

4511.47

Л-63

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України  
Національний університет фізичного виховання і спорту України

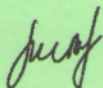
**ЛИСАК ІРИНА ВІКТОРІВНА**

УДК 796.011.3-057.874:159.947.5

**ПОТРЕБОВО-МОТИВАЦІЙНИЙ ПІДХІД ДО ФОРМУВАННЯ  
ПРОГРАМ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ УЧНІВ  
СЕРЕДНІХ КЛАСІВ**

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата наук з фізичного виховання і спорту



Київ – 2013

Дисертацією є рукопис

Роботу виконано в Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України

**Науковий керівник**

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

**Круцевич Тетяна Юріївна,**

Національний університет фізичного виховання і спорту України,

завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання

**Офіційні опоненти:**

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

**Москаленко Наталія Василівна,**

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту,

проректор з наукової діяльності;

кандидат педагогічних наук, професор

**Ареф'єв Валерій Георгійович,**

Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова,

завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання та спорту

Захист відбудеться 27 травня 2012 р. о 14.00 на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.02 Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

Автореферат розісланий «26» квітня 2013 р.



Учений секретар  
спеціалізованої вченої ради

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Г. В. Коробейніков'.

Г. В. Коробейніков

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність теми.** У 2004 році затверджена Указом Президента України Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (2004), піддруктям якої стала ідея задоволення потреб кожного громадянина в руховій активності і створенні належних умов для занять фізичною культурою і спортом та Указ Президента України «Про національний план дій щодо реалізації державної політики у сфері фізичної культури і спорту» (2006), який передбачає заходи щодо впровадження фізичної культури у повсякденне життя і побут населення України як одного з найдійовіших засобів покращення і зміцнення здоров'я, підтримки високої працездатності, чудового засобу активного відпочинку. Згідно з цими нормативно-правовими документами стратегічними цілями системи фізичного виховання дітей та молоді на сьогодні є формування у них фізичного, морального і психічного здоров'я, усвідомленої потреби у фізичному вдосконаленні, розвитку інтересу і звички до самовдосконалення, набуття знань і вмінь здорового способу життя, комплексного підходу до формування розумових і фізичних якостей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя і професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів і форм фізичного вдосконалення (В.Г. Арефьев, 2007).

На сучасному етапі розвитку українського суспільства одним з першочергових завдань держави є удосконалення системи фізичного виховання учнівської молоді. Останнім часом тема реформування сфери фізичної культури і спорту, зокрема шкільної системи фізичного виховання, набула надзвичайної актуальності, особливо в контексті затвердженого Міністерством освіти, науки, молоді та спорту нових державних стандартів (Н.В. Москаленко, 2009, Т.Ю. Круцевич, 2011). Так, у 2009 р. прийнято навчальну програму з фізичної культури для учнів 5–9 класів, яка передбачає вибір тих чи інших видів спорту з урахуванням спортивно-матеріальної бази навчального закладу, спеціалізації вчителя фізичної культури, фізкультурно-спортивних інтересів учнів, кліматичних і географічних особливостей регіону та національних традицій (Т.Ю. Круцевич, С.М. Дятленка, 2009).

Необхідність оздоровчої спрямованості фізичного виховання в умовах сучасної школи викликана ситуацією, що склалася зі станом здоров'я учнів (А.М. Сітовський, 2008; О.А. Томенко, 2012; Н.Я. Топилко, 2011; М.В. Чернявський, 2011). Не дивлячись на позитивні тенденції, які відбуваються в процесі фізкультурної освіти в школі, проблема підвищення рівня фізкультурних потреб та мотивів учнів середніх класів залишається мало розробленою. Її вирішення особливо важливе в середньому шкільному віці, тому що в цей час відбуваються кардинальні психічні, фізіологічні і морфо-функціональні зміни в організмі школяра, здійснюється перехід від природної потреби в рухах у усвідомлену необхідність занять фізичними вправами (Р.В. Арламовський, 2012; Л.В. Гнітецький, 2000; О.І. Головченко, 2011; С.Г. Абольянина, 2009; Т.І. Суворова, 2003; Є.А. Захарина, 2008).

Напрямок і зміст фізичного виховання школярів загальноосвітніх навчальних закладів регламентується державною програмою. За сучасних умов в режимі шкільного дня програма фізичного виховання школярів передбачає форми

організації занять, які можуть певною мірою компенсувати дефіцит рухової активності, що виникає в умовах насиченого загальноосвітнього процесу. Однак в реальних умовах функціонує тільки одна форма – урок фізкультури (І.В. Бакіко, 2007; О.Т. Литвин, 2004; О.Б. Логвиненко, 2004; І.В. Хрипко, 2011). Для забезпечення фізіологічної норми, рухової активності школярі мають займатися у позанавчальний час. Для цього слід формувати в них потребу в безперервному фізичному вдосконаленні, в щоденних заняттях фізичними вправами (Ю.С. Молчанова, 2007; О.В. Тимошенко, 2011; Т.Д. Трущина, 2011).

Аналіз організації процесу фізичного виховання в школі за останні роки показав, що, не зважаючи на зміни, що відбулись у програмі з фізичної культури для 5–9 класів, яка враховує інтереси і спортивні вподобання школярів, а також основні мотиви до занять фізичною культурою, вчителі використовують тільки зміст варіативних модулів, які обирають за «старою» системою на свій розсуд. Виникають питання, чи ефективна сучасна програма з фізичної культури, яка побудована на потребово-мотиваційному підході при організації фізичного виховання учнів середніх класів і з якими проблемами стикаються вчителі при їх реалізації? Цьому питанню і буде присвячене дисертаційне дослідження.

**Зв'язок роботи з науковими планами, темами.** Проблематика роботи відповідає плану науково-дослідної роботи кафедри теорії і методики фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України та «Зведеному плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2006–2010 рр.» за темою 3.1.2. «Науково-методичні засади удосконалення викладання дисципліни ТМФВ» (№ державної реєстрації 0106U010782) та «Зведеному плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр.» за темою 3.1 «Вдосконалення програмно-нормативних засад фізичного виховання в навчальних закладах» (№ державної реєстрації 0111U001733).

Роль автора у виконанні цієї теми полягала у вивченні потребово-мотиваційного підходу до формування програм фізичної культури для учнів середніх класів і визначення умов їх вдосконалення.

**Мета дослідження** – визначити ефективність потребово-мотиваційного підходу в сучасних програмах з фізичної культури для учнів середніх класів як засобу підвищення рухової активності у навчальний і позанавчальний час.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати науково-методичну та спеціальну літературу щодо сучасних тенденцій удосконалення шкільних програм з фізичної культури і значення потребово-мотиваційного підходу до їх формування.
2. Дослідити динаміку показників фізичного стану учнів 7–8 класів протягом навчального року в школах з різним програмним наповненням уроків фізичної культури.
3. Визначити вплив різних підходів при організації навчального процесу фізичного виховання на вирішення оздоровчих, виховних і освітніх завдань.
4. Розробити практичні рекомендації щодо умов реалізації потребово-мотиваційного підходу в організації фізичного виховання учнів середніх класів за сучасними державними програмами.

