

3. Bubnovskiy S.M. (2002). Rukovodstvo po kinezioterapii dorsopatii i gryzih pozvonochnika. Moskva. 100 p.
4. Vasileva L.F. (2006) Vizualnaya diagnostika narusheniy statiki i dinamiki oporno-dvigatel'nogo apparata cheloveka. Ivanovo. 122 p.
5. Verich G.E. & Lazareva E.B.(2003). Fizicheskaya reabilitatsiya bolnykh osteohondrozom poyasnichno-kresttsovogo otdela pozvonochnika metodami netraditsionnoy meditsiny. Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vihovannya i sportu. Harkiv. p.14-19
6. Desheviy E. & Balazh M. (2017). Efektivnisst kompleksnoyi programi fizichnoyi reabilitatsiyi osib iz dorsalgii v grudnomu viddill hrebta. Molodizhniy naukoviy visnik Shidnoevropeyskogo natsionalnogo universitetu. Lutsk, p. 126-131.
7. Epifanov V.A. (1999). Osteohondroz pozvonochnika. Moskva. 189 p.
8. Zembatyi A. (2006). Obschie printsipy kinezoterapii. Moskva. 496 p..
9. Lebedev I.P. (2008). Rezhim dvizheniya pri osteohondroze poyasnichno-kresttsovogo otdela pozvonochnika u lits, zanimayuschihya fizicheskoy kulturoy i sportom. Voprosy kurortologii, fizioterapii i lechebnoy fizicheskoy kultury. # 3. p. 83-84.
10. Moshkov V.N. (1982). Lechebnaya fizicheskaya kultura v klinike nervnykh bolezney. Moskva. 190 p.
11. Novikov Yu.O. (2001). Dorsalgii. Moskva. 160 p.
12. Habirov F.A. (2005). Myishechnaya bol. Kazan. 208 p.
13. Travell J.G. & Simons D.G. (2004). Miofascial pain and dysfunction. The tiger point manual. Baltimore, London. p. 235-238.
14. Zulbergold R.S. & Piper M.C. (2001). Lumbar disc disease comparative analysis of physical therapy treatments. Arch. phy. Med, . 62. (4). P. 176-179.

Шевченко О.В.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання
Центральноукраїнського державного педагогічного
університету імені Володимира Винниченка, м. Кропивницький*
Мельник А.О.
*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання
Центральноукраїнського державного педагогічного
університету імені Володимира Винниченка, м. Кропивницький*

ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Стаття присвячена оптимізації мотиваційно-ціннісного ставлення молодших школярів до занять фізичною культурою. Обґрунтовано, що підвищення мотиваційно-ціннісного ставлення молодших школярів до фізичної культури буде більш ефективним, якщо: створити умови для задоволення особистісних і колективних мотивів діяльності дітей; реалізувати їх емоційний розвиток; впровадити в освітній процес учнів методику впливу засобів фізичного виховання. З'ясовано, що ігрові умови для молодших школярів є ідеальним середовищем для розвитку фізичних якостей. Проаналізовано особливості застосування ігрового методу в початковій школі. Доведено, що застосування таких методичних прийомів як чергування вправ та ігор дозволяє переносити сформовані рухові навички в ігрові умови. Це сприяє підвищенню інтересу до гри й заняття, реалізації можливостей самовияву, самоствердження і самооцінювання.

Ключові слова: мотиваційно-ціннісне ставлення, молодші школярі, засоби фізичної культури, ігровий метод, інтерес.

Мельник А.А., Шевченко О.В. Повышение мотивационно-ценностного отношения младших школьников к занятиям физической культурой. *Статья посвящена оптимизации мотивационно-ценностного отношения младших школьников к занятиям физической культурой. Обосновано, что повышение мотивационно-ценностного отношения младших школьников к физической культуре будет более эффективным, если: создать условия для удовлетворения личных и коллективных мотивов деятельности детей; реализовать их эмоциональное развитие; внедрить в учебный процесс учащихся методику воздействия средств физического воспитания. Выяснено, что подвижные игры для младших школьников являются идеальной средой для развития физических качеств. Проанализированы особенности применения игрового метода в начальной школе. Доказано, что применение таких методических приемов как чередование упражнений и игр позволяет переносить сформированные двигательные навыки в игровые условия. Это способствует повышению интереса к игре и занятию, реализации возможностей самовыражения, самоутверждения и самооценки.*

Ключевые слова: мотивационно-ценностное отношение, младшие школьники, средства физической культуры, игровой метод, интерес.

