

УДК: 373.51:613.72+159.922

Марченко О. Ю.
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор,
Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ
Цикало Л. С.
аспірант кафедри теорії і методики фізичного виховання,
Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ
Васецький І. А.
старший викладач кафедри фізичного виховання
ВНЗ Укоопспілки «Полтавський університет економіки і торгівлі», Полтава

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ ХЛОПЦІВ ТА ДІВЧАТ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Мета даної статті полягає у вивченні особливостей мотивів та інтересів до занять фізичною культурою школярів дев'ятих класів. У дослідженні взяли участь 36 школярів, з них: 22 хлопчика і 14 дівчат. Для вирішення завдань нашого дослідження було використано наступні методи: аналіз літературних джерел, анкетування, методи математичної статистики. Дослідження мотивів та інтересів учнів дали змогу визначити фактори, які спонукають школярів займатися фізичними вправами. Результати опитування свідчать, що мотиви до занять фізичними вправами у юнаків і дівчат відрізняються. Пріоритетним мотивом у хлопців визначено удосконалення форми тіла, у дівчат – покращення стану здоров'я. Серед спонукань до занять фізичними вправами хлопці визначили пораду друзів, дівчата – пораду родини.

Ключові слова: мотивація, рухова активність, фізична культура, спорт, школярі, хлопці, дівчата

Марченко О. Ю., Цикало Л. С., Васецький І. А. Особенности мотивации к занятиям физической культурой и спортом мальчиков и девочек среднего школьного возраста. Цель данной статьи состоит в изучении особенностей мотивов и интересов к занятиям физической культурой и спортом учеников девятого класса. В исследовании приняли участие 36 школьников, из них: 22 мальчика и 14 девочек. Для решения задач нашего исследования были использованы следующие методы: анализ литературных источников, анкетирование, методы математической статистики. Исследование мотивов и интересов школьников позволили определить факторы, побуждающие школьников заниматься физическими упражнениями. Результаты опроса свидетельствуют, что мотивы к занятиям физическими упражнениями у мальчиков и девочек отличаются. Приоритетным мотивом у мальчиков определено совершенствование формы тела, у девушек – улучшение состояния здоровья. Среди побуждений к занятиям физическими упражнениями мальчики определили совет друзей, девочки – совет семьи.

Ключевые слова: мотивация, двигательная активность, спорт, школьники, подростки.

Marchenko Oksana, Tsykalo Liudmyla, Vasetsky Igor. Features of motivation to engage in physical culture and sports for boys and girls of middle school age. Motivation of teenagers to do sports and physical exercises is one of the most social and pedagogical problems for today. The purpose of this article is to study the characteristics of motives and interests in physical culture and sports of ninth grade students. The study involved 36 students including 22 boys and 14 girls. To solve the problems of our research the following methods such as analysis of literary sources, questionnaires, methods of mathematical statistics were used. The importance of the topic is determined and substantiated, the data of domestic and foreign authors on the characteristics of secondary school age, motivation factors in physical culture and sports are analyzed and summarized. The analysis of scientific and methodological literature made it possible to observe that low motivation of students in the field of physical culture and sports is associated with certain factors, in accordance with the living conditions of students, the environment and family these factors can act in different relations. The study of the motives and interests of students made it possible to determine the factors that engage schoolchildren to do physical exercises. The results of the questioning show that the motives for physical exercise are different for boys and girls. The priority motive for boys is the improvement of body shape, the priority motive for girls is improvement of their health. Among the motivations to physical exercises the boys choose their friends' advice, the girls choose advice from family. Appropriate conditions for organizing physical education and determining its significant status and image in society are necessary to form a motivational-value attitude to physical culture and sports.

Key words: motivation, physical activity, sports, schoolchildren, adolescents.

Постановка проблеми та аналіз літературних джерел. Фізичне виховання як навчальна дисципліна в закладах загальної середньої освіти 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 професора Т. Ю. Круцевич [7], 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 [10].