**Об'єкт дослідження** – програми фізичної культури в середніх класах загальноосвітніх шкіл.

**Предмет дослідження** – умови формування програм з фізичної культури для учнів середніх класів з урахуванням потребно-мотиваційного підходу.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз науково-методичної і спеціальної літератури по досліджуваній проблемі; педагогічні методи дослідження: педагогічне спостереження, педагогічне тестування фізичної підготовленості та педагогічний експеримент; антропометричні та фізіологічні методи дослідження; методика експрес-оцінки рівня соматичного здоров'я школярів; соціологічні методи дослідження (анкетування); методи математичної статистики.

**Наукова новизна:**

- вперше визначено вплив потребно-мотиваційного підходу до організації фізичного виховання в школі на вирішення комплексу завдань: оздоровчих, освітніх і виховних, що дозволило виділити лімітуючі чинники, які впливають на позитивний ефект від впровадження нової програми з фізичної культури для учнів 5–9 класів;
- вперше обґрунтовано педагогічні умови реалізації потребно-мотиваційного підходу в організації процесу фізичного виховання та напрямки удосконалення програми з фізичної культури в 5–9 класах;
- вперше оцінені знання та вміння школярів середніх класів з питань фізичної культури нової державної програми на теоретичному та практичному рівнях, що дало можливість визначити напрямки вдосконалення змісту інваріативного теоретичного модуля програми;
- доповнено дані про вікові особливості морфо-функціонального стану організму дітей середнього шкільного віку та їх мотиваційної сфери.

**Практичне значення дослідження** полягає у розробці рекомендацій щодо удосконалення змістового наповнення інваріативних модулів навчальної програми з фізичної культури у школі та в розробці педагогічних умов, що дозволяють реалізовувати потребно-мотиваційний підхід при організації процесу фізичного виховання в урочній формі занять з учнями середніх класів.

Результати дослідження можуть бути використані при організації навчальної, позаурочної, позашкільної роботи з фізичного виховання учнів, а також при підготовці вчителів фізичної культури.

Отримані результати досліджень впроваджені у навчально-виховний процес загальноосвітніх шкіл № 4 та № 16 м. Вінниці у формі теоретичного обґрунтування потребно-мотиваційного підходу та у навчальний процес Вінницького державного педагогічного університету імені М.М. Коцюбинського у формі лекцій з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів 3-го курсу, що і підтверджено відповідними актами впровадження. Рекомендації щодо удосконалення програм з фізичної культури для учнів 5–9 класів надіслано до Міністерства освіти і науки України.

**Апробація результатів дисертаційного дослідження.** Основні результати дисертаційної роботи доповідалися на XIV Міжнародному науковому конгресі «Олімпійський спорт і спорт для всіх» (Київ, 2010); Міжнародних науково-практичних конференціях: «Молодь та Олімпізм» (Київ, 2010, 2011, 2012), «Фізична

культура, спорт та здоров'я нації» (Вінниця, 2011), «Фізична культура, спорт та здоров'я» (Харків, 2012), «Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації» (Дніпропетровськ, 2012), «Молода спортивна наука України» (Львів, 2013), щорічних науково-практичних конференціях кафедри теорії та методики фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України (2010–2012).

**Публікації.** Основні положення дисертаційного дослідження викладені у 8 наукових працях, які опубліковані у фахових виданнях України.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається з переліку умовних позначень, вступу, п'яти розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаної літератури, додатків та актів впровадження. Дисертаційна робота написана українською мовою, її загальний зміст викладено на 242 сторінках, основний текст складає 197 сторінок, вона вміщує 58 таблиць, 7 рисунків. У роботі використано 208 джерел наукової і спеціальної літератури, 13 з них – іноземні.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У вступі обґрунтована актуальність теми дослідження, її зв'язок з науковими планами, темами, сформульована мета, завдання, об'єкт і предмет дослідження: визначені методи дослідження, розкрито наукова новизна і практичне значення дисертаційної роботи, наведені дані щодо впровадження результатів досліджень, указана кількість публікацій.

У першому розділі «Сучасні тенденції вдосконалення шкільних програм з фізичної культури в середніх класах» систематизовано та узагальнено дані спеціальних джерел, які розглянуто в дисертаційній роботі.

Вивчено чинники, що впливають на ефективність фізичного виховання учнів середніх класів; їх зв'язок з формуванням мотивації та інтересу до занять фізичними вправами; встановлені особливості психо-фізичного розвитку учнів середніх класів.

У процесі вивчення наукової літератури виявлено, що один із напрямків сучасної «Концепції загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 рр.» (2011) спрямовані на те, щоб домогтися більш високих результатів фізичної підготовленості на підставі реалізації принципово нових підходів, засобів, технологій, де головним є не процедура «натаскування» на руховий результат, а складна і кропітка робота з формування широго зацікавленого ставлення до процесу самовдосконалення, створення умов для оволодіння способами удосконалення своєї особистості. Завдання полягає в тому, щоб зробити активну рухову діяльність більш усвідомленою, цілеспрямованою, яка найбільшою мірою відповідає індивідуальним особливостям кожного, хто займається.

У розділі показано, що необхідно акцентувати увагу на елементах, які покликані сприяти ефективному формуванню у школярів грамотного ставлення до себе, свого тіла, сприяти формуванню потребно-мотиваційної сфери, усвідомленню необхідності у зміцненні здоров'я, ведення здорового способу життя, фізичного вдосконалення.

Аналіз програм з фізичної культури доводить необхідність створення організаційно-педагогічних умов підвищення мотивації до занять фізичною культурою і до навчання в школі в цілому. Однак питання, які стосуються визначення впливу цього чинника на функціональний стан та фізичний розвиток школярів середніх класів, залишаються поза увагою дослідників. У зв'язку з розробленою й прийнятою навчальною програмою «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів 5–9 класи» стали актуальними питання перевірки щодо раціональності впровадження цієї програми в загальноосвітні заклади і як здійснюється її реалізація у практичній діяльності учителів.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» описано й обґрунтовано методи дослідження, які відповідають меті та завданням, об'єкту та предмету дослідження, відображено його організацію, подано загальні дані про контингент обстежених.

Для вирішення поставлених у роботі завдань використовувалися загальнонаукові методи: теоретичний аналіз науково-методичної і спеціальної літератури по досліджуваній проблемі, загальноприйняті педагогічні (спостереження, тестування фізичної підготовленості, експеримент констатувальний і порівняльний), фізіологічні методи, експрес-оцінка соматичного здоров'я, тестування теоретичних знань з фізичного виховання, соціологічні (анкетування, опитування), методи математичної статистики.

З метою відображення ставлення підлітків та їх батьків до предмета «Фізична культура» та власного здоров'я у дисертації застосоване *соціологічне анкетування* школярів 8 класів та їх батьків на підставі розроблених анкет.

З метою отримання інформації про рівень теоретичних знань з фізичного виховання проводилося індивідуальне опитування школярів 8 класів на підставі *тестових завдань закритої форми*.