Melnik Anastasiia, Shevchenko Olga Increasing motivation-value attitude of younger pupils with the means of physical culture. *The article is devoted to optimization of motivational and value attitude of younger students to physical education. Important features of today's educators for more effective formation of personality of each student are the orientation on the*

personality, strengthening the humanistic orientation of education, the search for new methods of teaching and upbringing. That is why new types of educational institutions are being created: kindergartens, lyceums, gymnasiums, school wellness centers, profile centers, which aim to provide every future teacher with an optimal start in life in order to best develop the abilities of each child.

One of the tasks of physical education is the formation of the need and enrichment of students' knowledge and skills for the rational use of physical education and sports in their spare time. Unfortunately, schools are not yet able to solve the problem of attracting children and their parents to the required level of general and physical culture, prompting them to systematically monitor their health, properly create their lifestyle, diet and exercise.

The purpose of the study is to develop a methodology for the impact of physical education on the motivational value of students. Increasing the motivational value of younger students to physical culture will be more effective if: to create the conditions for satisfying the personal and collective motives of children; to realize their emotional development; to introduce in the educational process of students the method of influence of means of physical education.

It has been found that playing conditions for younger students is an ideal environment for the development of physical qualities. The peculiarities of application of the game method in elementary school are analyzed. It is proved that application of such methodical techniques as alternation of exercises and games allows to transfer the formed motor skills in playing conditions. This helps to increase the interest in the game and occupation, the realization of self-expression, self-affirmation and self-esteem.

Key words: motivational-value attitude, younger pupils, means of physical culture, game method, interest.

Постановка проблеми. Важливими особливостями освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти є орієнтація педагога на особистість, посилення гуманістичної спрямованості освіти, пошуки новітніх методів навчання і виховання. В умовах сучасної загальноосвітньої школи епіцентром освіти є вихованець: його розвиток, становлення його індивідуальності, задоволення освітніх потреб, інтересів, творчих можливостей [5, с. 190].

У процесі оволодіння вмінням навчатися в дитини виробляються мотиваційні, емоційно-вольові механізми і спільні операційні вміння, які стають досягненням психічної індивідуальності учня і виділяють його як суб'єкт навчання [4, с. 11].

Одним із завдань фізичного виховання є формування потреби й збагачення знаннями і вміннями школярів щодо раціонального застосування занять фізичною культурою і спортом у вільний час. На жаль, школам поки не вдається вирішувати завдання щодо залучення дітей та їх батьків до занять фізичною культурою, які б спонукали їх систематично стежити за своїм здоров'ям, дотримуватись здорового способу життя, режиму харчування та мати можливість займатися фізичними вправами.

Сучасні концептуальні положення фізичного виховання вимагають інноваційних підходів до освітнього процесу з фізичної культури. В результаті творчого пошуку оригінальних, нестандартних вирішень різноманітних педагогічних проблем виникають нові навчальні технології, оригінальні виховні ідеї, форми та методи виховання, нестандартні підходи в системі освіти [1]. На нашу думку, саме інноваційний підхід до освітнього процесу школярів дозволить підвищити їх мотиваційно-ціннісне ставлення до занять фізичною культурою, починаючи з початкової школи.

Метою статті є визначення шляхів підвищення мотиваційно-ціннісного ставлення молодших школярів до занять фізичною культурою.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз науково-педагогічної літератури дозволив з'ясувати, що педагогічні інновації – це результат творчого пошуку оригінальних, нестандартних вирішень різноманітних педагогічних проблем. Прямим продуктом творчого пошуку можуть бути нові навчальні технології, оригінальні виховні ідеї, форми та методи виховання, нестандартні підходи в управлінні [7, с. 27].

Для успіху в освітньому процесі з фізичної культури важливе ставлення учнів, яке ґрунтується на внутрішніх потребах (інтересах) та засвоєнні знань, навичок і умінь, що є цінностями, накопиченими суспільством у сфері фізичного виховання.

Формування позитивного, активного і свідомого ставлення до фізичної культури як частини загальної культури є недостатньо розробленим. Наукові дослідження звертають увагу на суперечності між: усвідомленням необхідності формування фізичної культури і рівнем розвитку ставлення до неї школярів; необхідністю розробки умов формування мотиваційно-ціннісного ставлення учнів до фізичної культури і недостатністю наукових знань, що описують цей процес; структурою і закономірностями становлення мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури і невідомістю їх сутності.

