

- M.P. Drahomanov National Pedagogical University, 15. Scientific-pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport), 2 (122) 20. 203 (88-95).
27. Bakhmat, N., Maksymchuk, B., Voloshyna, O., Kuzmenko, V., Matviichuk, T., Kovalchuk, A. ... Maksymchuk, I. (2019). Designing cloud-oriented university environment in teacher training of future physical education teachers. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (4), 1323-1332.
28. Maksymchuk, I., Maksymchuk, B., Frytsiuk, V., Matviichuk, T., Demchenko, I., Babii, I. ... Savchuk, I. (2018). Developing pedagogical mastery of future physical education teachers in higher education institutions. *Journal of Physical Education and Sport*, 18 (2), 810-815.
29. Maksymchuk, B. A., Ovcharuk, V.V., Halaydiuk, M.A., Lytvynrko, V.A., Bashavets, N.A., Kakhiani, Yu.V., Khudytska Kh.M., & Ovcharuk, V.H. (2020). Modernization of the infrastructure of the national physical education system. *Scientific Journal of M.P. Drahomanov National Pedagogical University, 15. Scientific-pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport)*, 8 (128) 20. 196 (102-111).
30. Maksymchuk, B.A., Shvets, I.B., Vyshnivska, N.B., Honchar, H.I., & Shaliov, A.S. (2020). The dual training of a specialist within a pedagogical institution of higher education. *Scientific Journal of M.P. Drahomanov National Pedagogical University, 15. Scientific-pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport)*, 7 (127) 20. 186 (109-119).
31. Honcharuk, V.A., Homotiuk, O.Ye., Pletenytska, L.S., Zvozdetska, V.H., Lanchukovska, N.V., Khapina, O.V., Chyzh, A.H., & Maksymchuk I.A. (2020). The program of pedagogical practice in the context of mastering the basics of pedagogical communication. *Scientific Journal of M.P. Drahomanov National Pedagogical University, 15. Scientific-pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport)*, 5 (125) 20. 169 (43-49).
32. Sahach O.M., Korniat, V.S., Prokopchuk, V.I., Didukh, I.Ya., Pletenytska, L.S., Demchenko, I.I., Maksymchuk I.A., & Maksymchuk B.A. (2020). Motivation and conditions for the development of pedagogical skills in the process of vocational training. *Scientific Journal of M.P. Drahomanov National Pedagogical University, 15. Scientific-pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport)*, 3 (123) 20. 178 (125-131).
33. Paska, M.Z., Demchenko, I.I., Maksymchuk B.A., Zubal, M.V., Shaparenko, I.Ye., Myronenko, S.H., Zvonar, V.V., & Maksymchuk I.A. (2020). Characteristics of the current state of the pedagogical skills development of future physical culture teachers in the process of vocational training. *Scientific Journal of M.P. Drahomanov National Pedagogical University, 15. Scientific-pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport)*, 3 (123) 20. 178 (106-113).

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.1(129).12
УДК 796.011.3 - 053.2 / - 53.7:159.922.7

Марченко О. Ю.
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор,
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Холодова О. С
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Заєць К.
магістрантка НУФВСУ

ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ РІВНЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ЮНАКІВ І ДІВЧАТ РІЗНИХ ВІКОВИХ ГРУП

Мета даної статті полягає у вивченні особливостей і відмінностей самоопису фізичного розвитку школярів різного віку. У дослідженні взяли участь 628 осіб (юнаків - 282; дівчат – 346). Для вирішення завдань нашого дослідження було використано наступні методики: тест-опитувальник «Самоопис фізичного розвитку», методи математичної статистики. За результатами дослідження визначено, що самооцінка фізичного розвитку школярів має високий та завищений рівні, що становить 80-85% від максимального балу. Встановлено, що на загальну самооцінку хлопців молодшого шкільного віку впливає більше показників, ніж у дівчат. Юнаки самооцінку асоціюють із власним здоров'ям, координацією рухів та гнучкістю. Дівчата самооцінку асоціюють з фізичною активністю та власними фізичними здібностями. Також отримані результати наукового експерименту надають нам право стверджувати про існування вікових та статевих відмінностей між показниками самоопису юнаків і дівчат, які займаються та не займаються спортом. Порівнюючи результати самоопису респондентів за всіма показниками фізичного розвитку, виявлено, що самооцінка фізичних здібностей у юнаків вище, ніж у дівчат. Але у дівчат вона стає більш диференційованою з віком.

Ключові слова: школярі, фізичне «Я», фізичне виховання, фізична культура, юнаки, дівчата, самооцінка фізичного розвитку.

Марченко О. Ю., Холодова О. С., Заєць К. В. Особенности самооценки уровня физического развития юношей и девушек разных возрастных групп. Цель данной статьи: изучения особенностей и отличий самоописания физического развития школьников разного возраста. В исследовании приняли участие 628 человек (юношей - 282; девушек - 346). Для решения задач нашего исследования были использованы следующие методики: тест-опросник «Самоописание физического развития», методы математической статистики. В результате исследования установлено, что самооценка физического развития школьников имеет высокий и завищенный уровни и составляет 80-85% от максимального балла. Установлено, что на общую самооценку мальчиков младшего школьного возраста влияет больше показателей, чем у девочек. Юноши самооценку ассоциируют с уровнем своего здоровья, координацией

движень і гнучкістю, дівчушки - с фізической активностью і фізическими способностями. Полученные результаты научного эксперимента дают нам право утверждать о существовании возрастных і половых различий между показателями самоописания юношей і девушек, которые занимаются і не занимаются спортом. Сравнивая результаты самоописания респондентов, установлено, что по многим показателям самооценка физических способностей у юношей выше чем у девушек, но у девушек она становится более дифференцированной с возрастом.

Ключевые слова: школьники, юноши, девушки, физическое «Я», самоописание физического развития, физическое воспитание, физическая культура, самооценка физического развития.

Marchenko O., Kholodova O., Zaiets K. Peculiarities of the self-esteem level of physical development of young men and young women from different age groups. Describes a complex of methods for the implementation of scientific research, the information of those who were researched is represented, methodology and methods of the research are described. Covers a wide range of problems, in particular a comprehensive study of motivation for both physical activity (needs, interests, self-conception, performance, leisure and factors of a healthy lifestyle), and for learning and succeeding. Objective: to study gender peculiarities and differences in self-description of physical development of schoolchildren. Material: The study involved schoolchildren of 5-11 grades (n = 638), among them: young men - 282, girls - 386. Correlation analysis of self-description of subjective indexes of physical development of schoolchildren has been conducted. Results: Using the results of the testing "Self-description of physical development". It was found out that the correlational connection of indicators of self-description of the physical development of respondents of all ages have certain gender differences. We found that general self-esteem of boys of primary school age is affected by more indicators than of the girls. Young men associate with their own self-esteem and physical qualities: coordination and flexibility. Girls associate their health with physical activity and their own physical abilities. Conclusions: The obtained results of the scientific experiment give us the right to assert the existence of age and gender differences between the indicators of self-description of boys and girls who are engaged in and not engaged in sports. The study of self-assessment of physical boys and girls of different ages helped to draw conclusions about common and different priorities of the motivational sphere of physical culture and sports in gender and age.

Key words: Schoolchildren, physical "I", self-description of physical development, physical education, physical culture, boys, girls, self-assessment of physical development.

