполегливо та терпляче виховувати в школярів витримку і особливо вміння володіти своїми емоціями. Найпростіший спосіб цього досягти у процесі гри. На цьому етапі використовують командні та спортивні ігри, які вимагають дотримання дисципліни, виконання правил гри, і найголовніше позитивно впливають на формування вольових та моральних якостей. Якщо ж учень порушив дисципліну, або правила, то не варто поспішати з покараннями.

На останньому, результативному етапі учні готуються до вступу в доросле життя, а також до використання набутих у школі знань, умінь та навичок.

У заняттях з юнаками старших класів фізичні вправи є одним із засобів підготовки до майбутньої військової служби, наприклад: гімнастика, легкоатлетичний біг, стрибки, метання, подолання перешкод і таке інше.

Для дівчат більше підходять ритмічна гімнастика, з елементами художньої (вправи з рівноваги, танцювальні рухи).

Значну роль у вихованні дівчат, майбутніх матерів, відіграють гімнастичні вправи. Саме ці вправи, як один із засобів фізичного виховання, повинні, на думку С.Ф. Руссова [51], «забезпечити дівчатам прекрасну будову тіла, розвинути грацію і силу, підготувати до легких пологів і народження здорового потомства. Адже здоров'я матерів є вирішальним факторів, які зумовлюють здоров'я народжених ними дітей» [51].

Аналізуючи особливості фізичного виховання в залежності від віку підлітків, хочемо ще раз наголосити на необхідності пам'ятати: акцентування уваги вчителя на конкретних завданнях, на певному віковому етапі підготовки, ще не означає, що в цей період інші завдання не розв'язуються. Особливо треба звернути увагу, що вчитель повинен забезпечити школярів наступністю у вирішенні освітніх, оздоровчих та виховних завдань, починаючи з 1-го і закінчуючи 11-м класом. Кожен наступний урок - це лише один із маленьких кроків на довгому та тернистому шляху, який веде нас до мети – впровадження в побут нації фізичної культури.

### **Висновки до 1 розділу**

У даному розділі було визначено аналіз джерельної бази дослідження, що підштовхнуло на обрання даної теми. Було проведено порівняльну характеристику різноманітних праць теоретичного та історичного характеру, що дозволило зробити правильний аналіз понятійно-термінологічного апарату. Для того, щоб уникнути помилок у правильному розкритті термінології, необхідно було визначити рівень розвитку та доцільності мотивації в сучасному світі.

## РОЗДІЛ 2

### ФОРМУВАННЯ СПОРТИВНОЇ МОТИВАЦІЇ ЯК ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Головна задача даної дипломної роботи – охарактеризувати особливості функціонування та розвитку мотивації як невід'ємної складової фізичної культури.

На етапі ознайомлення з розвитком мотивації одними з найголовніших пунктів були такі: вивчення відповідної інформації; проведення аналізу та порівняльної характеристики пізнавального інтересу та мотивації; ознайомлення з зародженням та тенденціями розвитку. У другому розділі дипломної роботи передбачений детальний опис історії розвитку мотивації. Приведено аргументації стосовно вибраної теми дипломної роботи та її актуальності і доречності в сьогоденні.

#### **2.1. Засоби активізації пізнавального процесу на заняттях фізичної культури**

Інколи вчителі змінюють способи виконання вже знайомих вправ, таким чином стимулюючи діяльність школярів. Така різноманітність дуже вдало сприяє становленню гарного емоційного фону та підвищує інтерес школярів до уроків фізичної культури. Але все ж-таки найбільш вдалий варіант для підвищення дитячого інтересу – це надання учням права голосу, поваги до їх думок та підтримки їх ініціатив.

Задля активізації пізнавальної діяльності учнів, потрібно: підвищити рівень знань з фізичної культури, допомогти школярам розвинути у них свідоме відношення до освоєння рухових дій.

На початку було важливо визначити, які знання з техніки виконання рухових дій потрібно дати учням. Було враховано, що з предмету фізичної культури в учнів немає підручника. Задля того, аби якось компенсувати, або взагалі знищити цей недолік, звернулися до міжпредметних зв'язків.

Наприклад при ознайомленні з теоретичними відомостями з фізичної культури використовуються ті знання, які учні вже одержували на уроках з інших предметів. Та все-таки спиратися тільки на ці знання іноді недостатньо, тому що окрім цього дуже важливим є роз'яснення незнайомих понять та теорій з фізичної культури [38].

Варто зазначити, що такі зв'язки між різними предметами не самоціль. Вони допомагають у освоєннях різних біомеханічних закономірностей та загальної структури руху, які під час виконання завдань та прав створюють різні значні функціональні зміни в організмі школяра.

Прості, на перший погляд, вправи з розвитку координації, такі як махи в різних напрямках руками, підскоки, нахили, зміна упору лежачи на упор присіду тощо, вимагають спеціального розучування з застосуванням знань з інших шкільних предметів.

Без сумніву зовсім недоцільно розглядати структуру звичайних легких вправ, таких як присідання, але дуже необхідно пояснити учням призначення різних варіацій такої вправи, адже ці варіації відрізняються технікою виконання та режимом роботи м'язів.

Окремої уваги в досвіді В.Борисика, заслуговує, диференційований підхід, чітка постановка задач, взаємне навчання та контроль за виконанням навчальних завдань і фінальна оцінка результатів діяльності учнів [12].

Через усвідомлення значущості виконання різноманітних завдань у учнів стрімко підіймається та зростає активність. Ті учні, які взагалі не розуміють що і для чого вони роблять, ніколи не отримають відповідної користі від виконання вправ. Як висновок, треба сказати, що при навчанні всю інформацію потрібно подавати правильно та роз'яснювати їх важливість.

Тому, постійно вчителі намагаються переконати школярів в важливості занять з фізичного виховання, задля зміцнення та покращення свого здоров'я і нормального розвитку людини загалом.

Ще одну дуже вагому роль у виховання свідомості учнів відіграє активізація їх мислення. Саме постановка мети та завдань активізує розумову діяльність

Перед тим, як перейти до навчання нових рухових вправ, в першу чергу необхідно перевірити чи готові учні до засвоєння матеріалу. Саме така перевірка чи готові учні, створює всі умови для вдалого засвоєння матеріалу та диференційованого підходу, адже цей підхід одна з найуспішніших основ всього навчання.

## **2.2. Характеристика спортивної мотивації**

Бажання – це одна з головних передумов діяльності людини і саме через цей факт, мотиваційна сфера завжди цікавила як зарубіжних, так і Вітчизняних психологів.

Варто зазначити, що автори виділяють зв'язок між мотивами, потребами і цілями поведінки, а також діяльністю людини. А.Н. Леонтьєв зазначає: «Потреба є умовою, передумовою діяльності, розкриваючи зв'язок мотивів і потреб, як внутрішня сила, вона може реалізуватися тільки в діяльності. В відображеній своєю формою предмет і виступає в якості ідеального внутрішньо спонукає мотиву» [34].

А.Н. Леонтьєв вважає, що «діяльність - процес, спонукуваний і направляються мотивом, - тим, у чому опредмечена та чи інша потреба» [34]. Варто зазначити, що мотиви дуже відрізняються від таких понять як ціль та намір, адже вони це певні предвісники мети, тобто це певний поштовх для того щоб досягти поставлену ціль чи завдання.

Визначний діяч Л. Виготський у своїх працях чітко виділив 2 види мотиву: свідомий та неусвідомлений [15]. А ось наприклад А.Н. Леонтьєв, говорить, що: «В діяльності усвідомлюється мета, а мотив залишається «за кадром» [34].

На думку Д.Н. Узнадзе: «... у кожного вироблені свої особливі фіксовані установки, які так чи інакше проявляються і стають основою

готовності до діяльності в відповідних умовах і в певному напрямку» [57]. З цього вислову можна зрозуміти, що дана установка має відношення саме до первинних внутрішніх умов психіки людини, а точніше до таких психічних факторів, за допомогою яких вона в змозі взаємодіяти з навколишнім світом.

А. Н. Леонт'єв [34], поділяє всі мотиви на такі два види як мотиви-стимули та змістотворні. Мотиви-стимули є лише побічними збудниками та відповідають за емоції. А ось змістотворні мотиви це двигуни діяльності людини, які дають їй сенс та свідомість та є більш важливішими за своєю значимістю.

Є.П. Ільїн пише, що мотиви розрізняються по силі, змісту, стійкості. Сила - це така потреба для досягнення мети, зміст визначається саме метою, а стійкість – рівнем задоволення даної потреби [28].

Дуже відома і найпоширеніша це класифікація мотивів розроблена А. Маслоу [36]. З цією класифікацією можна побачити що всі умови є не самостійні, а упорядковані за певними критеріями та об'єднані в групи за принципом піраміди. Така створена модель складається з п'яти рівнів потреб. На першому місці стоять така потреба як бажання та мрія знайти свій власний сенс життя та мету.

Потрібно відмітити, що поняття мотивація та мотив різняться між собою. Дослідник С.Л. Рубінштейн дав таке визначення поняттю мотивація: «Мотивація - це опосередкована процесом її відображення суб'єктивна детермінація поведінки людини світом. Через свою мотивацію людини вплетені в контекст дійсності » [50].

Важливою є думка ще одного діяча В.А. Дьоміна. Він вважає що важливим фактором який впливає на виникнення мотивації можна назвати інформаційні процеси [11].

Саме мотивація стоїть на вершині в розвитку та структурі особистості. Вона проходить через всі структурні утворення, а саме: здібності, духовний розвиток, емоції, психіку та характер. Без певних та необхідних емоцій людини мотивація сама по собі є непотрібною та неможливою, тому що саме

емоції дають людині направлення на свій власний правильний шлях, вказують на важливість її дій.

Підсумовуючи все вищесказане можна зрозуміти що мотивація та мотив це два абсолютно різних поняття. Мотивом можна назвати первинні динамічні сили, які намагаються позбавити людину від певних тяжких станів, таких як напруга.

А от мотивація вже обумовлена саме мотивами кожної людини та залежить від умов її особистого життя. Саме мотивація вважається найголовнішим компонентом мотиваційної сфери.

Під час виникнення та розвитку мотивації вона поділяється на 2 частини: внутрішню та зовнішню. Ці частини залежать від різноманітних факторів життя.

