

# ВПЛИВ СУЧАСНОЇ СИСТЕМИ ШКІЛЬНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ ОСОБИСТІСНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Булгаков О.

Харківська державна академія фізичної культури

**Анотація.** *Результати проведеного дослідження показали, що незважаючи на те, що переважна більшість учнів позитивно ставляться до уроків фізичної культури, велика частина з них часто пропускають уроки без поважних причин. Встановлено, що основними причинами, через які учні не відвідують уроки фізичної куль-*

© Булгаков О., 2012



тури, є «через хворобу» та «через те, що не цікаво»; що переважна більшість учнів хотіли б, щоб в їхній школі проводились різноманітні фізкультурно-оздоровчі заходи, і вони готові приймати активну участь в організації та проведенні цих заходів. Незважаючи на це, учнів не залучають до цього процесу.

**Ключові слова:** фізкультурні хвилинки, мотивація, потреба, здоров'я, соціологічне дослідження, методи, підходи.

**Анотація.** Булгаков А. Влияние современной системы школьного физического воспитания на формирование у учеников личностной физической культуры. Результаты проведенного исследования показали, что, невзирая на то, что большинство учеников положительно относятся к урокам физической культуры, большая часть из них часто пропускают уроки без уважительных причин. Установлено, что основными причинами, по которым ученики пропускают уроки физической культуры, являются – «из-за болезни» и «из-за того, что не интересно»; что большинство учеников хотели бы, чтобы в их школе проводились разнообразные физкультурно-оздоровительные мероприятия, и они готовы принимать активное участие в организации и проведении этих мероприятий. Несмотря на это, учеников не привлекают к этому процессу.

**Ключевые слова:** физкультурные минутки, мотивация, потребность, здоровье, социологическое исследование, методы, подходы.

**Abstract.** Bulgakov A. Influence of the modern system of school physical education on forming for the students of personality physical culture. The results of the conducted research rotined that without regard to that swingeing majority of students positively behave to the lessons of physical culture, greater part from them often skip lessons without good reasons. It is set that by principal reasons through what students skip the lessons of physical culture am through illness and because not interestingly. The analysis of materials of the conducted research testifies also to that most students would like, that at their school various athletic-health measures were conducted and they are ready to accept active voice in organization and leadthrough of these measures. In spite of it, students are not brought over to this process.

**Key words:** athletic minutes, motivation, necessity, health, sociological research, methods, approaches.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема розвитку та виховання особистості належить до найактуальніших соціальних аспектів суспільного життя, від вирішення якої багато в чому залежить соціальний, політичний та економічний розвиток суспільства.

Важливу роль у забезпеченні середовища для гармонійного розвитку особистості відіграє фізична культура. Сьогодні, на думку Л. Лубишевої [7], не можливо знайти жодної сфери людської діяльності, не пов'язаної з фізичною культурою, оскільки фізична культура є загально визнаною духовною цінністю суспільства в цілому і кожної людини зокрема. Не випадково за останні роки провідними вітчизняними та іноземними науковцями [3; 7, 9, 12, 13] все частіше говориться про фізичну культуру не лише як про самостійний соціальний феномен, але і як про стійку якість особистості.

Аналіз досліджень сучасних учених [1; 4, 5; 11] свідчать про те, що в основі особистісної фізичної культури лежать потреби у веденні здорового способу життя та в систематичному використанні фізичних вправ з метою підтримки в нормі свого фізичного стану. Формування таких потреб в учнів загальноосвітніх шкіл можливо лише через їх залучення до фізкультурно-оздоровчої діяльності, про що свідчать результати досліджень ряду науковців [6; 8; 10; 13]. Виходячи із основних положень теорії діяльності, розробленої провідними психологами та педагогами [2; 8], необхідно відмітити, що виховний ефект будь-якої діяльності залежить у першу чергу від активної та свідомої участі людини в цій діяльності, у результаті чого і формується особистість. Із цього витікає, що формування особистісної фізичної культури в учнів можливо лише за умови їх активної та свідомої участі у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності, яка здійснюється в межах різних форм шкільного фізичного виховання.

