УДК 796.011.3-053.6

ЦІННІСНА ОРІЄНТАЦІЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ДО ОТРИМАННЯ ТЕОРЕТИЧНИХ ЗНАНЬ ІЗ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Микола САЇНЧУК

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація. У статті підкреслюється цінність теоретичних знань у галузі фізичної культури для активізації пізнавальної діяльності старшокласників і їх зацікавленого ставлення до відповідних занять з навчальної дисципліни та відповідального ставлення до власного здоров'я. Дослідження показали, що зневага до власного здоров'я особливо характерна для прошарку учнів, які себе готують до так званого «елітного інтелектуального резерву». Вони байдуже ставляться до будь-яких теоретичних знань із фізичної культури.

Ключові слова: цінність знань, ціннісні орієнтації, фізична культура, теоретичні знання, старшокласники.

Постановка проблеми. Сучасний недостатньо високий рівень фізичної підготовки школярів пов'язаний із тим, що фізична культура, незважаючи на розмаїття практичних розробок, методичних рекомендацій, ще не стала, як показують відповідні дослідження, привабливою для їх індивідуального розвитку. Оскільки ціннісні орієнтації підлітка формуються не лише під впливом життєвих ситуацій, а переважно – від знань, які в їхньому віці є одним із основних джерел пізнання навколишньої дійсності. Здебільшого школярі просто не знають про цікаві методичні рекомендації, про розвиток рухової активності, які б сприяли їх задоволенню. Як стверджують вчені, комп'ютеризація навчального процесу має не тільки позитивні, але й негативні наслідки у вигляді зниження пошукових здібностей учнів у здобутті тих знань, які їм потрібно для тієї чи іншої життєвої ситуації. Тобто «заінформатизованість» навчального процесу знижує їх активну й пізнавальну діяльність, зокрема в необхідних знаннях із фізичної культури.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Відомо, що будь-яка людська діяльність починається з певної практичної потреби, усвідомлення якої формує інтерес як цільову настанову. Як стверджують філософи, специфікою людської діяльності є *цілеспрямованість*, якою виступає певна ідея. Свого часу популярним був вираз К. Маркса про відмінності в життєдіяльності між наймайстернішою бджолою і найнедосконалішим архітектором, який полягав у тому, що останній на початку акту своєї праці вже уявляв, на відміну від бджоли, свій кінцевий результат. Пізнання мети перетворює діяльність людини в життєтворчий процес, а тому він стає більш продуктивнішим. Недостатність знань або їх недооцінка робить людину заручником своєї долі, а її дії залежать від сили випадковості. Теоретичні знання про фізичну культуру мають на меті сформувати активний потяг юнацтва до підтримання і вдосконалення своєї тілесності, рухової активності, здатної сформувати вольові якості, здатність до подолання життєвих перешкод, прагнення до самовдосконалення. Йдеться про те, що ще в школі, коли відбувається процес формування особистості, закладається потяг до знань, які відомий філософ Ф. Бекон, ще на початку XVII ст. проголосив як самоствердувальну у світі силу.

У наш час ця проблема актуалізується в зв'язку зі вступом людства на новий етап культурно-цивілізаційного процесу, а саме: інформаційних технологій, де знання набуває рангу вищої цінності. В сучасному значенні воно розуміється як систематична, організована та цілеспрямована інформація з соціальною і культурною складовою [4]. Цей етап супроводжується не тільки досягненнями, а й деформаційними явищами у стані здоров'я людей, внаслідок зменшення їх рухової активності. Передусім, як показує досвід, негативи цивілізації позначаються на молодому поколінні.

В структурі сучасного негативістського ставлення людей до фізичної культури, до свого власного здоров'я, як свідчать наукові дослідження, є недостатність теоретичних знань про них. Соціолог Л.І. Лубишева говорить про недостатньо усвідомлений потенціал фізичної культури як цінності «інтенційного» характеру. «Зміст «інтелектуальних цінностей» являють

© Саїнчук М., 2011

собою, – пише вона, – знання про методи і засоби розвитку фізичного потенціалу людини як основи організації її фізичної активності, спортивної підготовки, загартування та здорового стилю життя» [3].