Деякі вчені вважають, що неможливо розглядати відносини особистості поза свідомістю. Прихильники цієї точки зору розглядають відносини як: компонент свідомості, спрямованості думок, почуттів, уваги, обумовлені, в кінцевому рахунку, економічними умовами. Однією з форм прояву відносин особистості є її інтереси, а «інтерес належить до області волі і свідомості» [6, с. 37]. Істотною роллю у розвитку особистості належить вихованню фізичної культури, яка виступає складовою частиною загальної культури. Фізична культура особистості – це соціально детермінована область загальної культури людини, яка представляє собою якісний, системний, динамічний стан і характеризується певним рівнем спеціальної освіченості, фізичної досконалості, мотиваційно-ціннісних орієнтацій і соціально-духовних цінностей. У зв'язку з цим, формування фізичної культури особистості – це, перш за все, проблема виховання ставлення до неї. Проблема формування позитивного і активного ставлення до фізичної культури є маловивченим питанням в сучасній психолого-педагогічній науці [2].

Л. М. Коган і Ю. Р. Вишневський вважають, що суспільство і культура – сторони єдиного цілого. Культура – одна зі сторін сфери суспільства. Тому, будь-яка культурна діяльність – соціальна, але соціальна діяльність культурна лише тоді, коли вона розвиває і збагачує культуру і саму людину. Культура як діяльність – це активний процес, у ході якого відбувається

перетворення внутрішнього світу людини, формування в ньому культурних потреб. Вони також визначають культуру як таку, що обумовлена способом матеріального виробництва, активну і творчу діяльність особистості, у процесі якої виробляються, зберігаються і споживаються соціальні цінності і норми, а також сукупність самих цих цінностей і норм, що опредмечують творчу діяльність людей [3].

Викладення основного матеріалу. В закладах загальної середньої освіти, на жаль, педагоги в основному звертають увагу на логічні методи вирішення завдань, зокрема в процесі рішення творчих завдань. Якщо всі відомі методи рішення творчих задач розділити за ознакою домінування логічних евристичних (інтуїтивних) процесів і відповідних їм правил діяльності, то можна виділити дві великі групи методів: а) логічні методи – це методи, в яких переважають логічні правила аналізу, порівняння, узагальнення, класифікації, індукції, дедукції; б) евристичні методи.

Організоване дослідження з учнями початкової школи м. Кропивницького було спрямоване на застосування інноваційних методів організації освітнього процесу на уроках фізичної культури з метою підвищення мотиваційно-ціннісного ставлення школярів до фізичної культури. На нашу думку педагогічний процес, який спрямований на формування активного й позитивного ставлення до фізичної культури, вимагає уявлення про його структуру. Підвищення мотиваційно-ціннісного ставлення молодших школярів до фізичної культури буде більш ефективним, якщо: створити умови для задоволення особистісних і колективних мотивів діяльності дітей; реалізувати їх емоційний розвиток; впровадити в освітній процес учнів методику впливу засобів фізичного виховання.

Так, методика впливу мала на меті запровадження ділових ігор, під час яких відтворювалася певна ділова обстановка, відбувався розподіл ролей в системі «учень-викладач», розвивалися здібності генерування нових ідей, вирішувалися творчі завдання відповідно до мети, навичок, які необхідно розвинути і закріпити в їх процесі. Ігровий метод дозволив покращити у молодших школярів показники розвитку фізичних якостей завдяки методичного прийому, а саме, чергування вправ та ігор, що дозволило перенести сформовані рухові навички в ігрові умови. Це сприяло підвищенню інтересу до гри й уроку, і реалізації можливості самовияву, самоствердження й самооцінювання. Використання такого методичного прийому як формулювання ігрових завдань дозволило надати особистісно-значущу цінність до виконання учнями поставлених на уроці завдань.

