

УДК 796.015.52

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ У ШКОЛЯРІВ ОСОБИСТІСНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Голик А.С.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Розглянуто матеріали соціологічного дослідження серед учнів 5—11 класів загальноосвітніх шкіл м. Харкова, м. Вінниці, м. Луганська та сільської школи (Вінницька область). Показано, що найбільш значущим фактором, який характеризує особистісну фізичну культуру школярів є систематичне заняття фізичними вправами з метою фізичного самовдосконалення. У результаті дослідження виявлено, що основними мотиваційними чинниками, які спонукають учнів займатися фізкультурно-спортивною діяльністю є бажання підвищити фізичну підготовленість. Доведено, що відсутність вільного часу являється основним фактором який заважає учням займатися фізкультурно-спортивною діяльністю.

Ключові слова: особистість, мотивація, фізична культура, фізична культура особистості, фізкультурно-спортивна діяльність.

Вступ. Фізичне виховання в сфері освіти виконує ряд специфічних функцій. Всі вони чітко визначені в державних документах, що його регламентують (Закони України «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт»). До основних з них відносять формування здоров'я школярів та залучення їх до різноманітних форм фізкультурної діяльності. Вирішення цих завдань вимагає належного рівня організації як навчального процесу з фізичного виховання школярів, так і забезпечення оптимальних умов для проведення позаурочної роботи з фізичної культури і спорту. Незважаючи на значну увагу до проблеми фізичного виховання школярів, спостерігається тенденція погіршення стану їх здоров'я [1, 2, 3]. Так, за останні 10 років захворюваність серед дітей шкільного віку збільшилася на 26,8%, а рівень фізичної підготовленості більше ніж у 50 % учнівської молоді, не відповідає навіть середньому рівню відповідного державного стандарту [6]. На сьогодні приблизно 90% школярів мають відхилення у стані фізичного і психічного здоров'я, а загальна захворюваність серед учнів загальноосвітніх шкіл України сягає 64% — 71% [5]. Означені проблеми стимулюють науковий пошук ефективних форм, засобів, методів та підходів до організації навчально-виховного процесу у сфері фізичного виховання учнівської молоді (Т. Круцевич, Л. Лубишева, В. Бальсевич, Т. Скобликова та ін.).

Незважаючи на широкий спектр досліджень поставленої проблеми в системі фізичного виховання пріоритетною є тема формування особистісної фізичної культури школярів (М. Виленский, Б. Новиков, Л. Матвеев, В. Столяров, В. Сутула та ін.).

Проведені В.Сутулою [4] теоретичні дослідження означеної проблеми дозволили виділити ряд базових ознак, які визначають структуру фізичної культури особистості. Метою ж даного дослідження є з'ясування практичного сприйняття цих ознак учнями 5-11 класів загальноосвітніх шкіл.

Зв'язок роботи із важливими науковими програмами або практичними завданнями. Робота виконана в рамках реалізації комплексного наукового проекту «Теоретико-методологічні засади формування особистісної фізичної культури у дітей і молоді як основи їх здоров'я» (номер Державної реєстрації 0113U001205).

Мета дослідження — з'ясувати практичне сприйняття базових ознак фізичної культури особистості учнями 5-11 класів загальноосвітніх шкіл.

Методи та організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань було проведено спеціальне соціологічне дослідження. У ньому приймали участь учні загальноосвітніх шкіл: м. Харкова (n=128), м. Вінниці (n=113), м. Луганська (n=95), та сільської школи (Вінницька область) (n=64). Дослідження проводилося за двома напрямками: 1) визначити особливості сприйняття школярами базові ознаки фізичної культури особистості; 2) з'ясувати мотиваційні чинники, які в більшій мірі обумовлюють фізкультурно-спортивну діяльність учнів.

Результати дослідження. За результатами проведеного соціологічного дослідження учні 5-11 класів загальноосвітніх шкіл, в яких проводилося дослідження, серед базових ознак фізичної культури особистості виділили, як найбільш значиму, «систематичне заняття фізичними вправами з метою фізичного самовдосконалення» (табл. 1, а). У середньому по усій вибірці цій ознаці віддали перевагу 26,0 % школярів. Відмічений фактор найбільш

вагомий для учнів загальноосвітніх шкіл м. Харкова (39,0 %), дещо нижчі значення у школярів м. Вінниці (28,0 %) та м. Луганська (23,0 %), та суттєво менші значення в учнів сільської школи (14,0%). Другою по значимості ознакою фізичної культури особистості учні відмітили «заняття спортом» (середнє значення по всій вибірці 22,0 %).