Серед існуючих форм шкільного фізичного виховання ключову роль у створенні умов для формуван-

ня в учнів звички до систематичних занять фізичними вправами відіграють урочна форма та фізкультурно-оздоровчі заходи, які проводяться в режимі навчального дня (ранкова гімнастика, фізкультурні хвилинки, фізкультурні перерви) [5, 13].

У зв'язку із цим виникає необхідність у визначенні впливу уроків фізичної культури та фізкультурно-оздоровчих заходів на формування в учнів загальноосвітніх шкіл особистісної фізичної культури, що і стало **метою** даного дослідження.

Дослідження виконано в рамках Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури й спорту на 2011–2015 рр. за темою 1.3 «Парадигма здорового способу життя в дискурсах фізичного виховання і спорту» (номер державної реєстрації 0111U001716).

**Виклад основного матеріалу.** Для вирішення сформульованих вище завдань у 2011/2012 н.р. у двох міських та двох сільських школах Вінницької та Харківської областей нами було проведено спеціальне соціологічне дослідження. У процесі дослідження було опитано 931 учень 5–11 класів. При цьому використовувалась анкета закритого типу, яка містила дві групи запитань. Перша група дозволяла визначити: ставлення учнів до уроків фізичної культури та фактори, що впливають на формування в учнів інтересу до занять фізичною культурою. Друга група запитань дозволила з'ясувати: стан практичної реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів, які проводяться в режимі навчального дня (ранкова гімнастика, фізкультурні хвилинки, фізкультурні перерви) та ставлення учнів до цієї форми шкільного фізичного виховання. У табл. 1, 2 та 3 показано (у відсотках) кількість учнів, які позитивно відповіли на поставлені запитання. Для більш наглядного подання матеріалів соціологічного дослідження деякі результати відповідей учнів, які найяскравіше характеризують динаміку зміни їх ставлення до фізкультурно-оздоровчих заходів, були представлені у вигляді графіку (рис. 1).

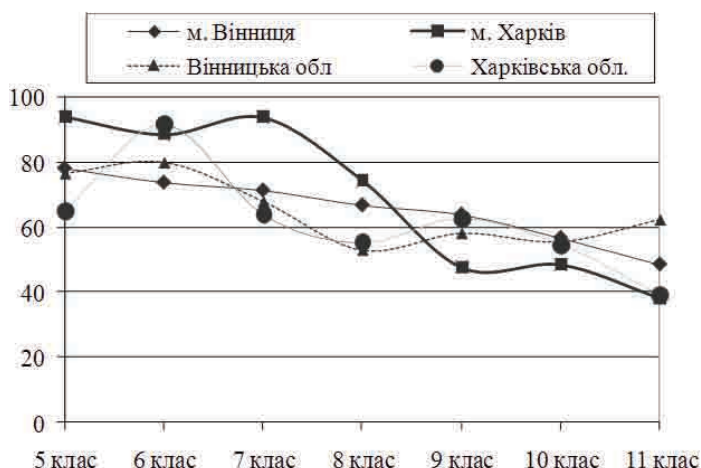


Рис. 1. Ставлення учнів 5–11-х класів до проведення фізкультурних хвилин у режимі навчального дня

Аналіз матеріалів проведеного дослідження свідчить про те, що переважна більшість учнів – 72,5 % (середній груповий показник по усій вибірці) – позитивно ставляться до уроків фізичної культури (табл. 1, запитання 1а). Разом із тим, слід звернути увагу на те, що в процесі навчання в школі з п'ятого по одинадцятий клас в учнів спостерігається тенденція зниження інтересу до занять фізичною культурою. Так, наприклад, якщо у п'ятих класах кількість учнів, які з великим бажанням ідуть на урок фізичної культури, становить 84 %, у шостих – 83,7 %, у сьомих та восьмих відповідно 79,9 та 79,4 %, то в старших класах цей показник становить: 66,8 % – у дев'ятому класі, 57 % – у десятому, 56,7 % – в одинадцятому.