Під мотивацією розуміють як психічний стан, який створюється та може формуватись в результаті співставлення бажань та можливостей людини, так і актуалізацію в цілому мотиваційної сфери людини. Яке твердження обрати, потрібно вирішувати дивлячись на умови, мотиви та потреби людини, а також її світосприйняття та світогляд. пусто

Мотивація може виникнути, розвиватися та нормально функціонувати завдяки емоціям та волі людини.

Задля того аби спортивна мотивація була гарно розвинена необхідно розвивати у собі такі якості як наполегливість, рішучість, винахідливість тощо.

Знайомлячись з думками різних дослідників, та розглянувши теорію О.Г. Бабушкіна [9], можна сказати що мотивацію потрібно розділити на тренувальну та змагальну і розглядати їх як два самостійних поняття. Цікавим є той факт, що змагальна мотивація в свою чергу ділиться ще на дві категорії, такі як мотивація досягнення успіху і мотивація уникнення невдачі.

В першому випадку, під час досягнення успіху головним є позитивний настрій, стрімке прагнення до перемоги та бажання дійти до кінця.



Така мотивація має неабиякий вплив на мету та дії учня, на рівень прикладених зусиль та прагнення до перемоги.

Підбиваючи підсумки та розглянувши дослідження В.І. Степанського [55], можна сказати що при мотивації досягнення, результат потрібно визначати за допомогою особливостей психічного і фізичного розвитку особистості. А от якщо у школярів в більшій мірі переважає такий вид мотивації як мотивація уникнення невдачі, то незважаючи на рівень підготовки, результат завжди буде низьким та невдалим.

### **2.3. Педагогічні умови формування мотивації**

Виникнення, формування, розвиток, перестроювання мотивів залежить від вікового розвитку особистості спортсмена, морального, розумового, так само не варто забувати про необхідність зростання спортивної майстерності, збагачення спортивного досвіду - від тих мотивів, які спонукали прийти дитину на секцію, до мотивів, які є важливими для спортсменів найвищого щаблю - майстрів спорту міжнародного класу.

Юнацький вік, на думку дослідників, виділяється як один із самостійних періодів становлення особистості. Формування особистої ідентичності в порівнянні з неусвідомленістю особистого «Я», самовизначення, виникнення планів на майбутнє, становлення переконань і життєвих ідеалів, чітка статева поляризація в міжособистісній поведінці – це є головними компонентами в юнацькому віці під час розвитку і становлення особистості.

На думку І.С. Кона: «відкриття свого «Я» є головним досягненням юнацького періоду. Внутрішнє «Я» зачасти не відповідає його зовнішній поведінці, змушуючи задуматися про проблему самоконтролю. У юнацькому віці зростає самоповага, стабільніше стає самооцінка, врівноважується образ «Я», увага прикута до себе, юнак (дівчина) постійно замислюється про чужу думку про себе» [31]. С. Виготський вважає: «самосвідомість це головна

складова юнацького віку. У справу вступає новий фактор - особистість самого підлітка» [15].

Саме самооцінка починає регулювати поведінку. Як пише Р. Бернс, «в юнацькому віці «Я-концепція» стає більш стабільною і складною, в її структуру включається співвідношення ідеального і реального «Я» [5].

Ось і отримуємо, що в юнацькому віці основними потребами стають потреби в самовихованні та самореалізації, не виключаючи і самореалізацію в спортивній діяльності.

На думку деяких дослідників, етапи спортивної підготовки розглядаються в тісному контакті з розвитком учнівської мотивації. З самого свого початку, мотивація проявляється в звичайному інтересі до спорту - як виду діяльності. Під час початкової стадії занять будь-якою спортивною діяльністю, учні характеризують мотиви та інтереси до фізичних вправ, їх безпосередністю. Після того як вже пройшов деякий час, від успіхів у діяльності залежить виникнення інтересу до даного виду спорту. З процесу діяльності мотиви переходять на результат діяльності. Саме винятковість залучає спортсменів даного виду спорту. Настає потреба у фізичних вправах та емоціях під час змагань. Стадія власної спортивної майстерності характеризується бажанням будь-якого спортсмена розвивати свою спортивну майстерність та підтримувати її на максимальному рівні. Зазвичай, після закінчення своєї професійної, або любительської кар'єри, спортсмен починає піклуватись про те, щоб зберегти рівень своєї спортивної підготовки та свого авторитету в спорті. І тут вже новий мотив, або навіть потреба у передачі своїх знань та досвіду юним спортсменам. Чим вищий рівень кваліфікації спортсмена, тим краще мотивація досягнень адаптується до умов діяльності.

Під час занять з фізичної культури дуже важливо, щоб у колективі панувала гарна атмосфера, культура між вчителем та учнями, і само собою учнів між собою. Вчитель повинен бути взірцем для своїх учнів і успіх у вихованні школярів буде обов'язково досягнутий, але тільки за умови, що

вчитель викличе у своїх підопічних бажання бути «такими як він», спонукатиме їх до плідної праці, гарних манер, корисних звичок і так далі.

Окрім вчителя, джерелом пізнавального інтересу повинен служити і зміст навчального матеріалу, якщо він буде забезпечувати:

- новизною інформації;
- оновленням вже засвоєних учнями знань;
- історичними аспектами шкільних знань;
- усвідомленням практичної значимості та необхідності в певних знаннях для життя;
- джерелами, що стимулюють пізнавальний інтерес у навчанні.

### **Висновки до 2 розділу**

У другому розділі було розглянуто засоби активізації пізнавального процесу на заняттях фізичної культури, за допомогою яких учні в змозі досягти кращого результату під час виконання вправ на змаганнях або просто в період навчання. Було охарактеризовано спортивну мотивацію та знайдено педагогічні умови формування мотивації.

## РОЗДІЛ 3

### ЕМПІРИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОДІЇ МОТИВАЦІЇ В СПОРТІ ТА СУЧАСНИХ ТЕХНІК ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ

Кожного учня потрібно залучати в навчальний процес підбираючи індивідуальні методи та форми навчання. Третій розділ присвячений опису різних методів, які допомагають підвищити інтерес та мотивацію учнів під час уроків, та показують взаємодію мотивації і сучасних технік фізичного виховання у школі.

#### **3.1. Використання ігрового методу з метою активізації пізнавального процесу школярів до занять фізичною культурою**

Для того, щоб втягнути дітей у навчальний процес та активізувати їх увагу на отриманні нових знань, нам потрібно застосовувати різноманітні методи та прийоми, серед яких обов'язково потрібно виділити ігровий метод, особливо в заняттях з дітьми молодшого шкільного віку, тому що він є самий цілеспрямований. Дозволяючи учням самостійно грати та підводити підсумки, підкреслюю: «Молодці, ви добре працювали самостійно». Через такий метод, ми допомагаємо учням утвердити у своїй свідомості зв'язок між поняттям «самостійна робота» із приємною ігровою активною діяльністю. Дана підготовка учнів, дозволяє нам переходити від менш складних до більш складних самостійних завдань. Під час самостійної роботи, учні постійно знаходяться під контролем вчителя, при необхідності втручаюся в роботу, виправляють наявність грубих помилок, та у разі необхідності надають певну допомогу.

Разом з приученням учнів до усе більш відповідальних та складних самостійних занять, в них формують уміння до контролю та оцінювання власних, або партнерських виконувальних дій. Спочатку учні вчать давати оцінку своїм, або товариша діям на словах, потім можуть доповнювати її

виставленням оцінок в балах. Слід зазначити, що за складністю вправи потрібно пропонувати відповідно до віку учнів, чим молодші школярі - тим простіші вправи для оцінювання.

До активізації учнів також належить і об'єктивне оцінювання вчителем результатів їх діяльності. Школярам дозволяється здавати контрольний норматив у будь-який час навіть після запланованого вчителем терміну. Тому що краще тренування — це змагання. Навіть якщо сам із собою, проте під час кожної наступної перездачі, учень змагається. Звичайно, що можливі багато варіантів для організації перездачі. Проте, ми вважаємо, що найбільш раціональний спосіб — це створити учневі можливість для самопідготовки на якомусь додатковому занятті і вже там виправити оцінку. Що до терміну протягом якого учень може перездати той чи інший норматив, залежить від складності самого нормативу та відношення учня до занять.

### **3.2. Позакласна робота з дітьми як один із факторів підвищення мотивації**

Частіше за все, термін «позакласна робота» – це виховна робота з учнями, яку після уроків проводять класні керівники та вчителі-предметники. Позашкільна робота - це виховна робота, яка здійснюється конкретними спеціалізованими позашкільними установами. Аналізуючи сучасну літературу ми звернули увагу на те, що терміни «позаурочна робота» і «позаурочна діяльність» розглядаються авторами як найбільш синонімічні та широкі види виховної роботи зі школярами, які проводяться після уроку, або після всього навчального процесу.

Проаналізувавши різні підходи до змісту фізичної культури та її позакласної діяльності можна дійти висновку, що дане поняття потребує уточнення в контексті проведеного дослідження. Під позакласною діяльністю розуміється небаженість після урочних добровільних занять школярів які проходять після уроків з фізичної культури в школі, не засвоївши обов'язкового мінімуму робочого плану вчителя, теоретичного матеріалу, а

також виконання практичних робіт. Звісно, що складовою частиною виховної роботи в будь-якому загальноосвітньому закладі є позакласна діяльність з фізичної культури, тому що вона має купу можливостей позитивного впливу на особистість школярів. Така діяльність сприяє розкриттю індивідуальних здібностей учнів з різних боків, які на уроці нажаль, не завжди вдається розглянути; дуже добре сприяє збагаченню життєвого досвіду учнів, а також придбанню досвіду взаємодії у колективі; розвитку інтелектуального та творчого потенціалу юної особистості в різних педагогічних ситуаціях, які можуть бути пов'язані з певною модернізацією освіти.

В умовах сучасності позакласна діяльність з фізичної культури повинна використовуватись для того, аби вирішити навчальні, розвивальні та виховні завдання освіти.

Вивчивши зміст даної діяльності її можна охарактеризувати як динамічну, мобільну, не обмежену віковими рамками, таку що не пов'язана з конкретними вимогами робочої програми, не лімітована навчальним часом, а також шкільним розкладом.

На думку Л.А. Кандибовича та М.І. Дьяченко: «позакласна діяльність являє собою послідовність наступних дій педагога: постановку мети на основі потреб і мотивів; розробку плану, моделей, схем майбутніх дій та прийомів діяльності; порівняння результатів з урахуванням поставленої мети; внесення корективів» [30],[25].