Впровадження в освітній процес молодших школярів комплексу ігрових технологій має достатню перевагу перед іншими засобами проведення уроку з фізичної культури і перебуває на вищому щаблі їх інтересів. Тому, використання даної методики сприяло оптимальному вирішенню проблеми мотивації учнів до освітньої діяльності. Спираючись на думку С.Л. Коробко [4, с. 254], нами було підтвержено, що групові заняття в ігровій формі стимулюють розвиток особистості як у сфері взаємин, так і в пізнавальній діяльності дітей. Так, спілкування в групі розширило у школярів межі бачення власних можливостей через відбивання дій іншими та з іншими. Надання спрямованого впливу на розвиток фізичних якостей учнів дозволило застосувати диференційоване оцінювання та реалізацію індивідуальних домашніх завдань на тлі ігрового методу. Це пов'язано з використанням в ході дослідження методичного прийому заохочення самостійної фізкультурної діяльності дітей з учителем, батьками, однолітками, застосування на заняттях пропедевтичного матеріалу, заохочення творчої активності. Застосуванням комплексу методичних прийомів на тлі ігрового методу, підвищення уваги до оформлення місця заняття, використання музичного супроводу дозволило підвищити бажання учнів до занять фізичною культурою, що відобразилося на показниках емоційного блоку.

Так, залучення дітей до аналітико-творчої діяльності з оцінювання свого фізичного стану, поведінки, проявів особистісних якостей, стимулювання колективних обговорень спортивних подій, надання занять інтегративного характеру, реалізація індивідуальних домашніх завдань сприяли підвищенню пізнавальної активності дітей. Застосування вправ з неповною орієнтовною основою стимулювало творче мислення учнів. Ці особливості запропонованої методики проявилися в значному поліпшенні показників пізнавального блоку.

Методичні прийоми, що створювали ситуації морального вибору в ході ігор на заняттях, чергування ігор та вправ, що дозволили розвинути фізичні якості та сформувати навички моральної поведінки, перенесення їх з ігрових умов в неігрові, які залучали дітей в аналітичну діяльність з оцінювання поведінки, реалізації домашніх завдань сприяли формуванню адекватної самооцінки школярів, вихованню дисциплінованості, акуратності й зібраності.

Висновки. Отже, фізична культура може розглядатися як системна і динамічна освіта особистості, що характеризується визначеним рівнем її фізичного розвитку та освіти в сфері фізичної культури, усвідомленням способів досягнення цього рівня і виявляється в різноманітних формах фізкультурно-оздоровчої діяльності, що спонукається потребнісно-мотиваційною сферою. Використання комплексу методичних прийомів ігрового спрямування дозволило сформувати у школярів свідоме й активне ставлення до фізичної культури як процесу формування культури особистості. Молодший шкільний вік є сприятливим періодом для розвитку фізичних якостей і рухових здібностей, певним етапом становлення особистості. В процесі дослідження нами з'ясовано, що «ставлення особистості» одне з найбільш важливих аспектів в психології та педагогіці, його використання допомагає розкривати методологічні та теоретичні основи формування особистості. Встановлено, що молодший шкільний вік є основою фундаменту морально-вольових якостей (характеру, волі, моральності, формування свідомого і активного ставлення до різних видів діяльності), певним етапом становлення особистості і сприятливим періодом розвитку рухових здібностей.

Література

1. Драч І. І. Основні підходи до визначення професійної компетентності педагога / І. І. Драч // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми : зб. наук. пр. – Вип. 32. – Вінниця: Планер, 2012. – С. 9–14.

2. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы/ Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург, 2000. – 512 с.

3. Коган Л.Н. Цель и смысл жизни человека / Л.Н.Коган. – М.: Мысль, 1984. – 252 с.
4. Коробко С. Л. Работа психолога з молодшими школярами: метод. посіб. / С. Л. Коробко, О. І. Коробко. – К.: Літера ЛТД, 2014. – 416 с.
5. Радул В. В. Соціальна зрілість особистості: монографія / В. В. Радул. – Харків: Мачулін, 2017. – 442 с.
6. Трещева О. Л. Формирование культуры здоровья личности в образовательной системе физического воспитания: автореф. дис. на соискание ученой степени д-ра. пед. наук: 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / О. Л. Трещева. – Омск, 2003. – 51 с.
7. Химинець В.В. Інноваційна освітня діяльність / В.В. Химинець. – Ужгород: Інформаційно-видавничий центр ЗІППО, 2007. – 364 с.