Матеріали проведеного дослідження дозволили також визначити основні мотиви відвідування учнями уроків фізичної культури (табл. 1, запитання 2). Встановлено, що найбільш значущим фактором, що мотивує учнів відвідувати уроки фізичної культури, є бажання покращити рівень свого здоров'я, цьому мотиву віддали перевагу 24,3 % учнів, підвищити свою фізичну підготовку, на що вказали 19,7 % учнів, та цікаво провести час, з цією метою відвідують уроки 22,7 % учнів. Слід звернути увагу і на те, що важливим мотивом, який спонукає учнів 5–11 класів відвідувати уроки фізичної культури, є уникнення неприємностей у зв'язку із пропуском занять, на що вказали 18 % від загальної кількості опитаних учнів.

Матеріалами проведеного дослідження встановлено, що велика частина учнів – 18,9 % (середній груповий показник по усій вибірці) – пропускають заняття без поважної причини (табл. 1, запитання 3а). При чому спостерігається тенденція збільшення кількості таких учнів у процесі навчання у школі. Так, у п'ятих класах таких учнів 7,5 %, у шостих – 11,4 %, у сьомих – 10,4 %, у восьмих – 15,7 %, у дев'ятих та десятих відповідно – 28,3 та 24,8 %. Найбільше ж учнів, які пропускають без поважних причин уроки фізичної культури, у одинадцятих класах – 34,7 %.

Як свідчать результати матеріалів проведеного дослідження, основними причинами, які зумовлюють пропуск учнями уроків фізичної культури, є різні захворювання, на що вказала переважна більшість – 22,1 % (середній груповий показник) – учнів 5–11 класів та «через те, що не цікаво», що підтвердило 18,2 %. Не-

обхідно відмітити, що найбільше учнів, які пропускають уроки фізичної культури через те, що їм не цікавий цей предмет, це учні старших класів, про що свідчать результати їх відповідей. Результати проведеного дослідження свідчать також про те, що для незначної частини учнів – 5,7 % (середній груповий показник) – причиною пропуску уроків фізичної культури є погане ставлення до них учителя з цього предмету (табл. 1, запитання 4).

Аналіз матеріалів проведеного дослідження, спрямованого на з'ясування особливостей практичної реалізації в школах **фізкультурних хвилин**, показав, що у школах м. Вінниця та м. Харків ця форма фізкультурно-оздоровчих заходів практично не проводиться. На це вказала переважна більшість учнів школи міста Вінниця – 61,5 %, та міста Харків – 63,1 % (середній груповий показник) (табл. 2, запитання 1).

Найменше ж уваги до проведення фізкультурних хвилин приділяється у сільських школах. У Вінницькій області на це вказали 72,9 % опитаних учнів, у Харківській області – 78,7 %.

Проведений аналіз матеріалів соціологічного опитування дозволив встановити, що, незважаючи на те, що у школах, в яких проводилось дослідження, фізкультурні хвилини практично не проводяться, переважна більшість учнів цих шкіл – 65 % (середній груповий показник по всій вибірці) – хотіли б, щоб у їхній школі проводились фізкультурні хвилини (табл. 2, запитання 3).

Важливо також відмітити, що в процесі навчання у школі з п'ятого по одинадцятий клас зменшується кількість учнів, які хотіли б, щоб у їхній школі проводились фізкультурні хвилини (див. рис. 1).

Так, наприклад, якщо у п'ятих класах таких учнів 78,2 % у місті Вінниці, 93,9 % у місті Харкові, то в дев'ятих класах їх відповідно 63,9 та 47,6 %, а в одинадцятих класах відповідно 48,5 та 38,2 %. Така ж в цілому ситуація спостерігається і у сільських школах Харківської та Вінницької областей. Проведений аналіз вказує на існування загальної тенденції, яка свідчить, що за роки навчання в школі інтерес учнів до фізкультурних хвилин зменшується.

