

СТАВЛЕННЯ УЧНІВ 5–11 КЛАСІВ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ

Альона ГОЛИК

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 для 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 є основним фактором який заважає учням займатися фізкультурно-спортивною діяльністю.

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

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Фізичне виховання в сфері освіти виконує низку специфічних функцій. Усі вони чітко визначені в державних документах, що його регламентують (Закони України «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт»). До основних із них належать формування здоров'я школярів і залучення їх до різноманітних форм фізкультурної діяльності. 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]. Нині близько 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 і підходів до організації навчально-виховного процесу у сфері фізичного виховання учнівської молоді. Незважаючи на широкий спектр досліджень поставленої проблеми в системі фізичного виховання пріоритетною є тема формування особистісної фізичної культури школярів, що визначено навчальною програмою з фізичної культури та постановою Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти». Проведені В.Сутолюю [4] теоретичні дослідження означеної проблеми дозволили окрему низку ряд базових ознак, які характеризують фізичної культури особистості. Метою ж цього дослідження є з'ясування ставлення учнів 5-11 класів до базових ознак фізичної культури особистості.

Зв'язок роботи із важливими науковими програмами або практичними завданнями. Роботу виконано 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).

Завдання дослідження:

1. З'ясувати особливості сприйняття школярами базових ознак фізичної культури особистості.
2. Визначити мотиваційні чинники, які обумовлюють фізкультурно-спортивну діяльність учнів.
3. З'ясувати ставлення учнів сільської та міських загальноосвітніх шкіл до базових ознак фізичної культури особистості.

Методи та організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань було проведено спеціальне соціологічне дослідження. У ньому брали участь учні загальноосвітніх шкіл: м. Харкова (n=128), м. Вінниці (n=113), м. Луганська (n=95) та однієї з сільських шкіл Вінницької області (n=64). Під час дослідження використано анкету закритого типу.

Виклад основного матеріалу з аналізом отриманих наукових результатів. За результатами проведеного соціологічного дослідження школярі серед базових ознак фізичної культури особистості виділили як найбільш значущу, «систематичне заняття фізичними вправами з метою фізичного самовдосконалення» (табл. 1). У середньому по усій вибірці цій ознаці віддали перевагу 26,0 % школярів. Відзначений фактор найбільш вагомий для учнів загальноосвітніх шкіл м. Харкова (39,0 %), дещо нижчі значення у школярів м. Вінниці (28,0 %) і м. Луганська (23,0 %) та суттєво менші значення в учнів сільської школи (14,0%). Другою за значущістю ознакою фізичної культури особистості учні відзначили «заняття спортом» (середнє значення по всій вибірці 22,0 %). За результатами проведеного дослідження дотримання фізично активного способу життя є, на думку школярів, третьою за значущістю ознакою фізичної культури особистості (середнє значення по всій вибірці 15 %). Так, на цю ознаку більшою мірою звернули увагу учні сільської школи (25,0 %) та загальноосвітніх шкіл м. Луганська (20,0 %). Четвертою за значущістю ознакою, що характеризує фізичну культуру особистості стала, на думку школярів, «готовність допомогти іншим людям в їх оздоровленні й фізичному вдосконаленні» (середнє значення по всій вибірці 13,0 %). Цю ознаку більшою мірою відзначили 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, «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) не є значущими характеристиками фізичної культури особистості.

Таблиця 1

Розуміння учнями 5–11 класів сутності фізичної культури особистості

Запитання та варіанти відповідей		ЗОШ м. Харкова	Сільська ЗОШ	ЗОШ м. Луганська	ЗОШ м. Вінниця	Середнє значення по усій вибірці (%)
		Виражені у відсотках узагальнені результати відповідей				
На Ваш погляд особистісна фізична культура людини найбільш повно проявляється в тому, що вона						
а	систематично займається фізичними вправами для 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	дотримується фізично активного способу життя	10,0	25,0	20,0	4,0	15,0
г	готова допомогти іншим людям в їх оздоровленні й 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

Другим напрямом дослідження було з'ясування мотиваційних чинників, які обумовлюють фізкультурно-спортивну діяльність учнів 5–11 класів загальноосвітніх шкіл. Результати такого дослідження подано 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 по всій вибірці 60,3 %). Цьому фактору віддали суттєву перевагу учні загальноосвітніх шкіл м. Луганська (83,0 %) та учні сільської школи (64,0 %). Цей фактор менш значущий для учнів загальноосвітніх шкіл м. Харкова (49,0 %) та м. Вінниці (45,0 %). Наступним важливим фактором, що обумовлює фізкультурно-спортивну

діяльність, школярі виокремили потребу в «оптимізації ваги та поліпшення статури» (середнє значення по всій вибірці – 17,5 %). Не мотивують до занять фізичними вправами такі чинники: «виховання волі, характеру, цілеспрямованості та досягнення спортивних успіхів» (6 %), можливість «зняти втому й 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).