М.Я. Віленський, О.Ю. Масалова стверджують, що однією з найважливіших цінностей освіти з фізичної культури є теоретико-методологічні, науково-практичні та спеціальні знання, які представлені в таких видах: основні терміни та поняття; закони, теорії, що пояснюють сутність фізичної культури суспільства й особистості; провідні ідеї та знання, із закладеним світоглядним значенням; знання про предметно-операційні використання різноманітних видів, способів і форм фізкультурно-спортивної діяльності, які в остаточному підсумку формують уміння та навички; знання про досвід творчого застосування засобів фізичної культури в різноманітних сферах життєдіяльності (навчальній, професійній, суспільній, сімейній) [1].

У сучасному шкільному навчальному процесі передачу знань забезпечує вчитель, який формує уміння, навички, фізичні якості, слідкує за фізичним розвитком і фізичною підготовленістю учнів, забезпечує оптимальний руховий режим, пропагує здоровий спосіб життя, контролює стан учнів на уроці тощо. Але, як свідчить практика і власні спостереження, сьогодні в школі виникає парадоксальна ситуація, коли активізація педагогічної діяльності вчителя, застосування ним новітніх технологій, методичних прийомів, наражається на психологічний опір вихованців, оскільки вони приходять на заняття із раніше сформованою суспільною думкою, а не рідко й батьками – настановою до протесту. Складається враження, що вчителі фізичної культури більше дбають про здоров'я дітей, аніж вони самі та їх батьки.

У знеціненні теоретичних знань про фізичну культуру, які необхідні школярам, відіграють роль засоби масової інформації, інтенсивно пропагуючи в рекламі шкідливі звички (вживання алкоголю, тютюну), вседозволеність, види, які розбещують людину дозвілля, комфортний бездіяльний режим тощо. Як підтверджує всесвітня історія, фізичне виховання використовувалося в усіх суспільствах як засіб окультурення молодого покоління, їх відповідального ставлення до суспільства і самих себе. Ще в часи древньої Греції імператор Солон писав, що він примушує своїх синів виконувати фізичні вправи для того, «щоб вони були хорошими захисниками своєї держави, а його громадяни могли жити вільно. В умовах миру, користь від цього ще вища, оскільки молоді люди, не знаючи, куди подіти вільний час, не віддаються розпутству, а турбуються про тренування тіла і тим самим займають себе» [2].

Старшокласники – це особлива категорія школярів, яка вже набула певних умінь і звичок адаптування до соціального середовища, має хоч і не стійкі, але певні життєві переконання, достатньо розвинену рефлексію претензійності, оскільки стоять на порозі активного вступу до суспільного життя. У будь-якому разі проведення моніторингу їх теоретичних знань із предмета фізичної культури було можливим завдяки розвиткові самооцінки та ієрархії системи цінностей.

Мета – узагальнити дані моніторингу рівня теоретичних знань учнів старших класів у галузі фізичного виховання та обґрунтувати їх цінність для власної мотиваційної поведінки у ставленні до уроків фізкультури.

Методи дослідження: I) теоретичні методи: аналіз науково-методичної літератури; II) емпіричні методи педагогічного дослідження: 1) метод спостереження; 2) метод бесіди; 3) тестування (метод опитування в структурі педагогічного дослідження).

Організація дослідження. Бесіда проводилася в школі №17, 132 м. Києва; Тестовий контроль проводився в школах №33, 132 м. Києва, а також на базі ДСОЦ «Маяк» м. Євпаторія, що дозволило охопити більшу частину регіонів України (Захід, Центр, Південь) та отримати інформацію, яка може свідчити про знання школярів більшої частини регіонів України.

Результати власних досліджень.

Бесіда «Цінності фізичної культури» передувала проведенню анкетування й мала загальноосвітній інформативний характер, відбувалося в «неформалізованій» формі, оскільки запитання не були жорстко стандартизованими, що дало можливість послідовно ставити додаткові питання.

Учні спершу здивувалися питанню, яке змушувало їх однозначно говорити про фізичну

культуру. На запитання: «Чи відомо Вам про ціннісний потенціал фізичної культури?» діти однозначної відповіді дати не змогли.

Про можливі ціннісні орієнтації людини в житті вони нічого не знали. Це запитання було розширено з'ясуванням їх загальних уявлень про цінності. Під час бесіди старшокласники дізналися про те, що цінності бувають «духовні» та «матеріальні». Характерно, що на останніх вони аж занадто акцентувались, оскільки ті життєво зрозуміліші та сприйнятливіші, аніж духовні. При цьому в бесіді також з'ясували, що цінності в науці класифікують на індивідуальні та загальнолюдські.

Подальша розмова відбувалася навколо питання про сутність фізичної культури як поєднання, гармонізації фізичних і духовних якостей людини.