У результаті дослідження було встановлено, що переважна більшість учнів усіх шкіл – 62,2 % (середній груповий показник по всій вибірці) – хотіли б нав-

Таблиця 1

## Ставлення учнів загальноосвітніх шкіл до уроків з фізичної культури

№ з/п	Запитання та варіанти відповідей	Вік опитуваних (роки)							Середній груповий показник
		11	12	13	14	15	16	17	
		Кількість опитуваних							
		n=137	n=124	n=118	n=122	n=141	n=155	n=134	
		Результати відповіді на запитання, %							
1.	Чи подобаються Вам уроки фізичної культури?								
а)	з великим бажанням іду на урок з фізичної культури	84	83,7	79,9	79,4	66,8	57	56,7	72,5
б)	відвідую уроки без особливого бажання	11	13,7	13	13,8	15,4	25	10,8	14,7
в)	їду на урок без бажання	5	2,6	7,1	6,8	17,8	18	32,5	12,8
2.	З якою метою Ви йдете на урок з фізичної культури?								
а)	бажаю покращити рівень свого здоров'я	17,4	14,6	16,2	23,7	25,7	39	33,5	24,3
б)	бажаю підвищити свою фізичну підготовку	12,2	13,6	14,4	18	18,9	29,7	31,4	19,7
в)	бажаю цікаво провести час	32,7	27,2	31,3	21,8	16,6	6,8	7,2	22,7
г)	прагну уникнути неприємностей у зв'язку із пропуском занять	8,2	7,3	13,8	14,5	19,9	21,2	21,7	18,0
3.	Чи пропускаєте Ви без причини уроки з фізичної культури								
а)	так, пропускаю дуже часто	7,5	11,4	10,4	15,7	28,3	24,8	34,7	18,9
б)	так, інколи пропускаю	12,2	17,7	13,5	21,5	13,7	22,1	26,4	18,1
в)	пропускаю лише з поважної причини	80,3	70,9	76,1	62,8	58	53,1	38,9	62,8
4.	Укажіть причину, через яку Ви пропускаєте уроки з фізичної культури								
а)	через те, що хворію	16,6	19,2	28,4	26,7	18,4	21,3	24,6	22,4
б)	через те, що не цікаво	7,7	7,2	12,4	17,2	28,8	22,5	31,7	18,2
в)	через погане ставлення учителя до мене	0	4,2	2,7	7,3	6,7	9,3	9,8	5,7

читися самостійно проводити фізкультурні хвилинки (табл. 2, запитання 3). Незважаючи на таке бажання, у цих школах учнів не залучають до цього процесу, на що вказали 64,7 % опитаних (середній груповий показник відповідей учнів) (табл. 2, запитання 4).

Результати проведеного дослідження, спрямованого на з'ясування особливостей практичної реалізації **ранкової гімнастики** та ставлення учнів чотирьох шкіл Вінницької та Харківської областей до цієї форми фізкультурно-оздоровчих заходів, показали, що переважна більшість учнів (90 %) знають, що заняття ранковою гімнастикою сприяють організованому початку навчального дня та підвищенню їх розумової працездатності на перших уроках (табл. 3, запитання 1).

Як показав аналіз матеріалів дослідження, більшість учнів (63,8 %) хотіли б, щоб у їхній школі проводилась гімнастика перед заняттями (табл. 3, запитання 2). Найбільша кількість таких учнів – це учні 5–8

класів. У п'ятих класах відсотковий показник позитивних відповідей учнів становить 83 %, у шостих – 68 %, у сьомих – 80,8 %, у восьмих – 67,1 %, у той час як у дев'ятих класах таких учнів 43,6 %, а в десятих та одинадцятих відповідно 56,4 % та 47,9 %.

Разом із тим, незважаючи на усвідомлення учнями ролі і значення ранкової гімнастики, матеріалами проведеного дослідження було встановлено, що у більшості шкіл проведенню цієї форми фізкультурно-оздоровчих заходів приділяється усе ще недостатньо уваги, що підтвердили 54,2 % учнів (середній груповий показник).