У дослідженнях взяли участь 382 учні 12–14 років (7–8 клас), серед них 182 школяра (106 хлопців та 76 дівчат) із ЗОШ № 16 та 200 учнів із ЗОШ № 4 (111 хлопців та 89 дівчат) у період з 2011 до 2012 року, які належать до основної і підготовчої медичної груп за результатами медичного огляду на початку навчального року. Основним чинником, що визначив склад дітей для спостережень, стало бажання взяти участь у дослідженнях і згода батьків на дані дії. Автором особисто було виміряно компоненти фізичного стану школярів 7–8 класів та оброблено методами математичної статистики і проаналізовано показники фізичного розвитку та фізичної підготовленості учнів.

Згідно з поставленими завданнями організація дослідження проводилася в три етапи з 2010 до 2013 року.

На першому етапі дослідження (жовтень 2010 – серпень 2011) вивчалась науково-методична література з теми дисертаційної роботи. Був здійснений аналіз сучасних джерел літератури, вивчено науково-теоретичні й методичні аспекти фізичного виховання в загальноосвітній школі, вивчені критерії оцінки показників фізичної підготовленості школярів; були відібрані і апробовані методи дослідження, які відповідають меті та завданням дослідження, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, розроблено програму дослідження та індивідуальні карти обстеження, підібраний контингент та адекватні методи дослідження.

На другому етапі (вересень 2011 – травень 2012) був проведений констатувальний та порівняльний експерименти (в експерименті взяли участь 382 учні), з метою вивчення показників фізичного розвитку, фізичної підготовленості, фізичної роботоздатності на початку та у кінці навчального року в різних школах. Виявлені вподобання школярів до окремих видів спорту (8 класи): ставлення батьків до предмету фізична культура та перевіренні знання з теоретичної частини предмета «Фізична культура» (8 класи).

На третьому етапі дослідження (червень 2012 – січень 2013) проводилася систематизація отриманих результатів. Сформульовано основні висновки за матеріалами проведеного дослідження, розроблені практичні рекомендації з удосконалення системи фізичного виховання школярів. Підготовлено дисертаційну роботу до апробації та офіційного захисту.

У третьому розділі «Динаміка показників фізичного стану учнів середніх класів протягом навчального року як показник вирішення оздоровчих завдань» представлено дані констатувального і порівняльного експериментів. Учні школи № 4 ми позначили як контрольну групу (КГ), а школи № 16 – як групу порівняння (ПГ). Спільними умовами для обох шкіл є різноманіття гуртків і секцій з видів спорту; наявність достатньої спортивної бази і обладнання; кількість уроків фізичної культури – тричі на тиждень; наявність 12-бальної оцінки з фізичної культури.

Відмінності стосувались організаційно-методичного забезпечення уроків фізичної культури. У школі № 4 (КГ) уроки фізичної культури проводились за видами спорту, які є обов'язковими згідно з попередньою програмою з фізичної культури (легка атлетика, гімнастика, футбол та інше) без урахування бажань і інтересів учнів; оцінка з фізичної культури базувалась на досягненні результатів у контрольних нормативах і даних фізичної підготовленості; інтереси школярів до занять деякими видами спорту не враховувались ні при проведенні уроків фізичної культури, ні при організації секцій у позанавчальний час.

У школі № 16 (ПГ) зміст уроків планувався на підставі анкетування учнів за вибором варіативних модулів нової програми фізичної культури; адміністрація школи вирішувала питання щодо забезпечення проведення уроків плавання в басейні; оцінка з фізичної культури була комплексною і враховувала теоретичні знання, досягнення орієнтованих нормативів фізичної підготовленості (початковий, середній, достатній та високий рівні) та систему нарахування бонусів за додаткові заняття видами спорту у позанавчальний час. Критеріями ефективності процесу фізичного виховання було вирішення оздоровчих (показники фізичного розвитку, функціонального стану серцево-судинної системи (ССС), дихальної системи, захворюваність), освітніх (засвоєння теоретичних знань і умінь) і виховних (формування ціннісних орієнтацій, інтересу до занять фізичними вправами, дотримання здорового способу життя) завдань протягом навчального року.

Для вивчення вікових особливостей динаміки фізичного стану дітей середнього шкільного віку нами визначено морфо-функціональні показники, фізичну працездатність, фізичну підготовленість, а також проведено факторний аналіз показників функціонального стану школярів 7–8 класів.



Дослідження показало, що темпи фізичного розвитку школярів 7–8 класів відповідають віковим фізіологічним нормам і достовірно не відрізняються в обох школах.

Показники частоти серцевих скорочень й артеріальний тиск у стані відносного спокою відповідали наведеним у спеціальній літературі віковим нормам та в кінці навчального року мали значні достовірні зміни значень ЧСС у хлопців 7 класів ПГ з  $85,9 \pm 8,4$  уд. хв<sup>-1</sup> до  $82,3 \pm 6,8$  уд. хв<sup>-1</sup>, КГ – з  $85,0 \pm 11,8$  уд. хв<sup>-1</sup> до  $82,7 \pm 6,8$  уд. хв<sup>-1</sup>, а також у дівчат ПГ – з  $84,0 \pm 9,3$  уд. хв<sup>-1</sup> до  $80,8 \pm 7,9$  уд. хв<sup>-1</sup>. В кінці навчального року спостерігається тенденція до зниження ЧССсп. в обох групах, крім дівчат 8-х класів КГ (табл. 1), що може бути пов'язане із використанням фізичних вправ та видів спорту різної спрямованості, які застосували вчителі на уроках фізичної культури протягом навчального року.

Таблиця 1

**Показники функціонального стану організму учнів 8-х класів на початку і в кінці навчального року**

Групи		Старш. показ.	Значення показників									
			на початку навчального року				в кінці навчального року					
		ЧСС, уд. хв <sup>-1</sup>	інд. Робін сона, ум.од.	проба Ген- ча, с	проба Штан ге, с	ІФЗ, бали	ЧСС, уд. хв <sup>-1</sup>	інд. Робін сона, ум.од.	проба Ген- ча, с	проба Штан ге, с	ІФЗ, бали	
ПГ	X	x	85,5	88,7	29,0	41,1	4,9	82,2*	85,4	32,9	46,1*	6,7*
	n=48	S	7,2	12,2	5,3	8,1	3,7	6,0	10,0	3,3	4,7	3,4
	D	x	87,1	88,6	24,7	34,2	4,0	85,0	85,3	29,6	41,4*	6,1*
	n=33	S	6,6	11,5	5,9	6,7	3,1	5,3	10,0	3,8	5,0	3,1
КГ	X	x	87,2	88,7	25,6	44,0	4,5	86,6	88,4	26,9	42,8	5,0
	n=58	S	8,7	12,3	7,2	9,3	2,5	5,3	7,4	5,5	5,3	2,7
	D	x	86,8	86,8	24,3	40,8	4,7	87,0	88,7	25,0	40,8	5,1
	n=47	S	9,4	11,1	7,4	8,9	3,1	6,2	7,4	4,4	5,2	3,2

Примітки: Х – хлопці; Д – дівчата; ІФЗ – індекс фізичного здоров'я; ПГ – порівняльна група, КГ – контрольна група; \* – відмінності статистично достовірні при  $p < 0,05$  порівняно з показниками на початку навчального року.

