

ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ

О. ГОЛОВЧЕНКО, А. КУДРЕНКО

Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка

Одним з головних факторів та незаперечним чинником формування особистості є фізична культура і спорт.

З метою оцінити вплив фізичної підготовленості на формування особистісних якостей учнів середнього шкільного віку обстежено 50 учнів 14-15 років.

Для виконання мети були поставлені наступні **завдання**: дослідити рівень фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку, визначити особливості особистісних якостей підлітків та вплив занять фізичного виховання на формування системи цінностей, мотивацію та моральні якості підлітків.

Методи: тестування фізичної підготовленості, самооцінки особистості (за Будасці), морального розвитку за методикою М.Рокіча.

Анотація. Встановлено, що у підлітків формування особистісних ознак, таких як: рішучість, сміливість, впевненість відбувається під впливом розвитку сили, швидкості, гнучкості, спритності та швидко-кісно-силових здібностей. Розвиток спритності серед обстеженого контингенту корелює з вибором підлітками у модель ідеальної особистості ознаки егоїзму.

Ключові слова: особистісні якості, фізична підготовленість, цінності.

Постановка проблеми. В умовах перебудови політичного ладу та соціально-економічних відносин фізична культура та спорт переживає значні труднощі [1]. Перед системою освіти постає ряд проблем: невідповідність програм фізичного виховання сучасним вимогам і стандартам фізичної підготовленості населення (Терещенко В.І., 2004; Кондратьєв А.Н., 2005), погіршення стану здоров'я дитячого контингенту (Вовченко І., 2005), розвиток асоціальної та протиправної поведінки підлітків (Жуков М.Н., 2005).

Відомо, що фізична культура є складовою частиною повноцінного життя населення, метою якої є зміцнення здоров'я, підвищення фізичних і функціональних можливостей організму, забезпечення здорового активного відпочинку, створення трудового потенціалу України (Круцевич Т.Ю., 1999). Крім того вона, як складова загальної культури, здійснює вплив на формування особистості школяра.

Оскільки відхилень від загальнолюдських і національних морально-етичних норм і правил останнім часом спостерігається дедалі більше, виникає нагальна необхідність пошуку найбільш ефективних засобів відновлення здатності юної особистості до нормальної поведінки, діяльності, розвитку. У цьому контексті необмежені можливості розкриваються на заняттях фізичною культурою і спортом.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні програми по фізичному вихованню учнів загальноосвітніх навчальних закладів акцентовані переважно на формуванні рухової культури з пріоритетом розвитку рухових якостей та навчанню руховим вмінням. Зазначені напрямки хоча і є важливими аспектами фізичного виховання, але вони не дозволяють в повному обсязі вирішувати ті завдання, які стоять перед шкільним фізичним вихованням, одним з яких є формування всебічно розвинутої, соціально адаптованої, морально стійкої особистості саме засобами фізичної культури і спорту [3].

Аналіз літератури встановив відсутність врахування у формуванні соціально значимих якостей підлітків таких вагомих компонентів фізичного виховання, як: знання в області теорії та методики фізичного виховання, мотивації до занять фізичними вправами, індивідуальні показники особистості учнів (Головина Л.Л., Копылов Ю.А., 1998). Хоча відомо, що разом з індивідуальними показниками особливе місце займають особистісні характеристики: система прагнень, бажань, цілей, які формуються у взаємозв'язку з біологічними схильностями та особливостями формуючого оточення [6].

На сьогодні існують дві точки зору, що доводять як позитивне так і негативне значення фізичного виховання у сучасній школі для формування особистості. До позитивно сформованих особистісних якостей відносять творчість, працездатність, патріотичність, вольові показники, до негативних – бездуховність, вироблення меркантильного ставлення до життя [4, 5].

Крім того, за даними літературних джерел, значну частину робіт присвячено формуванню мотивації учнів (Григоренко В.Г., 2003; Іванченко Л., 2006; Кожевнікова Л., 2006), розвитку інтересу до занять фізичною культурою і спортом (Ведмеденко Б., 2003; Остапенко О., 2004; Дрозд І., 2006), рівню рухової активності (Шмалей С.В., 2006), вольових якостей як під впливом окремих видів спорту так і під впливом шкільного фізичного виховання (Самоха Р.А., Артюшенко О.Ф., 2002).