Важливу роль у створенні оптимального рухового режиму для учнів загальноосвітніх шкіл відіграє проведення у школах **рухливих (фізкультурних) перерв**. Фізкультурні перерви сприяють зміцненню здоров'я учнів, їх активному відпочинку та підвищенню їх розумової працездатності. Як показали результати

Таблиця 2

## Особливості практичної реалізації фізкультурних хвилинки у загальноосвітніх школах

№ з/п	Запитання	м. Вінниця	м. Харків	Вінницька обл.	Харківська обл.	Середній груповий показник
		Кількість опитуваних учнів (n)				
		250	271	218	192	
		Результати відповіді учнів на поставлені запитання представлені у відсотках (так)				
1.	Чи проводяться у вашій школі фізкультурні хвилини під час уроків?	38,5	36,9	27,1	21,3	30,9
2.	Чи хотіли б Ви, щоб у вашій школі проводились фізкультурні хвилини під час уроків?	63,8	69,1	64,5	62,6	65
3.	Чи хотіли б Ви навчитися самостійно проводити фізкультурні хвилини під час уроків?	63,5	61,7	62,8	61,1	62,2
4.	Чи приймаєте Ви участь у організації і проведенні фізкультурних хвилинки?	41,5	44,8	25,7	29,2	35,3

Таблиця 3

## Особливості практичної реалізації ранкової гімнастики і фізкультурних перерв та ставлення учнів чотирьох шкіл Вінницької та Харківської областей до цих форм фізкультурно-оздоровчих заходів

№ з/п	Запитання	Вік опитуваних (роки)							Середній груповий показник
		11	12	13	14	15	16	17	
		Кількість опитуваних (n)							
		n=137	n=124	n=118	n=122	n=141	n=155	n=134	
		Результати відповіді на поставлені запитання представлені у відсотках							
1.	Чи знаєте Ви, що ранкова гімнастика здійснює позитивний вплив на організм?	93,8	85,5	97,3	88,8	81,1	89,7	93,7	90
2.	Чи хотіли би Ви, щоб у вашій школі проводилась гімнастика перед заняттями?	83	68	80,8	67,1	43,6	56,4	47,9	63,8
3.	Чи проводиться у вас у школі гімнастика перед заняттями?	33,8	48,4	62,6	52,2	35,7	42,3	45,8	45,8
4.	Чи проводяться у вашій школі фізкультурні перерви?	38,4	38,2	31,2	31,4	55	36,1	13,9	34,8
5.	Чи бажали б Ви інколи самостійно організувати і проводити зі своїм класом фізкультурні перерви?	60,7	56	48,9	61,3	28,9	49,4	28,9	47,7

дослідження, у більшості шкіл фізкультурні перерви практично не проводяться. Так, лише 37,4 % опитаних учнів із загальної вибірки відповіли, що в їхніх школах проводяться рухливі фізкультурні перерви (табл. 3, запитання 4).

Результати матеріалів проведеного дослідження дозволили встановити, що більшість учнів бажають приймати участь у організації та проведенні фізкультурних перерв (табл. 3, запитання 5). У п'ятих класах таких учнів 60,7 %, у шостих – 56 %, у сьомих – 48,9 %, а у восьмих – 62,3 %. У старших класах кількість учнів,

які виявили бажання самостійно поводити фізкультурні перерви, є дещо меншою: у дев'ятих їх 28,9 %, у десятих – 49,4 %, а у одинадцятих – 28,9 %.

**Висновки:**

1. Аналіз результатів проведеного дослідження показав, що переважна більшість учнів позитивно ставляться до уроків фізичної культури. Основними мотивами відвідування уроків з фізичної культури для них є бажання покращити рівень свого здоров'я та підвищити свою фізичну підготовку. Це свідчить про усвідомлення учнями ролі й значення уроків фі-

зичної культури у забезпеченні необхідного рівня їх здоров'я.

2. Звертає на себе увагу той факт, що велика частина учнів пропускають уроки фізичної культури. Найбільше таких учнів у старших класах. Встановлено, що основні причини, через які учні пропускають уроки фізичної культури, пов'язані із захворюваннями та відсутністю інтересу до цього предмету.