Нажаль, аналіз літератури свідчить про те, що відношення школярів будь-яких вікових груп та соціального статусу до систематичних занять фізичною культурою носить лише формальний характер. Заохочення та залучення учнів до організації фізичної культури потребує негайних та докорінних змін.

Як зазначає Г. І. Зюкова: «фундаментом формування гармонійно розвинутої особистості є початкова школа, яка зберігаючи наступність із дошкільним періодом дитинства, зумовлює подальше становлення дитини,

розвиток інтелектуальних, соціальних і фізичних якостей» [27]. У початковій школі форми та методи фізичного виховання значно відрізняються від середньої та старшої своєю кількістю, вони потребують від школярів такі риси характеру як: прояву організованість, ініціативність, дисциплінованість, що в свою чергу допомагає виховати в учнів організаційні навички, винахідливість та активність. У молодшому шкільному віці діти відрізняються від більш дорослих своєю особливою рухливістю, а також постійною потребою у русі, проте слід пам'ятати, що організм школярів молодшої школи не готовий переносити тривалі навантаження. Так само як швидко вичерпуватись, дитяча сила і швидко відновлюється. Потрібно звернути увагу, що у дитячій психіці відбуваються значні зміни. Для підвищення стійкості уваги та інтересу дитини, слід збільшити силу та рухливість нервових процесів. Вирішувати більш складні завдання, дозволяє розвиток оперативного мислення.

Виходячи з досліджень науково-педагогічної літератури, а також вивчення досвіду роботи вчителів які викладають фізичну культуру у школі було встановлено, що правильно спланований режим дня школяра, допомагає відновити затрачену енергію, та зміцнити здоров'я учнів загалом.

Спортивно-масова фізкультурна робота являється одним із видів позакласної роботи в школі.

Перед позакласною роботою постають такі завдання:

- забезпечити всебічний фізичний розвиток та укріпити здоров'я дітей;
- поглибити уміння та знання учнів, які були набуті під час уроків;
- сформувати у дітей організаційні навички.

Враховуючи вік, фізичну підготовку та стан здоров'я дітей, використовуються різноманітні форми та методи проведення занять. Все це відбувається задля залучення учнів до позакласної роботи.

Основними формами є:

- фізкультурно-художні свята;
- дні здоров'я;

- екскурсії та походи;
- заняття в шкільних гуртках та секціях.

Фізкультурно-художнє свято – це комплексний захід який включає в себе не тільки спортивні (змагання, показові виступи, конкурси, вікторини, ігри, лотереї та ін.), а й художньо-мистецькі фрагменти. До активної участі залучаються учні, батьки, педагоги, громадські організації [13].

Учні під керівництвом вчителя малювання створюють виставку малюнків на спортивну тему та займаються її оформленням. Інша части дітей разом з вчителем музики обирають музичний супровід. Бібліотека також має своє завдання, вона формує виставку літератури на тему фізкультури та спорту.

Сценарій спортивного свята «Спортивні гімназисти» для учнів 4-х класів наведено у Додатку Б.

Задля того аби пропагандувати серед школярів здоровий спосіб життя, розвинути у них інтерес до спортивних занять – проводяться «дні здоров'я» За допомогою них в школярів відбувається підвищення активності, працездатності та зміцнюється здоров'я. Залучення школярів до занять різними видами спорту, обрання кращих спортсменів та заохочення їх до участі в різноманітних внутрішньо і позашкільних змаганнях є головним завданням кожного вчителя.

### **3.3. Дослідження мотивів учнів до занять фізичною культурою і спортом**

Існує багато різноманітних класифікацій мотивів що до занять фізичною культурою. Їх можна умовно поділяти на дві групи: загальні та конкретні. До загальних відноситься бажання школяра займатися фізичною культурою загалом, не конкретизуючи певний вид спорту, або вид діяльності; тобто чим займатись - йому байдуже. В свою чергу до конкретних відноситься бажання школяра займатись конкретним, або улюбленим видом спорту.



На прості та складні мотиви поділяються за складністю та ступенем усвідомлення. У простих мотивах головним чином проявляються певні матеріальні потреби. В свою чергу складні мотиви характерні для духовних потреб.

За ступенем стійкості та тривалості дії мотиви можуть бути стійкими, довгочасними, короткочасними, ситуативними. Стійкі мотиви постійно діють, довгочасні спонукають до діяльності по досягненні окремих цілей, короткочасні та ситуативні виникають і діють у певній ситуації.

Допомогти формуванню свідомого ставлення до уроків фізичної культури, підтримці потреб у руховій діяльності, зможуть знання факторів, які сприяють збільшенню задоволення, а також знання певних закономірностей виникнення почуття задоволення від занять спортом.

Основними мотивами діяльності можуть бути суспільний мотив та мотив досягнення. Суспільний мотив – це усвідомлення потреби в суспільно значущій діяльності. Його сутність полягає в усвідомленні школярів необхідності занять фізичними вправами для того, щоб досягти оздоровчого ефекту. Наступний мотив, мотив досягнення – він проявляється у потребі під час процесу занять фізичними вправами розвивати свої розумові, фізичні та інтелектуальні здібності, вміти застосовувати знання та навички.

Також за іншою класифікацією мотиви можна поділити на мотиви розвитку характеру та психічних якостей; матеріальних благ; фізичного вдосконалення; спілкування і пізнання; покращення самопочуття та здоров'я; потреба в похвалі; набуття корисних для життя вмінь, знань та навичок.

### **Висновки до 3 розділу**

У даному розділі було проведено дослідження взаємодії мотивації та сучасних навчальних форм проведення уроків. Можна зробити висновок, що мотивація дуже важлива у сучасному навчальному процесі та допомагає школярам досягти бажаних результатів. Кожен вчитель повинен зуміти викликати інтерес учнів та заохочити їх до навчального процесу.

## РОЗДІЛ 4

### АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

За допомогою маркетингових досліджень стосовно мотивації можна отримати відповіді практично на всі питання, що стосуються ринку або споживачів. Питання тільки в інтелектуальних зусиллях, часі, грошах і прийнятному рівні достовірності.

Завжди залишається ризик та певна невизначеність, тому жодне дослідження не може гарантувати результат на 100%. Допуски від 5-7% до 10-15% вважаються нормальними.

#### **4.1. Результати дослідження мотивації та рівня розвитку пізнавальних процесів в учнів**

Нами було проведено анкетування учнів, з метою дослідження розвитку пізнавальних інтересів, а також мотивації. Питання з варіантами відповідей (в дужках) наведено нижче.

1. Яке значення фізична культура має для всебічного розвитку особистості? (*знає / не знає*)
2. Як потрібно проводити загартовування повітрям? (*знає / не знає*)
3. Яких треба дотримуватись правил під час загартовування сонцем? (*знає / не знає*)
4. Яких правил треба дотримуватись під час загартовування водою (купання, обливання, душ, обтирання)? (*знає / не знає*)
5. Якими являються основні закономірності розвитку таких якостей як: витривалість, сила, швидкість? (*знає / не знає*)
6. Які прийоми самоконтролю у фізичній культурі використовують для контролю стану здоров'я та величини фізичних навантажень? (*знає / не знає*)
7. Які основні мотиви для занять фізичними вправами? (варіанти відповідей: *красива статура, здоров'я, розвиток витривалості, сили чи швидкості, уміння виконувати спортивні рухи*)

8. Назвіть фізичні вправи, яким ви найбільше віддаєте перевагу?  
(назвати приклад вправ)

9. Що на уроках фізичної культури вам подобається найбільше? (зміст проведення уроків, взаємини з учителем, рівень фізичного розвитку, умови проведення уроків, (загальна задоволеність)

10. Як ви відноситеся до фізичної культури? (регулярно займаюся, займаюся періодично з бажанням, не займаюся, але хотів, свій варіант)

11. Як часто ви пропускаєте уроки фізичної культури? (іноді, звільнений через хворобу, регулярно, намагаюся не пропускати, ніколи не пропускаю)

12. Назвіть причини, через які у вас виникає зниження інтересу до уроків фізичної культури? (великі фізичні навантаження, відсутність вправ, які подобаються, недостатні навантаження, відсутність музичного супроводу, нецікаво, спрямованість занять, недостатньо змагальних моментів)

За трьома рівнями оцінювались результати відповідей на 1-6 питання:

I рівень. Високий 5-6 правильних відповідей;

II рівень. Середній 3-4 правильних відповідей;

III рівень. Низький 0-2 правильних відповідей.

Відповіді з 7-го по 12-те, ми оцінювали за обраними варіантами із запропонованих у анкеті.

У дослідженні приймали участь 5-х та 6-х класів, Херсонської гімназії №3, у кількості 38 осіб (18 учнів – 5 класу, 20 учнів – 6 класу), а також учні 9-11 класів загальної кількості 70 осіб, 15 хлопців та 13 дівчат у 9-х класах, 22 учні – 10-х класів (11 хлопців та 11 дівчат), та 22 учні 11-х класів (12 хлопців та 10 дівчат). Анкетування здійснювалось два рази: перший раз визначали вихідний рівень пізнавальних інтересів, другий раз після того, як впровадили заходи з підвищення рівня пізнавальних інтересів. Дослідження проводилося протягом вересня 2020 року.

До заходів підвищення рівня мотивації та пізнавальних інтересів ми віднесли: цікаві розповіді про відомих спортсменів, спортивні рекорди, нелюдські можливості;

- 1) показ відеофільму «Фізична культура та спорт – це здоров'я»;
- 2) лекторій з теми «Роль фізичної культури у всебічному формуванні особистості»;
- 3) розв'язування тематичних кросвордів, проблемних ситуацій фізкультурно-спортивного характеру.
- 4) конкурс «Веселі старты»;
- 5) застосування ігрового методу та змагальний метод на уроках з фізичної культури; застосування під час виховних годин олімпійської тематики, фізкультурно-спортивні свята у рідній школі.

У таблиці 4.1, а також на рисунку 4.1., нами представлений рівень розвитку пізнавальних інтересів на різних етапах дослідження в учнів 5-6 класів (1-6 питання анкети)

Як видно з таблиці 4.1, на I етапі дослідження учні 5-6 класів мають рівномірний рівень розвитку пізнавальних інтересів. Здебільшого ми спостерігаємо середній рівень розвитку пізнавальних інтересів в учнів 5-6х класів (5 клас: 44,4%; 6 клас: 62,5%). Низький рівень розвитку пізнавальних інтересів має велика кількість учнів: у 5 класі 33,3%, в 6 класі 25%.

