

УДК 796.011.1-057.874

ДЕЙНЕКО А. Х.

Харківська державна академія фізичної культури

Підвищення мотивації до занять фізичною культурою учнів 5–6 класів

Анотація. Мета: аналіз впливу експериментальної методики на мотивацію учнів 5–6 класів до занять фізичною культурою у школі. **Матеріал і методи:** мотивація школярів до занять фізичною культурою визначалась за допомогою двох анкетувань, проведених до та після реалізації методики в контрольній та експериментальній групах. Були відібрані 109 учнів 5–6 класів загальноосвітньої школи № 67 м. Харкова: 5-А та 6-А класи склали експериментальну групу, 5-Б та 6-Б класи утворили контрольну групу. **Результати:** виявлено низький рівень інтересу учнів до занять фізичною культурою та значущість примусу у відвідуванні занять на фоні різноманітного спортивного дозвілля підлітків. **Висновки:** зафіксовано позитивний вплив розробленої методики як на рівень інтересів, цінностей та мотивів, так і на особливості поведінки учнів.

Ключові слова: мотиви, ціннісні орієнтації, учні середньої шкільної ланки, фізична культура особистості, спортивна активність.

Вступ. На сучасному етапі розвитку українського суспільства одним з основних завдань системи освіти є всебічний розвиток людини, підготовка компетентного, ініціативного, патріотично налаштованого та соціально активного громадянина [4].

Особлива роль у реалізації зазначеного завдання належить інституту середньої школи, оскільки саме на етапі шкільного виховання та навчання формуються основи фізичного здоров'я людини, усвідомлюються потреби й мотиви дотримання здорового способу життя (В. Ареф'єв, Г. Єдинак, 2002). Зазначимо, що значущу роль у реалізації цих завдань покладено на уроки фізичної культури у школі, які спрямовані не лише на формування та удосконалення фізичних навичок школярів, але й на становлення фізичної культури особистості.

У розробці концепту фізичної культури особистості М. Віленській та Г. Соловйов (2001) акцентують увагу на якісному розвитку і інтегральному результаті підготовки [1]. У розроблену ними модель фізичної культури особистості включаються такі основні складові, як знання і інтелект; мотиваційно-ціннісні орієнтації; соціально-духовні цінності; фізична досконалість особистості; фізкультурно-спортивна діяльність [2; 3].

Проте результати сучасних досліджень засвідчують, що за час навчання в загальноосвітніх навчальних закладах школярі втрачають щонайменше третину свого здоров'я внаслідок зниження рухової активності через недотримання фізіологічного нормування розумового та фізичного навантаження в режимі дня, а також через відсутність у них належної мотивації до занять фізичними вправами (Т. Бондар, В. Бальсевич, Т. Круцевич, Т. Ротерс, В. Сутула, Б. Шиян) [5; 7; 8].

Зв'язок роботи з науковими програмами, темами, планами. Дослідження виконано в рамках Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. з теми 1.3 – «Парадигма здорового способу життя в дискурсах фізичного виховання і спорту». Номер державної реєстрації: 0111U001716, а також комплексного наукового проекту «Теоретико-методологічні засади формування особистісної фізичної культури у дітей і молоді як основи їх здоров'я» (номер державної

dx.doi.org/10.15391/sns.v.2014-4.005

© ДЕЙНЕКО А. Х. 2014



реєстрації: 0113U001205).

Мета дослідження: у рамках даного дослідження нашою метою був аналіз впливу експериментальної методики на мотивацію учнів 5–6 класів до занять фізичною культурою у школі.

Матеріал і методи дослідження. Експериментальна методика була розроблена на підставі аналізу змістово-методичних умов та соціально-педагогічних передумов формування в учнів 5–9 класів культури рухової діяльності.