Такі дослідження у напрямку мотиваційно-вольової сфери підлітків не розкривають сучасну ієрархію цінностей підліткового віку, рівень розвитку особистості, самооцінку та рівень впливу на них сучасної системи фізичного виховання і спорту. Тому на сучасному етапі пріоритетним напрямком досліджень, є саме врахування ролі фізичного виховання і спорту у формуванні всебічно розвинутої особистості підлітка.

Актуальність дослідження підтверджується Національною доктриною розвитку фізичної культури і спорту, метою якої є: формування гуманістичних цінностей та створення умов для всебічного, гармонійного розвитку людини на базі ефективної моделі вдосконалення системи фізичної культури і спорту.

Мета дослідження – оцінити вплив рівня фізичної підготовленості на формування особистісних якостей учнів середнього шкільного віку. Для виконання мети були поставлені наступні завдання: дослідити рівень фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку, визначити особливості особистісних якостей підлітків та вплив занять фізичного виховання на формування системи цінностей, мотивацію та моральні якості підлітків.

Методи та організація досліджень. Обстежено 50 учнів (21 хлопців та 29 дівчат) 14–15 років ЗНЗ №24 м. Суми.

Фізична підготовленість оцінювалась за результатами контрольних вправ, що передбачені державними тестами і нормативами оцінки фізичної підготовленості населення України [2]. Тестувалися сила, швидкість, спритність, витривалість, гнучкість та швидко-силові якості.

За допомогою анкетування було визначено відношення підлітків до фізичної активності на уроках фізичної культури та у вільний час, рухові вподобання та мотиви до занять фізичної культури і спортом.

На рівні соціально обумовлених якостей нами досліджувався рівень самооцінки особистості (за Будассі). Для вивчення морального розвитку підлітків використовувався адаптований варіант методики, розроблений М. Рокічем. Методика слугує дослідженню термінальних (цінності-цілі) та інструментальних (цінності-засоби) цінностей особистості. Отримані дані підлягали математичній та статистичній обробці за допомогою прикладної програми „Statistica 6.0”.

Результати дослідження та їх обговорення. При оцінці фізичної підготовленості встановлено два рівні розвитку фізичних здібностей. Так 44% підлітків мають низький рівень фізичної підготовленості та 56% – нижче середнього. Як представлено у таблиці 1 показники розвитку фізичних здібностей мають вірогідну відмінність за статевою приналежністю.

Так, у хлопців встановлена вірогідна перевага показників всіх здібностей над відповідними показниками у дівчат. У дівчат лише вірогідно переважають показник гнучкості ($15,9 \pm 0,9$ см) над відповідним показником хлопців ($10,1 \pm 0,9$ см, $p < 0,01$). Але за сумою балів оцінки фізичної підготовленості встановлено, що дівчата для свого віку та з врахуванням статевої приналежності мають другий рівень фізичної підготовленості на відміну від хлопців, фізична підготовленість яких відноситься до першого рівня ($p < 0,01$).

При аналізі структури цінностей у підлітків привертає увагу факт вибору серед термінальних цінностей показника здоров'я ($2,04 \pm 0,3$ бали), що вірогідно переважає всі інші цінності ($p < 0,01$). На другому місці за значенням для школярів без вірогідної відмінності між собою посідають: впевненість у собі ($3,9 \pm 0,5$ бали), любов ($4,6 \pm 0,6$ бали), наявність вірних і хороших друзів ($4,5 \pm 0,5$ бали), свобода вчинків ($5,3 \pm 0,5$ бали), отримання задоволення ($5,6 \pm 0,5$ бали).

Таблиця 1

Показники рівня фізичної підготовленості підлітків ($M \pm m$)

Фізичні здібності	У цілому $n=50$	Хлопці $n=21$	Дівчата $n=29$
Гнучкість, см	13,5±0,8	10,1±0,9 *	15,9±0,9
Спритність, с	10,5±0,1	10,04±0,1 *	10,9±0,1
Сила, кількість раз	15,9±0,8	16,1±1,6	15,8±0,7
Швидкісно-силові, см	173±3,2	186,8±4,8 *	163,4±3,1
Витривалість, хв.	11,3±0,2	10,5±0,3 *	11,8±0,2
Швидкість, с	10,7±0,1	9,8±0,2 *	11,3±0,1
Сума балів за показниками	16,3±0,5	14,5±0,6 *	17,6±0,7

Примітки: – * $p < 0,01$ — вірогідна відмінність між показниками учнів різної статі.

