

питання (31,5% серед усіх опитаних). Це свідчить про те, що на уроках фізичної культури ці системи вивчаються недостатньо;

▪ 76,7% учнів ЛАГ і 48,4% учнів ЗОШ№24 вважають вправи з атлетизму, що пропонуються на уроках фізичної культури, доступними для себе. При цьому 45,2% всіх опитаних юнаків вказують, що найбільше всього їм подобається виконувати вправи для м'язів рук, а менше вправи для м'язів спини, червоного пресу.

▪ як вважають старшокласники заняття на тренажерах сприяють переважно, розвитку фізичних якостей (41,0% серед усіх опитаних) і формуванню тілобудови (28,1% серед усіх опитаних).

▪ фізичне навантаження, на думку більшості юнаків, при виконанні вправ на тренажерах є доступними (63,7% серед усіх опитаних), а тренажерних пристроїв у шкільних залах для розвитку всіх м'язових груп є недостатньо.

▪ наявні тренажери використовуються на кожному уроці в ЛАГ – 83,3% випадків і в ЗОШ - 15% .

▪ багато юнаків займаються атлетизмом в позаурочний час (28,3% учнів Львова, 41,7% Івано-Франківська).

Таким чином, отримані дані свідчать про позитивне ставлення юнаків до уроків атлетизму і викликають потребу подальшої розробки науково-методичного обґрунтування уроків з атлетизму в 10 – 11 класах.

ФАКТОРИ МОТИВАЦІЇ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ ЛЬВІВЩИНИ НА УРОКАХ ЛИЖНОЇ ПІДГОТОВКИ

АНАТОЛІЙ КЛЕМБА, ЮРІЙ БАЙЦАР, ЮРІЙ ЛЮБЖАНИН, ЛЕСЯ ШЕВЧУК
Львівський державний інститут фізичної культури

Повертаючись з роботи додому, морозного січневого дня ми не раз спостерігали за метушливою і галасливою дівчорою, яка з великим задоволенням і емоційним піднесенням спускається із засніжених вкраних пагорбів. Всі спускаються додолу наввипередки на санчатах, на пластикових ковзанах, а хто на гринджолах. Привабливою є не лише емоційна окраска, але й внутрішня сторона такого захоплюючого заняття. Однак, незважаючи на високий оздоровчий ефект, уроки на ковзанах, лижах і санках в загальноосвітній школі проводиться, як правило, дуже рідко. Така проблемна ситуація потребує проведення ґрунтовних досліджень факторів, від яких залежить успішне впровадження уроків лижної підготовки і натурбану в практику фізичного виховання школярів. Очевидно дослідження формування мотивації учнів загальноосвітніх шкіл на уроках лижної підготовки буде сприяти більш ефективному впровадженню зимових фізкультурних занять життя школярів.

Завдання дослідження. 1. Виявити ставлення школярів до уроків лижної підготовки в зимовий період. 2. Визначити найбільш вагомні фактори мотивації школярів на уроках лижної підготовки та натурбану.

Організація і результати дослідження. З метою виявлення ставлення учнів до уроків лижної підготовки, в СШ № 13 м.Львова проводилось анкетування учнів 5-их класів. В анкету було включено 20 запитань про найбільш популярні серед школярів в зимовий період види спорту. Учні виявили своє ставлення до кожного виду спорту, присвоюючи відповідно його значенню рейтинговий номер. Більшість із 59 респондентів найвищу рейтингову оцінку визначили плаванню (рис.1).

Виявлено, що 27% респондентів віддає перевагу урокам плавання і жоден інший вид спорту не користується подібною популярністю у школярів 10-11 років в зимовий період в зимовий період.

Другу позицію, за популярністю, впевнено посідають уроки лижної підготовки і тенісу 16% голосів відповідно. Значна кількість дітей (15 і 14%) виявили своє бажання займались на уроках фізичної культури гімнастикою і футболом.

Крім того, відповідаючи на запитання: “Які види спорту тобі подобаються?” – значна кількість опитаних (21 учень) назвали – лижний і санний спорт.

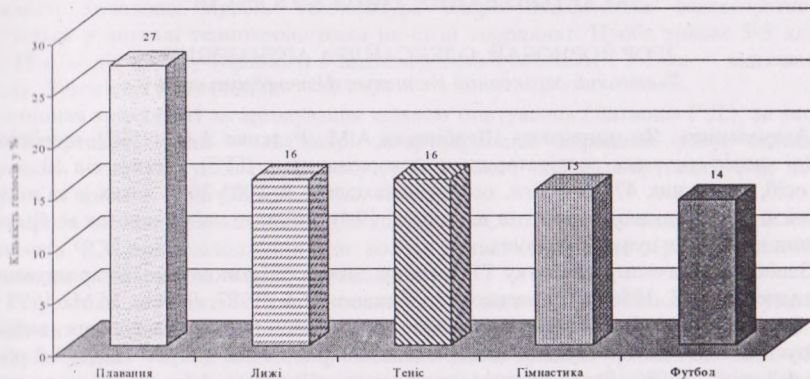


Рис.1. Популярність уроків фізкультури з різних видів спорту серед учнів 10-11 років (n=59, результати анкетування)

Результати анкетування засвідчують, що для такої заяви є ґрунтовна підстава. Зокрема 52 учні повідомили, що мають вдома санки, а 38 – пластикові ковзани. До того ж, 48 учнів погоджуються приносити власні лижі, ковзани і санки на уроки фізкультури і лише 11 відмовились приносити власне спортивне спорядження.

