

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

фізичного розвитку, фізичної підготовленості і стану здоров'я. Для педагогічної практики важливо визначити шляхи підвищення активності студентів в заняттях фізичною культурою, встановити рівні потреби у фізичному самовдосконаленні, намітити шлях її подальшого формування.

Потреба у фізичному самовдосконаленні в не виникає сама по собі, її потрібно виховувати, прищеплювати, моделювати упродовж всього навчально-виховного процесу у вузі. Формування потреби в фізичному самовдосконаленні є довготривалим навчально-виховним, педагогічним процесом, у якому проявляються різноманітні позитивні і негативні мотиви, фактори, як зовнішні, так і внутрішні. Серед зовнішніх – особистість викладача, зміст навчання і методика викладання, стан спортивних споруд та якість і наявність спортивного інвентарю. Серед внутрішніх – мотиви, інтереси, ціннісні орієнтири, рівень розвитку особистісних якостей, самооцінка стану здоров'я і фізичної підготовленості.

Потенційні можливості формування позитивної позиції до фізичного самовдосконалення закладені в самому процесі навчання, джерелом яких є викладач. Рівень знань, підготовленості до розв'язання освітніх, оздоровчих і виховних завдань, ініціативність, особистий приклад викладача формує в студентів інтерес до знань.

Сьогодні необхідно за основу здорового способу життя обрати принцип особистої відповідальності студента за своє здоров'я, його збереження й розвиток. Головним завданням для студента повинні стати - самоосвіта й саморозвиток. Треба виховувати і прищеплювати у студентів потребу бути здоровими. Серед комплексу заходів, які направлені на збереження здоров'я студентів на перше місце треба поставити моніторинг стану здоров'я студентів.

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ ТА МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ

Демідова О.М., к.фіз.вих., старший викладач;

Елісєєва Д.С., к.фіз.вих., викладач;

Бурлака Л.О., студентка магістратури ПДАФКиС

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, м. Дніпро, Україна

Постановка проблеми. Останнім часом спостерігається тенденція зниження рухової активності школярів, що негативно позначається на показниках їх фізичного стану. В зв'язку з цим актуальними стають питання щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я дітей та учнівської молоді. Особливу роль в оптимізації цієї ситуацію відіграє підвищення мотивації до занять фізичним вихованням та до використання засобів фізичної культури в повсякденному житті [2].

У найзагальнішому розумінні мотив – це те, що визначає, стимулює, збуджує людину до здійснення певної дії. Вивчення мотивів, які активізують прагнення школярів до систематичних занять фізичною культурою і спортом, є однією з важливих педагогічних проблем у фізичному вихованні, оскільки мотиви мають вирішальне значення в поведінці і стимуляцію активної

II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція (25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)

діяльності, а мотиваційна сфера, як свідчать дослідження психологів, більш динамічна, ніж пізнавальна та інтелектуальна [2, 3].

Вплив шкільного виховання на формування мотивації дітей до занять з фізичної культури і спорту - це один з напрямків сучасної концепції фізичного виховання, що спрямована на покращення фізичного стану та підвищення рівня фізичної підготовленості сучасних школярів [6, 7].

Покращення фізичного стану дітей, а отже, і рівня їх здоров'я, можливо лише за умов проведення систематичних цілеспрямованих занять фізичними вправами. У школі основними формами таких занять є уроки фізкультури, секційні заняття і виконання самостійних домашніх завдань. За даними опитування учнів було визначено, що систематично займаються спортом тільки 20-25% школярів, а домашні завдання виконують близько 7% учнів.

Як визначають фахівці в галузі фізичного виховання і спорту спонукати учнів до систематичних організованих та самостійних занять фізичною культурою можна лише за умови підвищення їх мотивації до цих занять [1, 4, 5].

Тому актуальним стає питання визначення мотивів і інтересів дітей та юнацької молоді до занять фізичним вихованням для формування щиро зацікавленого ставлення до себе, свого тіла, усвідомлення необхідності зміцнення здоров'я, ведення здорового способу життя, фізичного удосконалення.

Мета роботи: визначити мотиваційні потреби школярів до занять фізичним вихованням та пріоритетні форми і види фізичної активності.

