

Yuliana Andriychuk, Viktor Chyzhyk, Viktor Romaniuk. Influence of Volleyball Activities on Motor Development of Schoolchildren Aged 14–16. The research examined 380 schoolchildren aged 14–16, 98 of which were involved in volleyball. For studying motor development there were used complex motor tests and tests for simple motor response to sound and light. It was revealed the positive impact of training in volleyball club on the actual power capacity, dynamic strength endurance, explosive power and agility. It is assumed that lack of difference between relative indices of hand strength may be explained by big muscle mass among boys volleyball-players. Poor mobility of the spine during flexion among young volleyball players proves obviously no enough attention to its development during training exercises. The results allow recommending during the training process of young volleyball players to pay more attention to the development of spinal mobility and static strength and endurance of muscles of hands. Given genetic determinism simple motor response, its manifestations must be considered during the selection of the breakout sessions.

Key words: motor development, teenage volleyball-players, sectional sessions.

УДК 348:37.048

**Олександр Артюшенко,
Леонід Нечипоренко,
Андрій Артюшенко**

Формування мотивів фізичного самовдосконалення учнів середнього шкільного віку

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького (м. Черкаси)

Постановка наукової проблеми та її значення. Формування мотивів навчання є однією з найважливіших умов досягнення високого рівня готовності особистості до ефективної розумової й рухової діяльності. Діяльність школярів на уроках фізичної культури пов'язана з виконанням різноманітних фізичних вправ. Методика підвищення рівня фізичних здібностей учнів загальноосвітньої школи висвітлена досить детально, але питання ефективного використання рухового потенціалу, здатність людини швидко засвоювати нові складні рухи та рухові дії залишаються недостатньо вивченими. Ця здатність у роботах М. Бернштейна [2], Є. Ільїна [5], В. Озерова [7], В. Клименка [6] пов'язується з можливістю особи відображати у свідомості об'єктивну інформацію про свою рухову діяльність, контролювати свої рухи й ефективно керувати ними. Для визначення цих можливостей людини І. Сеченов [9] уперше використав науковий термін “психомоторика”. Під психомоторною дією автор розумів психомоторне явище як мотив, що передує самій дії. Це означає, що спочатку з'являється думка про необхідність руху, а потім – сам рух. Значущість мотивації, бажання самої людини діяти, поєднання свідомості та діяльності підкреслювали А. Артюшенко [1], Н. Бондаренко [3], В. Вілюнас [4] й інші. Однак результати аналізу психолого-педагогічної та методичної літератури дають підставу констатувати, що проблема формування мотивів навчально-фізкультурної діяльності учнів розроблена недостатньо. На уроках фізичної культури в школі фізичні навантаження недостатньо узгоджуються з розв'язанням виховних завдань, формуванням мотивів фізичного самовдосконалення. Актуальність обраної теми свідчить про доцільність проведення досліджень у цьому напрямку.

Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми. Мотив і мотивацію В. Вілюнас [4] називає внутрішнім складником дії, складним механізмом, що співвідносить вплив зовнішніх для особистості чинників діяльності з внутрішніми властивостями й можливостями людини. У цьому контексті Є. Ільїн [5] розглядає мотивацію як детермінацію, що реалізується через психіку та характеризує мотиви як внутрішні спонукання до діяльності, що визначає спрямованість діяльності людини, її ставлення до конкретної справи.

Для нашого дослідження найбільш цікавим є питання мотивації фізичного вдосконалення учнів загальноосвітньої школи, їхнього ставлення до навчально-фізкультурної діяльності. Саме ставлення, пізнавальний інтерес, усвідомлена потреба, пізнавальна активність визначають динамічну готовність учнів до реалізації власних можливостей у різних видах фізичних вправ та є показниками сформованості мотивації до фізичного вдосконалення.

До основних чинників, які впливають на формування мотивації фізичного самовдосконалення, А. Пуні [8] відносить такі: потреба в русі, потреба виконання обов'язків учня, потреба в змагальній та спортивній діяльності, організація й зміст навчального процесу, особистість і діяльність учителя фізичної культури, фізичний розвиток, рухова підготовленість, успішність діяльності й ступінь задоволення від занять фізичною культурою.