Основою методики були різноманітні комплекси загальнорозвиваючих вправ (ЗРВ). Кожний комплекс вправ був спрямований на розвиток усіх фізичних якостей. На початку навчального року комплекс ЗРВ складався з простих, одинарних вправ. Кожний тиждень цей комплекс змінювався за рахунок: координаційного ускладнення; збільшення амплітуди рухів; дозування, темпу та ритму виконання вправ; застосування статичних положень; включення в комплекс спеціальних завдань; виконання вправ серіями; використання в розминці вправ без предметів та з предметами (м'ячами, гантелями, скакалками, гімнастичними палками, набивними м'ячами), у парах, у колі, з музичним супроводом, а також застосування кругового та поточного способів виконання вправ. Однією з головних складових розробленої методики був регулярний контроль отриманих умінь та навичок у вигляді виконання вправ на оцінку, експрес-контроля, змагань, подолання смуги перешкод, різноманітних естафет, а також змагань на кращий комплекс загальнорозвиваючих вправ.

Спираючись на класичну теорію педагогіки щодо періодів навчання, нами було розподілено опанування учнями змісту навчального матеріалу на три етапи: базовий, спеціальний та поглиблений (рис. 1).

Під час базового етапу на уроках фізичної культури школярі повторювали матеріал, вивчений у попередніх класах, опановували нові фізичні вправи та їх комплекси (зв'язки елементів), необхідні для повсякденного застосування. До кожної вправи були підібрані практичні приклади з життя з метою стимулювання інтересу підлітків до їх вивчення. Вивчалися вправи із загальної фізичної підготовки, які слугують елементами для фізкультурно-оздоровчих