Враховуючи, що на Львівщині сніг лежить в середньому 2 і більше місяці (наприклад, в сезон 98/99 роки стійкий сніговий покрив тривав 74 дні) для занять зимовими видами спорту на уроках у загальноосвітніх навчальних закладах Західного регіону України відкриваються чудові перспективи. Успішному проведенню уроків лижної підготовки і натурбану, а також популяризації цих видів спорту серед школярів суттєво сприятиме широке використання факторів мотивації школярів на уроках:

- альтернативні засоби – санки, ковзани, пластикові ковзани доцільно розглядати в якості вагомих факторів мотивації школярів в уроках лижної підготовки;
- підготовка лижних і санних трас, навчальних площадок, підйомів і спусків напередодні зимового сезону значною мірою підвищують емоційний фон та ефективність вирішення завдань уроку;
- техніка способів руху і арсенал спеціальних знань є вагомим фактором підвищення зацікавленості учнів в уроках лижної підготовки і натурбану.

Вміло розподілений на 3-6 уроках навчальний матеріал, який буде наповнений новими знаннями, різноманітними імітаційними і підготовчими вправами, успішно формує у школярів усвідомлену потребу. Для прикладу програмний матеріал для учнів 3 класу передбачає навчання одночасному безкроковому, позмінному двокроковому

ходу, гальмуванню падінням і плугом. Навчання названим способам руху відкриває широкі можливості для творчої діяльності як учителя, так і учнів.

Таким чином, використання альтернативних засобів (санки, ковзани, пластикові ковзани), широкого кола знань і способів руху, а також попередня підготовка лижних і санних трас, навчальних площадок, підйомів і спусків є визначальними факторами мотивації учнів загальноосвітніх шкіл на уроках лижної підготовки.

ЗАГАРТОВУВАННЯ УЧНІВ 8-9 КЛАСІВ

ІГОР ЧОРНОБАЙ, ОЛЕКСАНДРА АРТИМОВИЧ
Львівський державний інститут фізичної культури

Актуальність. Як зазначають Щербінська А.М., Руденко А.О. (1997), щорічно в Україні хворіє гострими респіраторними захворюваннями (ГРЗ), грипом від 10 до 14 млн. осіб, серед них 47-55% діти, особливо школярі. В 2001-2004 роках у зв'язку з епідемією грипу вводився карантин на протязі 10-ти і більше днів у школах м. Львова та інших населених пунктів України.

Запобігти значному розвитку ГРЗ, грипу можна за допомогою загартування (Приходченко К.М, 1986; Омельченко Л.І., Починок В.Т., 1987, Линець М.М., 1993 та ін.). За даними А.Зотова під впливом систематичного загартування значно зменшується відсоток простудних захворювань: 1-й рік – 47%; 2-й рік – 26%; 3-й рік – 17%; 4-й рік – 10%. Захворювання протікають у легших формах, зменшуються ускладнення (Руденко А.А., Муравская Л.В., Пархоменко Б.А., 1997, Воронцов И.М., 1991 та ін.). Знання з загартування є складовою фізичної культури і мають надаватися у навчанні учнів 8-9 класів.

Предмет дослідження. Гартувальна діяльність школярів 8-9 класів м. Львова.

Методи та організація дослідження: вивчення літературних джерел; анонімне опитування; природний констатуючий педагогічний експеримент з пробою на холододу стійкість за методом Подшибякіна А.К.; математико-статистична обробка даних. Дослідження проводилися у 1992-1993 році на базі шкіл № 18, 13, 73, 65 міста Львова. Шляхом випадкової вибірки була зформована експериментальна і контрольна групи (ЕГ і КГ) по 22 учні кожна. У ЕГ ввійшли учні 8-9 класів, які загартувалися процедурами повітряної ванни, обливанням холодною водою, ходьбою босоніж, купанням у холодній воді. КГ склали учні, що не загартувалися.

Аналіз літератури. Тематика загартування розглядається у навчанні з валеології, фізичної культури. У вимогах до рівня підготовки учнів 8-9 класів основної школи зазначено, що учні мають мати знання і володіти вміннями загартування ("Концепція валеологічної освіти в Україні", "Базовий зміст шкільної валеологічної освіти"). Проте, ряд програм з курсу "Валеологія", "Фізична культура" не передбачають розгляду питань загартування для учнів 8-9 класів. Ця тема розглядається у початкових класах. Аналіз навчально-методичного забезпечення для учнів середніх класів засвідчив, що питання загартування у 8-9 класах не розглядаються. Вони надаються у початкових класах школи. У навчально-методичному забезпеченні не виявлено запроваджених у навчання способів контролю за гартувальною діяльністю учнів, окрім опитування та ведення обліку загартування у паспортях здоров'я з валеології.