Методи та організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань нами використовувались такі методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, анкетування, методи математичної статистики.

Дослідження проводилось на базі навчально-виховного комплексу № 36 м. Кам'янське, Дніпропетровської області. В анкетуванні приймали участь учні 2-11 класів. Анкети заповнювалися на класних годинах протягом 4-5 хвилин. Загалом у дослідженні прийняло участь 245 школярів.

Результати досліджень. В результаті вивчення та аналізу даних науково-методичної літератури нами було розроблено анкети щодо мотивації учнів до занять фізичним вихованням. При розробці анкет враховувались особливості фізичного і психологічного розвитку учнів та їх інтереси.

Для школярів молодших класів анкета мала сім пунктів, які дозволили визначити зацікавленість дітей не тільки уроками фізичної культури, але й іншими формами роботи з фізичного виховання в режимі навчального дня та письмової відповіді, в якій учні доповідали, чому саме їм подобається фізична культура. Анкета містила наступні запитання:

1. Чи подобається Вам урок фізичної культури?
2. Вам потрібна гімнастика до занять?
3. Чи потрібна Вам фізкультхвилинка на уроках?
4. Чи потрібно Вам проводити на перервах рухливі ігри?
5. Чи потрібна Вам фізична культура після уроків?
6. Чи подобаються Вам фізкультурні свята?
7. Чи подобаються Вам змагання з фізичної культури?

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

Результати анкетування показали, що майже всі учні 2-4 класів (п=78) позитивно відносяться до уроків фізичної культури, проявляють зацікавленість до проведення фізкультхвилинок на уроках та рухових ігор на перервах, мають інтерес до проведення змагань. Аналіз письмових відповідей показав, що вже у 2-му класі зустрічаються діти, які хочуть мати гарну фігуру, бажають схуднути, бути фізично розвиненими. Такі ж відповіді зустрічались в 3 та 4 класах. Але основним мотивом є бажання грати в ігри, бути задоволеним від виконання фізичних вправ разом з друзями.

Відповіді учнів 3-го класу дещо відрізняються від відповідей дітей 2 і 4 класів відносно питань щодо гімнастики до занять і фізкультурних свят. Лише 70% дітей 3-го класу проявили інтерес до цих форм роботи з фізичного виховання. Але це може бути пов'язано з особливостями саме цього класу і не надає загальної уяви про тенденції відносно цієї вікової категорії дітей.

Для учнів середніх і старших класів анкета складалась з 14 пунктів, які висвітлювали мотиви, що пояснювали, чому подобається ходити на уроки фізичної культури (табл. 1) і 11 пунктів, які висвітлюють мотиви, що перешкоджають заняттям фізичною культурою (табл. 2).

Аналіз результатів показав, що більшість учнів 5 класу відвідують уроки з фізичної культури для поліпшення стану здоров'я - 25,00% школярів, покращення своєї фізичної підготовленості - 16,00% дітей та щоб спілкуватись з однолітками - 16,00% учнів. В 6-му класі 31,25% учнів займаються фізичною культурою для поліпшення здоров'я, 12,50% школярів прагнуть покращити свою фізичну підготовленість, а ще 12,50% - поліпшити фігуру. Серед учнів 7-го класу найбільша кількість - 19,08% учнів - займаються фізичною культурою для поліпшення фігури, а 14,28% підлітків - бажають бути всебічно розвинутими, активними, розвивати свої психічні якості. В 8-му класі більшості учнів подобається грати в спортивні ігри - 35,29% підлітків, 20,59% школярів бажають поліпшити фігуру.