Постановка проблеми. Фізичне виховання як навчальна дисципліна в закладах загальної середньої освіти навчальних закладах ставить за мету не тільки розв'язувати освітні, оздоровчі та виховні завдання, а й формувати ціннісне ставлення до здоров'я, здорового способу життя, виховуючи інтерес та потребу в руховій активності. Проте, за слушними зауваженнями Т. Ю. Круцевич [12] та інших учених, незважаючи на те, що школа є навчальним закладом, який спрямовує свою діяльність на гармонійний розвиток дітей, виразно простежується невпинне зниження рухової активності школярів і – як наслідок – зниження рівня їхнього фізичного стану та підвищення рівня захворюваності. У зв'язку з цим слід усвідомлювати, що формування ціннісних орієнтацій у галузі фізичної культури можливе передусім за умов орієнтації школяра на можливість реалізації своїх визначених, найбільш важливих особистісних потреб, яка, своєю чергою, стане найголовнішим чинником формування ціннісного ставлення, а надалі – гуманістичних і культурологічних ціннісних орієнтацій у досліджуваній сфері [13, 25].

Нажаль, сьогодні фізична культура помітно втрачає своє ціннісне значення для сучасної молоді. Діти та підлітки віддають перевагу телебаченню та Інтернету. Основними чинниками стійкої тенденції щодо зниження здоров'я дітей і молоді вчені називають інформатизацію та інтенсифікацію освітнього процесу на тлі виразного психоемоційного напруження, зниження уваги влади до соціальних проблем, послаблення державної політики у сфері профілактичної медицини, згортання наукових досліджень з проблем фізичної культури та низьку рухову активність.

За результатами ряду досліджень, до 72 % навчального часу учнівська молодь проводить у статичному положенні [2, 10, 25]. З огляду на це публікації сучасних науковців [12, 14, 18, 19, 20, 25, 27, 28 та ін.] абсолютно об'єктивно вказують на катастрофічне погіршення стану здоров'я населення України, на щорічне зростання чисельності школярів, віднесених до спеціальної медичної групи. Безперечно, провідну роль у розв'язанні завдання збереження та зміцнення здоров'я молодого покоління, корекції, відновлення порушених функцій, оздоровлення і профілактики захворювань відіграє фізична культура [12]. Утім, аналізуючи сучасні підходи до її розвитку в Україні, можна зазначити, що рухова активність, здоровий спосіб життя фактично відірвані від особистісних якостей людини. Більше того, при з'ясуванні проблеми збереження й примноження здоров'я нації не розглядаються і не враховуються ціннісні орієнтири особистості. Проте фізична культура людини невіддільна від її духовної культури, духовного здоров'я [3, 12, 25].

Формування цілісної, гармонійно розвиненої особистості з урахуванням індивідуальних особливостей юнаків і дівчат в різні вікові періоди можливе тільки завдяки комплексному розв'язанню педагогічних і соціальних питань. Сучасна психологія розглядає Я-концепцію людини як неповторну систему її уявлень про саму себе та включає такі елементи: свідомість власних фізичних, інтелектуальних та інших якостей; самооцінку, суб'єктивне сприймання зовнішніх факторів, які мають вплив на особистість [3]. Одним із факторів впливу на самооцінку школярів, на нашу думку, є заняття фізичною культурою і спортом. Тому, вивчення самооцінки фізичного розвитку юнаків і дівчат відіграє важливе значення для розвитку особистості школярів різних вікових груп. Вона створює цілісне уявлення юнаків і дівчат про цілі, зміст, форми та засоби фізичного виховання, що дозволяє критично поставитись до себе та своєї діяльності у минулому, теперішньому та майбутньому часі, та виступає одним із складників потребо-мотиваційної структури особистості. Глибинний сенс таких знань полягає передусім у проведенні більш ґрунтованих емпіричних досліджень, що і визначило мету і завдання нашої наукової роботи.

Аналіз літературних джерел. Нині українські й зарубіжні вчені розглядають людину як синкретичну систему, в якій

нерозривно співіснують біологічне та особистісне, як те, що визначає її індивідуальну активність, та соціальне, в тому розумінні, що людина діє в суспільстві та суспільство до певної міри визначає її мотиви, ідеали, цілі, способи їх досягнення і види діяльності [1, 2, 12, 16, 18, 20, 25]. Провідні фахівці галузі не одне десятиліття займаються вивченням потреб, мотивів та інтересів у сфері фізичної культури різних груп населення [2, 12, 20, 21, 22]. Однак у контексті нашого дослідження ці поняття повинні розглядатися як складники системи ціннісних орієнтацій особистості, що детермінують формування фізичної культури людини й соціуму та її власну самооцінку. Самооцінкою С. Куперсміт називає ставлення індивіда до себе, яке складається поступово та набуває звичного характеру [11]. Таким чином, самооцінка відображає ступінь розвитку особистості та відчуття власної значущості. Науковці стверджують, що, будучи відносно нестійким особистісним утворенням, самооцінка схильна до різноманітних екзогенних та ендогенних впливів [4, 20, 22, 24, 30, 31,]. Дослідники встановили, що вона починає формуватися в ранньому дитинстві та продовжує розвиватися протягом усього життєвого шляху особистості під впливом різних соціальних факторів, що дозволяє розглядати вікові особливості самооцінки [1, 4, 5, 23, 24]. Завищена або неадекватна оцінка свого стану може бути фактором, який лімітує самовдосконалення засобами фізичного виховання. У той же час, проведений аналіз наукових робіт вітчизняних та іноземних авторів [35, 38, 40, 41, 42, 43], не виявив цілісних наукових досліджень вікових та статевих особливостей самооцінки власного здоров'я та фізичного розвитку юнаків та дівчат різних вікових груп, що обґрунтовує актуальність нашого дослідження.

Мета дослідження:

1. Дослідити вікові й статеві особливості самооцінки фізичного «Я» юнаків і дівчат різних вікових груп.
2. Визначити ступінь впливу показників фізичного «Я» на загальну самооцінку юнаків і дівчат, які займаються спортом.

Дослідження виконано відповідно до Плану НДР у галузі фізичної культури і спорту за темою 3.1 «Удосконалення системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей, підлітків і молоді в закладах освіти» на 2021-2025 рр. та згідно тематичного плану наукових досліджень та розробок, що виконуються за рахунок коштів державного бюджету МОН на 2016-2019 рр. за темою «Історичні та організаційно-методичні засади формування гендерного підходу у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді» шифр 1.2Ф. (№ державної реєстрації 0117U002386).

Для розв'язання поставлених завдань використовувався комплекс наступних методів:

- теоретичні: аналіз, порівняння, узагальнення, систематизація, теоретичне моделювання проводились з метою узагальнення досвіду науковців, які займаються вивченням сучасних підходів до розвитку та вдосконалення системи фізичного виховання та визначення проблемного поля дослідження;
- психолого-діагностичні: тест-опитувальник Є. В. Боченкової «Самоопис фізичного розвитку» [4], який був використаний для дослідження індивідуального профілю фізичного «Я» особистості;
- загальноприйняті методи математичної статистики з розрахунком середніх арифметичних величин (\bar{x}), середнього квадратичного відхилення (S), розраховувався коефіцієнт кореляції рангів Спірмена; усі розрахунки виконувалися в програмі SPSS 17.0; всі дані оброблялись на персональному комп'ютері з використанням пакету стандартних програм (Excel – 2007; Statistica – 10.0)

У науковому експерименті приймали участь школярі 5-11 класів ЗЗСО м. Полтава, з яких 126 респондентів займаються певним видом спорту (плавання, баскетбол, волейбол, атлетична гімнастика, боротьба, тхеквондо). Інші школярі відвідують звичайні заняття з фізичного виховання. Процедура наукових досліджень проводилася відповідно до етичних стандартів відповідального комітету з прав людини за погодженням управління освіти Полтавського міськвиконкому та письмової згоди директорів шкіл та батьків респондентів, що підтверджується відповідними документами.