В багатьох сучасних публікаціях пріоритет надається руховій активності, її нормам, здоровому способу життя

людини. Проте не враховуються її особистісні якості. Не визначаються і не розглядаються ціннісні орієнтири особистості, формування її духовної культури, що спонукало до вилучення з обігу переважною кількістю фахівців терміна «фізична культура» і заміни його поняттями «фізичне виховання» та «рухова активність». Це призвело до утилітарного та однобічного розгляду впливу фізичних вправ на рухову, біологічну сферу людини (Круцевич Т. Ю., Пангелова Н. Є., Томенко О. В., Столяров В. І.).

Останніми роками вчені все частіше обговорюють питання про фактори впливу на формування ціннісно-мотиваційного ставлення школярів до фізичної культури і спорту. Значну роль у вивченні мотивації дітей до рухової активності відіграють дослідження Т. Круцевич (2010), Г. Безверхньої (2010), Н. Москоленко (2008), О. Марченко (2018), І. Васкан (2010), Ю. Цюпак (2010), Г. Лещенко (2002), Є. Франків (2010), І. Григус (2012) та ін. [2, 8, 9, 11, 13, 15].

За твердженням науковців [1, 3, 5] рухова активність складає невід'ємну частину способу життя і поведінки дітей, котра визначається соціально-економічними і культурними факторами, залежить від організації фізичного виховання, морфо-функціональних особливостей організму, типу нервової системи, кількості вільного часу, мотивації до занять, доступності спортивних споруд і місць відпочинку дітей та підлітків [7].

Мотивація до рухової активності – це складна система збудників, яка включає потреби, інтереси, установки й цінності особистості та стимулює її до виконання дій, пов'язаних із фізичним навантаженням і забезпеченням зміцнення свого здоров'я [9]. Збільшення рухової активності дітей сприяє не тільки зміцненню їх здоров'я, підвищенню опору захворюванням, але й всебічному розвитку, покращенню працездатності [14].

Провідні фахівці галузі (О. Андрєєва, 2017; М. Дутчак, 2015; Т. Круцевич, 2018; О. Марченко, 2018; Н. Москаленко, 2014; Н. Пангелова, 2018) не одне десятиліття займаються вивченням потреб, мотивів та інтересів у сфері фізичної культури і спорту учнівської молоді [1, 3, 5, 6, 12]. Фізична культура посідає одне з провідних місць у вихованні гармонійно розвинутої особистості, а для того щоб діти займалися фізичною культурою їх необхідно мотивувати, заохочувати і викликати інтерес до занять нею.

Характерною особливістю середнього шкільного віку є те, що саме в цей час настає період статевого дозрівання організму. Саме у цьому віці відбувається перехід від дитинства до отрочества і юності і пов'язані з цим переходом зміни в фізичному, психічному і соціальному відношеннях [8].

Вищевикладене підтверджує актуальність проблеми, детермінує її вибір, як теми наукового дослідження і є підґрунтям окремого дослідження зазначеної проблеми, яка має теоретичну, практичну й соціальну значущість.

Мета дослідження – визначення мотивів та інтересів до занять фізичною культурою і спортом у хлопців та дівчат 14-15 років.

Завдання дослідження:

1. Вивчити стан наукової розробки проблеми мотивації до занять фізичною культурою і спортом хлопців та дівчат середнього шкільного віку.

2. Визначити мотиви та інтереси до занять фізичною культурою і спортом у хлопців та дівчат 14-15 років.

Об'єкт дослідження – мотиви та інтереси школярів середнього шкільного віку у сфері фізичної культури і спорту в сфері фізичної культури і спорту.

Предмет дослідження – фізичне виховання школярів

У роботі використані такі **методи дослідження**: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел; вивчення документальних матеріалів; анкетування; педагогічний експеримент з використанням методів: психологічних тестів, методів математичної статистики.

Дослідження проводилося у ЗЗСО I-III ступенів № 21 м. Краматорська, Донецької області. В дослідженні прийняли участь 36 школярів дев'ятих класів, з них: 22 хлопчиків і 14 дівчаток. Процедура наукових досліджень проводилася відповідно до етичних стандартів відповідального комітету з прав людини за погодженням та письмовою згодою директорів шкіл та батьків респондентів, що підтверджується відповідними документами.