На жаль, аналіз психолого-педагогічної літератури свідчить про те, що тлумачення самої сутності термінів “мотив” і “мотивація” залишається остаточно не вирішеною проблемою.

Однак ні педагогічні, ні психологічні її аспекти не розкриті повною мірою. Залишається значна кількість нез'ясованих питань, що стосуються психологічних механізмів формування мотивації, а також ролі й місця в цьому процесі спрямованих педагогічних впливів.

Отже, наявні в літературі дані, на наш погляд, дають змогу отримати уявлення про процес формування мотивів, про мотивацію, яка зумовлена біологічною потребою особистості та виявляється у вигляді необхідності, потягу. Однак можливість ефективного управління процесом формування мотивів іззовні трактується неоднозначно.

Дослідження виконувалося відповідно до тематики планів науково-дослідної роботи лабораторії фізичного розвитку Інституту проблем виховання НАПН України і є складником теми “Педагогічні основи фізичного і військово-патріотичного виховання дітей та молоді в сучасних умовах”, державний реєстраційний номер – 0198U008173.

Завдання дослідження – проаналізувати сучасний стан проблеми мотивації учнів середнього шкільного віку загальноосвітньої школи до фізичного самовдосконалення та розробити й експериментально перевірити педагогічні умови формування мотивів фізичного самовдосконалення в учнів середнього шкільного віку в процесі фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. У процесі експериментальної роботи використано комплекс методів дослідження, що включав аналіз та узагальнення психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження; вивчення навчальних програм і нормативних документів із фізичного виховання; педагогічний експеримент; педагогічні спостереження; анкетування; експертну оцінку; педагогічне тестування.

В експерименті брали участь чотири паралельні класи, два з яких становили контрольну групу, інші – експериментальну. Протягом двох років в експериментальних класах уроки з фізичної культури проводили з урахуванням наших рекомендацій. У контрольній групі заняття відбувалися за загальноприйнятою методикою.

Розроблено педагогічні умови формування мотивів фізичного самовдосконалення в учнів у процесі занять фізичними вправами. До них належали такі, що забезпечували формування в школярів упевненості у власних силах; формування свідомого прагнення до самовдосконалення в процесі занять фізичними вправами; навчання учнів прийомів самооблізації; формування здатності до самооцінки; самоаналізу й самоконтролю при виконанні фізичних вправ. Ураховувалося також, що мотиви можуть і повинні формуватися тільки в процесі діяльності при свідомому подоланні різного рівня утруднень під час виконання фізичних вправ. Тому на уроках фізичної культури було забезпечене також систематичне й поступове підвищення труднощів і складності завдань з урахуванням індивідуального рівня психомоторної готовності дітей. Диференційоване оцінювання результатів роботи школярів за індивідуальними показниками, а також свідоме створення в навчальному процесі ситуації успіху було найважливішою умовою формування мотивів фізичного самовдосконалення.

Одне із головних завдань першого етапу формування в учнів експериментальної групи зацікавленості до занять фізичною культурою. Особлива увага приверталася на переконання кожного школяра в тому, що в нього є свої індивідуальні сильні сторони, котрі дають йому змогу досягти певних успіхів. Під час проведення занять із фізичної культури акцент робили на точне виконання індивідуальних завдань за часом, зусиллям та простором. У результаті на другому етапі формування мотивів фізичного самовдосконалення в школярів з'явилася певна зацікавленість до уроків фізичної культури. Учні експериментальних класів розуміли, що при цілеспрямованому розвитку власних задатків можна досягти результату, а це, зі свого боку, сприяло усвідомленню мотиву й активізації навчальної діяльності. Наявність помітних позитивних результатів викликала в дітей бажання досягти більшого. Ураховуючи, що середній шкільний вік є початком інтенсивного формування самосвідомості, самооцінки, виявлення підвищеного інтересу до самих себе, експериментальна програма занять передбачала побудову навчального процесу таким чином, щоб кожен учень мав можливість розкрити свої сильні сторони.