Результати досліджуваних стратифікувалися відповідно віковим періодам фізіологічного розвитку дітей і біологічної статі. Достовірність різниці між окремими результатами вираховувалась на рівні надійності $p < 0,05$ до $p < 0,01$, що свідчить про можливість їх врахування при розробці практичних рекомендацій для вчителів фізичної культури, а також для подальших інтерпретацій.

Виклад основного матеріалу дослідження. На самооцінку фізичного розвитку школярів впливає суб'єктивний фактор і водночас – зовнішні фактори, пов'язані з модою (наслідування) на зовнішній вигляд, статуру, одяг, фізичні якості (сила, сприйнятливість, витривалість, грація тощо), заняття популярними видами рухової активності.

Використаний у дослідженні опитувальник містить 70 тверджень, які стосуються сфери фізичного розвитку людини, та встановлює 10 показників фізичного розвитку і показник загальної самооцінки: здоров'я, координація рухів, фізична активність, структурність тіла, спортивні здібності, фізичне «Я», зовнішній вигляд, сила, гнучкість, витривалість, самооцінка. Аналіз результатів цього тестування довів, що всі питання опитувальника мають вірогідні значення коефіцієнтів кореляції. Для підтвердження цього ми використовували коефіцієнт Кронбаха.

Наше дослідження охоплює різні вікові групи школярів. Спочатку розглянемо ставлення до свого фізичного «Я» хлопців та дівчат віком 11-13 років та визначимо особливості самоопису їхнього фізичного розвитку (табл. 1). Оцінка результатів проходила шляхом співвідношення отриманих результатів із загальноприйнятими нормами рівня самооцінки особистості, відповідно до яких була використана шкала самооцінки особистості за такими показниками:

- дуже високий рівень самооцінки (завищена) – 75-100 % від максимальної кількості балів;
- високий рівень самооцінки – 60-74 % від максимальної кількості балів;
- середній рівень самооцінки – 45-59 % від максимальної кількості балів;
- занижений рівень самооцінки – нижчий 45 % від максимальної кількості балів [4].

Для зіставлення результатів самоопису фізичного розвитку за окремими шкалами ми обрали відносні показники, для цього абсолютні бали перевівши у відсоток від максимального балу (% від максимального балу) (за Боченковою). Отже, в середньому значення як у хлопців, так і у дівчат складають від 71 % до 86 % від максимального балу, що взагалі свідчить про дещо завищений рівень уявлень школярів про свою фізичну підготовленість.

За середнім балом хлопці 5-го класу найвищі оцінки поставили за такими шкалами: «стрункість тіла» (97,4 % від максимального балу), «координація рухів» (89,8 %) та «глобальне фізичне «Я»» (87,7 %). У дівчат 5-го класу «витривалість» отримала найвищий бал (92,6 %), далі йдуть такі показники: «стрункість тіла» (85,9 %) та «спортивні здібності» (84,5 %).

Таблиця 1

Середнє значення показників опитувальника «Самоопис фізичного розвитку» (хлопці, дівчата 11–13 років), (% від максимального балу), (n = 638)

Клас		Здоров'я (48)	Координація рухів (36)	Фізична активність (36)	Стрункість тіла (36)	Спортивні здібності (36)	Глобальне фізичне Я (36)	Зовнішній вигляд (36)	Сила (36)	Гнучкість (36)	Витривалість (36)	Самооцінка (48)	Загальний рівень самоопису
5	х	86,11	89,81	81,30	97,04	81,67	87,78	74,07	79,44	85,00	81,67	86,53	84,68
	д	74,70	83,93	89,58	85,71	84,52	82,14	71,43	73,81	83,53	92,66	83,11	82,09
6	х	84,96	83,11	78,50	83,00	80,89	78,00	70,78	77,22	75,00	80,28	77,67	79,17
	д	82,14	85,13	78,24	76,34	79,63	81,69	76,34	74,02	75,05	69,44	81,13	78,31
7	х	82,29	82,03	75,98	79,17	80,23	80,88	74,35	76,47	74,02	81,70	82,35	79,23
	д	82,00	85,33	77,71	85,47	78,35	83,26	83,12	76,50	80,20	74,36	85,31	80,88

Порівнюючи самооцінку фізичного «Я» молодших хлопців і дівчат, встановлюємо, що у 5-му та 6-му класах хлопці з одинадцяти показників фізичного розвитку вісім оцінили вищим балом, ніж дівчата. Натомість у 7-му класі ситуація дещо змінилася: практично за всіма шкалами самоопису фізичного розвитку самооцінка хлопців дорівнює самооцінці дівчат, а за шкалами «глобальне фізичне «Я»», «сила» та «витривалість» стає нижчою. Аналіз самооцінки розвиненості фізичних якостей та фізичного «Я» хлопців 5-7-х класів (11-13 років) указує на їх слабкий рівень фізичної підготовленості та невпевненість у власному зовнішньому вигляді (табл. 2). Найгірші показники у хлопців були позначені за шкалами: «зовнішній вигляд» та «гнучкість», при цьому, «самооцінка» має один із найвищих показників. Дівчата 11-13 років, оцінюючи власне фізичне «Я», найвищий бал віддали наступним фізичним якостям: «стрункість» (5-й клас: 97,4 %, 6-й клас: 76,3 %, 7-й клас: 85,4 %), «самооцінка» (5-й клас: 83,5 %, 6-й клас: 81,1 %, 7-й клас: 85,3 %) та «глобальне фізичне «Я»» (5-й клас: 82,1 %, 6-й клас: 81,6 %, 7-й клас: 8,2 %). При цьому простежується низька фізична активність у 6-7-му класах та занижена оцінка силових здібностей. Шкала «глобальне фізичне «Я»» дає загальну оцінку фізичного стану респондентів, тобто дозволяє отримати сукупні дані про рівень розвитку як власних фізичних якостей і стану здоров'я, так і зовнішнього вигляду. За цією шкалою хлопці та дівчата мають дещо завищену самооцінку.

Привертає увагу тенденція зниження самооцінки хлопців у балах від 5-го до 7-го класу за якісними характеристиками: здоров'я (з 86,1 % до 82,2%), координація рухів (з 89,8 % до 82,0 %), фізична активність (з 81,3 % до 75,9 %), сила (з 79,4 % до 76,4 %). Теж саме стосується і дівчат. Порівнюючи самоопис фізичного розвитку хлопців та дівчат, виявляємо, що при низькому рівні фізичної активності та низькій самооцінці фізичних якостей у юнаків завищена загальна самооцінка та показник власного здоров'я. Дівчата 11-13 років при низькій фізичній активності, заниженій оцінці власних фізичних якостей мають занадто високу загальну самооцінку та надто високо оцінюють стрункість свого тіла. Тобто у цьому віці хлопці і дівчата при низькій самооцінці фізичних якостей вважають себе досить привабливими. Однак різниця між показниками в балах між віковими групами юнаків і дівчат 5-7-их класів не є достовірною, тому надалі ми можемо об'єднати їх у віковий період 11-13 років.