Виклад основного матеріалу Для визначення мотиваційних пріоритетів у сфері фізичної культури і спорту хлопців та дівчат 14-15 років було проведено анкетування. Для того, щоб дізнатися ставлення до занять фізичною культурою і спортом в позаурочний час, школярам було поставлено питання "Чи займаєтеся Ви будь-яким видом спорту у вільний час?". Позитивну відповідь надали 91 % хлопців та 29 % дівчат. Вибір хлопцями і дівчатами видів спорту відрізняється. Так, більшість хлопців обирають ігрові види спорту (футбол, волейбол, баскетбол), скелелазіння. Дівчата надають перевагу різновидам фітнесу та спортивним танцям.

Вчені відмічають інтенсивне збільшення фізичної сили у хлопців підліткового віку, що позначається на їхній поведінці. Відчуваючи приплив сили, вони прагнуть продемонструвати міць своїх м'язів, і часом навіть переоцінюють свої можливості [10, 14]. Науковці пов'язують даний віковий період з інтенсивним фізичним розвитком і розвитком особистості учнів [4, 6].

Щоб виявити мотиви та інтереси учнів дев'ятих класів до занять руховою активністю, нами було поставлене питання "З якою метою Ви б займалися фізичними вправами?" (рис.1.). Респонденти обирали по декілька варіантів відповідей. Мотив удосконалення форми тіла стоїть на першому місці у 64 % хлопців. На другому місці – мотив "покращення стану здоров'я" (45 %), на третьому – "досягнення високого спортивного результату" (27 %).

У дівчат виокремлюються такі мотиви: перше місце – "покращення стану здоров'я" (43 %), другому та третьому місцях спостерігаються мотиви "зниження зайвої ваги тіла" (29 %), та "отримання гарної оцінки" (25 %).

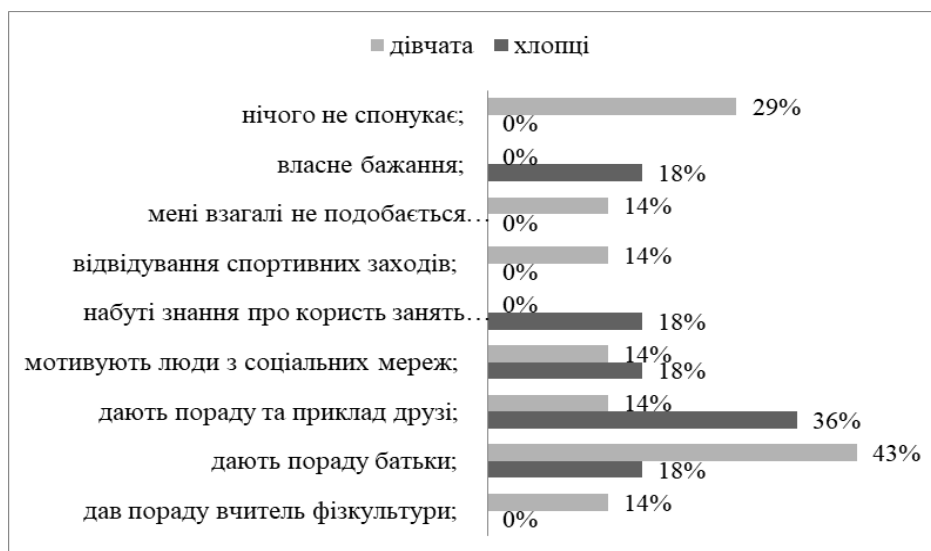


Рис. 1. Мотиви школярів щодо занять фізичними вправами.

У підлітковому віці формується прагнення особистості до самоствердження, з'являється хворобливе переживання неспіху, зростає роль самооцінки в регуляції поведінки. Зростання мотивації до рухової активності у підлітків виникає у тому разі, якщо учень ставить перед собою амбіційні цілі [11].

Щоб краще розуміти які фактори впливають на бажання школярів займатися фізичними вправами, їм було поставлене наступне запитання: "Що спонукає Вас займатися фізичними вправами?". Результати анкетування представлені на рис. 2.