На третьому етапі формування мотивів фізичного самовдосконалення ми планували виховні ситуації з урахуванням сильних сторін школярів експериментальних класів. Ураховуючи основну тему уроку, згідно з програмою, добиралися й відповідні засоби та методи з урахуванням індивідуальних можливостей учнів, їх розподілом у відповідні підгрупи для виконання конкретних рухових завдань. При цьому щоразу ми намагалися створити такі умови, які б стимулювали школяра покращити власний результат, і саме досягнення особистого успіху оцінювалося під час підбиття підсумків уроку, теми, семестру, року. Особливо це стосувалося учнів, котрі були не в змозі виконати навчальні нормативи, а також тих, для кого їх виконання не вимагало серйозних зусиль.

Ефективність програми експериментальної роботи з формування в школярів мотивів фізичного самовдосконалення оцінювалася через порівняльний аналіз динаміки декількох показників, а саме: пізнавального інтересу, пізнавальної активності, усвідомлення потреби у фізичному самовдосконаленні в контрольній та експериментальній групах за період експерименту. Один із таких показників – навчально-пізнавальний інтерес, який фактично є мотивом позитивного ставлення до навчально-фізкультурної діяльності, до фізичного самовдосконалення.

Аналіз отриманих даних дає підставу констатувати суттєве підвищення пізнавального інтересу до фізичного самовдосконалення в учнів експериментальної групи. У контрольній групі ці показники змінилися не суттєво. Оскільки навчально-пізнавальний інтерес за змістом спрямований переважно на засоби й форми організації пізнавальної діяльності, то можна зробити висновок, що ці аспекти навчальної діяльності в експериментальній групі були досить ефективними. У процесі формування експерименту аналізувалися також показники усвідомленої потреби учнів у фізичному вдосконаленні.

Їх аналіз і психомоторний розвиток у респондентів контрольної та експериментальної груп за період дослідження дає підставу говорити про позитивну динаміку цих показників. Так, на початку експерименту (1етап) усвідомлена потреба у фізичному вдосконаленні була відзначена менш ніж у половини респондентів. На другому етапі, тобто через рік і по закінченню експерименту (3-й етап), ці показники змінилися в сторону збільшення. Понад 80 % учнів досить чітко формулювали й обґрунтовували власне бажання до фізичного й психомоторного розвитку як необхідної умови самореалізації в подальшому житті.

Отримані дані свідчать, що в учнів контрольної групи рівень пізнавальної активності за два роки експерименту мало змінився. Спостерігається навіть тенденція до деякого погіршення рівня пізнавальної активності від п'ятого до сьомого класу. В школярів експериментальної групи за період експерименту спостерігаються позитивні зміни, помітно збільшилася кількість учнів із високим і вищим за середній рівнями пізнавальної активності та навпаки, зменшилася кількість дітей із помірною вираженістю цих показників. Привертає увагу той факт, що в експериментальній групі через два роки експерименту зовсім не залишилось учнів зі слабкою пізнавальною активністю. Можна вважати, що це є показником ефективності запропонованої програми. Ефективність реалізації розроблених педагогічних умов у рамках програми формування експерименту наочно підтверджується аналізом динаміки рівнів сформованості мотивів фізичного самовдосконалення в учнів середнього шкільного віку за період педагогічного експерименту (табл. 1). Так, в експериментальній групі значно зменшилася кількість школярів із низьким і середнім рівнями сформованості мотивів та збільшилась із високим і вищим рівнями. У контрольній групі ці зміни не суттєві.

Отже, проведений аналіз результатів експериментальної роботи з формування мотиваційної готовності до фізичного самовдосконалення учнів середнього шкільного віку в процесі занять фізичною культурою показує наявність суттєвих змін, які відбулися в ставленні підлітків до цього процесу. Результати дослідження свідчать, що формування позитивних мотивів багато в чому залежить від характеру пізнавальної діяльності й педагогічних умов організації навчального процесу.

Про ефективність запропонованої програми свідчить і динаміка показників психомоторних та фізичних здібностей в учнів середнього шкільного віку за період формування експерименту.