Далі розглянемо результати самоопису фізичного «Я», які отримали при тестуванні юнаків і дівчат 8-их та 9-их класів, які ми також об'єднали у віковий період 14-15 років (табл. 3.11). Проведений аналіз показників засвідчує, що середній бал самоопису фізичного розвитку за всіма показниками фізичного розвитку юнаків вищий, ніж у дівчат. Достовірної різниці між віковими групами за середньостатистичними величинами оцінки в балах не виявлено. Як зазначалося вище, результати балах було переведено у відсотки (%) від максимального балу.

Встановлено, що у юнаків уявлення про власну статуру з віком суб'єктивно стало більш реалістичним (табл. 2). Це підтверджує і середній бал оцінок за всіма шкалами самоопису, і середнє значення показників опитувальника «Самоопис фізичного розвитку» (% від максимального балу). Найвищі оцінки юнаки поставили за шкалами, які вказують на зовнішні прояви фізичного «Я»: «здоров'я» (8-й клас: 87,4 %; 9-й клас: 81,6 % від максимального балу) та «самооцінка» (8-й клас: 82,0 %; 9-й клас: 81,9 % від максимального балу).

Таблиця 2

Середнє значення показників опитувальника «Самоопис фізичного розвитку» (хлопці, дівчата 11–13 років), (% від максимального балу), (n = 638)

Клас		Здоров'я (48)	Координація рухів (36)	Фізична активність (36)	Стрункість тіла (36)	Спортивні здібності (36)	Глобальне фізичне Я (36)	Зовнішній вигляд (36)	Сила (36)	Гнучкість (36)	Витривалість (36)	Самооцінка (48)	Загальний рівень самоопису
8	х	87,31	64,70	59,28	64,73	62,39	62,46	58,94	63,90	56,25	59,77	82,05	82,49
	д	77,93	76,03	70,78	70,63	65,53	70,06	67,64	66,41	71,66	45,14	74,69	70,50
9	х	81,64	83,44	79,96	85,37	78,07	81,59	79,07	77,78	71,33	57,89	81,92	79,88
	д	76,83	79,28	75,44	74,78	68,39	72,50	76,67	64,67	70,28	49,29	78,08	73,22

Результати самооцінки юнаками власних фізичних якостей та спортивних здібностей засвідчують, що дані параметри фізичного «Я» юнаки оцінюють як гірші, ніж дівчата. Найнижчі показники самооцінки свого фізичного «Я» були виставлені за шкалами: «гнучкість» (56,2 % та 71,3 % відповідно), «зовнішній вигляд» (58,9 % та 79,0 %) та «фізична активність» (59,2 % та 79,6 %). Дівчата 14–15 років при самооцінці фізичного розвитку показники віднесли також за шкалами: «здоров'я» (73,9 % та 76,8 % відповідно), «самооцінка» (74,6 % та 78,0 %) та «координація рухів» (76,0 % та 79,2 %). «Спортивні здібності» оцінено так само стримано, як «сила» та «витривалість». Отже, юнаки і дівчата віком 14-15 років при низькому рівні фізичної активності та низькому рівні розвиненості фізичних якостей мають неадекватно завищений рівень самооцінки фізичного «Я». Також виявлено, що за всіма шкалами самоопису фізичного розвитку, самооцінка хлопців 14-15 років вища, ніж у дівчат.

Серед факторів, які обумовлюють формування процесів саморегуляції, одне з центральних місць належить «Я-фізичному» [4, 23, 29]. Тому виникає необхідність дослідження механізмів формування образу «Я-фізичного» та його вплив на розвиток структурних елементів самосвідомості, «Я-концепції» та особистості загалом.

Юність вважається не тільки періодом фізичного становлення, але й унікальним етапом когнітивного дорослішання. У підлітків відбувається диференціація цінностей тілесних рухових якостей відповідно до чоловічих та жіночих еталонів, що може призвести до вибіркового ставлення до різних видів рухової активності [1, 29].

Самосвідомість та самооцінка юнаків і дівчат значною мірою залежить від стереотипних уявлень про чоловіків та жінок. Такі стереотипи, у свою чергу, походять від історично встановленої в тому чи іншому суспільстві диференціації статевих ролей [1, 4, 20, 29]. Науковці стверджують, що в підлітковому віці в процесі усвідомлення свого «Я», становлення «Я-концепції» формується вибіркоче ставлення до навколишнього світу, при цьому усвідомлення й переживання своєї ідентичності припускає формування в підлітків «уявлень про самого себе як істоти визначеної статі», на основі яких він починає грати свою статеву роль, набуваючи впевненості у власній статевій орієнтації» [3, 4, 5, 19]. Отже, досліджуючи вікові та статеві особливості самооцінки фізичного розвитку, розглянемо результати, які ми отримали при тестуванні юнаків і дівчат 10-11-их класів, які ми також об'єднали у віковий період 16-17 років. Отримані дані представлено у таблиці 3.

Загальний рівень самооцінки старшокласників стає більш реалістичний, ніж у молодших школярів. Нижчими балами оцінюються власне здоров'я. Натомість найрозвиненішими в собі якостями старшокласники визначають «координацію рухів» (89,5 %) та «фізичну активність» (81,3 %).

Таблиця 3

Середнє значення показників опитувальника «Самоопис фізичного розвитку(хлопці, дівчата 11–13 років), (% від максимального балу), (n = 638)

Клас		Здоров'я (48)	Координація рухів (36)	Фізична активність (36)	Стрункість тіла (36)	Спортивні здібності (36)	Глобальне фізичне Я (36)	Зовнішній вигляд (36)	Сила (36)	Гнучкість (36)	Витривалість (36)	Самооцінка (48)	Загальний рівень самоопису
		10	ю	76,91	74,31	79,40	84,72	69,21	68,98	73,61	66,67	62,50	62,27
	д	78,33	70,37	52,78	78,33	57,04	72,04	77,59	54,26	68,89	40,74	83,89	67,57
11	ю	82,37	89,57	81,37	84,01	79,27	79,27	76,90	83,27	74,46	76,02	83,18	79,12
	д	76,91	74,31	79,40	84,72	69,21	68,98	73,61	66,67	62,50	62,27	78,30	72,74

Також вище юнаки 16-17 років оцінили «стрункість тіла» (84,7 % та 84,0 % відповідно). Дівчата підходять до самооцінки своєї статури більш вимогливо і мають за шкалою «стрункість тіла» нижчий бал, ніж юнаки (78,3 % та 79,7 %). Це пояснюється більш критичним підходом до власної статури.

Практично однакові відсотки в юнаків і дівчат при самооцінці свого здоров'я. Самооцінка фізичного «Я» за шкалами «сила» та «витривалість» вища в юнаків. У дівчат за даними шкалами найгірші показники. Власний «зовнішній вигляд» дівчата старших класів оцінили вище, ніж юнаки, приблизно на 5 %. Оцінка показника «здоров'я» знизилася та стала більш реалістичною порівняно з хлопцями та дівчатами, молодшими за віком.