Таблиця 2

Мотиваційні чинники, які обумовлюють фізкультурно-спортивну діяльність учнів загальноосвітніх шкіл

Запитання та варіанти відповідей		ЗОШ м. Харкова	Сільська ЗОШ	ЗОШ м. Луганська	ЗОШ м. Вінниця	Середнє значення по усій вибірці, (%)
		Виражені у відсотках 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, поліпшити 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 із 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

Результати проведеного дослідження (табл. 2) свідчать також про те, що відсутність вільного часу є основним фактором, який перешкоджає школярам займатися фізкультурно-спортивною діяльністю. На цей фактор звернули увагу більшою мірою учні загальноосвітніх шкіл м. Вінниці (48,0 %) та м. Луганська (47,0 %), дещо нижчі ці показники в учнів сільської школи та м. Харкова, відповідно 25,0 % та 29,0 %. Цей висновок підтверджується даними, які свідчать про те, що впродовж доби на навчальні заняття у школі та на самопідготовку 34,8 % школярів (середній результат по усій вибірці) витрачають у середньому від трьох до шести годин, а 65,2% – понад сім годин (табл. 3). Це сприяє тому, що в більшості школярів (62,3%)

вільний час на добу становить від однієї до чотирьох години (табл. 3). Значущість інших факторів, які подано в табл. 2 порівняно з описаним вище, суттєво менша. Так, 21,0 % респондентам заважає займатися фізкультурно-спортивною діяльністю «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», 4,3 % як одним із факторів відзначили «відсутність інвентарю» та «не визначилися» що їм заважає займатися фізкультурно-спортивною діяльністю – 22,7% школярів.

Результати дослідження свідчать також про те, що практична реалізація уявлень учнівської молоді щодо фізичної культури особистості проявляється в 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 суттєво менше, відповідно 28,0 % та 18,0 % (табл. 3).

Більшість учнів 5–11 класів сільської школи (75,0 %) та учнів загальноосвітніх шкіл м. Вінниця (67,0 %) на фізкультурно-спортивну діяльність витрачають від однієї до трьох годин на тиждень, дещо нижчі показники в учнів загальноосвітніх шкіл м. Харкова та м. Луганська, відповідно 54,0 % та 60,0 %. Понад чотири години витрачають на фізкультурно-спортивну діяльність упродовж тижня учні м. Харкова (46,0 %) та м. Луганська (40,0 %), дещо нижчі ці показники в учнів сільської школи (25,0 %) та учнів загальноосвітніх шкіл 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 в учнів сільської загальноосвітньої школи – 28,0 %.

Таблиця 3

Витрати часу школярів на різні види діяльності

№ з/п	Запитання та варіанти відповідей	ЗОШ м. Харкова	Сільська ЗОШ	ЗОШ м. Луганська	ЗОШ м. Вінниця	Середнє значення по усій вибірці (%)	
		Виражені у відсотках узагальнені результати відповідей					
1	Ваші витрати часу впродовж доби на навчальні заняття у школі і самопідготовку						
	а	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						
	а	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 займаєтеся Ви фізкультурно-спортивною діяльністю в позанавчальний час?						
	а	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 упродовж тижня						
	а	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						
	а	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

Висновки:

1. Проведений аналіз результатів соціологічного дослідження свідчить про розуміння учнями 5–11 класів загальноосвітніх шкіл того, що базовою ознакою фізичної культури особистості для учнів харківських і вінницьких загальноосвітніх шкіл є «систематичне використання фізичних вправ для фізичного самовдосконалення» (середнє значення – 33,5 %), для школярів луганських загальноосвітніх шкіл базовою ознакою є «заняття спортом» (33,0 %), а

для учнів сільської загальноосвітньої школи, основною ознакою фізичної культури особистості є «готовність допомогти іншим людям в їх оздоровленні й фізичному вдосконаленні», так відзначили 36,0 % респондентів.

2. За результатами проведеного дослідження доведено, що найбільш значущим мотивом, який спонукає школярів до фізкультурно-спортивної діяльності, є «бажання підвищити фізичну підготовленість» (середнє значення по всій вибірці 60,3 %).

3. Установлено, що відсутність вільного часу для учнів міських загальноосвітніх шкіл є визначальним фактором, який заважає їм повноцінно займатися фізкультурно-спортивною діяльністю (середнє значення – 41,3 %), тоді як учні сільської загальноосвітньої школи основним фактором назвали «у школі немає секції з улюбленого виду спорту» (46,0 %).

4. Доведено, що режим рухової активності вважають достатнім учні міських шкіл (середнє значення – 64,3), тоді як 59,0 % учнів сільської школи свій руховий режим вважають недостатнім.

Перспективи подальших розробок. Надалі планується більш детально дослідити деякі аспекти фізкультурно-спортивної підготовленості школярів.

Список літератури

1. Зубалій М. Складові здорового способу життя / М. Зубалій // Завуч. – 2000. – № 20. – С. 29.
2. Горащук В. П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) / В. П. Горащук – 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 : зб. наук. пр. – Луганськ : 2012. – Вип. 6 (53). – 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.

ОТНОШЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ 5-11 КЛАССОВ К БАЗОВЫМ ПРИЗНАКАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ

Альона ГОЛИК

Харьковская государственная академия физической культуры

Аннотация. 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 является систематическое занятие 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.

**THE RATIO OF STUDENTS GRADES 5-11
TO BASIC FEATURES OF PHYSICAL CULTURE PERSONALITY**

Alona GOLIK

Kharkiv State Academy of Physical Culture

Abstract. A sociological survey among pupils of 5-11 grades of secondary schools in the city of Kharkov, Vinnytsa, Luhansk and village (Vinnytsia 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 engages in sports activities.

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