Більш значний приріст основних показників фізичних здібностей в експериментальній групі пояснюється ефективністю запропонованих педагогічних умов організації навчального процесу, значним підвищенням в учнів експериментальних класів інтересу й пізнавальної активності до фізичного самовдосконалення.

Позитивна динаміка інтересу до занять фізичною культурою взагалі є опосередкованим показником успішності формування мотивів навчальної діяльності. Результатом розвитку мотивів навчання в процесі формування експерименту стало суттєве підвищення показників сформованості фізичних здібностей, що й забезпечило підвищення успішності з предмета “Фізична культура” в цілому.

Динаміка сформованості мотивів фізичного самовдосконалення в учнів середнього шкільного віку на етапах педагогічного експерименту, %

Рівень сформованості мотивів	Група	1-й етап	2-й етап	3-й етап
Низький	К	20	14,1	6
	Е	24,2	11,4	3,6
Середній	К	35,4	39,8	43,7
	Е	32,7	33,5	25,1
Високий	К	30,9	32,1	34,4
	Е	28,6	38	43,6
Вищий	К	13,7	14	15,9
	Е	14,5	17,1	27,7

Результати педагогічних спостережень за поведінкою школярів на уроках свідчать, що активність і самостійність при виконанні завдань значно підвищилась. У кінці експерименту понад 90 % учнів експериментальних класів виявили високу пізнавальну активність, творчий настрій, зацікавленість і відповідальність.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Аналіз психолого-педагогічної й методичної літератури показав, що проблема фізичної готовності особистості до майбутньої трудової діяльності є актуальною. Пошук шляхів формування мотивів фізичного самовдосконалення та психомоторного розвитку школярів є необхідною умовою їх підготовки до ефективної розумової й рухової діяльності.

Мотиви навчання можуть і повинні формуватися тільки в процесі діяльності при свідомому подоланні різного рівня труднощів. До основних педагогічних умов формування мотивів фізичного самовдосконалення належать такі, які забезпечують формування в учнів упевненості у власних силах; формування свідомого прагнення до самовдосконалення в процесі занять фізичними вправами; навчання школярів прийомів самообілізації; формування здатності до самооцінки, самоаналізу й самоконтролю під час виконання фізичних вправ.

Ефективність розробленої методики формування мотивів фізичного самовдосконалення підтверджується позитивною динамікою пізнавального інтересу, усвідомленої потреби та рівнів сформованості мотивів фізичного самовдосконалення в учнів середнього шкільного віку в процесі формувального експерименту.

Список використаної літератури

1. Артюшенко А. О. Педагогічна технологія виховання волі в учнів у процесі занять фізичною культурою / А. О. Артюшенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту : зб наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х. : XXIII, 2005. – № 8. – С. 3–9.
2. Бернштейн Н. А. О ловкости / Бернштейн Н. А. – М. : ФиС, 1991. – 267 с.
3. Бондаренко Н. Б. Деякі аспекти проблем формування мотивів навчання / Н. Б. Бондаренко // Нова програма : альм. наук. пр. – Запоріжжя : ЗДУ, 1998. – № 9. – С. 124–129.
4. Вилюнас В. К. Психологические механизмы поведения человека / Вилюнас В. К. – М. : Педагогика, 1990. – 76 с.
5. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Ильин Е. П. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.
6. Клименко В. В. Психомоторные способности юного спортсмена / Клименко В. В. – Киев : Здоров'я, 1987. – 168 с.
7. Озеров В. П. Психомоторные способности человека / Озеров В. П. – Дубна : Феникс, 2002. – 314 с.
8. Пуни А. Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте / Пуни А. Ц. – М. : ФиС, 1977. – 96 с.
9. Сеченов И. М. Избранные произведения / Сеченов И. М. – М. : Учпедгиз, 1953. – Т. 1. – С. 212.