Таблиця 1

Розподіл учнів 5-11 класів за результатами анкетування, %

Мотиви	5 клас (п=25)	6 клас (п=32)	7 клас (п=21)	8 клас (п=34)	9 клас (п=22)	10 клас (п=18)	11 клас (п=15)
1. Для поліпшення стану здоров'я.	20,00	31,25	4,76	2,95	13,54	-	6,67
2. Бажання виконувати фізичні вправи.	-	6,25	9,52	5,88	4,5	-	-
3. Покращення своєї фізичної підготовленості.	16,00	12,50	9,52	11,76	9,09	11,10	6,67
4. Прагнення показати свої здібності.	-	-	9,52	-	4,50	-	-
5. Поліпшення фігури.	-	12,50	19,08	20,59	9,09	33,33	46,66

**II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція
(25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)**

6. Подобається грати в ігри, підняти настрій.	8,00	9,37	4,76	35,29	27,53	33,33	20,00
7. Бажання отримати гарну оцінку.	12,00	3,13	-	11,76	4,50	5,56	-
8. Спілкування з однолітками.	16,00	6,25	4,76	2,95	-	-	-
9. Подобається вчитель.	-	3,13	4,76	-	4,50	5,56	-
10. Бажання добре виступити на змаганнях, бажання слави, престижу.	4,00	3,13	9,52	-	-	5,56	-
11. Знизити вагу.	8,00	6,25	4,76	-	9,09	-	13,33
12. Самовдосконалення, бажання бути всебічно розвиненим,	4,00	-	14,28	8,82	13,54	5,56	6,67
13. Модно бути спортивним.	8,00	3,13	4,76	-	-	-	-
14. Ваш варіант та який.	4,00	3,13	-	-	-	-	-

27,53% учнів 9-х класів теж віддають перевагу спортивним іграм, але 13,54% старшокласників прагнуть бути всебічно розвинутими. В 10-му класі 33,33 % учнів бажають поліпшити фігуру і теж грати в спортивні ігри (33,33%). В 11-му класі більшість молоді займається фізичною культурою з метою поліпшення фігури - 46,66%, а 20,00% учнів приваблюють спортивні ігри.

Таблиця 2

Результати анкетування учнів 8-11 класів, %

Мотиви	8клас (п=34)	9клас (п=22)	10 клас (п=18)	11 клас (п=15)
1. Не подобається вчитель.	5,88	-		6,67
2. Не подобаються вправи, які треба виконувати.	2,94	-	11,11	20,00
3. Не подобаються ігри.	-	-	-	-
4. Не подобається інвентар та обладнання.	-	-	-	-
5. В залі холодно, брудно, сиро.	-	-	-	-
6. Сумно, не цікаво.	8,82	18,18	27,78	20,00
7. Важкі нормативи.	-	-	-	-
8. Не бачу в цьому користі.	2,94	-	5,55	6,67

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

9. Соромлюсь свого тіла, або того як я виконую ту чи іншу вправу.	5,88	9,09	-	-
10. Мало вільного часу.	-	-	-	-
11. Інша причина.	2,94	4,50	-	-
12. Нічого не заважає.	70,60	68,23	55,56	46,66

Стосовно мотивів, що перешкоджають займатись фізичною культурою, серед учнів 5-7 класів виявлено не було. Серед 8-х класів більшість учнів (8,82%) показали, що на заняттях не цікаво, а в 9-х класах - 18,18% учнів. В 10-му класі 11,11% учнів та 20,20% учнів в 11-му класі визначили, що їм не подобаються вправи, які треба виконувати. Не цікаво займатися 27,78% учнів 10 класу і 20,00% учнів 11 класу.

Крім того опитування показали, що деяким учням не подобається вчитель з фізичної культури, деякі - вказали на незадовільні санітарно-гігієнічні умови, що викликають ряд незручностей, тому в них зникає бажання займатися фізичною культурою в школі.

Таким чином, результати анкетування показали, що діти 2-4 та 5-7 класів із задоволенням відвідують заняття з фізичної культури. Але з віком ця зацікавленість знижується і в 8-9 класах кількість учнів, які позитивно відносяться до занять фізичною культурою, складає 70,60% і 68,23% відповідно, а в 10-11 класах - 55,56% та 46,66% відповідно (рис. 1).