Вихідні значення показника індексу Робінсона вказують на знижений резерв та економізацію функцій ССС на початку навчального року. В кінці навчального року у школярів ЗОШ № 16 (ПГ) спостерігається покращення якісної оцінки цього показника, в той час як у ЗОШ № 4 (КГ) він або залишається без змін, або навіть збільшується (табл. 1).

Аналіз діяльності дихальної системи у школярів 7–8 класів дозволяє констатувати, що відбулись достовірні зміни ( $p < 0,05$ ) в показниках життєвої ємності легень (ЖЄЛ) протягом навчального року у хлопців 7–8 класів ПГ (з 2144,8 мл до 2600,6 мл – у 7-х класах та з 2116,7 мл до 2400,7 мл – у 8-х класах). У дівчат є тенденція до збільшення, але різниця недостовірною.

Показники дихальних проб (Штанге і Генча) школярів 7–8 класів двох шкіл знаходяться у межах норми згідно з даними літературних джерел (М.М. Безруких, 2008), але у школярів ПГ в кінці навчального року дещо перевищують встановлені норми порівняно зі школярами КГ, де прослідковується тенденція зниження часу затримки дихання в кінці навчального року як у хлопців, так і у дівчат. Це можна пояснити впровадженням на уроках фізичної культури в ПГ варіативного модуля з плавання, де хлопці займались дистанційним плаванням, а дівчата – аквааеробікою. Встановлені розходження між дітьми різних шкіл суттєві і статистично достовірні ( $p < 0,05$ ) порівняно з результатами на початку навчального року.

У процесі проведення дослідження були проаналізовані показники фізичного здоров'я школярів. У кінці навчального року середній індекс фізичного здоров'я у школярів ПГ збільшився у хлопців з 4,9 бала до 6,7 бала, у дівчат – з 4 до 6,1 бала ( $p < 0,05$ ), що відповідає середньому рівню фізичного здоров'я (Г.Л. Апанасенко, 1992). В КГ прослідковується тенденція до збільшення індексу фізичного здоров'я (ІФЗ) у хлопців і дівчат, але основна кількість залишається в діапазоні нижче середнього рівня (див. табл.1).

Аналіз результатів тестів, які характеризують фізичні якості, показав що найгірший результат учні обох шкіл демонструють у підтягуванні у висі та тесті на гнучкість як на початку так і в кінці навчального року. Відмічається нерівномірність розвитку окремих фізичних якостей як в ЗОШ № 4 (КГ), так і в ЗОШ № 16 (ПГ). У ПГ відстають такі фізичні якості, як швидкість, координація, а в КГ – швидкісно-силові і витривалість, що свідчить про зменшення уваги на уроках фізичної культури до інваріативного модуля загальної фізичної підготовки.

У цілому оздоровча спрямованість занять за новою програмою у ЗОШ № 16 (ПГ) є більш вираженою, про що свідчить підвищення функціональних можливостей серцево-судинної і дихальної систем і зменшення кількості повторних захворювань на ГРВІ протягом року до 2,3 на одну дитину проти 3,8 у ЗОШ № 4 (КГ). Вірогідно, цьому сприяло включення до програми занять модуля з плавання і аеробіки.

У четвертому розділі дисертації «Вплив програми фізичної культури на ставлення учнів до процесу фізичного виховання» виявлені вподобання школярів до окремих видів спорту, ставлення батьків до предмета «Фізична культура», перевірені знання з теоретичної частини предмета «Фізична культура» (8 класи) та визначені лімітуючі чинники в організації процесу фізичного виховання, які заважають виконанню оздоровчих, виховних і освітніх завдань.

Одним із критеріїв ефективності потребово-мотиваційного підходу при організації процесу фізичного виховання у навчальний час є вирішення виховних завдань, які є проявом мотивів відвідування уроків фізичної культури, інтересу до видів рухової активності, формування життєвих цінностей, дотримання здорового способу життя. З метою виявлення адекватності наявної програми з фізичної культури інтересам і мотивам учнів середніх класів нами було проведено анкетування на початку та в кінці навчального року, яке було спрямоване на вивчення мотивів та інтересів школярів до рухової активності. У дослідженні взяли участь школярі 8 класів ЗОШ № 4 (КГ) (35 хлопців та 45 дівчат) та № 16 (ПГ) (46 хлопців та 42 дівчини) м. Вінниці. Анкета включала 40 питань, які були поділені

на блоки: здоров'я, мотивація, рухова активність, дозвілля, фізична підготовка. Результати опитування свідчать, що більша частина школярів КГ (88,6 % хлопців і 77,8 % дівчат) та ПГ (91,3 % хлопців та 92,8 % дівчат) на початку та в кінці навчального року позитивно ставляться до фізичної культури і спорту. Аналіз відповідей школярів показує, що бажання займатися на уроках фізичної культури співвідноситься з інтересом до уроків і з тим, чи подобаються ці уроки учням.

Основними мотивами відвідувань уроків фізичної культури на початку навчального року хлопців 8 класів КГ назвали такі «покращення здоров'я» (31,4 %), «поліпшення спортивних результатів» (22,9 %) та мотив «подобається займатися фізичними вправами» (17,4 %). У дівчат на першому рейтинговому місці теж стоїть мотив «покращення здоров'я» (40,0 %), «отримання позитивної оцінки» (20,0 %) та мотив «подобається займатися фізичними вправами». Найменш значущий для дівчат цієї школи виявився мотив «покращити власні фізичні якості».

Зовсім іншу ситуацію ми спостерігаємо в ПГ, де у хлопців 8 класів на початку навчального року на першому рейтинговому місці знаходиться мотив мені «подобається займатися фізичними вправами» (50,0 %), на другому – «покращення здоров'я» (26,1 %) і лише на третє місце хлопці поставили такий мотив, як отримання «позитивної оцінки» (10,9 %). Дівчата ПГ мали такі самі рейтингові позиції мотивів відвідування уроків фізичної культури, як і їх ровесниці з іншої школи. У хлопців ПГ рейтингові місця в кінці навчального року змінилися. Мотиви «подобається займатися фізичними вправами» (39,1 %), «покращити здоров'я» (34,8 %) та «для покращення власних фізичних якостей» (13,0 %) опинилися в трійці лідерів. Мотив «отримати позитивну оцінку» перемістився на п'яте місце. У дівчат на перших рейтингових місцях – «покращення здоров'я» (33,3 %), «подобається займатися фізичними вправами» (21,4 %) та «формування красивої фігури» (16,6 %). У КГ на першому місці в кінці навчального року у хлопців мотив «отримати позитивну оцінку», а у дівчат – «формування красивої фігури». Прослідковується тенденція згасання у школярів КГ мотивів, джерелом яких служать внутрішні спонукання особистості, тобто мотиви фізичного самовдосконалення, зміцнення здоров'я (дівчата). Домінуючими стають мотиви зовнішнього впливу: отримати позитивну оцінку, прагнення слідкувати за молодю, мати красиву фігуру – у дівчат, а це призводить до деформації потреб, що, в свою чергу, не підвищують, а навпаки, знижують рухову активність підлітків. У школярів ПГ мотив «подобається займатися фізичними вправами» як на початку так і в кінці навчального року залишився незмінним, що може вказувати на інтерес школярів, які займаються тими видами спорту, що присутні на уроках фізичної культури. Загалом у кінці навчального року 84,8 % хлопці і 73,8 % дівчат ПГ задоволені програмою фізичної культури, а в КГ – тільки 45,7 % хлопців і 39,1 % дівчат. Вірогідно, це залежить від тих видів рухової активності, які їм подобаються, але їх не включають до змісту програми, до них належать плавання – 30,4 % хлопців і 19,5 % дівчат, настільний теніс, різні види танців, ритміка (дівчата), боротьба (хлопці). Натомість включають для хлопців гімнастику, яка до вподоби тільки – 4,5 %, туризм – 4,5 %, бадмінтон – 2,7 %, а для дівчат – легку атлетику – 4,4 %. У ПГ школярі 8-х класів обрали дев'ять найбільш популярних серед них видів спорту: баскетбол, волейбол, футбол (хлопці), бадмінтон (дівчата), плавання, аквааеробіка (дівчата), настільний теніс, гімнастика,