Самооцінка у старшокласників має досить високий бал і вважається завищеною: в юнаків (78,3 % та 83,1 %), у дівчат (83,8 % та 84,9 % від максимального показника). Загалом самооцінка у дівчат 16-17 років вища, ніж у юнаків-однолітків. Але за загальними результатами самоопису фізичного розвитку, самооцінка за 9-ма з 11-ти показників фізичного розвитку в юнаків старших класів вища, ніж у дівчат. Виокремивши із загалу респондентів тих, хто займається спортом, за всіма показниками самооцінка фізичного розвитку вища у спортсменів (табл. 4). Порівнюючи результати тестування дівчат, які не займаються спортом, з показниками самоопису дівчат-спортсменок, можемо також констатувати той факт, що рівень самооцінки фізичного розвитку вищий за всіма показниками опитувальника у тих дівчат, які займаються спортивною діяльністю (табл. 4). Таку самооцінку спортсменів можна пояснити наявністю спортивних досягнень, які стимулюють та виховують наполегливість, силу волі та підсилюють віру в себе, що є фактором впевненості та досить високої самооцінки фізичного «Я».

Таблиця 4

Середнє значення показників опитувальника «Самоопис фізичного розвитку» (респонденти, що займаються спортом), (% від максимального балу), (n = 638)

Вік		Здоров'я (48)	Координація рухів (36)	Фізична активність (36)	Стрункість тіла (36)	Спортивність (36)	Здібності (36)	Глобальне фізичне Я (36)	Зовнішній вигляд (36)	Сила (36)	Стрункість (36)	Витривалість (36)	Самооцінка (48)
14-15 років	ю	81,85	81,90	79,39	86,92	75,54	80,91	76,61	76,79	74,73	78,41	80,17	
	д	79,76	85,32	86,11	78,17	80,95	80,95	79,37	71,83	80,16	79,76	84,52	
16-17 років	ю	82,55	87,36	84,03	84,51	80,49	80,49	78,68	82,64	73,61	76,46	84,48	
	д	75,42	80,56	81,39	76,67	70,00	67,50	71,11	70,83	68,89	70,83	77,50	

Дослідивши показники самоопису фізичного розвитку юнаків і дівчат різних вікових груп, ми визначили загальний рівень самооцінки фізичного розвитку школярів. Результати представлено у табл. 5 та 6. Вивчення загального рівня самооцінки фізичного розвитку школярів, виявило домінування переважно високого рівня.

Більшою мірою це проявляється у віці 11-13 років. З віком самооцінка респондентів, незалежно від приналежності до статеві групи, стає більш реалістичною. Однак, у хлопців та юнаків середній бал оцінки самоопису фізичного розвитку вищий, ніж у дівчат. Так, у віці 11-13 років у хлопців він складає 81 % від максимального показника, у дівчат – 80 %; у віковій групі 14-15 років: у хлопців – 81,85 %, у дівчат – 71,86 %; у віковій групі 16-17 років: у юнаків – 76,74 %, у дівчат – 70,15 %

Таблиця 5

Загальний рівень самооцінки фізичного розвитку школярів (хлопці), (n = 303), %

Рівень самооцінки	5 клас n=21	6 клас n=50	7 клас n=34	8 клас n=55	9 клас n=90	10 клас n=12	11 клас n=41
Завищена	38,10	8,00	17,65	30,21	24,44	0,00	26,83
Висока	61,90	74,00	58,82	56,36	53,33	58,33	56,10
Середня	0,00	18,00	23,53	10,91	21,11	33,33	17,07
Низька	0,00	0,00	0,00	1,82	1,12	8,33	0,00

Таблиця 6

Загальний рівень самооцінки фізичного розвитку школярів (дівчата), (n = 335), %

Рівень самооцінки	5 клас, n=53	6 клас, n=54	7 клас, n=39	8 клас, n=54	9 клас, n=55	10 клас, n=15	11 клас, n=65
Завищена	32,08	16,67	23,08	9,26	16,36	0,00	1,54
Висока	43,40	59,26	58,97	46,3	40,00	20,00	56,92
Середня	24,52	24,07	17,95	35,19	36,36	73,33	41,54
Низька	0,00	0,00	0,00	9,26	7,28	6,67	0,00

При виокремленні результатів показників тесту «Самоопис фізичного розвитку» у школярів, які займаються спортом визначено, що за всіма показниками опитувальника, самооцінка фізичного розвитку у них вища. Це можна пояснити наявністю спортивних досягнень, які стимулюють та виховують наполегливість, силу волі та підсилюють віру в себе, що є фактором впевненості у своїй фізичній вдосконалості.

Як підкреслює М. Розенберг, самооцінка вказує на ступінь розвитку в індивіда відчуття самоповаги, власної цінності і позитивного ставлення до всього того, що входить у сферу його «Я». Тому низька самооцінка припускає неприйняття себе, самовідторгнення, негативне ставлення до своєї особистості [3, 4].

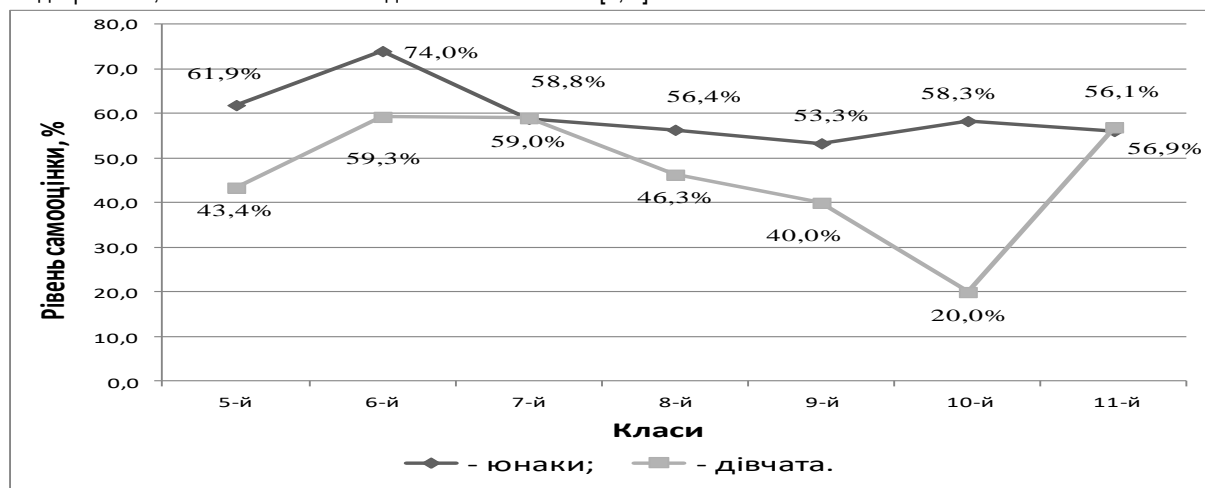


Рис. 1. Рівень загальної самооцінки фізичного розвитку школярів

Дослухаючись до думки вченого, для визначення критичних періодів низької самооцінки фізичного розвитку школярів ми взяли показник їх «високої» загальної самооцінки. Нами виявлено, що висока самооцінка фізичного розвитку найбільше властива хлопцям, і дівчатам у 6-му класі (вік 12 років). Таким чином, критичні періоди в юнаків і дівчат відрізняються на один рік. У юнаків він припадає на 9-ий клас (вік 15 років), у дівчат – на 10-ий (вік 16 років) (рис. 1). Самооцінка фізичного розвитку та стану здоров'я є суб'єктивним показником, але ґрунтується на об'єктивних показниках фізичної підготовленості та захворюваності. Від самооцінки особистості залежить формування рівня потреби в досягненнях. Визначаючи загальний рівень самооцінки фізичного розвитку школярів різних вікових груп, ми вивчили окремі характеристики особистості юнаків і дівчат, які мають для них певну цінність. Переоцінку фізичних якостей та рис характеру нами трактувалася як прагнення підлітків мати в собі ті чи інші якості та риси характеру. Тобто переоцінені якості, на нашу думку, можуть мати цінність для юнаків і дівчат.