**Таблиця 4.1.**

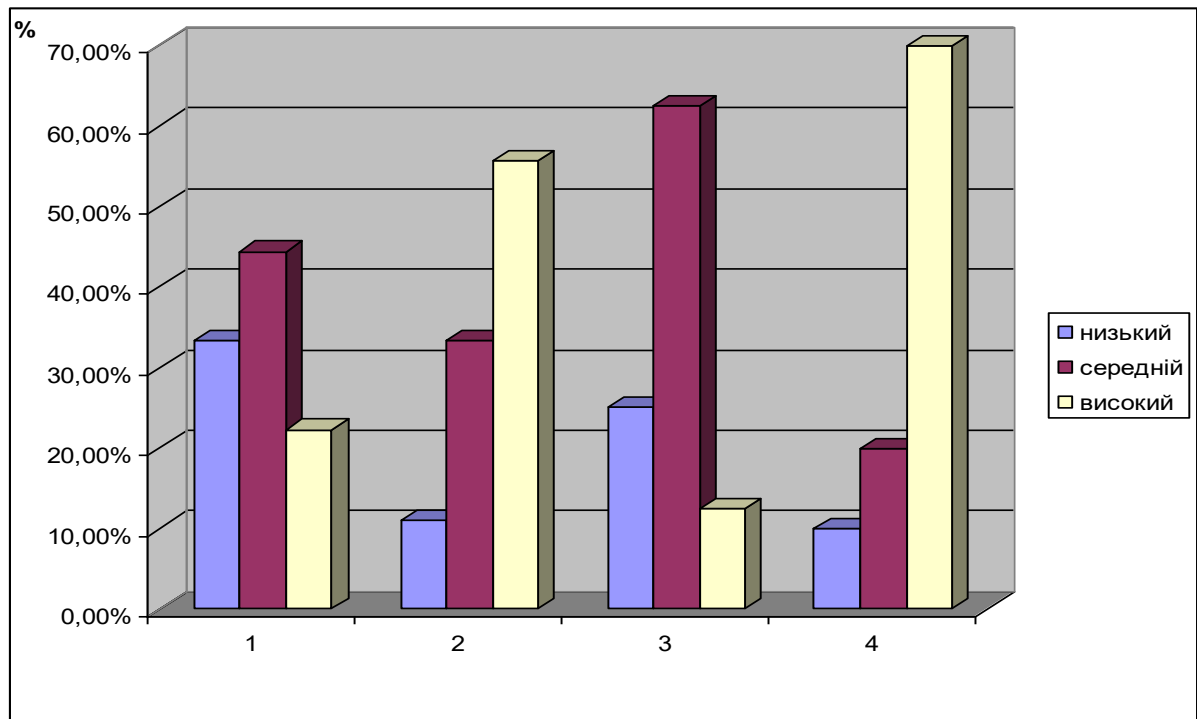
**Рівень розвитку пізнавальних інтересів учнів 5-6 класів**

Рівні	5 клас (18 учнів)		6 клас (20 учнів)	
	I етап	II етап	I етап	II етап
низький	33,3%	11,1%	25%	10%
середній	44,4%	33,3%	62,5%	20%
високий	22,3%	55,6%	12,5%	70%

Примітка: % від кількості учнів класу, що мають різний рівень пізнавальних інтересів

На першому етапі дослідження був характерний високий рівень: 5 клас 22,3%, 6 клас 12,5%.

Після того, як нами було проведено заходи для розвитку пізнавального інтересу, спостерігаються інші відсоткові співвідношення. Як в 5-у так і в 6-му класі збільшилась кількість учнів з високим рівнем розвитку пізнавальних інтересів: в 5 класі стало 55,6%, в 6 класі 70%). Окрім цього, зменшилась кількість відповідей, які б в свою чергу могли показувати низький рівень розвитку пізнавальних інтересів: у 5-му класі 11,1%, у 6-му 10%.



**ис. 4.1. Показники рівня розвитку пізнавальних інтересів учнів: 1 – 5 клас I етап; 2 – 5 клас II етап; 3 – 6 клас I етап; 4 -6 клас II етап**

Результати анкетування на 7 питань представлені у таблиці 4.2.

З даних наведених у таблиці 4.2. видно, що більшість учнів 5-го класу вважали, що фізична культура спрямована на збереження здоров'я, його зміцнення, на розвиток сили та швидкості, а на другому етапі учні обрали більш важливими факторами красиву статура, розвиток сили, збереження та зміцнення здоров'я.

Учні 6-го класу на першому етапі віддали перевагу таким відповідям: розвиток сили, збереження та зміцнення здоров'я, красива статура. Ще більше відповідей, що фізична культура спрямована на збереження та

зміцнення здоров'я (до 85%) стало на другому етапі, а також красива статура залишилась домінуючим фактором (55%) та розвиток сили (40%).

**Таблиця 4.2.**

**Показники відповідей на питання  
«На що спрямована фізична культура?»**

Варіанти відповідей	Кількість позитивних відповідей (% від загальної кількості)			
	5 клас		6 клас	
	I етап	II етап	I етап	II етап
Здоров'я	50,0	72,2	55,0	85,0
Красива статура	38,8	50,0	40,0	55,0
Уміння виконувати спортивні рухи	33,3	38,8	20,0	30,0
Сила	61,1	44,4	45,0	40,0
Витривалість	27,8	33,3	35,0	30,0
Швидкість	44,4	33,3	25,0	30,0
Спритність	33,3	27,8	30,0	25,0
Гнучкість	22,2	27,8	25,0	30,0

Примітка: учням пропонувалося обрати декілька варіантів відповіді.

Учні 5-го класу в своїй більшості віддають перевагу ігровим видам спорту (44,4%), розвитку витривалості (33,3%), єдиноборствам (33,3%), силовим вправам (33,3%), гімнастиці та розвитку швидкості (по 22,2%), танцям (22%).

Більша частина учнів 6-го класу так само як і учні 5-го класу, віддала перевагу ігровим видам спорту (55%), трохи менше (40%) – силовим вправам, єдиноборствам (35%), розвитку швидкості (25%) і найменше гімнастиці (20%).

У таблиці 4.3 та на рисунках 4.2-3.3 представлено результати анкетування на 9 питань.

З даних наведених у таблиці видно, що учням 5-6 класів на уроках фізичної культури найбільше подобаються відносини з вчителем. Так, учні 5-го класу відповіли у 77,8% випадків, а учні 6-го класу – у 75% випадках. Великий відсоток відповідей учнів 5-го і 6-го класів відобразив загальну

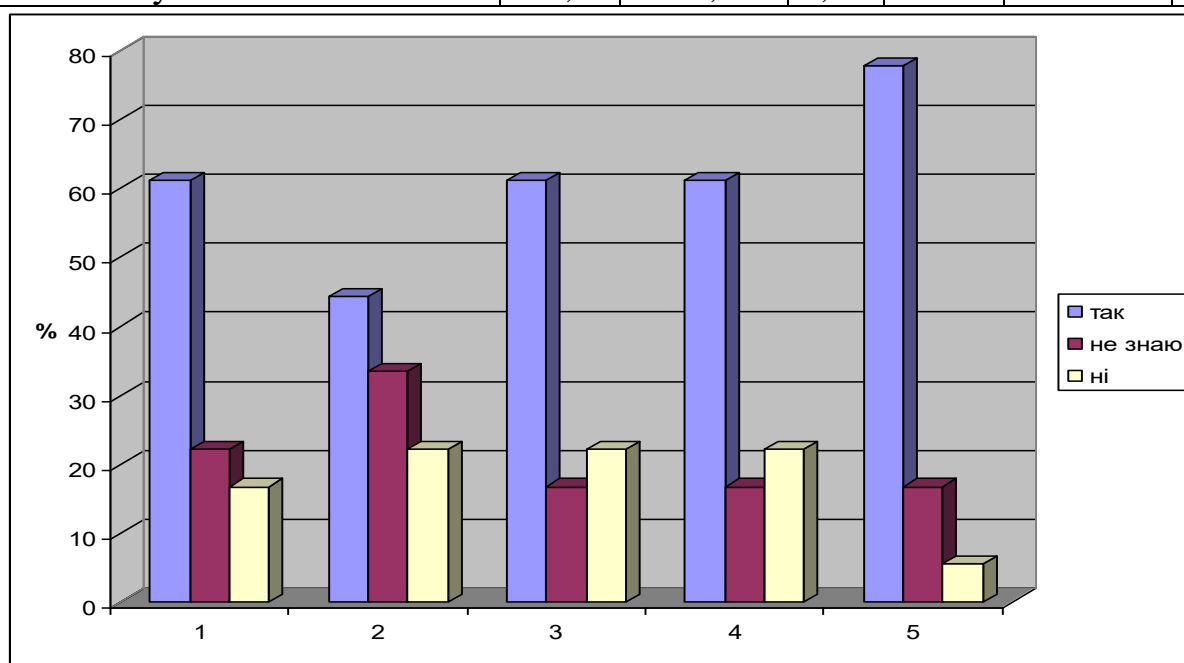
задоволеність від уроків фізичної культури (відповідно: 5-тий клас 61,1%, 6-тий клас – 65%); умовами проведення уроків фізичної культури (5 клас 61,1%, 6 клас 60%); та рівнем свого фізичного розвитку (у 5 класі 61,1%, в 6 класі 65%).

Із запропонованих варіантів відповідей, найменшу кількість стверджувальних відповідей ми отримали як варіант видів задоволення від уроків фізичної культури – зміст проведення уроків (Табл. 4.3.).

Таблиця 4.3.