легка атлетика. Для тих, хто хотів займатися туризмом, танцями, аеробікою, відкрили секції для позанавчальних занять. На початку навчального року в КГ у спортивних секціях займалось 57 % хлопців і 31 % дівчат, у ПГ – 63 % хлопців і 47 % дівчат, в кінці навчального року кількість тих, хто займається в КГ зменшилась до 54 % хлопців і 22 % дівчат, а в ПГ збільшилась до 76 % хлопців і 64 % дівчат. Зменшилися пропуски уроків фізичної культури в ПГ у кінці навчального року (рис. 1). Так учнів, які майже не пропускають уроки збільшилося до 60 %, а тих хто ніколи не пропускають – до 30 %.

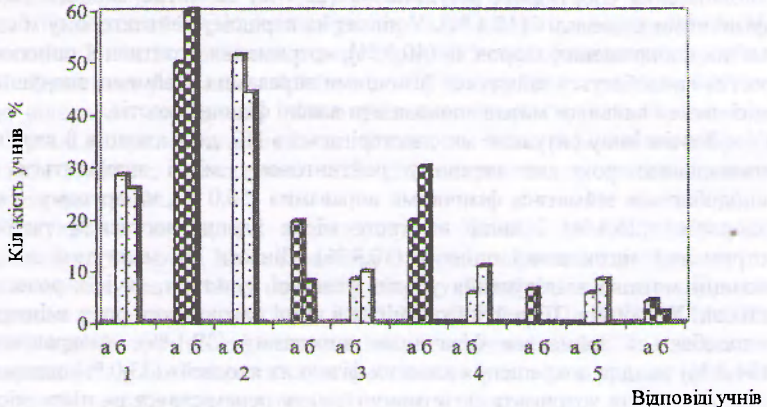


Рис. 1. Відповіді хлопців двох шкіл на питання: "Як часто вони пропускають заняття з фізичної культури?"

1 - майже не пропускають; 2 - тільки, коли хворіють; 3 - ніколи не пропускають; 4 - регулярно пропускають; 5 - звільнені;  
а - на початку навчального року; б - в кінці навчального року

■ - КГ;

□ - ПГ;

Для визначення теоретичної підготовленості учнів було проведено тестування за програмою фізичної культури для учнів 8-х класів в кінці навчального року. Запитання (всього 50) були умовно поділені на 3 блоки: з валеології (28 %), олімпійської тематики (30 %) і методики фізичного виховання (42 %). Рівень знань з теоретичного модуля програми фізичної культури в обох школах відрізняється. У ЗОШ № 4 (КГ) правильних відповідей було 56,7 %, середній бал – 6,8, рівень знань – достатній. У ЗОШ № 16 (ПГ) було 59,4 % правильних відповідей, середній бал – 7,1, що відповідає середньому рівню. Найкращі знання учні показали з олімпійської тематики (68,8% – у КГ, 70,1% – у ПГ правильних відповідей). У інших групах питань результати гірші, особливо у третій – методичній (41,0% – у КГ, 44,8% – у ПГ правильних відповідей), де йдеться про фізичні вправи, фізичний розвиток та фізичну культуру (рис. 2).

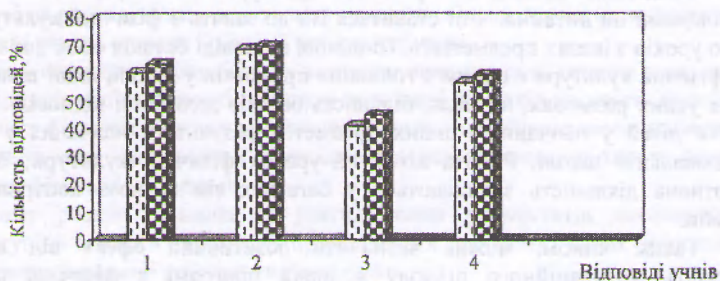


Рис. 2. Кількість правильних відповідей за блоками теоретичних знань:

1 - валеологічний; 2 - олімпійський; 3 - методичний; 4 - загальний відсоток

▨ - КГ;

■ - ПГ

Майже у всіх питаннях цієї групи учні показали дуже низький рівень знань. Відтак, на перший план висувається проблема підвищення ефективності роботи з методичної підготовки школярів на підставі використання різноманітних форм і методів. При цьому має бути забезпечений високий рівень наочності шляхом розроблення відповідних дидактичних матеріалів (плакатів з обраної тематики, адаптованих підручників та навчальних посібників тощо).

Сім'я, яка споконвічно повинна закладати в дитині основні поняття і уявлення про здоров'я, здоровий спосіб життя, фізичне виховання, мораль і самовдосконалення на сьогодні не готова виконувати цю функцію (Г.В. Безверхня, 2004). Більшість сімей, з якими ми спілкувались, заклопотані вирішенням проблем економічного характеру, що посилює соціальну тенденцію самоусунення батьків від вирішення питань виховання і особистого розвитку дитини. В анкетуванні батьків взяли участь 60 осіб ЗОШ № 4 (КГ) та 60 осіб ЗОШ № 16 (ПГ). Результати дослідження показали, що головними завданнями фізичного виховання в школі, на думку батьків, є зміцнення здоров'я (перше місце за рейтингом). На другому місці знаходиться формування рухових умінь і навичок, а на третьому – розвиток фізичних якостей. Необхідно зазначити, що такий рейтинговий розподіл спостерігається у батьків різного віку та різних шкіл.

90 % батьків ПГ і 73,85 % КГ підтверджують необхідність державної програми з фізичної культури в школі. Більшість батьків ЗОШ № 16 (ПГ) вважають ефективною (56,65 %), але фінансово не забезпеченою систему фізичного виховання у школі (33,3 %). Цей результат спостерігається загалом в обох школах у батьків різного віку. Батьки ЗОШ № 4 (КГ) підкреслюють, що система фізичного виховання мало ефективна (31,45 %) і також фінансово не забезпечена (22,8 %).

Ставлення батьків до фізичної культури та спорту ми аналізували за відповідями на питання: «Чи ставитеся Ви до занять з фізичної культури так само, як до уроків з інших предметів?». Письмові відповіді батьків обох шкіл засвідчують, що фізична культура є одним з головних предметів у школі, який вони поважають, але в усних розмовах, на жаль, більшість батьків дали інші відповіді. Їх хвилюють успіхи дітей у навчанні з інших предметів, результати навчання у музичній чи танцювальній школі. Робота дітей на уроках фізичної культури, їх позаурочна спортивна діяльність залишаються у багатьох сім'ях поза контролем і увагою батьків.