Обираючи мотиви щодо занять фізичними вправами, 36 % хлопців, відповіли, що їм дають пораду та приклад друзі, 18 % позначили, що їх нічого не спонукає займатися фізичною культурою і спортом окрім особистого бажання. На дане питання 43 % дівчат відповіли, що їм дають пораду батьки, 29 % не мають спонукань до занять фізичними вправами, виправдовуючись, що на даний час вони віддають пріоритет навчальним предметам, готуючись до ЗНО.

Науковці відзначають, що підлітки у віці 14-15 років починають замислюватися над своїм майбутнім, ставлячи перед собою нові амбітні плани, прагнучі їх втілення [6, 10].



Рис. 2. Фактори, які спонукають школярів займатися фізичними вправами.

Хлопці прагнуть виділятися серед своїх однолітків силою та сміливістю. Тому більш активно ніж дівчата мають бажання займатися фізичною культурою і спортом. Така поведінка підлітків – складова перехідного віку, що і є основним каталізатором для мотивації хлопців до занять руховою активністю [9].

Для визначення відмінностей у ставленні хлопців і дівчат до занять фізичною культурою, респондентам було поставлене наступне питання: "Яке Ваше ставлення до уроків фізичної культури?" (рис. 3.). З бажанням йдуть на заняття 91 % хлопців. На дане запитання дівчата відповіли наступним чином: 43 % школярок має бажання відвідувати урок фізичної культури, 29 % відвідують уроки без особливого бажання, 14 % дівчатам не подобається займатися на уроках фізичної культури.

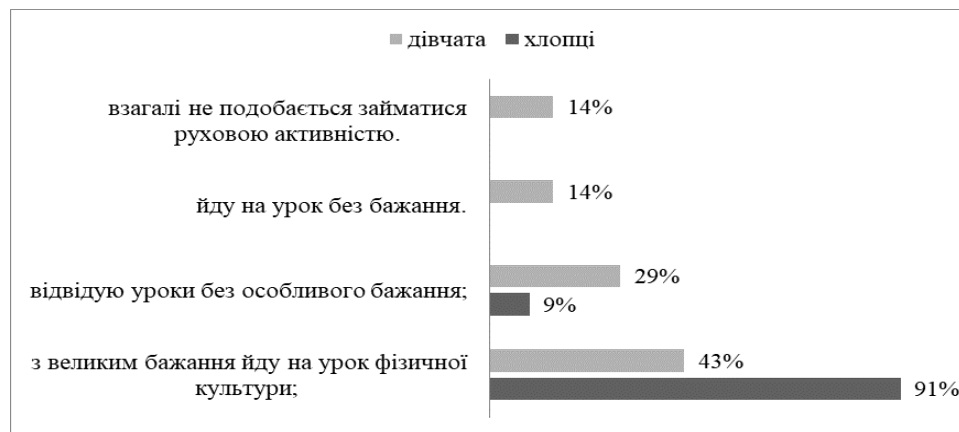


Рис.3. Відношення школярів до уроків з фізичної культури

Висновки. Аналіз науково-методичної літератури дозволив встановити, що низька мотивація школярів у сфері фізичної культури і спорту пов'язана з певними факторами, що в різному співвідношенні можуть виступати відповідно до умов проживання учнів, навколишнього середовища та сімейного виховання. Аналіз причин незадоволеності уроками фізичної культури школярів 14-15 років дає можливість визначити стимули, що сприяють підвищенню їхньої мотивації до занять фізичною культурою і спортом. У відповідях хлопців і дівчат виокремлюється потреба у присутності улюблених видів вправ на уроці, цікавих змаганнях, потреби у виборі видів спорту, тощо.

Одержані результати дослідження засвідчують, що хлопці приділяють більше уваги власній фізичній підготовці ніж дівчата, які обрали пріоритетною мотивацією до занять руховою активністю – покращення власного здоров'я. Визначено, що на формування мотивації до рухової активності хлопців у більшому ступені впливає порада друзів. Дівчата більш прислухаються к порадам родини. Враховуючи вищевикладене, вважаємо, що задля формування у підлітків мотиваційно-ціннісного ставлення до занять фізичною культурою і спортом необхідні відповідні умови організації фізичного виховання і визначення його значущого статусу й іміджу в суспільстві. **Перспективи подальших досліджень** Подальші наші дослідження будуть присвячені вивченню впливу психологічної статі (маскулінність, фемінінність, андрогінність) на мотиваційні пріоритети в сфері фізичної культури і спорту школярів середнього шкільного віку.