References

1. Drach, I.I. (2012). Osnovni pidkhody do vyznachennia profesiinoi kompetentnosti pedahoha [The main approach to the recognition of the professional competence of a teacher]. Suchasni informatsiini tekhnologii ta innovatsiini metodyky navchannia u pidhotovtsi fakhivtsiv: metodolohiia, teoriia, dosvid, problemy: zb. nauk. pr. – Advanced Information Technology and Innovation Techniques for Preparing to Prepare: Methodology, Theory, Development, Problems: zb. sciences. etc., 32, (pp. 9–14). Vinnytsia: Planer [in Ukraine].
2. Il'in, E.P. (2000). Motivaciya i motivy [Motivation and motives]. Sankt-Peterburg [in Russian].
3. Kogan, L.N. (1984). Czel' i smysl zhizni cheloveka [The purpose and meaning of human life]. Moskva: My'sl' [in Russian].
4. Korobko, S.L., & Korobko, O.I. (2014). Robota psykhologa z molodshymy shkoliaramy: metod. posib. [Psychologist's work with junior high school students: a method. tool]. Kyiv: Litera LTD [in Ukraine].
5. Radul, V.V. (2017). Sotsialna zriist osobystosti: monohrafiia [Social maturity of a specialty: monograph]. Kharkiv: Machulin [in Ukraine].
6. Treshheva, O.L. (2003). Formirovanie kul'tury` zdorov'ya lichnosti v obrazovatel`noj sisteme fizicheskogo vospitaniya [Formation of the culture of individual health in the educational system of physical education]. Extended abstract of Doctor's thesis. Omsk [in Russian].
7. Khymynets, V.V. (2007). Innovatsiyna osvithna diyalnist [Innovation educational activity]. Uzhgorod: Informatsiyno-vydavnychiy tsentr ZIPPO [in Ukraine].

Шинкарьова О.Д.,

**аспірант, викладач кафедри олімпійського і професійного спорту
Отравенко О.В.,**

к.п.н., доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

ДЗ "Луганський національний університет імені Тараса Шевченка", м. Старобільськ, Україна

ДОЗВІЛЛЕВО-РЕКРЕАЦІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СТИЛЮ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

У статті досліджується дозвіллево-рекреаційна діяльність як складова здорового стилю життя, яка охоплює всі види діяльності, пов'язані з відновленням духовних, розумових і фізичних сил людини. Вивчено стан розробленості проблеми в сучасній науково-методичній літературі. Уточнено поняття дозвілля, дозвіллево-рекреаційної діяльності та здорового стилю життя студентської молоді. Підкреслено зростання ролі рекреаційних занять для здоров'я молодої людини. Це обумовлено необхідністю вдосконалення оздоровчо-виховного процесу, в основі якого лежить свідоме використання засобів дозвіллево-рекреаційної діяльності. Визначено критерії, показники та рівні сформованості здорового стилю життя студентської молоді у дозвіллево-рекреаційній діяльності. Проаналізовано результати вивчення уподобань студентів 1-4 курсів спеціальності "Середня освіта. Фізична культура" і "Фізична культура і спорт. Спорт" до різних видів дозвіллево-рекреаційної діяльності. Виявлені уподобання студентів до таких видів дозвіллево-рекреаційної діяльності, як відпочинок на природі (65%), самостійні заняття фізичними вправами (63%), зустріч з друзями (62%) та інші. Встановлено, що види дозвіллево-рекреаційної діяльності освітньо-культурної спрямованості мало користуються популярністю серед студентів, що потребує корекції для формування здорового стилю життя.

Ключові слова: рекреація, дозвілля, дозвіллево-рекреаційна діяльність, рухова активність, здоровий стиль життя, студенти.

Шинкарьова Е. Д., Отравенко Е. В. Досугово-рекреационная деятельность как составляющая здорового стиля жизни. В статье исследуется досугово-рекреационная деятельность как составляющая здорового стиля жизни, которая охватывает все виды деятельности, связанные с восстановлением духовных, умственных и физических сил человека. Изучено состояние проблемы в современной научно-методической литературе. Уточнено понятие досуга, досугово-рекреационной деятельности и здорового стиля жизни студенческой молодежи. Подчеркнуто возрастание роли рекреационных занятий для здоровья молодого человека. Это обусловлено необходимостью совершенствования оздоровительно-воспитательного процесса, в основе которого лежит сознательное использование средств досугово-рекреационной деятельности. Определены критерии, показатели и уровни сформированности здорового стиля жизни студенческой молодежи в досугово-рекреационной деятельности. Проанализированы результаты изучения предпочтений студентов 1-4 курсов специальности Среднее образование. "Физическая культура" а и "Физическая культура и спорт. Спорт" к различным видам досугово-рекреационной деятельности. Выявлены предпочтения