Таким чином, можна визначити позитивний ефект від впровадження потребово-мотиваційного підходу в новій програмі з фізичної культури для вирішення оздоровчих, освітніх і виховних завдань у 5–9 класах загальноосвітньої школи, однак є лімітуючі чинники в організації процесу фізичного виховання, які необхідно врахувати для удосконалення змісту програм і умов їх реалізації:

1. Анкетне опитування школярів, яке здійснюється на початку навчального року утруднює планування навчального процесу з фізичної культури, яке проводиться за варіативними модулями, вчитель не встигає за тиждень вирішити питання умов оренди спортивних споруд (якщо вони відсутні в школі) і скласти робочу програму занять з фізичної культури. Анкетне опитування школярів стосовно видів спорту, які вони оберуть у наступному році необхідно проводити в кінці попереднього навчального року в травні місяці.

2. При плануванні навчальної роботи з фізичної культури вчитель обирає 6-8 варіативних модулів, що не залишає часу на виконання інваріативної частини (теоретико-методичної та загально-фізичної підготовки). Це впливає на гармонійність фізичної підготовки і розвиток рухових якостей, які відстають відносно орієнтовних нормативів (координаційні здібності, швидкісні здібності та гнучкість). Рациональним співвідношенням варіативних модулів у 7–8 класу можна вважати 3–4.

3. Відсутність теоретичних тестових завдань для кожного класу і перевірка якості знань в кінці навчального року. У теоретичному модулі найгірші знання учні демонструють з методичних знань з фізичної культури. Причинами цього можуть бути відсутність підручників з фізичної культури, наочних відомостей на стендах, плакатах. Така наочна інформація є з олімпійської тематики. Посередній рівень знань з валеологічної тематики можна компенсувати за рахунок інтеграції тем у дисципліни біології і валеології.

4. Недостатня задоволеність змістом уроків фізичної культури (25 % учнів) за рахунок не включених деяких видів спорту у навчальний процес, яка може бути компенсована організацією секційних занять у позанавчальний час.

5. Формування мотивації учнів до занять фізичною культурою здійснюється не тільки за рахунок включення улюблених видів рухової активності в уроки, а й за рахунок отримання бонусів за додаткові заняття у позанавчальний час і приріст результатів рухових тестів відносно вихідного рівня (початок навчального року), що було проігноровано вчителями.

6. Відсутність наочності у поточному педагогічному контролі фізичної підготовленості учнів, що гальмує інтерес до прогресу результатів своїх досягнень.

Необхідно ввести лист фізичної підготовленості для кожного учня з 5-го класу, куди заносити тричі на рік результати тестування (жовтень, січень, травень), за прогресом яких оцінювати рівень старань і рухової активності учня.

7. Слабкий контроль з боку батьків за рівнем показників фізичного стану своїх дітей. Для підняття зацікавленості батьків у залученні підлітків до занять фізичною культурою, лист фізичної підготовленості вони мають підписувати після проведення етапного педагогічного контролю і відповідати за недотримання рухового режиму підлітка згідно фізіологічній нормі.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» висвітлено ступінь повноти вирішення представленої проблеми, також узагальнено та проаналізовано отримані результати досліджень.

У ході дослідження нами було отримано три групи результатів, які підтверджують дані інших науковців, розкривають і доповнюють теоретичні положення та абсолютно нові.

Під час проведення дисертаційного дослідження нами були визначені дані, які підтверджують дослідження вчених (В.С. Добринського, 2000; Т.Ю. Круцевич, 2006; І.В. Бакіко, 2007) про те, що рівень фізичної підготовленості підлітків, відповідно до державних вимог низький; про те, що в сучасних умовах недостатньо науково-обґрунтовані підходи до оцінювання фізичної підготовленості учнів за 12-бальною системою, яка не має вмотивованого значення для підлітків і не об'єктивно оцінює навчальні досягнення школярів (В.С. Добринський, 2000); про те, що наявна система оцінювання успішності учнів не враховує прогресу в досягненнях дітей і тому не є стимулом до залучення дітей до систематичних занять фізичними вправами (Є.А. Захарина, 2008; Т.Ю. Круцевич, 2010; В.М. Лисяк, 2006).

Наші дослідження підтверджують дані науковців (І. Вовченко, 2003; В.П. Семененко, 2005; І.О. Когут, 2006) про те, що кожного року збільшується кількість дітей, у яких стан здоров'я знаходиться нижче «безпечного» рівня; про актуальність використання рекреаційних та позанавчальних занять з метою задоволення емоційно-психологічних, пізнавальних та біологічних потреб школярів (Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня, 2010; І.М. Купцов, 2008; Н.В. Москаленко, 2011).

Абсолютно новими даними є перевірка та обговорення педагогічних умов формування і реалізації програм з фізичної культури для учнів середніх класів з урахуванням потребно-мотиваційного підходу, який спрямований на підвищення інтересу школярів до занять фізичними вправами як в навчальний, так і у позанавчальний час. Вперше визначено вплив потребно-мотиваційного підходу до організації фізичного виховання в школі на вирішення комплексу завдань оздоровчого, освітнього та виховного характеру та визначені лімітуючі чинники, що впливають на позитивний ефект від впровадження нової програми фізичної культури.

## ВИСНОВКИ

1. Теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури і власні дослідження свідчать, що зміст та спрямованість фізичного виховання дітей середнього шкільного віку на сучасному етапі в деяких загальноосвітніх школах не

забезпечують належного рівня здоров'я, а традиційні засоби фізкультурно-спортивної роботи з цим контингентом дітей не відповідають сучасним вимогам і потребують змін. Існує чимало аспектів, пов'язаних з якістю фізичного виховання школярів середніх класів у навчальних закладах, де не працюють за державною програмою, а відсутність оздоровчого ефекту у процесі фізичного виховання обумовлюється низькою ефективністю уроків фізичної культури, що ґрунтуються на застарілих підходах. Поза увагою дослідників залишаються питання, які стосуються визначення впливу потребова-мотиваційного підходу при реалізації нової програми з фізичної культури на вирішення комплексу оздоровчих, виховних і освітніх завдань у навчальному процесі загальноосвітньої школи.

2. Дослідження стану питання щодо удосконалення процесу фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах свідчить, що нові підходи до визначення змісту і проведення уроків фізичної культури у 5–9 класах в деяких школах ігноруються вчителями. Недоліки у фізичному вихованні пояснюються впливом об'єктивних чинників: недостатня кількість занять з фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах на тиждень; відсутність у цих навчальних закладах сприятливого середовища для занять фізичною культурою і спортом, збереження та зміцнення здоров'я, істотною складовою якого є організація змістовного дозвілля; зниженням інтересу учнів до фізичного виховання, занять у спортивних секціях і гуртках у зв'язку зі впливом сильніших чинників (комп'ютерних ігор, телебачення тощо); поширення серед учнівської молоді паління, вживання алкоголю, наркотиків та інших шкідливих речовин, що шкодить здоровому, духовному та фізичному розвитку підлітків; відсутність організованої фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи за місцем проживання учнівської молоді. Вчителі акцентують увагу школярів переважно на формуванні рухової культури з пріоритетом розвитку фізичних якостей, а оздоровчі завдання здебільшого проголошуються без їх практичного застосування, що підтверджується результатами нашого дослідження.