Література

1. Андрєєва О. Соціально-психологічні чинники, що детермінують рекреаційно-оздоровчу активність осіб різного віку. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 3. С. 35–40.
2. Васкан І. Г., Цюпак Ю. Ю. Інтерес до фізичного виховання в учнів середнього шкільного віку. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. 2010. № 4 (12). С. 29–31.
3. Дутчак М. В. Парадигма оздоровчої рухової активності: теоретичне обґрунтування і практичне застосування. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2015; № 2. С. 44–52.
4. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы: учеб. пособ. Санкт-Петербург: Питер, 2004. 508 с.
5. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Моделі ціннісних орієнтацій у поведінкових характеристиках особистості школярів різних вікових груп. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2018. № 2. С. 57–64.
6. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Особливості впливу психологічних характеристик юнаків і дівчат різних вікових груп на формування потреби у досягненні успіху. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2018. № 4(66). С. 25–31.
7. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту. НУФВСУ: Олімп. л-ра, Т.2. 2018. С. 98–90.
8. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення. Київ: Олімп. літ., 2010. 248 с.
9. Лещенко Г. А. Формування позитивної мотивації школярів до систематичних занять фізичними вправами: автореф. дис. ...канд. пед. наук: Кривий Ріг, 2002. 18 с.
10. Марченко О. Ю. Теоретико-методологічні основи гендерного підходу до формування аксіологічної значущості фізичної культури у школярів [дисертація]. Київ; 2019. 590 с.
11. Марченко О. Ю. Характерні відмінності у виборі факторів здорового способу життя як складових індивідуальної фізичної культури сучасних школярів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2018. № 6 (68). С. 10–15.
12. Москаленко Н. В. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів. Дніпропетровськ: Інновація, 2014. 332 с.
13. Москаленко Н. В., Гонтаровська Н. Б. Система заходів по формуванню знань з основ здорового способу життя у загальноосвітніх навчальних закладах. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: зб. наук. праць. Харків: 2008. № 1. С. 112–116.
14. Пангелова Н. Є., Круцевич Т. Ю., Данилко В. М. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури: навч. посіб. Переяслав-Хмельницький; 2018. 454 с.

15. Франків ЄЄ., Григус ІМ. Мотивація рухової активності школярів. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2012. № 6. С. 15–18.