Не суттєвим за своїм значенням є показник прагнення дітей до знань (6,2±0,4 бали, $p < 0,05$), що займає третє місце.

Серед інструментальних цінностей, що характеризують почуття обов'язку, формування честі, справедливості, вміння бути чесним в першу чергу по відношенню до самого себе, не встановлено пріоритетних для обстеженого контингенту. Але вірогідну перевагу у цій групі над акуратністю (5,81±0,5) та старанністю (5,9±0,5) ($p < 0,05$) має сила волі (4,13±0,5), сміливість (4,13±0,6), життєрадісність (5,13±0,6), працьовитість (5,13±0,6), відповідальність (5,04±0,4), вихованість (4,59±0,5).

Аналіз мотиваційної сфери учнів середнього шкільного віку дозволив встановити вірогідно нижче значення для підлітків можливості під час занять фізичної культури розвивати та вдосконалювати особистісні якості такі як – лідерські (2,6%), волю (5,1%), актуалізуватися через показник здатності проявити себе (5,1%, $p < 0,05$). Отриманий результат може свідчити про низький рівень розвитку та акцентуації вчителями серед підлітків здатності засобами фізичного виховання і спорту розвивати та вдосконалювати особистісно-вольову сферу учнів. У вірогідній більшості саме рухова активність (11,5%), ігри на заняттях (15,4%), зміцнення здоров'я (14,1%), розвиток сили (12,8%) та приклад вчителя (10,3%) виступають мотивацією для відвідування уроків фізичною культурою. Проміжне місце у значеннях посідають оцінка (8,9%) позитивні емоції (6,4%) та спосіб спілкування (6,4%) з однолітками на уроках фізичної культури ($p < 0,05$).

Такі дані свідчать про недостатній рівень знань дітей про формування та вдосконалення особистісних якостей саме засобами фізичної культури. Також негативною рисою є послаблене уявлення підлітків про можливість позитивно спілкуватися з однолітками саме при фізичній активності – природній потребі розвиваючого, зростаючого організму.

При проведенні тестування на самооцінку особистості встановлено вірогідну перевагу шістнадцяти якостей, які підлітки обрали при ідеальному уявленні про досконалу особистість. При бінарній оцінці (так, ні) даних встановлено позитивний вибір таких якостей як: доброта (100%), привітність (95,5%), акуратність (95,5%), життєрадісність (95,5%), обережність (90,9%), рішучість (90,9%), чуйність (90,9%), щирість (86,4%), розсудливість (61,8%), стриманість (81,8%), терплячість (81,8%), чесність (77,3%), працьовитість (77,3%), ніжність (72,7%), безпечність (72,7%). Така оцінка морального розвитку особистості підлітків може свідчити про сформоване уявлення у них щодо соціально позитивних рис зрілої особистості.

На підставі оцінки особистісної сфери учнів середнього шкільного віку та рівня їх фізичної підготовленості проведено кореляційний аналіз, за допомогою якого встановлено зв'язок між фізичними здібностями та уявленнями підлітків про сформованість особистісних якостей.

Так, у підлітків зростання рівня таких фізичних здібностей як: сили ($r = -0,48$, $p < 0,05$), швидкості ($r = 0,47$, $p < 0,01$), швидкісно-силових здібностей ($r = -0,65$, $p < 0,05$) та загального рівня фізичної підготовленості ($r = -0,52$, $p < 0,05$) впливає на формування такої особистісної якості як рішучість. Зростання рівня розвитку гнучкості у підлітків призводить до збільшення впевненості

($r = -0,48, p < 0,05$), а швидкості – до сміливості ($r = 0,47, p < 0,05$). Формування риси егоїзму відбувається під впливом розвитку спритності ($r = -0,48, p < 0,05$).

Таким чином, порівнявши та узагальнивши різні наукові позиції, щодо проблеми впливу фізичної підготовленості на формування особистісних якостей учнів середнього шкільного віку, та дані попередніх досліджень, можна дійти наступних **висновків**:

1. Оцінка розвитку фізичних здібностей у підлітків дозволила встановити що фізична підготовленість знаходиться на низькому та нижче середнього рівнях.