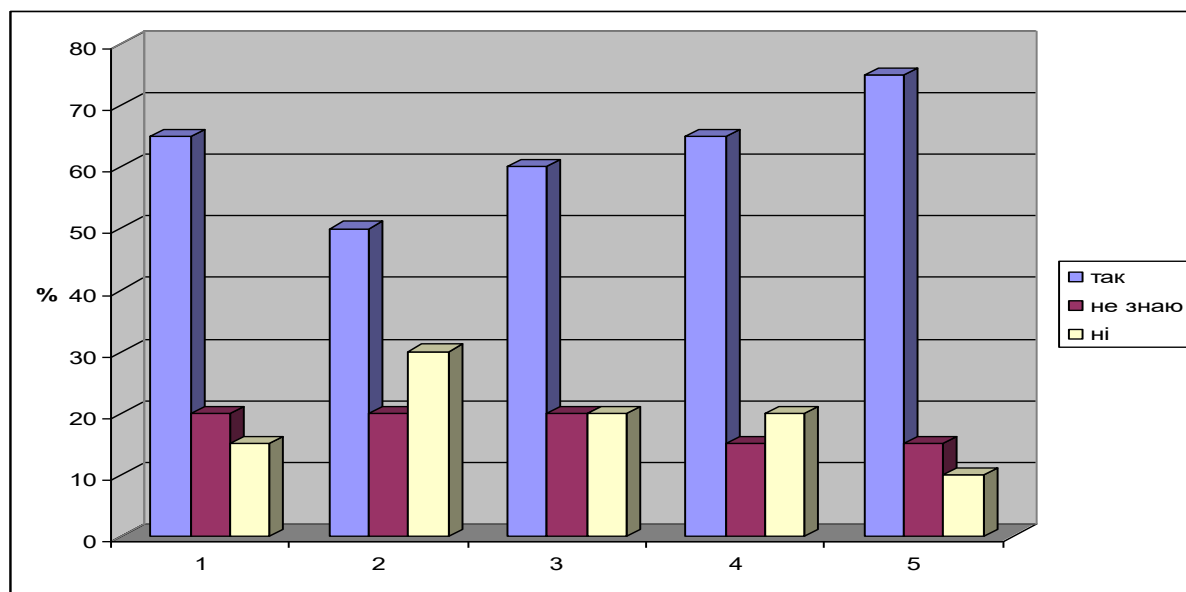
**Результати відповідей на питання анкети «Що найбільше подобається на уроках фізичної культури?», %**

Види задоволення	5 клас			6 клас		
	так	не знаю	ні	так	не знаю	ні
загальна задоволеність	61,1	22,2	16,7	65	20	15
зміст проведення уроків	44,4	33,4	22,2	50	20	30
умови проведення уроків	61,1	16,7	22,2	60	20	20
рівень фізичного розвитку	61,1	16,7	22,2	65	15	20
взаємини з учителем	77,8	16,7	5,5	75	15	10



**Рис. 4.2. Результати відповідей учнів 5 класу на питання анкети «Що найбільше подобається на уроках фізичної культури?»:**

1- загальна задоволеність; 2- зміст проведення уроків; 3- умови проведення уроків; 4 – рівень фізичного розвитку; 5- взаємини з вчителем



**ис. 4.3. Результати відповідей учнів 6 класу на питання анкети «Що найбільше подобається на уроках фізичної культури?»: 1- загальна задоволеність; 2- зміст проведення уроків; 3- умови проведення уроків; 4 – рівень фізичного розвитку; 5- взаємини з вчителем**

Наступне питання в анкеті стосувалося «Вашого ставлення до фізичної культури», де серед варіантів відповідей можна було обрати: регулярно займаюся, займаюся періодично з бажанням, взагалі не займаюся, але хотів та інше. Результати даного анкетування представлені у таблиці 4.4.

**Таблиця 4.4.**

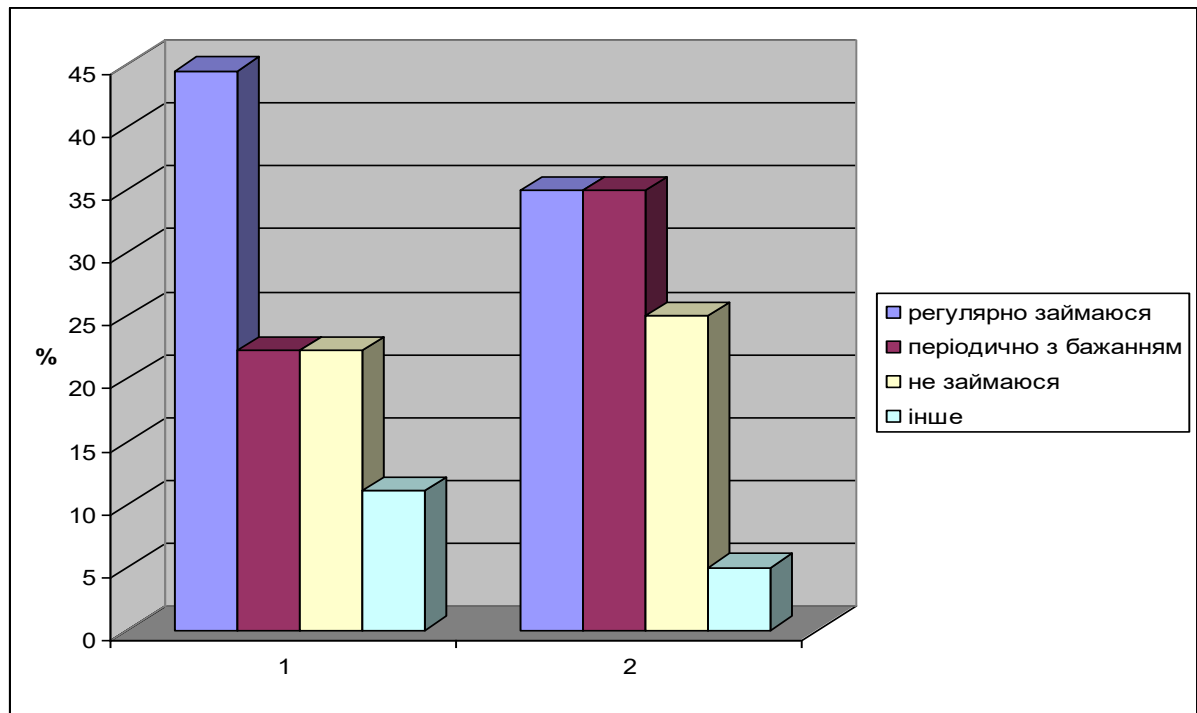
**Результати відповідей на питання анкети «Ваше ставлення до фізичної культури?, %»**

Клас	Регулярно займаюся	Займаюся періодично з бажанням	Не займаюся, але хотів	Інше
5 клас	44,5	22,2	22,2	11,1
6 клас	35,0	35,0	25,0	5,0

В своїй більшості учні 5-го класу відповіли, що вони регулярно займаються фізичною культурою (44,5%), 22% відповідей стосувались періодичних занять фізичною культурою, а також 22% становили відповіді



які відображали, що у дітей є бажання займатись. Тільки два учні, а це 11%, вказали, що їм не вистачає часу на заняття фізичною культурою.



**ис. 4.4. Результати відповідей на питання анкети «Ваше ставлення до фізичної культури?: 1 – 5 клас; 2 – 6 клас**

Ситуація в 6-му класі на це питання мала такий вигляд: 35% учнів відповіли, що регулярно займаються фізичною культурою, також 35%, що займаються періодично, але з бажанням, 25% учнів не займаються фізичною культурою, і одному учню на це не вистачає часу (таблиця 4.4., рисунок 4.4.).

Окремо було винесено дані дівчат та хлопців 5-6 класів при аналізуванні відповідей на 11 та 12 питання, аналіз проводився з урахуванням статі учнів.

Завдяки питанню «Скільки на рік пропускаєш уроки фізичної культури», ми з'ясували зацікавлення учнів до уроку фізичної культури. Результати відповідей наведено у таблиці 4.5. Ми з'ясували, що 38,9% хлопців і 30% дівчат ніколи не пропускають уроки. Скоріше за все, такий відсоток відвідування уроків фізичної культури пов'язаний з їхнім зацікавленням, а також із ставленням до предмета. 33,3% хлопців та 35% дівчат відповіли «намагаюся не пропускати» - це може свідчити про те, що

поодинокі пропуски уроків були пов'язані із хворобою, або іншими важливими причинами. Разом із попередніми відповідями, можна прийти до висновку, що у дітей досить стійкий інтерес до уроків фізичної культури, таких учнів 72% серед хлопців, та 65% дівчат. Регулярність відвідувань та низький відсоток пропусків уроків фізичної культури, пов'язана із стійким та високим інтересом учнів до уроків фізичної культури, з виконанням покладених на них обов'язків по відвідуваності, а також для того, щоб уникнути осуду дорослих, тощо.

Серед опитуваних, загалом 25% дівчат («Іноді») прагнуть пропускати уроки фізичної культури, з них 22,2% складають п'ятикласниці та 27,3% шестикласниці, а також серед 5-6 класів хлопці дали таку саму відповідь у 16,7%, з яких 22,2 % серед п'ятикласників та 11,1% серед шестикласників. Відповідь «пропускаю уроки фізичної культури регулярно» означала повне незадоволення уроками фізичної культури. Таку відповідь дала лише одна учениця 6-го класу, що в загальному вигляді склало 9% серед шестикласниць, або 2,6% від усієї вибірки обстежуваних.