Анотації

Розглянуто проблему формування мотивів фізичного самовдосконалення в учнів у процесі фізичного виховання в загальноосвітній школі. Проаналізовано сучасний стан проблеми мотивації школярів у психолого-педагогічній літературі та освітній практиці. Розроблено й експериментально перевірено педагогічні умови формування мотивів фізичного самовдосконалення учнів середнього шкільного віку в процесі фізичного виховання. Доведено, що мотиви можна формувати тільки в процесі діяльності при свідомому подоланні різного рівня труднощів. Ефективність запропонованих педагогічних умов формування мотивів фізичного самовдосконалення

ня підтверджується позитивною динамікою пізнавального інтересу й пізнавальної активності на уроках фізичної культури.

Ключові слова: мотиви, фізичне самовдосконалення, педагогічні умови, учні, фізичне виховання.

Александр Артюшенко, Леонид Нечипоренко, Андрей Артюшенко. Формирование мотивов физического самосовершенствования учащихся среднего школьного возраста. Рассмотрена проблема формирования мотивов физического самосовершенствования учащихся в процессе физического воспитания в общеобразовательной школе. Сделан анализ современного состояния проблемы мотивации учащихся в психолого-педагогической литературе и образовательной практике. Разработаны и экспериментально проверены педагогические условия формирования мотивов физического самосовершенствования учащихся среднего школьного возраста в процессе физического воспитания. Показано, что мотивы можно формировать только в процессе деятельности при сознательном преодолении разного характера трудностей. Эффективность педагогических условий формирования мотивов физического самосовершенствования подтверждается положительной динамикой познавательного интереса и познавательной активности на уроках физической культуры.

Ключевые слова: мотив, физическое самосовершенствование, педагогические условия, учащихся, физическое воспитание.

Alexander Artyushenko, Leonid Nechyporenko, Andrew Artyushenko. Formation of Physicalself-Motivation of Students Middle School Age. The article deals with the problem of physical self-motivation among children during physical education in secondary school. The present state of the problem of motivation among students in psychological and educational literature and practice is analysed. The pedagogical conditions of formation of self-motivation among secondary school children during is . developed and experimentally verified. It is shown that the motifs can be formed only in the process of conscious overcoming of various levels of difficulties. The effectiveness of pedagogical conditions for the formation of the physical self-motivation is confirmed by positive dynamics of cognitive interest and cognitive activity in physical education classes.

Key words: motivation, physical self-improvement, teaching conditions, students, physical education.

УДК 37.013:[613:316.62]

Вячеслав Бабич

Визначення потенціалу навчального предмета “Фізична культура” в контексті формування соціального здоров'я учнів основної школи

Луганський національний університет імені Тараса Шевченка (м. Луганськ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Однією з найважливіших проблем сьогодення є формування соціального здоров'я молодого покоління, що, передусім, виявляється у формуванні в особистості готовності до повної реалізації себе в суспільстві, виховання спроможності до взаємодії з мікро-, мезо- та макросередовищем, соціальної й правової відповідальності, а також спрямованості на розкриття власного потенціалу в усіх сферах соціального середовища. Усе це повинно закладатись у комплексі наявних соціальних інститутів (сім'я, ЗМІ, загальноосвітні навчальні заклади, позашкільні заходи тощо), але особливе значення при цьому має школа. Кожний навчальний предмет, передбачений для вивчення в загальноосвітніх навчальних закладах, має своє особливе значення в контексті формування соціального здоров'я підлітків за умови використання його потенціалу в зазначеному напрямі. Ця стаття присвячується визначенню потенціалу навчального предмета “Фізична культура” в контексті формування соціального здоров'я учнів основної школи.

Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми. Нині проблемі формування соціального здоров'я особистості присвячують наукові роботи вітчизняні та зарубіжні вчені, зокрема Л. Байкова [1], Е. Піднебесна [2], Є. Приступа [3], В. Шкуркіна [4]. У доступній літературі не виявлено робіт, присвячених формуванню соціального здоров'я підлітків у процесі фізичного виховання.

Роботу виконано за планом НДР Луганського національного університету імені Тараса Шевченка.

Завдання дослідження – визначити потенціал навчального предмета “Фізична культура” в контексті формування соціального здоров'я учнів основної школи; розкритті можливостей зазначеного предмета використовуючи окремі розділи навчальної програми з фізичної культури (зокрема