За результатами проведеного дослідження вести фізично активний спосіб життя, являється на думку школярів, третьою базовою ознакою фізичної культури особистості (середнє значення по всій вибірці 15 %). Так, в більшій мірі звернули увагу на цю ознаку учні сільської школи (25,0 %) та загальноосвітніх шкіл м. Луганська (20,0 %). Четвертою по значимості ознакою, що характеризує фізичну культуру особистості стала, на думку школярів, «готовність допомогти іншим людям в їх оздоровленні і фізичному вдосконаленні (середнє значення по всій вибірці 13 %)». Цю ознаку в більшій мірі відмітили учні сільської школи (36,0 %), для міських загальноосвітніх шкіл цей фактор менш значущий, йому віддали перевагу від 4 % до 8 % опитаних школярів.

На думку опитаних школярів не являються значимими характеристиками фізичної культури особистості такі ознаки як «відсутність шкідливих звичок» — 7,5 %, «життя заради власного задоволення» — 7,5 %, «турбота про підтримання в нормі свого фізичного стану» — 7,0 % (середні значення по всій вибірці).

Другим напрямом дослідження було з'ясування мотиваційних чинників, які обумовлюють фізкультурно-спортивну діяльність учнів 5-11 класів загальноосвітніх шкіл. Результати такого дослідження представлені в табл. 2. Вони свідчать про те, що найбільш значущим мотивом який спонукає школярів до фізкультурно-спортивної діяльності є «бажання підвищити фізичну підготовленість» (середнє значення 60,3 %). Цьому фактору віддали перевагу учні загальноосвітніх шкіл м. Луганська (83,0 %) та сільської школи (64,0 %), дещо нижчі значення в учнів загальноосвітніх шкіл м. Харкова (49,0 %), та м. Вінниці (45,0 %). Наступним важливим фактором, що обумовлює фізкультурно-спортивну діяльність, школярі виділили потребу в «оптимізації ваги та покращення статури (середнє значення — 17,5 %)». Не мотивують до занять фізичними вправами наступні чинники: «виховання волі, характеру, цілеспрямованості та досягнення спортивних успіхів» — 6 %, можливість «зняти втому і підвищити працездатність» — 3,7 %, «виховати культуру рухів» — 2,7 %, «раціонально проводити час» — 1,5 %, «вчасно отримати залік з фізичного виховання» — 0,8 % (вказані середні значення по всій вибірці).

Результати проведеного дослідження (табл. 2) свідчать про те, що відсутність вільного часу являється основним фактором який перешкоджає школярам, займатися фізкультурно-спортивною діяльністю. На цей фактор звернули увагу в більшій мірі

Таблиця 1

Розуміння учнів 5—11 класів загальноосвітніх навчальних закладів сутності фізичної культури особистості

Запитання та варіанти відповідей		ЗОШ м. Харкова	сільська школа (Вінницька обл.)	ЗОШ м. Луганська	ЗОШ м. Вінниця	Середнє значення по усій вибірці (%)
		Виражені у % узагальнені результати відповідей				
На Ваш погляд особистісна фізична культура людини найбільш повно проявляється в тому, що вона:						
а	систематично займається фізичними вправами з метою фізичного самовдосконалення	39,0	14,0	23,0	28,0	26,0
б	займається спортом	20,0	12,0	33,0	23,0	22,0
в	веде фізично активний спосіб життя	10,0	25,0	20,0	4,0	15,0
г	готова допомогти іншим людям в їх оздоровленні і фізичному вдосконаленні	4,0	36,0	8,0	4,0	13,0
д	немає шкідливих звичок	7,0	3,0	10,0	10,0	7,5
е	живе заради власного задоволення	12,0	3,0	4,0	11,0	7,5
є	турбується про підтримання в нормі свого фізичного стану	8,0	2,0	2,0	16,0	7,0

Мотиваційні чинники які обумовлюють фізкультурно-спортивну діяльність учнів загальноосвітніх шкіл