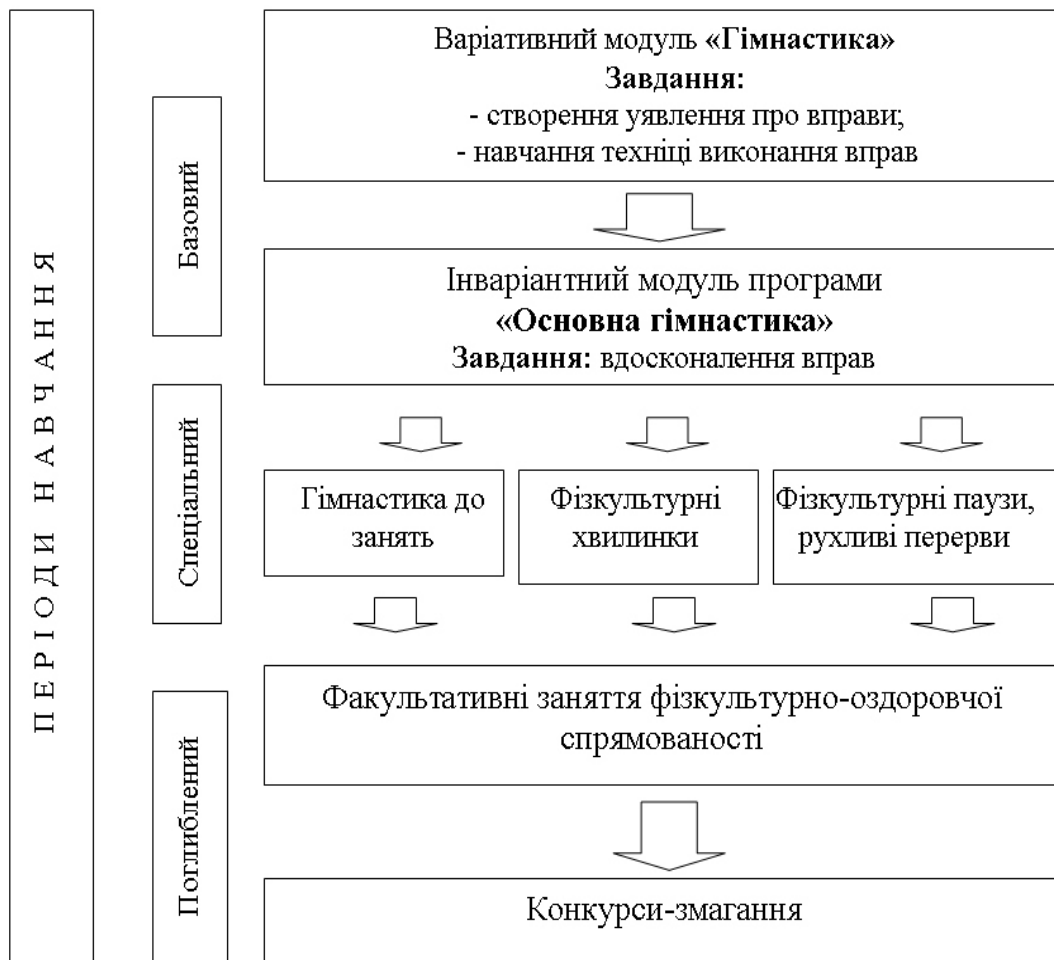


Рис. 1. Особливості методики у контексті навчання вправам основної гімнастики

заходів (ранкова гімнастика, гімнастика до занять, рухливі перерви, фізкультхвилинки, фізкультпаузи вдома тощо). Такий методичний прийом дозволив поступово сформувати в учнів уявлення про вплив фізичних вправ на організм людини та необхідність їх використання у побуті.

На спеціальному етапі навчання учні виконували поставлені перед ними завдання щодо організації та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня. Особливістю змісту вказаного етапу були: розробка школярами під час домашніх завдань комплексів гімнастичних вправ для проведення фізкультурно-оздоровчих заходів (ФОЗ) у режимі навчального дня та їх проведення для однокласників. Провідним завданням етапу поглибленого навчання було формування креативного мислення школярів щодо засобів оздоровлення, потреби та інтересу до регулярних фізкультурно-оздоровчих занять, закріплення практичних умінь та навичок. У системі фізичного виховання школярів впроваджувались регулярні змагально-розважальні конкурси.

Для проведення експерименту та апробації методики в процесі дослідження були відібрані учні 5–6 класів загальноосвітньої школи № 67 м. Харкова. В експерименті взяло участь 109 учнів: 5-А та 6-А класи були експериментальною групою, 5-Б та 6-Б класи склали контрольну групу. Мотивація школярів до занять фізичною культурою визначалась

за допомогою двох анкетувань, проведених до та після реалізації методики у контрольній та експериментальній групах.

Результати дослідження та їх обговорення.

У дослідженні мотивації занять фізичною культурою школярів 5–6 класів ми виокремили три тематичні блоки – особливості сприйняття учнями занять фізичною культурою, ставлення дітей до відвідування занять та напрями позакласної спортивної активності школярів.

Для нас дослідницько-значущим було порівняти сприйняття та ставлення дітей до занять фізичною культурою у школі та їхнє сприйняття різних видів позашкільної спортивної активності – гра у спортивні ігри, відвідування спортивних секцій, факультативів тощо. Результати анкетування підтвердили нашу гіпотезу щодо наявності певних настроїв розчарування підлітків у заняттях фізичною культурою у школі (табл. 1). Про це свідчать доволі низькі показники таких мотивів відвідування занять фізичною культурою учнями контрольної та експериментальної груп як згода з твердженням про те, що уроки фізичної культури є цікавими (з чим погодились лише 24,5% учнів контрольної та 26% учнів експериментальної групи) та на них весело (30% та 25% відповідно).