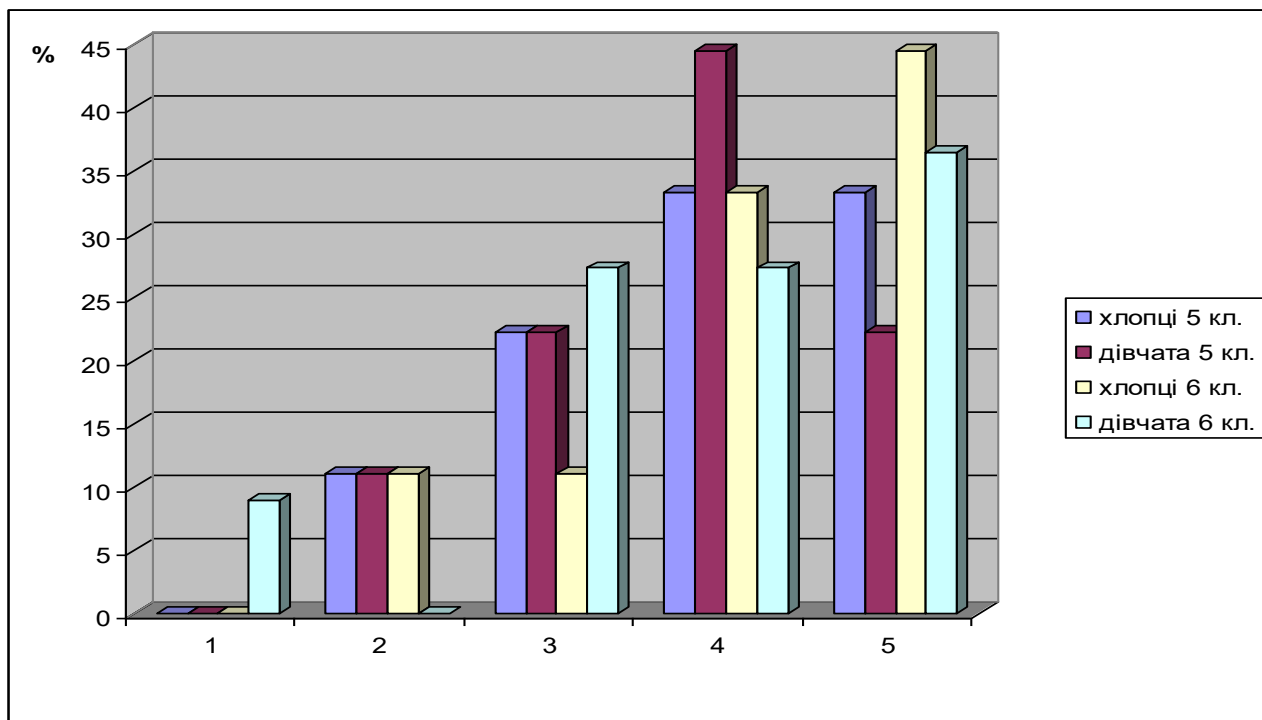
Таблиця 4.5.

#### Частота пропусків уроків з фізичної культури учнями 5-6 класів

Варіанти відповідей		Клас			
		П'ятий (n=18)		Шостий (n=20)	
		Хл. (n=9)	Дів. (n=9)	Хл. (n=9)	Дів.(n=11)
Регулярно	n	-	-	-	1
	%	-	-	-	9,0
Звільнений через хворобу	n	1	1	1	-
	%	11,1	11,1	11,1	-
Іноді	n	2	2	1	3
	%	22,2	22,2	11,1	27,3
Намагаюся не пропускати	n	3	4	3	3
	%	33,3	44,4	33,3	27,3
Не пропускаю ніколи	n	3	2	4	4
	%	33,3	22,2	44,4	36,4

Привертає увагу кількість звільнених від уроків фізичної культури через хворобу. З 18 хлопців – 11,1% і з 20 дівчат – 5,0% (Табл. 3.5., Рис. 3.5.).

За результатами опитування можна стверджувати, що більше 27% учнів 5-6 класів не мають стійкого інтересу до уроків фізичної культури.



**Рис. 4.5. Варіанти відповідей на питання анкети «Частота пропусків уроків фізичної культури учнями**

Примітка: 1 – Регулярно; 2 – Звільнений через хворобу; 3 – Іноді; 4 – Намагаюся не пропускати; 5 – Не пропускаю ніколи

Що не подобається та не влаштовує учнів на уроках фізичної культури? Результати відповідей на це питання представлені у таблиці 4.6.

Багато зауважень стосувались методики проведення занять, забезпечення та самої організації процесу. Серед дівчат 15% , а це 11,1% в 5 класі та 18,2% в 6 класі, вказали на те, що їх не влаштовують на уроці великі фізичні навантаження.

Очікувано, що хлопців великі навантаження турбують менше ніж дівчат, по 11,1% у 5-му, та 6-му класах. Відсутність вправ які подобаються учням – це одна із найважливіших причин, через що знижується інтерес до уроків фізичної культури. В 5-му класі 33,3% хлопців дали таку відповідь, та

22,2% дівчат. В 6-му класі 33,3% хлопців та 27,2% дівчат (Табл. 4.6., Рис. 4.6).

Таблиця 4.6.

**Причини, що визначають зниження інтересу до уроків фізичної культури учнів 5-6 класів**

Варіанти відповідей		Клас			
		П'ятий (n=18)		Шостий (n=20)	
		Хл. (n=9)	Дів. (n=9)	Хл. (n=9)	Дів.(n=11)
Великі фізичні навантаження	n	1	1	1	2
	%	11,1	11,1	11,1	18,2
Недостатні навантаження	n	1	-	-	-
	%	11,1	-	-	-
Відсутність вправ, які подобаються	n	3	2	3	3
	%	33,3	22,2	33,3	27,2
Спрямованість занять	n	-	-	1	-
	%	-	-	11,1	-
Нецікаво	n	1	2	1	2
	%	11,1	22,2	11,1	18,2
Недостатньо змагальних моментів	n	2	2	3	2
	%	22,2	22,2	33,3	18,2
Відсутність музичного супроводу	n	1	2	-	2
	%	11,1	22,2	-	18,2

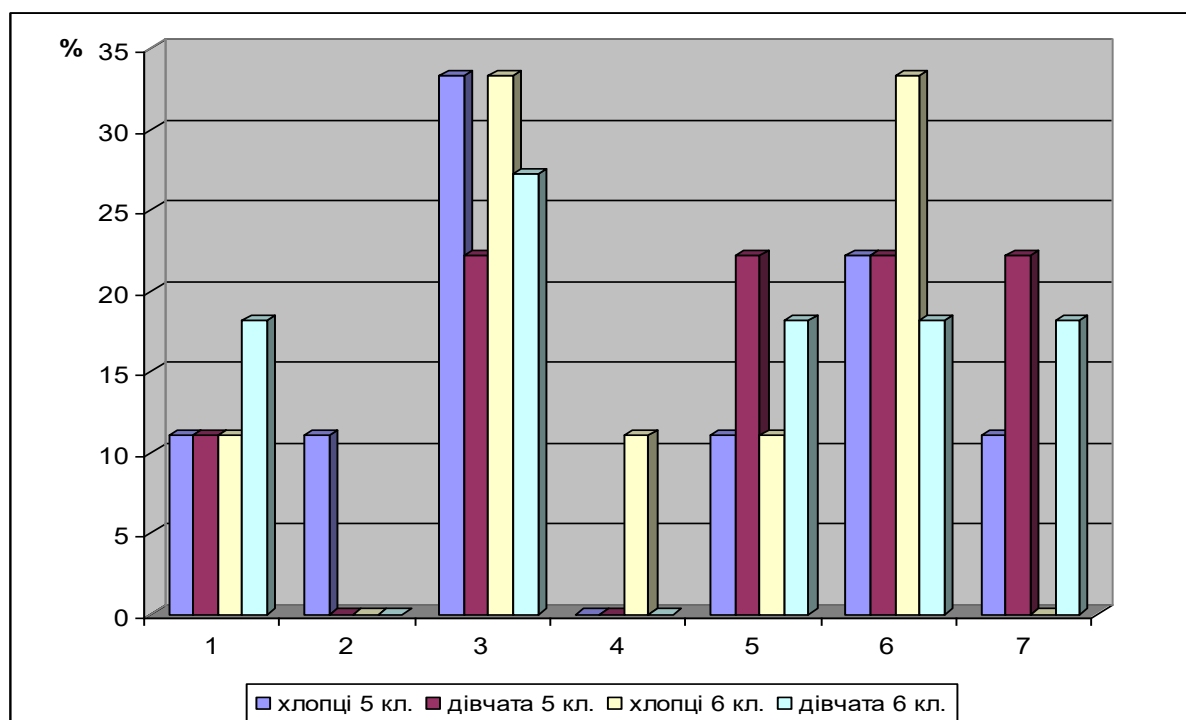
Лише один учень, хлопець 5-го класу, вважає, що навантаження на уроках фізичної культури занижені, що становить 11,1% від всіх хлопців 5-го класу, або 2,6% від всієї вибірки.

Також, один хлопець з 6-го класу вважає, що на уроках фізичної культури немає певної спрямованості.

Через недостатню кількість змагальних вправ на уроках фізичної культури, у дітей також може знижуватись інтерес до занять фізичними вправами. З опитування хлопців 5-6 класі 22,2% та 33,3% відповідно вважають, що змагальних інтересів, уроки фізичної культури, в собі не

несуть. Серед дівчат ми отримали 22,2% в 5 класі, та 18,2% в 6 класі (Табл. 3.6., Рис. 3.6.).

В обох класах по 11,1% хлопців вважають уроки фізичної культури взагалі нецікавими, а також 20% дівчат (22,2% в 5 класі та 18,2% в 6 класі). Така ж кількість дівчат вважає, що краще проводити уроки фізичної культури під музичний супровід, але хлопці в обох класах дали таку відповідь лише у 5,55% (один учень 5-го класу) (Табл. 4.6., Рис. 4.6.).



**Рис. 4.6. Варіанти відповідей на питання анкети «Причини, що визначають зниження інтересу до уроків фізичної культури»**

**Примітка:** 1 - Великі фізичні навантаження; 2 - Недостатні навантаження; 3 - Відсутність вправ, які подобаються; 4 - Спрямованість занять; 5 – Нецікаво; 6 - Недостатньо змагальних моментів; 7- Відсутність музичного супроводу

Ми з'ясували, що майже всі учні свідомо та з відповідальністю ставляться до уроків фізичної культури і можуть конкретно зазначити їх недоліки. Незадоволеність постановкою навчального процесу під час уроків з

фізичного виховання - призводить до нерегулярного відвідування уроків та зниження мотивації у школярів.

Зауваження які висловили школярі, дозволяють зробити такі висновки:

- недостатньо реалізований диференційований підхід на уроках фізичної культури, через що створюються неадекватні фізичні навантаження (13,1%);

- потреба перегляду навчальної програми та збільшення кількості годин через не врахування інтересів учнів. (26,3%);

- під час уроку, особливо в його першій частині, учні вважають за необхідне використовувати музичний супровід, для того, щоб заняття фізичними вправами стали більш веселими, емоційними та цікавими, як для хлопчиків, так і для дівчаток (13,1%);

- використання методу змагань на уроках фізичної культури (23,7%).

Обов'язково потрібно встановити спонукання якими будуть керуватись учні у своїх бажаннях та вчинках задля того аби з'ясувати мотивацію дітей у сфері фізичного виховання та визначити необхідні шляхи для її формування. Мотиваційна сфера завжди складається з ряду спонукань: Ціннісні орієнтації, мотиви, потреби, цілей та інтереси – все ці спонукання і складають мотиваційну сферу. Знання, за допомогою яких вчитель та батьки зможуть впливати на мотивацію учнів – це перелічені вище спонукання. Всі вони виконують абсолютно різні ролі та значення у загальній картині мотивації.