Найбільш цікавим виявився факт завищеної самооцінки юнаками наступних параметрів: «стрункність тіла», «координація рухів», «глобальне фізичне «Я», «самооцінка». Для дівчат «стрункність тіла» та «глобальне фізичне «Я» можуть бути значущими цінностями, бо з віком самооцінка цих якостей зростає. Також у них виявлена тенденція до зменшення фізичної активності, спортивних здібностей, сили та витривалості.

Висновки. Отримані результати наукового експерименту надають право стверджувати про існування певних відмінностей між показниками самоопису юнаків і дівчат різних вікових груп, що має безпосередній вплив на рівень їх загальної самооцінки. Хлопці самооцінку безпосередньо пов'язують зі своєю силою та фізичною активністю, дівчата - із зовнішністю та координацією рухів. Також, нами встановлено, що на загальну самооцінку хлопців молодшого шкільного віку впливає більше показників, ніж у дівчат. Також нами виявлено суттєву різницю відношення до свого фізичного «Я» юнаків і дівчат, котрі займаються спортом від тих, які не займаються спортивною діяльністю.

Так, у своїй розвідці ми виявили особливості сприйняття свого фізичного розвитку у школярів, дослідили вікові й статеві особливості ставлення до свого фізичного «Я» юнаків і дівчат, які займаються та не займаються спортом, а також визначили ступінь впливу показників фізичного «Я» на загальну самооцінку школярів різних вікових груп.

Вивчивши показники самоопису фізичного розвитку юнаків і дівчат різних вікових груп, ми з'ясували загальний рівень самооцінки їхнього фізичного розвитку. Загалом цей аналіз дозволив виявити критичні періоди юнаків і дівчат, де самооцінка фізичного розвитку має найнижчі показники, і ті вікові відрізки, в яких школярі впевнені у своїх силах та фізичних якостях, що відображається у високому рівні загальної самооцінки фізичного розвитку.

Перспективи подальших досліджень. Подальші наші дослідження будуть присвячені порівнянню результатів самоопису фізичного «Я» юнаків і дівчат різних вікових груп з результатами контрольних нормативів по фізичному вихованню, з метою визначення адекватності їх самооцінки фізичного розвитку.

Література

1. Бальсевич В.К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека (к проблеме развития физкультурного знания). Теория и практика физической культуры. 1991;(7):37-41.
2. Безверхня Г.В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5-х – 11-х класів. Автореферат.
3. Бернс Р. Развитие я-концепции и воспитание: Учебное пособие для вузов / Р. Бернс. – М.: «Прогрес», 1986. – 421 с.
4. Боченкова Е.В. Самоописание физического развития: опросник: Мет. Пособие / Е.В. Боченкова. – Краснодар: КГАФК, 2000. - 26 с.
5. Варій М.Й. Психологія особистості /М.Й. Варій: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Київ «Центр учбової літератури», 2008. – 591 с.
6. Вихор С.Т. Гендерне виховання : паралелі кризь століття /С.Т.Вихор, збірник наукових праць «Наука і сучасність», том ХLI, К.: Логос, 2003, с. 82 – 89.
7. Говорун Т.В. Гендерна психологія: навч. посіб. / Т.В. Говорун, О.М. Кікінеджи. – К.: Академія, 2004. – 308 с.
8. Горячов В.В. Психолого-педагогические условия развития осознанного отношения старшеклассников к физкультурно-оздоровительной деятельности (с учетом гендерных особенностей) : автореф. дис. на соиск. науч. степ. канд.псих.наук : 19.00.07 / В.В. Горячов - Тамбов, 2009. - 19с.
9. Європейський Інструмент сусідства та партнерства. Стратегії ЄС щодо України на період 2007 – 2013 рр. Неофіційний переклад . – С.15.
10. Євстігнеєва І.В. Гендерне виховання учнів основної школи на уроках фізичної культури. Автореферат на здобуття наукового ступеню кандидата пед. наук: 13.00.07 / І.В. Євстігнеєва. - Луганск, 2012. - 23с.
11. Куперсміт С. Предпосылки самооценки. Москва; 1959. 203 с.
12. Круцевич ТЮ, редактор. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту. Т. 2. Київ: Олімпійська літ.; 2017. 392 с.
13. Лубышева ЛИ. Каким быть физическому воспитанию в школе? Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2004;(4):61-3.
14. Марченко ОЮ. Вплив занять спортом на самооцінку фізичного розвитку студентів різних груп / О.Ю. Марченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: науковий журнал, 2010. - №8. – с. 56-60.
15. Марченко ОЮ. Вплив занять спортом на формування ієрархії головних потреб студентів, які навчаються у різних відділеннях. Спортивний вісник Придніпров'я. 2011;(1):31-5.
16. Марченко ОЮ. Аксиологічний аспект фізичної культури як соціального явища та його роль у розвитку медичного туризму. В: Рекреативні ресурси медичного туризму: колективна монографія. Warsaw: Pub. Universiti of Tourism and Foreign Languages. 2016.