Школярі дійшли висновку, що найголовнішою серед цінностей фізичної культури є здоров'я. Але в подальшому обговоренні цінностей з'ясувалось, що його вони не вважають пріоритетним стосовно розуму. Після запитання «Що таке здоров'я і яким чином Ви його оберігаєте?» повторилося те, що описано вище – формуванню інтелектуальних здібностей відводилася домінантна роль. На запитання про те, чи не бояться вони, що через відсутність уваги до власної тілесності можуть «вичерпати власний резерв здоров'я» і як компетентні спеціалісти не зможуть працювати через його відсутність, учні відповіли, що це їх не лякає.

У такому ставленні до здоров'я проявився юнацький максималізм як надзвичайно велика впевненість у своєму соматичному стані. Вони переконані, що здоров'я в них може тільки поліпшуватися, але в ніякому разі не може погіршуватися. Слід підкреслити одну важливу тенденцію, про яку постійно говорять науковці: зневажливе ставлення до здоров'я особливо яскраво проглядається в тих школярів, які готують себе до «елітного інтелектуального резерву», а тому вони не те, що знати, але і чути про фізичну культуру не хочуть.

Для вивчення рівня теоретичних знань із фізичної культури ми розробили 63 тестові питання. Умовно вони були поділені на три блоки знань: з валеології – 23,8%; з історії та функціонування олімпійського руху – 12,7% та з методики фізичного виховання – 63,5%. Метою тестування було виявлення теоретичної підготовки старшокласників та їх можливості самостійно забезпечити процес занять фізичними вправами. Всього участь взяли 136 старшокласників, з них 66 юнаків та 70 дівчат.

В таблиці 1 наочно показано відсотки правильних відповідей за даними тесту по класам, гендерним ознакам в цілому і умовними блоками. Рівень знань виведений із сумарного відсотка правильних відповідей, переведеного в бали за національною 12-бальною шкалою.

Таблиця 1

Рівень знань старшокласників за блоками

Клас	Стать	n	Відсоток правильних відповідей за блоками знань				Сумарний %	Бал (з 12)	Рівень знань
			У цілому	Валеологічні	Олімпійські	Теоретичні			
10	Х	36	46,4	44,6	67,5	42,5	49,3	5,9	Середній
	Д	41	51,9	46,6	76,2	48,7			
11	Х	30	45,2	50	71,2	46	49,7	5,9	Середній

Найкращі знання учні показали з олімпійської тематики (таблиця 1). Детальний зміст питань, кількість респондентів та відсоток правильних відповідей юнаків та дівчат (в загальному – 74,9% учнів правильно відповіли на запитання) наведено в таблиці 2.

Більше ніж 90% опитаних старшокласників знають точно, де зародилися Олімпійські ігри, що є символікою Олімпійських ігор. Дівчата обізнаніші, ніж юнаки, і це підтверджують дані таблиці 2, де різниця в окремих питаннях досягає 17,3%.

Таблиця 2

Знання учнів старших класів Олімпійської тематики

№ п/п	Питання	Хлопці		Дівчата	
		n	%	n	%
1	Де виникли Олімпійські ігри?	60	90,9	68	97,1
2	Що є сучасною символікою Олімпійських ігор?	60	90,9	63	90
3	Чи запалюють під час Олімпійських ігор вогонь від смолоскипа?	22	33,3	32	45,7
4	Що було емблемою на Олімпійських іграх в Москві?	57	86,3	65	92,8
5	Чим нагороджували переможців стародавніх Олімпійських ігор?	48	72,7	63	90
6	З яким міфологічним героєм пов'язують Олімпійські ігри Стародавньої Греції?	46	69,6	55	78,5
7	За яких умов проводяться Олімпійські ігри?	48	72,7	60	85,7
8	Олімпійські ігри складаються?	34	51,5	46	65,7

Дещо слабша ситуація зі складними питаннями з валеології. Якщо, наприклад, майже 90 (88,9)% старшокласників знають, що вживання алкогольних та наркотичних речовин негативно впливає на особистість; 78,5% знає про те, що сприяє запобіганню плоскостопості; а 83,8% знають найпростіший спосіб визначення постави, 88,9% – інформовані про шляхи розповсюдження ВІЛ/СНІД; то значно менше – 52,2% старшокласників орієнтуються в часі, за який ЧСС має повернутися до норми після навантаження.