Запитання та варіанти відповідей		ЗОШ м. Харкова	сільська ЗОШ (Вінницька обл.)	ЗОШ м. Луган- ська	ЗОШ м. Вінниця	Середнє зна- чення по усій вибірці (%)
		Виражені у % узагальнені результати відповідей				
1. Що спонукає Вас займатися фізкультурно-спортивною діяльністю:						
а	Бажання підвищити фізичну підготовленість	49,0	64,0	83,0	45,0	60,3
б	Оптимізувати вагу, покращити статуру	17,0	20,0	13,0	20,0	17,5
в	Виховати волю, характер, цілеспрямованість	10,0	5,0	0,0	9,0	6,0
г	Досягти спортивних успіхів	8,0	3,0	0,0	12,0	5,8
д	Зняти втому і підвищити працездатність	8,0	2,0	0,0	5,0	3,7
е	Виховати культуру рухів	5,0	0,0	0,0	6,0	2,7
є	Не визначився	0,0	3,0	4,0	0,0	1,7
ж	Раціонально проводити час.	3,0	0,0	0,0	3,0	1,5
з	Вчасно отримати залік з фізичного виховання	0,0	3,0	0,0	0,0	0,8
2. Що заважає Вам займатися фізкультурно-спортивною діяльністю?						
а	Відсутність вільного часу	29,0	25,0	47,0	48,0	37,3
б	Не визначився	26,0	18,0	20,0	27,0	22,7
в	У школі немає секції з улюбленого виду спорту	9,0	46,0	13,0	16,0	21,0
г	Не вистачає знань для самостійних занять	10,0	7,0	7,0	8,0	8,0
д	Ніхто не залучає до фізкультурно-спортивної діяльності	14,0	0,0	13,0	0,0	6,7
е	Відсутність інвентарю	12,0	4,0	0,0	1,0	4,3

учні загальноосвітніх шкіл м. Вінниці (48,0 %) та м. Луганська (47,0 %), дещо нижчі показники в учнів сільської школи та м. Харкова відповідно 25,0 % та 29,0 %. Цей висновок підтверджується даними, які свідчать про те, що протягом доби на навчальні заняття у школі та на самопідготовку 34,8 % школярів (середній результат по усій вибірці) витрачають в середньому від трьох до шести годин, а 65,2% більше семи годин (табл. 3). Це приводить до того, що у більшості школярів (62,3%) вільного часу на добу залишається, виходячи з їх відповідей, всього лише від однієї до чотирьох години (табл. 3). Значимість інших факторів, які представлені в таблиці 2, у порівнянні з описаним вище суттєво менша. Так, «не визначилися» що їм заважає займатися фізкультур-

но — спортивною діяльністю — 22,7% школярів, 21,0 % респондентам заважає «відсутність секцій з улюбленого виду спорту», 8 % школярам «не вистачає знань для самостійних занять», 6,7 % учнів загальноосвітніх шкіл «ніхто не залучає до фізкультурно-спортивної діяльності», та 4,3 % як одним із факторів відмітили «відсутність інвентарю».

Результати дослідження свідчать також про те, що практична реалізація уявлень учнівської молоді щодо фізичної культури особистості проявляється у тому, що 66,0% учнів м. Харкова та 53,0 % м. Вінниці займаються фізкультурно-спортивною діяльністю у позаурочний час. Серед учнів сільської школи та загальноосвітніх шкіл м. Луганська таких учнів дещо менше відповідно 28,0 % та 18,0 % (табл. 3).

Витрати часу школярів на різні види діяльності

№ з/п	Запитання та варіанти відповідей		ЗОШ м. Харкова	сільська ЗОШ (Вінницька обл.)	ЗОШ м. Луганська	ЗОШ м. Вінниця	Середнє значення по усій вибірці (%)
			Виражені у % узагальнені результати відповідей				
1	Ваші витрати часу протягом доби на навчальні заняття у школі і самопідготовку:						
	a	3-6 годин	29,0	21,0	40,0	49,0	34,8
	б	7 годин і більше	71,0	79,0	60,0	51,0	65,2
2	Ваш бюджет вільного часу на добу:						
	a	1-4 години	63,0	37,0	73,0	76,0	62,3
	б	5-6 годин і більше	37,0	63,0	27,0	24,0	37,7
3	Чи займаєтесь Ви фізкультурно-спортивною діяльністю у позанавчальний час?						
	a	Так	66,0	28,0	18,0	53,0	41,2
	б	Ні	13,0	49,0	42,0	21,0	31,3
	в	Не регулярно	21,0	23,0	40,0	26,0	27,5
4	Ваші витрати вільного часу на фізкультурно-спортивну діяльність протягом тижня:						
	a	1-3 години	54,0	75,0	60,0	67,0	64,0
	б	4 години і більше	46,0	25,0	40,0	33,0	36,0
5	Чи вважаєте ви, що Ваш руховий режим достатній для нормальної життєдіяльності та збереження здоров'я:						
	a	Так	75,0	28,0	57,0	61,0	55,3
	б	Ні	4,0	59,0	17,0	26,0	26,5
	в	Не визначився	21,0	13,0	26,0	13,0	18,2