3. У порівняльному експерименті визначався вплив потребова-мотиваційного підходу в новій програмі з фізичної культури для учнів 5–9 класів ЗОШ № 16 (ПГ) і традиційного визначення змісту уроків з обов'язковими видами спорту (КГ). Оздоровчий ефект від занять на уроках фізичної культури може позначитись на підвищенні показників функціонального стану ССС, дихальної системи та фізичного здоров'я. Так, на початку навчального року показники серцево-судинної системи в учнів обох шкіл практично не відрізнялись, але в кінці навчального року відбулись достовірні зміни значень ЧСС у стані спокою хлопців 7 класів ПГ з 85,9 до 82,3 уд. · хв<sup>-1</sup> та дівчат 7 класів ПГ з 84,0 до 80,8 уд. · хв<sup>-1</sup>, індексу Робінсона з 85,8 до 82,7 ум.од. у хлопців 7 класів та показнику КЕК з 3442,5 до 3588,3 ум.од. у хлопців 8 класів ( $p < 0,05$ ).

4. В учнів ЗОШ № 16 (ПГ) значно збільшилися ЖЄЛ (на 300–400 мл), час затримки дихання в пробах Штанге і Генча (від 10 до 20 %), індекс фізичного здоров'я з 4,9 балів у хлопців та 4,0 балів у дівчат до 6,7 балів та 6,1 балів відповідно. Зменшилась кількість захворювань на ГРВІ протягом року до 2,3 на одного учня проти 3,8 разів в КГ. В учнів ЗОШ № 4 (КГ) в кінці навчального року показники фізичного здоров'я мають тенденцію до зниження. Ефективність занять



фізичною культурою в ЗОШ № 16 (ПГ) для вирішення оздоровчих завдань вірогідно пов'язана з використанням модулів плавання, аквааеробіки, аеробіки в урочних формах і збільшенням рухового режиму у позанавчальний час (в секціях займаються 76 % хлопців і 64 % дівчат).

5. Результати тестування фізичної підготовленості школярів підтверджують висновки щодо різної відсоткової спрямованості засобів фізичного виховання у школах ЗОШ № 4 (КГ) і (ПГ). В учнів КГ в кінці навчального року були кращі результати в бігу на 30 м (у хлопців 7 класів на 0,13 с, а у дівчат на 0,15 с порівняно з показниками на початку навчального року), в бігу 4×9 м (у дівчат 7 класів на 0,19 с порівняно з показниками на початку навчального року). В учнів ПГ в кінці навчального року найвищий приріст результатів спостерігався в тестах: стрибок у довжину з місця та на гнучкість.

Однак, необхідно підкреслити, що спостерігається великий відсоток учнів в обох школах з початковим та середнім рівнем навчальних досягнень у таких тестах, як човниковий біг 4×9 м, на гнучкість і підтягування у висі на перекладині. У зв'язку з тим, що протягом року в цих тестах низький приріст результатів, або зовсім відсутній (4×9 м), можна зробити висновок про недостатню увагу вчителя до розвитку цих якостей на уроках фізичної культури.

6. Потребово-мотиваційний підхід обумовлює вільний вибір варіативних модулів з видів спорту на уроках з фізичної культури. У 8-х класах ЗОШ № 16 (ПГ) з 13 видів спорту, якими хотіли займатися учні, 8 видів були включені в урочні форми занять (всього 7 модулів – футбол для хлопців і бадмінтон для дівчат) і 6 видів у секційні заняття. До уроків фізичної культури ЗОШ № 4 (КГ) увійшли 6 видів рухової активності з 15. Були відсутні найбільш популярні види: плавання (30 %), настільний теніс, художня гімнастика, боротьба.

Це вплинуло на ставлення учнів до уроків фізичної культури. У кінці навчального року в учнів КГ спостерігається тенденція до збільшення регулярних пропусків навчальних занять, а в ПГ зменшення пропусків вдвічі. Тим, кому подобається програма, за якою вони займаються фізичною культурою, в КГ – 45,7 % хлопців і 39,1 % дівчат, в той час як в ПГ – 84,8 % хлопців і 73,8 % дівчат. У кінці навчального року в КГ переважають зовнішні спонукальні мотиви отримання позитивної оцінки (33,3 % хлопців); формування красивої фігури (37 % дівчат), в учнів ПГ переважає мотив покращення здоров'я (33 %) та інтерес до занять (21–39 %).

7. Вирішення освітніх завдань програм з фізичної культури оцінювалось теоретичними знаннями і їх реалізацією в здоровому способі життя школярів. Тестування теоретичних знань учнів 8-х класів визначило незначну перевагу правильних відповідей школярів ЗОШ № 16 (ПГ) – 59,4 % порівняно з ЗОШ № 4 (КГ) – 56,7 %. Рівень знань КГ оцінюється на 6,8 балів (середній), ПГ – на 7,1 бал (достатній). Найбільшу обізнаність учні виявляли з олімпійської тематики (68,8–70,1 % правильних відповідей), найгіршу з методичних питань фізичного виховання (41,0–44,8 %) і середню – з валеологічних питань (60–63 %). Результатом цього є низький рівень знань учнів про руховий режим і його вплив на стан здоров'я, про несумісність занять фізичними вправами і тютюнопалінням, вживанням алкоголю і наркотичних речовин. У відповідях анкети близько 20 %

хлопців і 10 % дівчат 8-х класів вказали, що вони п'ють, близько 30 % вживають досить часто алкогольні напої (35 % на свята) і близько 20 % вживають або пробували наркотичні речовини. Це свідчить, що на практиці уроки фізичної культури спрямовані тільки на фізичний розвиток учнів, а теоретичні відомості з фізичної культури, гігієни і фізіології людини повідомляються нерегулярно і мають загально-довідковий характер.

8. Важливою передумовою залучення дітей до систематичного виконання фізичних вправ є ставлення батьків до фізичного виховання і спорту. Саме батьки ЗОШ № 16 (ПГ) у всіх вікових діапазонах вважають за необхідне використовувати нову навчальну програму «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів 5–9 класів» у школі. Більшість батьків ЗОШ № 16 (ПГ) вважають ефективною, але фінансово не забезпеченою систему фізичного виховання в школі, на відміну від відповідей батьків ЗОШ № 4 (КГ), які вважають її мало ефективною. Опитування дають можливість стверджувати, що батьки ЗОШ № 16 (ПГ) більш обізнані в галузі фізичної культури і підтримують потребно-мотиваційний підхід до включення засобів фізичного виховання в урочну форму занять, що сприяє формуванню інтересу їх дітей до занять руховою активністю і у позанавчальний час.