Зовнішні чинники, які зумовлюють необхідність відвідування занять з фізичної культури, є більш актуальними серед школярів. Зокрема, відвідують шкільні уроки з фізичної культури у зв'язку з тим, що вони є

Таблиця 1

Мотивація учнів до занять фізичною культурою у школі (n=109)

№ з/п	Питання	Кількість позитивних відповідей (%)							
		5-й клас				6-й клас			
		КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
		до	після	до	після	до	після	до	після
Ти ходиш на уроки фізичної культури, тому що:									
1	Вони обов'язкові	85	83	87	84	88	85	88	85
2	Вони цікаві	26	30	33	52	23	25	19	48
3	Примушують батьки	56	58	63	64	62	61	62	65
4	Примушують вчителі	52	53	47	49	54	52	62	61
5	Вони корисні для здоров'я	41	43	40	49	35	39	38	51
6	Усі їх відвідують	96	96	90	90	92	92	92	92
7	На них можна навчитися новому	59	61	67	74	54	59	54	75
8	На них весело	30	34	27	63	30	35	23	53
Уроки з фізичної культури ти:									
1	Намагаєшся не пропускати та відвідуєш усі заняття	74	76	70	83	80	81	69	82
2	Якщо є можливість, то намагаєшся пропустити	48	38	53	33	54	41	57	37
3	Шукаєш можливість не відвідувати заняття	30	28	40	26	35	27	25	20
Окрім занять з фізичної культури у школі, ти:									
1	У вільний час відвідуєш спортивну секцію	30	31	33	34	30	32	24	27
2	Граєш у футбол, волейбол, баскетбол на подвір'ї	67	69	73	75	76	78	65	75
3	Робиш зарядку	7	9	13	15	8	10	8	12
4	Займаєшся бігом	7	9	13	19	12	12	12	22
5	Катаєшся на велосипеді	48	48	56	58	52	53	58	68
6	Катаєшся на роликах, скейтборді	38	40	34	44	40	40	42	48
7	Катаєшся на санчатах та лижах	65	67	59	69	65	65	64	70
8	Відвідуєш факультатив з фізичної культури в школі	37	39	27	57	23	38	23	63

обов'язковими, 86,5% учнів контрольної та 87,5% експериментальної групи. З фактом того, що усі відвідують ці уроки, згодні 94% та 91% учнів відповідно. Таким чином, ми робимо висновок, що в цілому відвідування шкільних уроків з фізичної культури серед учнів обох груп має доволі неусвідомлений характер, сприймається як частково вимушена необхідність та не викликає особливого інтересу. Цю тезу підтверджують доволі високі показники згоди учнів з альтернативами про те, що їхнє відвідування зумовлено примусом батьків та вчителів. Це взагалі не дає нам можливість говорити про власні мотиви відвідування занять школярами (як усвідомлені внутрішні орієнтири).

Додатковим підтвердженням того, що серед школярів середньої ланки ще не є достатньо присутнім усвідомлення мотивів відвідування занять з фізичної культури, є низький відсоток згоди з тим, що відвідування занять з фізичної культури є корисним для здоров'я (з цим погодились лише 38% учнів контрольної та 39% учнів експериментальної груп). По-перше, ми пояснюємо це тим фактом, що школярі у цьому віці ще не замислюються над користю занять, а сприймають їх як гру. По-друге, ми припускаємо, що в них відсутні певні знання щодо зв'язку занять фізичною культурою з укріпленням здоров'я. Цікавим для нас висновком також є доволі високі показники згоди учнів



з твердженням про значущість навчитись чомусь новому на заняттях з фізичної культури (56,5% та 60,5% відповідно). Це свідчить про значущість пізнавальних потреб дітей даного віку, що актуалізує використання інноваційних методів у проведенні занять з фізичної культури у школі.

Блок питань щодо ставлення дітей до відвідування занять з фізичної культури ми розглядаємо як додатковий аспект дослідження цікавості та комфортності перебування дітей на шкільних уроках з фізичної культури. Не зважаючи на те, що більше 70% учнів обох груп намагаються не пропускати заняття з фізичної культури, більше половини з них шукають можливість не відвідувати їх (51% учнів контрольної та 55% учнів експериментальної групи). Третина школярів постійно шукають можливість не відвідувати шкільний урок з фізичної культури. Цікавим є те, що діти паралельно відповідали «так» одночасно на декілька з наведених альтернатив, не дивлячись на те, що за змістом вони суперечать одна одній. Це є свідченням того, що в них є відсутнім чіткий орієнтир щодо бачення необхідності відвідування занять з фізичної культури у школі. Саме це логічним продовженням висновків низького рівня мотивації відвідування занять, які ми навели вище.