17. Марченко О.Ю. Відношення студентів, які займаються та не займаються спортом до занять фізичним вихованням / О.Ю. Марченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Науковий журнал, 2009. – № 2. – С. 85–88.
18. Марченко О.Ю. Вплив занять спортом на формування цінностей індивідуальної фізичної культури студентів / О.Ю. Марченко // Спортивний вісник Придніпров'я – науково-практичний журнал, 2009. – № 3–4. – С. 103–106.
19. Марченко О.Ю. Гендерні особливості самоопису фізичного розвитку школярів / О.Ю. Марченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: науковий журнал, 2016. -№1. с. 37-41.
20. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2000. – 712 с.
21. Пангелова НЄ. Історія фізичної культури: навч. посіб. Київ: Освіта України; 2007. 288 с.
22. Поливанова К.Н. Психологическое содержание подросткового возраста // Вопросы психологии. – 1996. - № 1. – с. 20-34.
23. Прихожан А.М. Применение методов прямого оценивания в работе школьного психолога /Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психодиагностических методик: Сб. научн. тр. /Редпол.: И.В. Дубровина (отв. Ред.) и др. – М.: изд. АПН СССР, 1988. – с. 110-128.
24. Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности / Е.Т. Соколова. – М.: МГУ, 1989. – 215 с.
25. Саїнчук ММ. Формування ціннісних орієнтацій в сфері фізичної культури і спорту учнів старших класів в процесі фізичного виховання [дисертація]. Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України; 2012. 247 с.
26. Фоменко КІ. Самоствердження у структурі самосвідомості особистості. Вісник Харківського нац. уні-ту ім. Г.С. Сковороди. Психологія. 2014;(49):154-64.
27. Федоренко Є.О. Формування мотивації до спеціально організованої рухової активності старшокласників. Автореф. дис. на здобут. наук. ступ. канд.. наук з фіз. вих.і спорту : 24.00.02 / Є.О. Федоренко - Дніпрпетровськ, 2011. - 23с.
28. Цибульська В.В. Формування мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів педагогічних спеціальностей на різних формах навчання : автореф. дис. на здобут. наук. ступ. канд.. наук з фіз. вих.і спорту : 24.00.02 / В.В. Цибульська - Дніпрпетровськ, 2015. - 21 с.
29. Эльконин ДБ. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте. Вопросы психологии. 1971;(4):6-20.
30. Шамардина ГН. Основы теории и методики физического воспитания. Днепропетровск: Пороги; 2003. 445 с.
31. Шиян БМ, Вацеба ОМ. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні і спорт: навч. посіб. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан; 2008. 276 с.
32. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. N.Y.: W.H. Freeman & Company. – 1997. – 120 p.
33. Blair S.N. et al. How much physical activity is good for health? // Annual Review of Public Health, 1992, 13, P. 99–126.
34. Brown G.I. Human Teaching for Human Learning. – N. Y.: 1990.
35. Crum V.J. Conventional Thought and Practice in PE: Problems of Teaching and Implications for Change // QUEST, 1993, 45, P. 339–356.
36. DeCharms R. Personal causation; the internal affective determinants of behavior. – New York: Academic Press, 1968. – 398 p.
37. Deci E.L. Ryan R.M. Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour. – N.Y.: Plenum Press, 1985. – 216 p.
38. Deci E.L. Effects of externally mediated rewards on intrinsic motivation // Journal of Personality and Social Psychology. – 1971. – № 18, P. 105–115.
39. Gill D.L. Psychological dynamics of sport. – Champaign, IL: Human Kinetics, 1986. – 286 p.
40. Griffin N.S., Keogh J.F. A model for movement confidence / in G.A.S. Kelso, G.F. Clark The development of movement control and coordination. N.Y: Wily. – 1982. – P. 213–236
41. Harter S. Effective motivation reconsidered // Human Development, 1978. – P. 34–64.
42. Killoran A. et al. (eds.) Moving on: international perspectives on promoting physical activity. – London, 1995.
43. Martens R. Influence of Participation and Motivation on Success and Satisfaction in Team Performance. – «Research Quarterly», 1970. – № 4. – P. 510–518.

References:

1. Balsevych VK. Yntellektualnii vektor fizycheskoi kultury cheloveka (k probleme razvytiya fizkulturnoho znaniya). Teoriya y praktika fizycheskoi kultury. 1991;(7):37-41.
2. Bezverkhnia H.V. Motyvatsiia do zaniat fizychnoiu kulturoiu i sportom shkoliariv 5-kh – 11-kh klasiv. Avtoreferat. Бернс Р. Развитие я-концепции и воспитание: Учебное пособие для вузов / Р. Бернс. – М.: «Прогрес», 1986. – 421 с.
3. Berns R. Razvytye ya-kontseptsyy u vospityanye: Uchebnoe posobyie dlia vuzov / R. Berns. – М.: «Prohres», 1986. – 421 с.
4. Bochenkova E.V. Samoopyasanye fizycheskoho razvytiya: oprosnyk: Met. Posobyie / E.V. Bochenkova. – Krasnodar: KNAFK, 2000. - 26 s.
5. Varii M.I. Psykholohiia osobystosti /M.I. Varii: Navchalnyi posibnyk dlia studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv. – Kyiv «Tsentr uchbovoi literatury», 2008. – 591 s. Говорун Т.В. Гендерна психологія: навч. посіб. / Т.В. Говорун, О.М. Кікінеджі. – К.: Академія, 2004. – 308 с.
6. Vykhor S.T. Henderne vykhovannia : paraleli kriz stolittia /S.T.Vykhor, zbirnyk naukovykh prats «Nauka i suchasnist», tom KhLI, K.: Lohos, 2003, s. 82 – 89.
7. Hovorun T.V. Henderna psykholohiia: navch. posib. / T.V. Hovorun, O.M. Kikinedzhi. – K.: Akademiia, 2004. – 308 s.