3. Результати матеріалів проведеного дослідження показали, що в більшості шкіл фізкультурні хвилини, рухливі перерви, ранкова гімнастика систематично не проводяться.

4. Результати проведеного дослідження свідчать про наступне: а) переважна більшість учнів хотіли б, щоб у їхній школі проводились фізкультурно-оздоровчі заходи; б) більшість учнів бажають приймати активну участь у організації та проведенні фізкультурно-оздоровчих заходів; в) не зважаючи на бажання учнів приймати активну участь у організації та проведенні фізкультурно-оздоровчих заходів, які проводяться в режимі навчального дня, їх не залучають до цього процесу.

Зроблені висновки свідчать про те, що існуючі методи та підходи, які використовуються в навчаль-

но-виховному процесі, не достатньо впливають на формування в учнів потреби у систематичному використанні фізичних вправ з метою підтримки в нормі свого здоров'я, що є основою особистісної фізичної культури. Це свідчить про необхідність впровадження в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів інших підходів з урахуванням особистих потреб, бажань та інтересів учнів. Оскільки переважна більшість учнів мають бажання приймати активну участь в організації та проведенні різноманітних фізкультурно-оздоровчих заходів, то основним завданням таких підходів має бути створення умов для залучення учнів до активної та свідомої участі у цьому процесі. Такий підхід необхідно використовувати в межах урочної форми фізичного виховання, у процесі підготовки учнями домашніх завдань, під час проведення фізкультурних хвилин у режимі навчального дня.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у розробці та впровадженні в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів організаційно-педагогічної технології, спрямованої на формування в учнів особистісної фізичної культури.

#### Література:

1. Деякі фактори, що впливають на ставлення школярів до системи фізичного виховання / [Бахаєддин Абу Асба, Т. С. Бондар, А. С. Голик та ін.] // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн]. – Харків : ХДФК, 2011. – № 1. – С. 111–113.
2. Выготский Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – М. : АСТ; Астрель; Люкс, 2005. – 672 с.
3. Физическая культура: ретроспекции и перспективы / В. М. Выдрин, А. В. Лотоненко, Г. Р. Гостев, А. А. Лотоненко // Культура физическая и здоровье. – 2008. – № 4 (18). – С. 34–41.
4. Визитей Н. Н. Физическая культура личности (проблемы человеческой телесности: методологические, социально-философские, педагогические аспекты) / Н. Н. Визитей : [отв. ред. В. И. Столяров]. – Кишинев : Штиинца, 1989. – 110 с.
5. Гордійчук В. І. Ставлення сільських та міських учнів середніх та старших класів до занять фізичними вправами / В. І. Гордійчук // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.] – Харків : ХДФК, 2010. – № 3. – С. 36–40.
6. Дуркин П. К. К проблеме воспитания личной физической культуры у школьников и студентов / П. К. Дуркин, М. П. Лебедева // Физическая культура. – 2002. – № 2. – С. 50–53.
7. Лубышева Л. И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 10–15.
8. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Изд. 2-е / А. Н. Леонтьев. – М. : Политиздат, 1977. – 304 с.
9. Матвеев Л. П. Физическая культура личности как проблема педагогики / Л. П. Матвеев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1998. – № 2. – С. 10–12.
10. Николаев Ю. М. Физическая культура: человеческое измерение / Ю. М. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 2. – С. 24–31.
11. Ротерс Т. Т. Сучасна парадигма фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів / Т. Т. Ротерс // Вісник ЛНУ ім. Т. Шевченка. – 2009. – № 23 (186), ч. 2. – С. 106–111.
12. Скобликова Т. В. Теоретические и методологические проблемы развития личности средствами физической культуры в системе непрерывного образования // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2000. – № 2. – С. 54–59.
13. Сутула В. О. Формування фізичної культури особистості стратегічне завдання фізкультурної освіти учнів загальноосвітніх навчальних закладів / В. О. Сутула, Т. С. Бондар, Ю. В. Васьков // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.] – Харків : ХДФК, 2009. – № 1. – С. 15–21.