Вивчення чинників, які впливають на формування мотивації школярів до занять фізичною культурою і спортом, і причин, які перешкоджають реалізації бажання систематично займатися фізичними вправами, дозволяє визначити їх структуру представленого у таблиці 4.7.

Респондентам можна було обрати декілька варіантів відповідей.

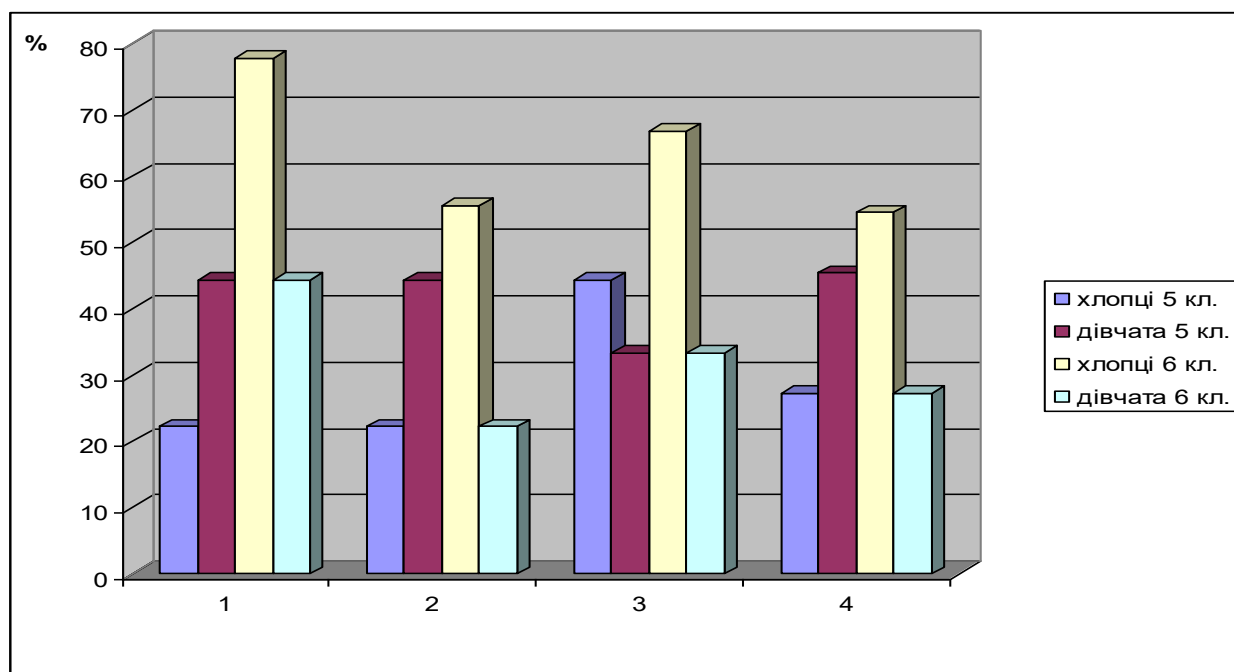
На першому місці опинився вплив телебачення, інтернет-повідомлення чи статті у журналах: серед хлопців 5-го класу таку відповідь дали 77,8% опитуваних респондентів, в 6-му класі 66,7%, серед дівчат у 5-му класі 55,5% та 54,5% у 6-му класі (Табл. 4.7., Рис. 4.7.).

На превеликий жаль, для учнів сімейне виховання не є домінуючим фактором. Так у хлопців та дівчат з 5-го класу, таких відповідей виявилось по 44,4%, в 6-му класі інакше, хлопці – 33,3%, а дівчата – 45,4%.

Таблиця 4.7.

**Чинники, які впливають на формування мотивації учнів 5-6 класів до занять фізичною культурою та спортом**

Варіанти відповідей		Клас			
		П'ятий (n=18)		Шостий (n=20)	
		Хл. (n=9)	Дів. (n=9)	Хл. (n=9)	Дів.(n=11)
Вплив вчителя фізичної культури	n	2	2	4	3
	%	22,2	22,2	44,4	27,3
Сімейне виховання	n	4	4	3	5
	%	44,4	44,4	33,3	45,4
Телебачення, журнали Інтернет-ресурси	n	7	5	6	6
	%	77,8	55,5	66,7	54,5
Поради друзів	n	4	2	3	3
	%	44,4	22,2	33,3	27,3



**Рис. 4.7. Варіанти відповідей на питання анкети «Чинники, які впливають на формування мотивації учнів до занять фізичною культурою та спортом»**

Примітка: 1 - Вплив вчителя фізичної культури; 2 - Сімейне виховання; 3 - Телебачення, журнали Інтернет-ресурси; 4 - Поради друзів

У віковий період 10-12 років, а це саме учні 5-6 класів, значний вплив має мікросередовище – поради друзів, зокрема серед учнів 5-го класу 22,2%-44,4%, та 27,3-33,35% - серед учнів 6-го класу.

Досить малий відсоток учнів вважає, що на формування їхнього інтересу до фізичної культури і спорту впливає вчитель фізичної культури. Ось результати: серед учнів 5-го класу – 22,2%, серед учнів 6-го класу – 27,3%-44,4% (Табл. 4.7., Рис. 4.7.)

Отже, у роботі на основі багатого фактологічного матеріалу щодо природи мотивації було здійснене теоретичне обґрунтування методики та методів дослідження, анкетування та розглянуто простий та комплексний аналізи.

Дослідження забезпечило можливість сформулювати висновки відповідно до визначених завдань.





## ВИСНОВКИ

У роботі на основі багатого фактологічного матеріалу щодо природи трансформації мотивації як явища соціальної корекції школярів, було здійснене теоретичне обґрунтування понять мотивації та пізнавального інтересу, розглянуто прийоми створення, розвитку та підвищення мотивації учнів. Для вирішення проблеми зміни мотивації використовувалися порівняльно-історичний, системний, термінологічний та біографічний наукові методи.

Дослідження забезпечило можливість сформулювати висновки відповідно до визначених завдань.

1. Проаналізовано термінологічний апарат роботи. У процесі аналізу комплексу архівних джерел, наукових праць і матеріалів з досвіду роботи митців досліджуваного періоду з'ясовано, що особистість та мотивація учня досліджується не лише з позиції його життя, а й з позиції взаємодії з суспільством.

2. Обґрунтовано теорію та історію мотивації, її функції, статус та прийоми, а також роль мотивації в різноманітних сферах людського життя.

3. Розглянуто засоби активізації пізнавального процесу на заняттях фізичної культури. Щоб активізувати пізнавальну діяльність учнів було намічено: підвищити рівень знань з фізичної культури в школярів та допомогти розвинути у них свідоме відношення до освоєння рухових дій.

4. Проведено дослідження мотивів занять фізичною культурою і спортом учнів старших класів.

5. Проаналізовано та узагальнено аналізи результатів дослідження роботи. З'ясовано, що школярі в основному свідомо ставляться до уроків фізичної культури і може абсолютно конкретно зазначити їх недоліки. Ця незадоволеність постановкою процесу фізичного виховання у школі та призводить до нерегулярного відвідування уроків фізичної культури і до їх зниження мотивації до занять в час.

Здійснене дослідження дало змогу виокремити й конкретизувати напрями подальших наукових і практичних пошуків у сенсі сучасних запитів фізичної культури загалом. Було досягнуто мети та охарактеризовано особливості взаємозв'язку мотивації та розвитку фізичного виховання у школярів як невід'ємної складової педагогічного процесу.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамян А. Массовые гимнастические выступления. *Физкультура и спорт*. 1966.
2. Аросьев Д.А. Как увлечь физической культурой (школьников). *Физическая культура в школе*. 1987. №4. С.6 - 10.
3. Бартенєва І.О. Професійна діяльність учителя у вихованні емоційно-позитивного ставлення підлітків до навчання. Автореф. Дис. канд. пед. наук. Одеса, 2000. 18 с.
4. 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.
5. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М.: Прогресс, 1986.
6. Бех І.Д. Формування пізнавальних інтересів молодших школярів. *Особистісно-орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади: Наук.видання*. К.: Либідь, 2003. 346 с.
7. Блонский П. П. Избранные педагогические и психологические сочинения в 2-х томах. М.: Педагогика, 1979. С. 61-64.
8. Богданов Г. П. Спортивные классы в школах Венгерской Народной Республики. *Физическая культура в школе*. 1982. № 6. С. 62-63.
9. Богомоллов А.П. Психологическая подготовка гимнастов. М.: ФиС, 1974.
10. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. Питер, 2008. 17 с.
11. Болобан В., Коркин В. Школа семейной акробатики. К.: Молодь, 1991.
12. Борисик В. Формування фізичних якостей учнів. *Здоров'я та фізична культура*. 2006. № 13 – 14. С.18-22.

13. Булатова М. Здоров'я та фізична підготовленість населення України. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2004. № 1. С. 3–9.
14. Ващенко Г. Тіло виховання як засіб виховання волі і характеру. Львів : Українські технології, 2001. 56 с.
15. Виготський Л.С. Проблема культурного розвитку дитини. М.: Сене, 2005. 35 с.
16. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. Суми : Універсальна книга, 2004. 428 с.
17. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Л. : ВНТЛ, 1998. 336 с.
18. Гусев В. Основи формування інтересу до уроків фізичної культури. 2002. № 15. С.13 - 14.
19. Дидро Д. Систематическое сопровержение книги Гельвеция «Человек». Хрестоматия по истории зарубежной педагогики. М.: Просвещение, 1971. С. 271-281.
20. Дистервег А. Руководство к образованию неметких учителей. Избранные пед. сочинения. М.: Просвещение, 1956. 371 с.
21. Дмитренко Т. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку : посіб. для дошкільн. відділення пед. ін-тів та учнів дошкільн. відділень пед. училищ. К.: Вища школа, 1979. 242 с.
22. Дубогай О. Моніторинг оздоровчо-виховного процесу у молодших школярів. Тези допов. 4 Міжнар. наук. конф. «Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації і спортивної медицини та реабілітації». К., 2000. 365 с.
23. Дубровина И.В. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы. Екатеринбург, 2000. 176 с.
24. Духнович О.В. Твори. Ужгород : Карпати, 1993. 256 с.
25. Дьяченко М. И. Психологические проблемы готовности к деятельности. Минск : Изд-во БГУ, 1976. 176 с.