Більшість учнів 5-11 класів сільської школи (75,0 %) та м. Вінниця (67,0 %) загальноосвітніх шкіл на фізкультурно-спортивну діяльність витрачають від однієї до трьох годин на тиждень, дещо нижчі показники у м. Харкова та м. Луганська, відповідно 54,0 % та 60,0 %. Більше чотирьох годин витрачають на фізкультурно-спортивну діяльність протягом тижня учні м. Харкова (46,0 %) та м. Луганська (40,0 %), дещо нижчі показники у сільській школі (25,0 %) та м. Вінниця (33,0 %). Режим рухової активності вважають достатнім для нормальної життєдіяльності та збереження здоров'я 75,0 % школярів м. Харкова. Серед учнів м. Вінниці таких 61,0 %, м. Луганська 57,0 %, та значно менший показник у сільської школи 28,0 %.

Висновки

1. Проведений аналіз результатів соціологічного дослідження свідчить про розуміння учнями 5—11 класів загальноосвітніх шкіл того, що базовою ознакою фізичної культури особистості є «систематичне використання фізичних вправ з метою фізичного самовдосконалення».
2. Результатами проведеного дослідження доведено, що найбільш значущим мотивом який спонукає школярів до фізкультурно-спортивної діяльності є «бажання підвищити фізичну підготовленість (60,3 %)».
3. Установлено, що відсутність вільного часу являється визначальним фактором, який заважає

школярам повноцінно займатися фізкультурно-спортивною діяльністю.

Список літератури

1. Зубалій М. Складові здорового способу життя / М. Зубалій // Завуч. — 2000. — № 20 — липень. — С. 29.
2. Горашук В. П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) / В. П. Горашук. — Луганск: Альма-матер, 2003. — 388 с.
3. Платонов В. Н. Сохранение и укрепление здоровых людей — приоритетное направление современного здравоохранения / В. Н. Платонов // Спортивная медицина. — 2006. — № 2. — С. 3—14.
4. Сутула В. О. Здоров'я школярів як соціально-педагогічна проблема / В. О. Сутула, Т. С. Бондар, М. М. Кочуєва // Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка. — 2010. — №17. — С. 295—304.
5. Сутула В. О. Базові ознаки фізичної культури особистості / В. О. Сутула // Духовність особистості: методологія, теорія і практика: Збірник наукових праць / гол. редактор Г. П. Шевченко. — Вип. 6 (53). — Луганськ: Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2012. — С. 186—192.
6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. — Ч. 1 / Шиян Б. М. — Т. : Навч. кн. — Богдан, 2003. — 272 с.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У МАЛЬЧИКОВ 6—7 КЛАССОВ

Голик А.С.

Харьковская академия физической культуры

Реферат. Статья: 5 с., 3 табл., 6 источников.

Рассмотрены материалы социологического исследования среди учащихся 5—11 классов общеобразовательных школ г. Харькова, г. Винницы, г. Луганска и сельской школы (Винницкая область). Показано, что наиболее значимым фактором, который характеризует личностную физическую культуру школьников являются систематические занятия физическими упражнениями с целью физического самосовершенствования. В результате исследования выявлено, что основными

мотивационными факторами, которые побуждают учеников заниматься физкультурно-спортивной деятельностью является желание повысить физическую подготовленность. Доказано, что отсутствие свободного времени является основным фактором, который мешает ученикам заниматься физкультурно-спортивной деятельностью.

Ключевые слова: личность, мотивация, физическая культура, физическая культура личности, физкультурно-спортивная деятельность.

FEATURES OF FORMATION OF PERSONAL PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS

Golik A.S.

Kharkov State Academy of Physical Culture

Report. Article: 5 p., 3 tables., 6 sources.

A sociological survey among pupils of 5—11 grades of secondary schools in the city of Kharkov, Vinnitsa, Luhansk and village (Vinnitsia region). It is shown that the most important factor that characterizes personal physical education students through the systematic physical exercise for physical improvement. The study found that the main motivational factors

that encourage students to engage in sports activities is the desire to improve physical fitness. We prove that the lack of free time is the main factor that prevents students engage in sports activities.

Keywords: personality, motivation, physical culture, physical culture personality, physical training and sports activities

Інформація про автора:

Голик Альона Сергіївна: ayolik@mail.ru; Харківська державна академія фізичної культури. вул. Клочковська, 99, м. Харків, 61058, Україна.

Цитуйте статтю як: Голик А.С. Особливості формування у школярів особистісної фізичної культури

ри»/ Голик А.С. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2013. — № 3. — С. 32—36. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.3.1023>

Стаття надійшла до редакції: 26.08.2013 р.