Дослідження засвідчило, що 54,4% респондентів знають про життєву ємність легень людини (яка в середньому становить 4 літри), решта назвала абсурдні цифри – 8, 12 і 1 літр. Лише 30% дітей відповіли, що особиста гігієна, крім догляду за тілом, порожниною рота, загартування, ранкової гімнастики, передбачає також організацію розпорядку дня і заняття фізичними вправами. Добовий раціон людини і те, що має становити більшу його частину, знають 39,7%. Ще менший відсоток дітей обізнані про причини порушення постави, тільки четверта частина (25%) знають, що слабкість м'язів – головна тому причина, для решти – це звичка до певних положень тіла, як наприклад, насіння портфеля на одному плечі, і навіть 12,5% вважають – відсутність рухів під час шкільних уроків. Не набагато більший відсоток дітей (26,4), обізнані про функції нирок.

Тепер детальніше зупинимося на питаннях теорії та методики фізичного виховання, які становлять найбільшу частину тестування. Тут йдеться про розуміння школярами окремих термінів, також необхідно показати відсоток тих свідомих учнів, які, відвідуючи заняття фізкультури, засвоїли методики розвитку тих чи інших якостей, формування рухових умінь та навичок і можуть практично їх втілити.

Цікаво прослідкувати за тим, як старшокласники розуміють поняття «фізична культура» та «фізичне виховання». Серед дівчат – 52% правильно розуміють термін «фізична культура» і рівно 50% – «фізичне виховання». Серед юнаків цей показник дещо нижчий і становить 48,5% та 45,4% відповідно. 28,5% дівчат і 33,3% юнаків фізичну культуру плутають із фізичним вихованням, вважаючи що це тільки процес формування в людини рухових умінь і навичок, а також передачі спеціальних знань. Це дає привід стверджувати, що ця частина учнів не знає, що таке фізичне виховання, вказуючи лише на його мету.

Аналогічна плутанина з поняттям «фізичне виховання», яке правильно трактують лише половина учнів. Четверта частина – 25,7% серед дівчат і 21,2% юнаків – педагогічний процес, цілеспрямовану систематичну дію на людину фізичних вправ, оздоровчих сил природи тощо, що власне і є фізичним вихованням, вважають «фізичною культурою». Високий відсоток дітей – 15,7% дівчат і 22,7% юнаків цей процес неправильно називає фізичною освітою.

Переважна більшість старшокласників (близько 70%) знає, що основним специфічним засобом фізичного виховання є фізичні вправи, а от 24,25% юнаків і 22,85% дівчат пояснили

їх суть. Великий відсоток дітей (22,7 і 24,30 дівчат) спрямовують фізичні вправи на зміну форм статури й розвиток власних якостей.

При порівнянні анкетної відповіді, з яких причин учні відвідують заняття з фізичної культури (яка була проведена паралельно з тестуванням), 25,7% старшокласниць чітко відповіли, що для формування гарної фігури, а тому не дивно, що вправи мають саме цю спрямованість. Викликає подив той факт, що багато юнаків підтвердили цю перевагу в заняттях фізичними вправами, тоді як в анкеті – лише 5,5%.

Навіть таке розповсюджене суспільне явище як спорт, учні не розуміють правильно. Ці дані наведено в таблиці 3.

Таблиця 3

Розуміння старшокласниками дефініції «спорт»

№ п/п	Питання	Хлопці		Дівчата	
		n	%	n	%
1	Вид соціальної діяльності, спрямованої на оздоровлення людини і розвиток її фізичних здатностей.	29	43,9	48	68,6
2	Змагальна діяльність, спеціальна підготовка до неї, а також специфічні відносини, норми і досягнення у сфері цієї діяльності.	18	27,2	12	17,2
3	Спеціалізований педагогічний процес, побудований на системі фізичних вправ і спрямований на участь у спортивних змаганнях.	14	21,2	9	12,8
4	Педагогічний процес, спрямований на морфологічне і функціональне вдосконалення організму людини.	5	7,6	1	1,4

У середньому 22,2% старшокласників знають сутнісні риси спорту, хоча більша частина, особливо серед дівчат, вважає, що спорт у решті-решт спрямований на оздоровлення людини.