Блок питань щодо позакласної спортивної активності школярів дозволив нам подивитись особливості проведення дозвілля учнів середньої шкільної ланки. Як свідчать результати анкетування, доволі незначна кількість школярів робить зарядку (7,5% учнів контрольної та 10,5% експериментальної груп) та займається бігом (9,5% та 12,5% відповідно). Проте такі напрями проведення дозвілля, як гра у подвірні ігри (футбол, волейбол, баскетбол), носить практично масовий характер серед школярів середньої ланки. Таку розбіжність у поглядах ми пояснюємо, по-перше, більш цікавим характером спортивних ігор для дітей, наявністю емоційного фону та груповим характером гри, що робить проведення дозвілля не лише корисним, але й цікавим. Це також дозволяє зробити висновок, що подвірні ігри навіть є модними та престижними серед школярів.

Також доволі поширеними серед учнів є прогулянки на велосипеді, катання на роликах та санчатах узимку. Цими видами фізичної активності займаються близько половини дітей обох груп. Ці види фізичної активності мають у собі пізнавальний інтерес та випробування власних сил, тому є особливо цікавими для дітей. Факультети з фізичної культури та спортивні секції відвідує третина учнів середньої ланки. І хоча ми не можемо зробити висновок щодо інтенсивності занять фізичною культурою у позашкільний час, картина фізичної активності опитаних нами школярів видається доволі різноманітною.

Результати повторного опитування учнів контрольної та експериментальної групи за результатами використання методики засвідчують зростання інтересу учнів експериментальної групи (далі – ЕГ) до занять фізичною культурою. Спостерігаємо зростання показників оцінки уроків учнями в якості «цікавих» до 52% в ЕГ 5-класників, та 48% – шестикласників, проти 30% та 25% у контрольних групах відповідно. Таку тенденцію ми пов'язуємо з різноманітністю вправ, які були використані протягом реалізації дослідницької методики, що вплинуло на особливості сприйняття учнями занять фізичною культурою у школі. До того ж

ми бачимо, що показники 5-ти та 6-класників ЕГ «вирівнялись» після повторного опитування (за результатами першого опитування цікавими назвали уроки з фізичної культури 33% п'ятикласників ЕГ та лише 19% шестикласників ЕГ), що свідчить про ефективність реалізації дослідницької методики серед учнів середньої шкільної ланки.

Аналогічне зростання спостерігаємо і за оцінками уроку учнями в якості «веселого». Показники в експериментальних групах зросли суттєво: якщо до використання методики веселими уроки з фізичної культури оцінили близько третини учнів експериментальних груп, то після року занять за новою методикою – більше половини опитаних (63% учнів 5 класу ЕГ та 53% учнів 6 класу ЕГ). Ми пояснюємо таку тенденцію використанням смуги перешкод, різноманітних естафет, музичного супроводу під час занять, що значною мірою сприяло підвищенню емоційного фону під час шкільних занять з фізичної культури.

Зазначимо, що показники, які свідчать про «зовнішні» чинники відвідування занять за результатами повторного опитування як контрольних, так і в ЕГ майже не змінилися. Ми пояснюємо це тим, що такі установки учнів носять глибинний характер та викликані особливостями сприйняття учбового процесу у школі як обов'язкового та необхідного для виконання через таких агентів, як батьки, адміністрація школи, вчительський корпус.