2. Аналіз мотиваційної сфери учнів середнього шкільного віку дозволив встановити недостатній рівень розвитку знань підлітків щодо формування особистісних якостей засобами фізичної культури і спорту.

3. При аналізі структури цінностей у підлітків привертає увагу факт вибору серед термінальних цінностей показника здоров'я, що вірогідно переважає всі інші цінності. На другому місці знаходяться: впевненість у собі, любов, наявність вірних і хороших друзів, свобода вчинків, отримання задоволення.

4. На підставі оцінки показників морального розвитку встановлено сформоване уявлення підлітків щодо соціально позитивних рис зрілої особистості, таких як сила волі, сміливість, життєрадісність, працьовитість, відповідальність, вихованість.

5. Встановлено, що у підлітків формування особистісних ознак, таких як: рішучість, сміливість, впевненість відбувається під впливом розвитку сили, швидкості, гнучкості, спритності та швидко-силових здібностей. Розвиток спритності серед учнів обстеженого контингенту корелює з вибором у модель ідеальної особистості риси егоїзму.

Література

1. *Важенин С.А.* Концепция развития личностно ориентированной системы физической культуры и спорта в Ленинградской области // ТПФК. – 2006. – № 3. – С. 12–14.
2. Державні тести: нормативні оцінки фізичної підготовленості населення України. /За редакцією М.Д. Зубалія. – 2-ге видання, перероблене і доповнене. – К.: 1997. – 36 с.
3. Закон України “Про фізичну культуру і спорт” (від 3 лютого 2005 №2416 – IV).
4. *Кондратьев А.Н.* Формирование мотивационной сферы учащихся в условиях здоровьесформирующей технологии физического воспитания. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. – № 5. – С. 59–61.
5. *Терещенко В.І.* Фізичне виховання як засіб розвитку особистості (з досвіду роботи) // Управління школою. – 2004. – № 3. – С. 18–21.
6. *Kau M.L., Fischer J.* Self-modification of exercise behavior //Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 1974, v. 5, p. 213–214.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ

О. ГОЛОВЧЕНКО, А. КУДРЕНКО

Сумской государственной педагогический университет им. А.С. Макаренко

Одним из главных факторов в формировании личности является физическая культура и спорт.

С целью оценки влияния физической подготовленности на формирование личностных качеств учеников среднего школьного возраста обследовано 50 учеников 14–15 лет.

Для выполнения цели были поставлены следующие **задачи**: исследовать уровень физической подготовленности учеников среднего школьного возраста, определить особенности лич-

ностных качеств подростков и влияние занятий физического воспитания на формирование системы ценностей, мотивацию и моральные качества подростков.

Методы: тестирование физической подготовленности, самооценки личности (за Будасси), морального развития за методикой М.Рокича.

Аннотация. Установлено, что у подростков формирования личностных признаков, таких как: решительность, смелость, уверенность происходит под воздействием развития силы, скорости, гибкости, ловкости и скоростно-силовых способностей. Развитие ловкости среди обследованного контингента коррелирует с выбором подростками черты эгоизма в модель идеальной личности.

Ключевые слова: личностные качества, физическая подготовленность, ценности.

THE INFLUENCE OF THE PHYSICAL CULTURE AND SPORT TEACHING EFFICIENCY ON FORMING THE SCHOOLCHILDREN'S PERSONAL QUALITIES

O. HOLOVCHENKO, A. KUDRENKO

Sumy State Pedagogical University named after A. Makarenko

One of the main factors in forming personality is physical culture and sport. With **the aim** of estimating the influence of physical preparedness on forming the schoolchildren's personal qualities 50 schoolchildren aged 14–15 were tested. For implementation the aim the followings

Tasks of the research: to investigate the level of the secondary schoolchildren's physical preparedness, to define the features of the teenagers' personal qualities and the influence of the efficiency of physical education lessons' teaching on forming the system of values, motivation and moral qualities of teenagers.

Methods of the research: testing the physical preparedness, self-appraisal of the person (after Budassi), moral development after the method of M. Rokich.

Abstract. Under the influence of development of such physical qualities as power, speed, speed-power preparedness, flexibility and agility the forming of following teenagers' personal features occurs: the resolution, the courage and the confidence. The development of agility among the examined schoolchildren correlates with the choice of such trait as egoism to the model of an ideal person.

Key words: personality qualities, physical preparedness, values.