Таблиця 4

Знання старшокласників з методики фізичного виховання

№ п/п	Зміст питання	% правильних відповідей	
		Хлопці	Дівчата
1	Скільки разів на тиждень доцільно займатися фізичними вправами для розвитку швидкісних, швидкісно-силових якостей, витривалості?	39	45,7
2	Як дозувати вправи на розвиток гнучкості?	39	42,8
3	Які вправи застосовувати для розвитку загальної витривалості?	45,4	64,2
4	Які рухові якості існують?	34,8	28,5
5	Скільки становить безпечна межа показника ЧСС при самостійних заняттях фізичними вправами?	39,3	45,7
6	За який час мають повернутися показники ЧСС до вихідного рівня (застосовуючи для самоконтролю пробу із 20 присідань)?	53	51,4
7	Коли доцільно робити вдих, виконуючи вправу?	48,5	54,3

Тестування містили питання на з'ясування відмінностей між масовим, шкільним і спортом вищих досягнень. Виявляється, лише 54% старшокласників знають, що використання засобів спорту для гармонійного розвитку, зміцнення здоров'я людини, профілактика захворювань, самоствердження й самопізнання, раціональна організація дозвілля – це масовий спорт. Ще менший відсоток дітей (разом – 39,7%) знають, що сфера розважального бізнесу, де спортсмен є робочою силою, а основним критерієм ефективності його діяльності є фінансовий дохід – це професійний спорт. Для 30,5% респондентів – це професійно-прикладний спорт, решта переконані, що це масовий та олімпійський спорт. Цікаво, що дівчата (45,7%) на

противагу (33,3%) юнакам знають, що таке професійний спорт, хоча здавалося б, що юнаки більш схильні до перегляду спортивних телепередач і повинні краще розумітися.

Наприкінці можна навести дані, наскільки учні здатні самостійно забезпечити організацію занять фізичними вправами, володіють методикою розвитку окремих рухових якостей, знають безпечну межу показників ЧСС при самостійних заняттях.

За даними таблиці 4 можна зробити висновок, що на сьогодні більшість старшокласників України не можуть самостійно займатися фізичними вправами, з ними потрібно постійно працювати викладачеві. Лише невелика частина старшокласників (42,7% серед юнаків і 47,5% дівчат) здатні дотримуватися безпеки, більш-менш знайомі з методикою розвитку окремих якостей і можуть самостійно займатися фізичними вправами.

Висновок. Таким чином, наведені факти свідчать про недостатню освітньо-педагогічну діяльність в орієнтації старшокласників на соціальну та індивідуальну значущість (цінність) теоретичних знань фізичної культури, її важливості для зміцнення здоров'я й власного самовдосконалення. Тому необхідно посилити насамперед теоретично-виховну роботу зі старшокласниками, щоб заняття фізичною культурою ставали для них привабливішими.

Список літератури

1. *Виленский М. Я.* Аксиологические основания образовательного процесса по физической культуре в высшей школе / М. Я. Виленский, О. Ю. Масалова // Культура физическая и здоровье. – 2010. – № 3. – С. 10.

2. *Кун Л.* Всеобщая история физической культуры и спорта. – М. : Радуга, 1982. – 398 с.

3. *Лубышева Л. И.* Социология физической культуры и спорта. М. : ACADEMIA. – 2004. – 237 с.

4. *Михайлова Е. Е.* Знания в системе ценностей современного общества и опасность риска / Е. Е. Михайлова, А. Н. Фащенко // Новое в психолого-педагогических исследованиях. – 2010. – № 1. – С.120-121.

ЦЕННОСТНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ К ПОЛУЧЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗАНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Николай САИНЧУК

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Аннотация. В статье подчеркивается ценность теоретических знаний в отрасли физической культуры для активизации познавательной деятельности старшеклассников и их заинтересованного отношения к соответствующим занятиям в этой учебной дисциплине, а также ответственного отношения к собственному здоровью. Исследования показали, что пренебрежение к собственному здоровью особенно характерное для прослойки учеников, которые готовят себя к, так называемому, «элитному интеллектуальному резерву». Они безразлично относятся к любым теоретическим знаниям по физической культуре.

Ключевые слова: ценность знаний, ценностные ориентации, физическая культура, теоретические знания, старшеклассники.

THE IMPORTANCE OF MOTIVATING SENIOR PUPILS TO ACTIVE THEORETICAL KNOWLEDGE IN PHYSICAL EDUCATION

Mykola SAINCHUK

National University of Physical Education and Sport of Ukraine

Annotation. The article deals with the importance of theoretical knowledge in the field of physical education to promote cognitive activity of senior pupils and improve their attitude to physical activity and personal health. The study shows that pupils that study well, and have, advanced infelect often neglect their health, theoretical knowledge and physical activity as well.

Key words: importance of knowledge, valued orientations, physical education, theoretical knowledge, senior pupils.