References

1. Andryeyeva O. (2017), *Sotsial'no-psykholohichni chynnyky, shcho determinuyut' rekreatsivno-ozdorovchu aktyvnist' osib riznogo viku. Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu.* (3): 35–40.
2. Vaskan I. H., Tsyupak YU. YU. (2010), *Interes do fizychnoho vykhovannya v uchniv seredn'oho shkil'noho viku. Fizychno vykhovannya, sport i kul'tura zdorovya u suchasnomu suspil'stv.* Luts'k: Volyn. nats. un-t im. Lesi Ukrayinky. 4 (12): 29–31.
3. Dutchak M. V. (2015), *Paradyhma ozdorovchoyi rukhovoyi aktyvnosti: teoretychne obgruntuvannya i praktychne zastosuvannya. Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu.* (2): 44-52.
4. Il'in YE.P. (2004), *Motivatsiya i motivy: ucheb. posob.* Sankt-Peterburg: Piter. 508 s.
5. Krutsevych T. YU, Marchenko O. YU. (2018), *Modeli tsinnisnykh oriyentatsiy u povedinkovykh kharakterystykakh osobystosti shkolyariv riznykh vikovykh hrup. Sportyvnyy visnyk Prydniprovyia.* (2): 57-64.
6. Krutsevych T. YU, Marchenko O. YU. (2018), *Osoblyvosti vplyvu psykholohichnykh kharakterystyk yunakiv i divchat riznykh vikovykh hrup na formuvannya potreby u dosyahnenni uspihu.* Slobozhans'kyu naukovu-sportyvnyy visnyk. 4(66): 25-31.
7. Krutsevych T. YU. (2018), *Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya: pidruch. dlya stud. vyshch. navch. zakl. fiz. vykh. i sportu.* NUFVSVU: Olimp. I-ra, T.2. S. 98-90.
8. Krutsevych T. YU., Bezverkhnya H. V. (2010), *Rekreatsiya u fizychniy kul'turi riznykh hrup naselennya.* Kyiv: Olimp. I-ra. 248 s.
9. Leshchenko H. A. (2002), *Formuvannya pozytyvnoyi motyvatsiyi shkolyariv do systematychnykh zanyat' fizychnymy vpravamy.* Avto-ref. dys.kand. ped. nauk. Kryvyy Rih., 18 s.
10. Marchenko O. YU. (2019). *Teoretyko-metodolohichni osnovy hendernoho pidkhodu do formuvannya aksiolohichnoyi znachushchosti fizychnoy kul'tury u shkolyariv [dysertatsiya].* Kyiv. 590 s.
11. Marchenko O. YU. (2018), *Kharakterni vidminnosti u vybori faktoriv zdorovoho sposobu zhyttya yak skladovykh individual'noyi fizychnoy kul'tury suchasnykh shkolyariv.* Slobozhans'kyu naukovu-sportyvnyy visnyk.;6(68):10-5.
12. Moskalenko N.V. (2014), *Innovatsiyni tekhnolohiyi u fizychnomu vykhovanni shkolyariv: navch. posibnyk dlya stud. vyshch. navch. zakladiv.* Dnipropetrovs'k: Innovatsiya. 332 s.
13. Moskalenko N. V., Hontarova's'ka N. B. (2008), *Systema zakhodiv po formuvannyu znan' z osnov zdorovoho sposobu zhyttya u zahal'noosvitnikh navchal'nykh zakladakh.* Pedagogika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu: zb. nauk. prats'. Kharkiv.: № 1. S. 112–116.
14. Panhelova N. YE, Krutsevych T. YU, Danylo V.M. (2018), *Teoretyko-metodychni osnovy ozdorovchoyi fizychnoy kul'tury: navch. posib.* Pereyaslav-Khmelnitsky. 454 s.
15. Ukaz Prezidenta Ukrayiny №894/2019 «Pro nevidkladni zakhody shchodo pokrashchennya zdorov'ya ditey». URL : <https://www.president.gov.ua/documents/8942019-30949>
16. Frankiv YE. YE., Hryhus I. M. (2012) *Motyvatsiya rukhovoyi aktyvnosti shkolyariv. Teoriya ta metodyka fizychnoho vykhovannya..* № 6. S. 15–18.

УДК 796.011.3:343.85-057.874

Мовчан В.П.

старший викладач кафедри спортивних дисциплін і туризму,
ДВНЗ «Переяслав – Хмельницький державний педагогічний
університет імені Григорія Сковороди», м. Переяслав

ПРОФІЛАКТИКА ПРАВОПОРУШЕНЬ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У цій статті розглядаються можливості фізичного виховання, а саме самостійних занять фізичними вправами і позакласної роботи, як ефективних засобів профілактики правопорушень старшокласників, аналізуються переваги цих засобів роботи з учнями, в рамках яких вирішуються актуальні проблеми соціального виховання. У дослідженні розглядається вплив позакласної роботи з фізичного виховання, а саме заняття в спортивних секціях, на мотивацію учнів до фізкультурно-спортивної діяльності, з метою формування ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя і поліпшення загального фізичного розвитку дітей і зміцнення їх здоров'я. Проведення самостійних занять фізичними вправами обумовлена необхідністю компенсації недостатнього фізичного навантаження, низького рівня рухової активності й потреби у фізичному вдосконаленні. Самостійні заняття фізичними вправами розглядаються і як ефективна форма виховання в учнів старших класів прагнення до здорового способу життя, а також організації дозвілля.

Ключові слова: фізичне виховання, позакласна робота, самостійні заняття, профілактика правопорушень, педагогічні засоби, метод кругового тренування, старшокласники.

Мовчан В.П. Профилактика правонарушений старшеклассников средствами физического воспитания. В статье рассматриваются возможности физического воспитания, а именно внеклассной работы по физическому воспитанию и самостоятельных занятий физическими упражнениями, как эффективными средствами в