8. Horiachov V.V. Psykholoho-pedahohycheskye uslovyia razvytia osoznannoho otnosheniya starsheklassnykov k fizkulturno-ozdorovyitelnoi deiatelnosti (s uchetom hendernykh osobennosti) : avtoref. dys. na soysk. nauch. step. kand. psykhnauk. : 19.00.07 / V.V. Horiachov - Tambov, 2009. - 19s.
9. Ievropeyskiy Instrument susidstva ta partnerstva. Stratehii YeS shchodo Ukrainy na period 2007 – 2013 rr. Neofitsiyniy pereklad . – S.15.
11. Kupersmit S. Predposylky samoootsenky. Moskva; 1959. 203 s.
12. Krutsevych Tlu, redaktor. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia: pidruch. dlia stud. vyshch. navch. zakl. fiz. vykhovannia i sportu. T. 2. Kyiv: Olimpiiska lit.; 2017. 392 s.
13. Lubyshcheva LY. Kakym byt fizycheskomu vospytanyiu v shkole? Fizycheskaia kultura: vospytanye, obrazovanye, trenerovka. 2004;(4):61-3.
14. Marchenko Olu. Vplyv zaniat sportom na samoootsinku fizychnoho rozvytku studentiv riznykh hrup / O.lu. Marchenko // Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: naukovyi zhurnal, 2010. - №8. – s. 56-60.
5. Marchenko Olu. Vplyv zaniat sportom na formuvannia ierarhii holovnykh potreb studentiv, yaki navchaliusia u riznykh viddilenniakh. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. 2011;(1):31-5.
16. Marchenko Olu. Aksiologichni aspekt fizychnoi kultury yak sotsialnoho yavyscha ta yoho rol u rozvytku medychnoho turizmu. V: Rekreatyvni resursy medychnoho turizmu: kolektyvna monohrafiia. Warsaw: Pub. Universiti of Tourism and Foreign Languages. 2016.
17. Marchenko O.lu. Vidnoshennia studentiv, yaki zaimaiusia ta ne zaimaiusia sportom do zaniat fizychnym vykhovanniam / O.lu. Marchenko // Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: Naukovyi zhurnal, 2009. – № 2. – S. 85–88.
18. Marchenko O.lu. Vplyv zaniat sportom na formuvannia tsinnostei indyvidualnoi fizychnoi kultury studentiv / O.lu. Marchenko // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia – nauково-praktychnyi zhurnal, 2009. – № 3–4. – S. 103–106.
19. Marchenko O.lu. Henderni osoblyvosti samoopysu fizychnoho rozvytku shkolariv / O.lu. Marchenko // Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: naukovyi zhurnal, 2016. -№1. s. 37-41.
20. Rubynshtein S.L. Osnovy obshchei psykholohyy / S.L. Rubynshtein. – SPb.: Pyter, 2000. – 712 s.21. Panhelova Nle. Istorii fizychnoi kultury: navch. posib. Kyiv: Osvita Ukrainy; 2007. 288 s.
22. Polyvanova K.N. Psykholohycheskoe sodержanye podrostkovogo vozrasta // Voprosy psykholohyy. – 1996. - № 1. – s. 20-34.
23. Prykhozhan A.M. Prymenenye metodov priamoho otsenyvaniya v rabote shkolnoho psykholoha /Nauchno-metodycheskye osnovy uspolzovaniya v shkolnoi psykholohycheskoi sluzhbe konkretnykh psykholohycheskykh metodyk: Sb. nauchn. tr. /Redpol.: Y.V. Dubrovyna (otv. Red.) y dr. – M.: yzd. APN SSSR, 1988. – s. 110-128.
24. Sokolova E.T. Samosoznanye y samoootsenka pry anomaliiakh lychnosti / E.T. Sokolova. – M.: MHU, 1989. – 215 s.
25. Sainchuk MM. Formuvannia tsinnisnykh orientatsii v sferi fizychnoi kultury i sportu uchniv starshykh klasiv v protsesi fizychnoho vykhovannia [dysertatsiia]. Kyiv: Natsionalnyi universytet fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy; 2012. 247 s.
6. Fomenko Kl. Samostverzhennia u strukturi samosvidomosti osobystosti. Visnyk Kharkivskoho nats. ped. uni-tu im. H.S. Skovorody. Psykholohiia. 2014;(49):154-64.
27. Fedorenko Ye.O. Formuvannia motyvatsii do spetsialno orhanizovanoi rukhovoii aktyvnosti starshoklasnykiv. Avtoref. dys. na zdobut. nauk. stup. kand.. nauk z fiz. vykh.i sportu : 24.00.02 / Ye.O. Fedorenko - Dniprpetrovsk, 2011. - 23s.
28. Tsybulska V.V. Formuvannia motyvatsii do profesiino-prykladnoi fizychnoi pidhotovky studentiv pedahohichnykh spetsialnostei na riznykh formakh navchannia : avtoref. dys. na zdobut. nauk. stup. kand.. nauk z fiz. vykh.i sportu : 24.00.02 / V.V. Tsybulska - Dniprpetrovsk, 2015. - 21 s.
29. Elkonyn DB. K probleme peryodyzatsyy psykhycheskoho razvytia v detskom vozraste. Voprosy psykholohyy. 1971;(4):6-20.
- Shamardyna HN. Osnovy teoryy y metodyka fizycheskoho vospytanyia. Dnepropetrovsk: Porohy; 2003. 445 s.
31. Shyian BM, Vatsheba OM. Teoriia i metodyka naukovykh pedahohichnykh doslidzhen u fizychnomu vykhovanni i sport: navch. posib. Ternopil: Navchalna knyha – Bohdan; 2008. 276 s.
32. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. N.Y.: W.H. Freeman & Company. – 1997. – 120 p.
33. Blair S.N. et al. How much physical activity is good for health? // Annual Review of Public Health, 1992, 13, R. 99–126.
34. Brown G.I. Human Teaching for Human Learning. – N. Y.: 1990.
35. Crum B.J. Conventional Thought and Practice in PE: Problems of Teaching and Implications for Change // QUEST, 1993, 45, R. 339–356.
36. DeCharms R. Personal causation; the internal affective determinants of behavior. – New York: Academic Press, 1968. – 398 p.
37. Deci E.L. Ryan R.M. Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour. – N.Y.: Plenum Press, 1985. – 216 p.
38. Deci E.L. Effects of externally mediated rewards on intrinsic motivation // Journal of Personality and Social Psychology. – 1971. – № 18, R. 105–115.
39. Gill D.L. Psychological dynamics of sport. – Champaign, IL: Human Kinetics, 1986. – 286 p.
40. Griffin N.S., Keogh J.F. A model for movement confidence / in G.A.S. Kelso, G.F. Clark The development of movement control and coordination. N.Y: Wiley. – 1982. – P. 213–236
41. Harter S. Effective motivation reconsidered // Human Development, 1978. – P. 34–64.

42. Killoran A. et al. (eds.) Moving on: international perspectives on promoting physical activity. – London, 1995.
43. Martens R. Influence of Participation and Motivation on Success and Satisfaction in Team Performance. – «Research Quarterly», 1970. – № 4. – R. 510–518.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.1(129).13

Матвієнко О.В.
професор, доктор педагогічних наук
завідувачка кафедри педагогіки і методики початкового навчання
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова
Степаненко Л. М.
доцент, доктор педагогічних наук проректор з науково-педагогічної та виховної роботи
Національна академія керівних кадрів культури і мистецтв
Височан Л. М.
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фахових методик і технологій початкової освіти
ДВНЗ Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Височан З. Ю.
аспірант, ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»
Чорна Г. В.
викладач кафедри дошкільної та початкової освіти, Запорізький національний університет
Максимчук І. А.
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я людини,
Маріупольський державний університет

МОДЕЛЬ РОЗВИТКУ ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

Моделювання мети навчання й виховання майбутнього вчителя фізичної культури відображено в кваліфікаційній характеристиці, що визначає вимоги до рівня підготовки фахівця. Вони визначені характером професійних і соціальних функцій і завдань, які повинні розв'язувати випускники вищих навчальних закладів. У процесі навчання необхідно прагнути, щоб педагогічна діяльність набула в свідомості студента соціальну значущість і стала для нього особистою цінністю. Удосконалення професійної педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури передбачає цілеспрямовану й систематичну роботу з формування властивостей й якостей особистості, знань, умінь, навичок, що відповідають характеру вимог до педагогічної діяльності. Вивчення наявних у педагогічній теорії і практиці надбань дало змогу розробити модель розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури у професійній підготовці. У моделі передбачено формування розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури у три послідовні етапи: мотиваційний, діяльнісний та рефлексійний. Розроблена модель містить такі основні компоненти: мету, методологічні підходи, принципи, зміст, форми, методи, освітні технології, педагогічні умови формування, критерії, показники, рівні та діагностику розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури.

Ключові слова: моделювання, майбутній учитель, фізична культура, заклади вищої освіти, формування особистості, послідовні етапи.

Матвиенко Е. В., Степаненко Л. М., Высочан З. Ю., Высочан Л. М., Черная А.В., Максимчук И. А. Модель развития педагогического мастерства будущих педагогов в процессе профессиональной подготовки. Моделирование цели обучения и воспитания будущего учителя физической культуры отражено в квалификационной характеристике, определяющей требования к уровню подготовки специалиста. Они определены характером профессиональных и социальных функций и задач, которые должны решать выпускники высших учебных заведений. В процессе обучения необходимо стремиться, чтобы педагогическая деятельность приобрела в сознании студента социальную значимость и стала для него личной ценностью. Совершенствование профессиональной педагогической подготовки будущих учителей физической культуры предусматривает целенаправленную и систематическую работу по формированию свойств и качеств личности, знаний, умений, навыков, соответствующих характеру требований к педагогической деятельности. Изучение имеющихся в педагогической теории и практике достижений позволило разработать модель развития педагогического мастерства будущих учителей физической культуры в профессиональной подготовке. В модели предусмотрено формирование развития педагогического мастерства будущих учителей физической культуры в три последовательных этапа: мотивационный, деятельностный и рефлексивный. Разработанная модель содержит следующие основные компоненты: цель, методологические подходы, принципы, содержание, формы, методы, образовательные технологии, педагогические условия формирования, критерии, показатели, уровни и диагностику развития педагогического мастерства будущих учителей физической культуры.

Ключевые слова: моделирование, будущий учитель, физическая культура, учреждение высшего образования, формирования личности, последовательные этапы.

Olena Matviienko, Liudmyla Stepanenko, Zoryana Vysochan, Lesja Vysochan, Hanna Chorna, Iryna Maksymchuk.