Зростання показників згоди з тим, що на шкільних уроках фізичної культури можна навчитись новому, спостерігаємо як в контрольній, так і в експериментальній групах (проте в останніх більш інтенсивно). Застосована нами методика сприяла тому, що учні ознайомились з широким спектром вправ. Таким чином, когнітивний компонент занять фізичною культурою є одним з найбільш значущим для учнів обох груп.

Позитивний вплив методики спостерігається в орієнтаціях учнів на відвідування занять з фізичної культури: ми зафіксували зростання кількості тих учнів, які намагаються не пропускати заняття з фізичної культури у школі. В експериментальній групі цей показник зріс до 83% та 82% (серед 5-ти та 6-класників відповідно). Паралельно зафіксовано скорочення кількості тих учнів, які шукають можливість не відвідувати занять з фізичної культури у школі. Така тенденція не зафіксована нами у відповідях учнів КГ.

Більше дітей, як з контрольної, так і з експериментальної груп, стали грати у подвірні ігри, кататись на велосипеді та на роликах, санчатах. На жаль, ми не спостерігаємо зростання кількості учнів, які почали робити зарядку чи відвідувати спортивну секцію в обох групах. Ми пояснюємо цей факт особливістю соціальних та психологічних характеристик дітей у віці навчання у середньої шкільної ланки, коли всі види активності, які пов'язані з іграми, розвагою, змаганнями та випробуваннями, сприймаються більш охоче та викликають інтерес. Таку тенденцію ми зафіксували й протягом реалізації нашої методики завдяки педагогічному спостереженню. До того ж, такі свідомі види активності, як ранкова гімнастика (зарядка) та відвідування спортивної секції потребують від дітей достатнього рівня усвідомлення їхньої необхідності, а також залежать від багатьох зовнішніх чинників (підтримки чи не підтримки батьків,



умов проживання, якості життя сім'ї тощо).

Висновки та перспективи подальших досліджень. У ході дослідження ми зафіксували позитивний вплив розробленої нами методики як на рівень інтересів, цінностей та мотивів учнів експериментальної групи, так і на діяльнісний рівень (рівень їхньої поведінки та особливостей проведення дозвілля). Методика найкраще спрацювала у

переформовуванні сприйняття учнями занять з фізичної культури у школі у напрямку збільшення цікавості та інтересу до них серед учнів, що позитивно вплинуло на бажання їх відвідувати. Окрім розвитку фізичних якостей, використані нами комплекси вправ сприяли підвищенню емоційного фону занять у комплексі зробило їх як більш цікавими, так і більш корисними для учнів.

Список використаної літератури:

1. Виленский М. Я. Основные сущностные характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности / М. Я. Виленский, Г. М. Соловьев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2001. – № 3. – С. 2–7.
2. Дуркин П. К. К проблеме изучения мотивационно-потребностной сферы школьников и студентов как системообразующей основы воспитания у них физической культуры [Электронный ресурс] / П. К. Дуркин, М. П. Лебедева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2005. – № 6. – Режим доступа : <http://bmsi.ru/doc/78029b15-9268-4e0b-bae7-25de44e7a655>.
3. Козак Э. М. Формування мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичного виховання / Э. М. Козак // Фізичне виховання в школі. – 2002. – № 4. – С. 51–52.
4. Про загальну середню освіту : Закон України № 651-XIV від 13.05.1999 р. [Електронний ресурс] / Офіційний сайт Верховної Ради України. – Режим доступу : <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi>.
5. Сутула В. О. Як бути зі здоров'ям школярів? / В. О. Сутула, Т. С. Бондар, Ю. В. Васков // Освіта. – 2009. – № 3–4. – С. 7.
6. Фізична культура в школі : [методичний посібник] / За загальною редакцією С. М. Дятленка. – К. : Літера ЛТД, 2009. – 176 с.
7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2007. – 271 с.
8. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2007. – С. 248.

Стаття надійшла до редакції: 15.07.2014 р.

Опубліковано: 31.08.2014 р.