9. Порівняльний експеримент показав ефективність потребно-мотиваційного підходу у державній програмі з «Фізичної культури для учнів середніх класів загальноосвітніх навчальних закладів», що підтверджується підвищенням інтересу до фізичного виховання і спорту у школярів ЗОШ № 16; підвищенням фізичної підготовленості школярів в кінці навчального року; зростанням функціональних можливостей серцево-судинної та дихальної систем у школярів 7–8 класів. Результати досліджень свідчать, що державна програма для учнів середніх класів створює сприятливі умови для максимального врахування у навчальному процесі місцевих умов, традицій, наявності навчально-матеріальної бази, індивідуальних особливостей та інтересів учнів. Визначені лімітуючі чинники, що впливають на позитивний ефект до впровадження нової програми фізичної культури в 5–9 класах серед яких велика кількість варіативних модулів, що впроваджується вчителями у зміст уроків за рахунок інваріативної частини, а також ігнорування оцінки фізичної підготовленості за прогресом досягнень учнів, які необхідно враховувати для удосконалення навчального процесу з фізичного виховання у школі.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з вирішенням питань диференційованого підходу у процесі урочних форм занять для хлопців і дівчат середніх класів.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати

1. Лисак І. Потреба у фізичній культурі та формування здорового способу життя як інструмент збереження здоров'я нації / Ірина Лисак // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 3. – С. 52–54.

2. Лисак І. В. Інтереси і мотиви школярів як основа побудови навчального процесу з фізичної культури в школі / І. В. Лисак // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. – Вип. 12, т. 2. – Вінниця, 2011. – С. 317–323.

3. Лысак И. В. Потребностно-мотивационный компонент как важное условие успешного осуществления физического воспитания школьников / И. В. Лысак // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту : наук.-теорет. журн. – К., 2011. – Вип. 22, № 3. – С. 80–84.

4. Лысак І. Співпраця сім'ї та школи у процесі фізичного виховання школярів / Ірина Лысак // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – № 1. – С. 59–63.

5. Лысак І. Педагогічний контроль показників фізичного розвитку школярів середніх класів / Лысак Ірина // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – № 2. – С. 145–149.

6. Лысак І. В. Теоретична підготовка школярів як важлива складова обов'язкового системного компонента процесу фізичного виховання / І. В. Лысак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / ред. С. С. Єрмаков ; ХДАДМ (XXIII). – Харків, 2012. – № 2. – С. 62–65.

7. Лысак І. Дослідження рівня фізичної підготовленості школярів сьомих класів, які мають різний підхід до організації фізичного виховання в школі / Ірина Лысак // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук.-теорет. журн. – Харків : ХДАФК, 2012. – № 5 (1). – С. 12–15.

8. Лысак І. В. Дослідження ціннісних орієнтацій школярів 8-х класів в процесі фізичного виховання / Ірина Лысак // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фізичної культури та спорту : періодичне видання / Львівський ДІФК. – Львів, 2013. – Вип. 17, Т. 2. – С. 92.

## АНОТАЦІЇ

**Лысак І. В. Потребово-мотиваційний підхід до формування програм з фізичної культури для учнів середніх класів.** – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2013.

Дисертація присвячена вивченню впливу потребово-мотиваційного підходу до організації фізичного виховання у школі на вирішення комплексу таких завдань: оздоровчих, освітніх і виховних, що дозволило виділити лімітуючі чинники, які впливають на позитивний ефект від впровадження нових програм фізичної культури для учнів 5–9 класів. Досліджено динаміку особливостей фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей середнього шкільного віку протягом навчального року під впливом різного наповнення програм фізичної культури.

У роботі вперше теоретично сформульовано та експериментально обґрунтовано ефективність потребово-мотиваційного підходу у державній програмі «Фізичної культури для учнів середніх класів загальноосвітніх навчальних закладів», що підтверджується підвищенням фізичної підготовленості, зростанням функціональних можливостей серцево-судинної та дихальної системи у школярів 7–8 класів порівняльної групи в кінці навчального року.

Основні результати дослідження впроваджено в процес фізичного виховання ЗОШ № 4 та № 16 м. Вінниці. Рекомендації щодо удосконалення програм з фізичної культури для учнів 5–9 класів були надіслані до Міністерства освіти і науки України.

**Ключові слова:** програма, фізична культура, потреби, мотиви, фізичний стан, школярі середніх класів.

**Лысак И. В. Потребностно-мотивационный подход к формированию программ по физической культуре для учеников средних классов. – Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, 2012.

Диссертация посвящена изучению программ по физической культуре для учеников средних классов, включающих потребностно-мотивационный подход. Также в диссертационной работе были определены условия их совершенствования.

Объект исследования – программы по физической культуре в средних классах общеобразовательных школ. Предмет исследования – условия формирования программ по физической культуре для учеников средних классов с учетом потребностно-мотивационного подхода. Цель диссертационной работы – определить эффективность потребностно-мотивационного подхода в современных программах по физической культуре учеников средних классов как средства повышения двигательной активности в учебное и внеурочное время.

Нами была исследована динамика показателей физического состояния учеников 7–8 классов на протяжении учебного года в школах с разным программным наполнением уроков по физической культуре. Определено влияние разных подходов в организации учебного процесса по физическому воспитанию.

В ходе эксперимента были сформированы контрольная (КГ) и сравнительная группа (СГ) учеников 7–8 классов. Группы отличались организационно-методическим обеспечением. Уроки по физической культуре включали те виды спорта, которые являлись обязательными согласно программы, используемой раньше (2006). Содержание уроков СГ планировалось на основе анкетирования учеников и с учетом выбора вариативных модулей новой программы по физической культуре.

В результате сравнительного эксперимента были получены результаты, доказывающие эффективность потребностно-мотивационного подхода в новой программе по «Физической культуре» для учеников 5–9 классов общеобразовательных учебных заведений.

Основные результаты диссертационной работы внедрены в практику учебного процесса общеобразовательных школ № 4 и № 16 г. Винницы, а также в учебный процесс института физического воспитания и спорта Винницкого государственного педагогического университета им. М.М. Коцюбинского. Рекомендации для совершенствования программ по физической культуре для учеников 5–9 классов были отосланы в Министерство образования и науки Украины.

**Ключевые слова:** программа, физическая культура, потребности, мотивы, физическое состояние, школьники средних классов.

**Lysak I. V. Demanding-motivational approach to the formation of physical educational programs for pupils at secondary school.** – Manuscript.

Thesis for a degree in physical education and sport, speciality 24.00.02 – physical culture, physical education for different population groups. – National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Kyiv, 2013.

The dissertation is aimed at the demanding-motivational approach investigation and its influence concerning physical education organization at school on solving set of problems: health-improving, tutorial and educational ones, that allows to determine some of limiting factors affecting the positive result of a new program implementation into a physical education program for pupils in 5–9 classes. The age characteristics of development concerning physical condition and physical fitness among children of secondary school age were investigated.

For the first time in the present paper the efficiency of the demanding-motivational approach in a government physical education program for secondary general educational schools was theoretically formulated and experimentally proved, and this fact was confirmed by increasing of physical fitness and functional capacity of the cardiovascular and respiratory systems of pupils from 7–8 classes in reference groups at the end of a school year.

The main results of the research are implemented in the process of physical education at school № 4 and № 16 in Vinnytsa.

**Keywords:** educational program, physical culture, needs, motivations, physical shape, secondary school pupils.