26. Жарова Л.Б. Организационные основы физкультурно-оздоровительной работы в системе физического воспитания в Японии. М.: ФиС, 1985. 26 с.
27. Зюкова Г. І. Фізкультурно-оздоровча робота в початковій школі. Х.: Ранок, 2009. 157 с.
28. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2000. 546 с.
29. Іванченко О. О. Формування спортивної мотивації як психолого-педагогічна проблема. Херсон, 2020.
30. Кандибович Л.А., Д'яченко М.І. Психологічні проблеми готовності до діяльності. Мінськ, 1976. 18 с.
31. Кон І.С. Психологія ранньої юності. М.: Просвітництво, 1989. 88 с.
32. Кондратьева М. Что там за фейерверком праздника? *Физическая культура в школе*. 1984. № 6. С. 62-64.
33. Корф Н.А. Русская начальная школа. *Хрестоматия по истории педагогики : пособие для педагогических училищ*. М., 1961. С. 408-423.
34. Леоньев А. Н. О формировании способностей. Вопросы психологии. 1960. № 1. С. 7—17.
35. Лисяк В.М. Формування інтересу до занять фізичною культурою та спортом у школярів 6-11 х класів. Харків, 2006. 18 с.
36. Маслоу А. Теория человеческой мотивации. *Мотивация и личность*. К.: Psylib, 2004.
37. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания :учебн. для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1976. Т. 2. 256 с.
38. Мейксон Г.Б. Методика физического воспитания школьников. М.: Просвещение, 1989. 143 с.
39. Минаев Б.Н. Основы методики физического воспитания школьников. М.: Физкультура и спорт, 1989. 248 с.
40. Морозова Н. Г. Формирование познавательных интересов у детей. М.: Просвещение, 1969.

41. Мофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1998. 496 с.
42. Обозна О.М. Розвиток фізичної культури і спорту як важливий напрям державної політики України щодо забезпечення здоров'я громадян. К., 2014.
43. Пантюк Т. Теоретичні засади фізичного виховання дошкільників (історичний аспект). Львів, 2011. 172 с.
44. Пастушкова М. А. Формирование познавательных интересов при организации учебной деятельности младших школьников. М.: Просвещение, 1986.
45. Песталоцци И.Г. Памятная записка парижским друзьям о сущности и цели метода. Хрестоматия по истории зарубежной педагогики. М., 1971. 330 с.
46. Приступа Є.Н. Життєвий шлях та науково-педагогічна діяльність. Львів, 2016. 97 с.
47. Про фізичну культуру і спорт [Електронний ресурс] : Закон України. – Режим доступу : <http://zakon1.rada.gov.ua>
48. Подлас И. П. Педагогика: 100 вопросов – 100 ответов: учебное пособие для вузов. М.: ВЛАДОС – пресс, 2004. 111 с.
49. Размыслов П. О «Культурно-исторической теории» психологии Выготского и Лурия. *Книга и пролетарская революция*. 1934. № 4. С. 78—86.
50. Рубинштейн. С. Л. Очерки, воспоминания, материалы. М., 1989.
51. Русова С. Вибрані педагогічні твори. К.: Освіта, 1996. 304 с.
52. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання. Харків: «ОВС» 2007. 234 с.
53. Сковорода Г.С. Повне зібрання творів. К.: Наукова думка, 1972. 532 с.
54. Станік С. Українська родина: проблеми і реалії: до міжнародного дня сім'ї. Урядовий кур'єр. 1997. 5 с.

55. Степанский В.И. Влияние мотивации достижения успеха и избегания неудачи на регуляцию деятельности. Москва, 1981. С. 59-75
56. Теория и методика физического воспитания. М., 1988. 284 с.
57. Турка Р. Спортивно-масові заходи в системі спорт для всіх як засіб залучення населення до систематичних занять руховою активністю. Наук. часоп. нац. пед. ун-ту ім. М.П. Драгоманова. К., 2013. Вип. 7. С. 322–328.
58. Узнадзе Д. Н. Большая советская энциклопедия. М.: Советская энциклопедия, 1969—1978.
59. Федюшина Т. А., Осіпова З. С, Лященко Л. В. Україна спортивна 2008–2010 роки. Інформаційний довідник. К.: М-во України у справах сім'ї, молоді та спорту, 2011. 400 с.
60. Уманець Н. Д. Україна спортивна 2011–2012 роки. Інформаційний довідник. К.: Держ. служба молоді та спорту України, 2013. 227 с.
61. ФІЗКУЛЬТУРА. Навчальна програма для 1-4-х класів ЗНЗ Режим доступу: [Електронний ресурс]. <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>
62. Франко П. Фізичне виховання в народних школах 1го ступеня. Київ.
63. Хавруняк І.В. Особливості навчально-тренувального процесу підготовки волейболістів у вищих навчальних закладах. Молодий вчений. 2015. №2. С. 515-518.
64. Щукина Г.И. Активизация познавательной деятельности. М.: Педагогика, 1979. 257 с.



## Додаток А

### Розвиток фізичного виховання від зародження до сьогодення

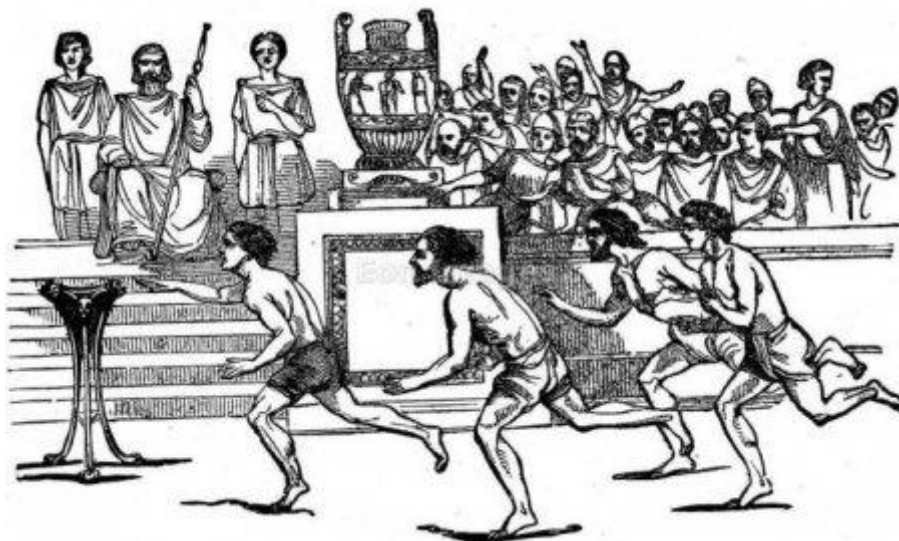


Рис.А.1. Олімпійські ігри

## Додаток Б

### Сценарій спортивного свята «Спортивні гімназисти» для учнів 4-х класів.

**Тема:** «Сприяння залученню школярів до систематичних занять фізичними вправами у позашкільному житті, виховувати сміливість, силу волі, витривалість, формувати основи здорового способу життя»

**Мета:** 1. Розвивати рухові якості під час проведення естафет.

2. Формувати стійкий інтерес до фізичної культури, використовуючи позитивний емоційний стан.

3. Виховувати любов і патріотизм до рідного краю.

**Спортивний інвентар:** баскетбольні м'ячі, тенісні м'ячі, гімнастичні кола, кубики, скакалки, лінійка для стрибків у довжину.

**Місце проведення:** спортивний майданчик, стадіон. Вболівальники тримають у руках плакати із написами привітання та підтримки учасників змагань.

Під звуки спортивного маршу та оплески вболівальників команди виходять на стадіон та шикуються. Вчитель фізичного виховання оголошує відкриття спортивного свята.

До слова запрошується директор школи, який вітає учнів і дозволяє відкрити свято.

### Програма свята

В змагання приймають участь 4 команди по 10 чоловік (5 хлопців та 5 дівчат). Проведення конкурсу, оцінення заявок. Капітани команд говорять чітко назву та девіз команди.

1. Змагання «Естафета». Кожен гравець команди оббігає кубики встановлені на відстані 7м від лінії старту і передає естафету наступному учаснику. Перемагає та команда, гравці якої першими подолають відстань.

2. Змагання «Влучити в ціль». Кожен учасник кидає баскетбольний м'яч в обруч, який тримають учні на відстані 5 м від команди. Перемагає та команда, у якої більше попадань у кільце.

3. Конкурс «Найрозумніший». Капітани команд одночасно відповідають на 6 спортивних запитань вчителя:

- 1) Скільки гравців у футболі?
- 2) Скільки гравців у баскетболі?
- 3) Скільки гравців у волейболі?
- 4) Назвати 2 зимові олімпійські види спорту.
- 5) Назвати 2 літні олімпійські види спорту.
- 6) Назвати найпоширеніші види спорту в школі.



4. Змагання «Як козаки гарбузи котили» - упору присівши, учень котить баскетбольний м'яч навколо кубика по прямій лінії на відстані 12м. і повертається в свою команду передаючи естафету наступному учаснику.



5. Змагання «Перенесення вантажу». За сигналом вчителя, кожен гравець команди повинен пронести тенісні м'ячі на ракетці до кубика і назад, не загубивши його. Перемагає та команда, яка швидше виконає вправу.

6. Конкурс малюнка на спортивну тематику. Беруть участь від кожної команди 1 хлопчик і 1 дівчинка. Хлопчик малює футболіста, а дівчинка гімнастку (на цей конкурс надається 3 хв.). Команду-переможця обирає вчитель малювання.

7. Змагання «Естафетний біг боком». Беруть участь по два учасника від команди. Перемагає та команда, яка швидше закінчить вправу.

8. Змагання «Стрибки у довжину з місця». Беруть участь усі учасники. Перемагає та команда, учні якої в сумі одержать найбільшу кількість сантиметрів.





9. Змагання «Гуськи» - виконують хлопчики (ходьба в присіді) до кубика , назад повертаються в бігу: Виграє команда, яка швидше виконає вправу.

10. Змагання «Стрибки зі скакалкою». Стрибки виконують по одній дівчинці з кожної команди. Перемагає та, яка виконає найбільше стрибків без зупинки за 1хв.

Підсумки змагань підбиває вчитель фізичної культури. Грамотами нагороджує директор школи.