Аннотация. Дейнеко А. Х. Повышение мотивации к занятиям физической культурой учащихся 5–6 классов.

Цель: анализ влияния экспериментальной методики на мотивацию учащихся 5–6 классов к занятиям физической культурой в школе. **Материал и методы:** мотивация школьников к занятиям физической культурой оценивалась с помощью двух анкетирований, проведенных до и после реализации методики в контрольной и экспериментальной группах. Были отобраны 109 учащихся 5–6 классов общеобразовательной школы № 67 г. Харькова: 5-А и 6-А классы стали экспериментальной группой, 5-Б и 6-Б классы образовали контрольную группу. **Результаты:** выявлен низкий уровень интереса учащихся к занятиям физической культурой и значимость принуждения в посещении занятий на фоне разностороннего спортивного досуга подростков. **Выводы:** зафиксировано положительное влияние разработанной методики как на уровень интересов, ценностей и мотивов, так и особенностей поведения учащихся.

Ключевые слова: мотивы, ценностные ориентации, учащиеся среднего школьного звена, физическая культура личности, спортивная активность.

Abstract. Deyneko A. Increased motivation for physical training of pupils of 5–6 classes. Purpose: to analyze the impact of experimental techniques to motivate pupils of 5–6 classes in physical training at school. **Material and methods:** student motivation to physical training was determined by means of two questionnaires conducted before and after the implementation of the methodology in the control and experimental groups. 109 students 5–6 grade Kharkiv secondary school № 67 were selected: 5-A and 6-A forms was the experimental group, 5-B and 6-B forms formed the control group. **Results:** a low level of student interest in physical training and the importance of coercion in attendance on a background of diverse sports entertainment adolescents is revealed. **Conclusions:** positive influence of methodology as on the level of interests, values and motivations, and pupils behavior is observed.

Keywords: motives, values, secondary school pupils, physical culture of personality, sports activity.

References:

1. Vilenskiy M. Ya., Solovyev G. M. Fizicheskaya kultura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka [Physical education: education, education and training], 2001, vol. 3, pp. 2–7. (rus)
2. Durkin P. K., Lebedeva M. P. Fizicheskaya kultura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka [Physical education: education, education and training], 2005, vol. 6, Access mode : <http://bmsi.ru/doc/78029b15-9268-4e0b-bae7-25de44e7a655>. (rus)
3. Kozak E. M. Fizichne vikhovannya v shkoli [Physical education at school], 2002, vol. 4, pp. 51–52. (ukr)
4. Pro zagalnu serednyu osvitu : Zakon Ukraini № 651-XIV vid 13.05.1999 r. [On General Secondary Education: Law of Ukraine № 651-XIV of 13.05.1999], Access mode : <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi>. (ukr)
5. Sutula V. O., Bondar T. S., Vaskov Yu. V. Osvita [Education], 2009, vol. 3–4, pp. 7. (ukr)
6. Dyatlenka S. M. Fizichna kultura v shkoli [Physical education at school], Kyiv, 2009, 176 p. (ukr)
7. Shiyani B. M. Teoriya i metodika fizichnogo vikhovannya shkolnyariv. Chastina 1. [Theory and methods of physical education students. Part 1], Ternopil, 2007, 271 p. (ukr)
8. Shiyani B. M. Teoriya i metodika fizichnogo vikhovannya shkolnyariv. Chastina 2. [Theory and methods of physical education students. Part 2], Ternopil, 2007, 248 p. (ukr)

Received: 15.07.2014.

Published: 31.08.2014.

Дейнеко Альфія Хамзіївна: Харківська державна академія фізичної культури: вул. Ключківська 99, Харків, 61058, Україна.

Дейнеко Альфия Хамзиевна: Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Ключковская 99, г. Харьков, 61058, Украина.

Alfiya Deyneko: Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkovskaya str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

E-mail: ulija_d@mail.ru