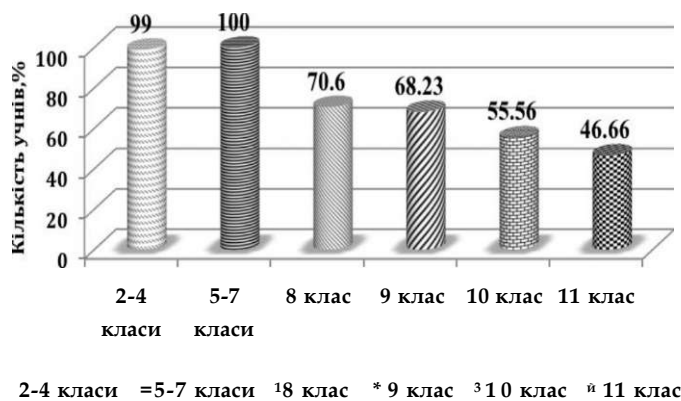


Рис. 1. Розподіл учнів 2-11 класів за результатами анкетування

Одже, з віком інтерес школярів до занять фізичною культурою знижується. Одним із шляхів підвищення ефективності системи фізкультурної освіти та фізкультурно-оздоровчої діяльності дітей і юнацької молоді є формування повноцінної мотивації до занять. Одне із рішень цієї задачі - одержання учнями нової інформації, завдяки якій школяри отримують певні знання про фізичну культуру і спорт, що допоможе змінити чи сформувати їх позитивне ставлення до фізкультурно-спортивних занять. А для корекції і активного керування освітньо-виховним процесом, впровадження оздоровчо-профілактичних заходів, втілення нових форм і засобів фізичного виховання для підвищення ефективності занять фізичною культурою і спортом - необхідно мати уявлення про реальний стан способу життя, інтересів і мотивів школярів.

Висновки. Проведене анкетування дозволило нам виявити та дослідити

II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція (25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)

мотиви дітей різного шкільного віку до занять фізичною культурою. Так, учні молодших класів мають позитивне ставлення до занять фізичною культурою. Більшість учнів середньої і старшої школи займаються фізичною культурою для поліпшення фігури та бажають бути гармонійно розвиненими, а також віддають перевагу спортивним іграм. З віком у школярів збільшується незадовільність уроками фізичної культури, що призводить до зниження рухової активності учнівської молоді.

Література

1. Безверхня Г.В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5-11 класів: Автореферат. дис.канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.02 / Безверхня Г.В, Львів, 2004. -21с.
2. Винник В.Д. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням / В.Д. Винник // Теорія та методика фізичного виховання. - Харків, 2010. - №12. - С. 39-42.
3. Воробйова О.В. Формування позитивної мотивації учнів до занять фізичними вправами на уроках та в позаурочний час / О.В. Воробйова, Золотоноша, 2012. - 58с.
4. Круцевич Т. Мотивація учня 6-9 класів до уроків фізичної культури / Т.Круцевич, О.Іщенко, Т.Імас // Спортивний вісник Придніпров'я, 2014. - №2. - С. 68-72.
5. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів : [монографія] / Н. В. Москаленко. 3-е вид., перероб. та допов. - Дніпропетровськ, Інновація, 2014. - 372с.
6. Москаленко Н.В. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Н.В. Москаленко, О.О. Власюк, І.В. Степанова, О.В. Шиян, А.В. Самошкіна, Т.Г. Кожедуб. 2-е вид. - Дніпропетровськ: Інновація, 2014. - 332с.
7. Шеців у.С. мотиви відвідування старшокласниками шкільних уроків фізичної культури та ставлення до їх змісту / у.С. Шевців // Молодіжний науковий вісник. Серія : Фізична культура, фізичне виховання різних верств населення. - 2007. - С. 33-36.

ПРОБЛЕМЫ КОРРЕКЦИИ ОСАНКИ У МОЛОДЫХ ГРЕБЦОВ НА КАНОЭ И У ГРЕБЦОВ НА ЛОДКАХ ДРАКОН

Еременко Наталия Петровна,
кандидат наук по физическому воспитанию и спорту
Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Киев, ул. Физкультуры 1, корпус 1, nataliasp@ukr.net, (093 907-17-98).

Введение. Считается, что из всех систем организма, под влиянием мышечной деятельности, наибольшей нагрузке подвергается опорно-двигательный аппарат. В гребле на каноэ и лодках дракон тренировка со стороны одного борта часто приводит к изменениям, которые выходят за рамки приспособительных реакций, и приобретают патологический характер [1].