

УДК 796-048.65

DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-3.2>**Бакіко Ігор Володимирович**

доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
професор кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я
Луцький національний технічний університет
ORCID ID: 0000-0002-8835-8781

Дмитрук Віталій Степанович

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я
Луцький національний технічний університет
ORCID ID: 0000-0003-1899-7681

Гнітецький Леонід Володимирович

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри освітніх, педагогічних технологій
Академія рекреаційних технологій і права
ORCID ID: 0000-0002-6905-9057

Боровська Надія Іванівна

асистент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я
Луцький національний технічний університет
ORCID ID: 0009-0000-2604-9601

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ СЕРЕД ШКОЛЯРІВ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Актуальність проблеми. В умовах сьогодення постають проблеми зниження рухової активності підлітків, рівня фізичної підготовленості, надмірного захоплення гаджетами та спілкуванням у соціальних мережах, відсутності зацікавлення до занять фізичною культурою і спортом. У зв'язку з цим пропагування здорового способу життя, формування мотивації до виконання фізичних вправ, залучення до спортивного тренування є актуальними серед учнів закладів загальної середньої освіти.

Мета та завдання дослідження – вивчити вмотивованість школярів до відвідування уроків фізичної культури та спортивних секцій.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел та мережі Інтернет, опитування, узагальнення, систематизація, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Основними мотивами школярів контрольної та експериментальної груп (КГ та ЕГ) виявились наступні: для зміцнення здоров'я (КГ – 56,6%, ЕГ – 82,1%), бажання стати сильним (КГ – 40,0%, ЕГ – 50,0%), спілкування з друзями (КГ – 33,3%, ЕГ – 53,5%) і бажання стати «чемпіоном» (КГ – 26,6%, ЕГ – 35,7%). Найнижчу позицію займають мотиви – відпочити від розумової праці та оволодіти різними фізичними вправами.

***Ключові слова:** мотивація, школярі, фізична культура, спорт, заклад загальної середньої освіти.*

Вступ. В умовах сьогодення постають проблеми зниження рухової активності підлітків, рівня фізичної підготовленості, надмірного захоплення гаджетами та спілкуванням у соціальних мережах, відсутності зацікавлення до занять фізичною культурою і спортом. У зв'язку з цим пропагування здорового способу життя, формування мотивації до виконання фізичних вправ, залучення до спортивного тренування є актуальними серед учнів закладів загальної середньої освіти (далі – ЗЗСО).

На думку Т. Круцевич [4], актуальним є формування мотивації у дітей ще у шкільному віці, спрямовану на забезпечення фізичної активності протягом життя як складової його здорового способу життя. Мотивацію підлітків до занять спортом та ефективність шкільного процесу вчені пов'язують насамперед з кваліфікацією та досвідом учителів [3]. Врахування принципу потребо-мотиваційного підходу вчителем фізичної культури, на думку деяких учених [6], формує позитивне ставлення до процесу фізичного виховання не тільки в урочний, а й у позаурочний час. Значний вплив на розвиток інтересів до навчання школярів має саме осередок за спільними інтересами занять у спортивній секції [5]. Спільні захоплення улюбленим видом спорту можуть викликати симпатію в процесі двосторонньої комунікації, підсилюючи інтерес учнівської молоді і до фізичних вправ загалом [2].

Мета та завдання дослідження – вивчити вмотивованість школярів до відвідування уроків фізичної культури та спортивних секцій.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел та мережі Інтернет, опитування, узагальнення, систематизація, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Дослідження проводили на базі 4 ЗЗСО м. Луцьк. У дослідженні брали участь 93 учня 5–6-х класів. Всі отримані в ході дослідження дані були опрацьовані за допомогою комп'ютерної програми для статистичної обробки даних SPSS Statistics (версія 23).

Ставлення підлітків до фізичного виховання та спорту залежить, у першу чергу, від мотивів до занять фізичними вправами. Мотив означає спонукальну причину дій і вчинків людини (те, що штовхає нас до дії). У широкому розумінні, мотив – це усвідомлена чи мало усвідомлена спонука до діяльності. Говорячи про мотиви навчання підлітків, маємо на увазі насамперед те, що спонукає його до цієї діяльності, тобто всі ті психологічні моменти, якими визначається активність в процесі навчання, – різноманітні потреби і форми їх психічного відображення і переживання. До мотивів навчальної активності школярів належать усі спонуки цієї діяльності, в тому числі й прийняті підлітками рішення, почуття обов'язку й усвідомлення необхідності, які нерідко виконують свою спонукальну функцію навіть усупереч наявному в молодій людини безпосередньому бажанню [8].

Нами була розроблена орієнтовна програма, яка включає в себе наступні компоненти:

- навчально-тематичний план;
- форми занять фізичного виховання, які використовуються при реалізації орієнтованої програми;
- інтегральна оцінка сформованості ЗСЖ серед школярів;
- шкала рівня сформованості ЗСЖ у школярів;
- засоби, методи, форми проведення занять.

Орієнтовна програма розрахована на вчителів, тренерів, інструкторів-методистів. Перед ЗЗСО на спортивно-оздоровчому етапі ставляться завдання:

- залучення максимальної кількості дітей та підлітків до систематичних занять спортом, спрямованих на розвиток їх особистості;
- дотримання школярами ЗСЖ;
- виховання фізичних, морально-етичних та вольових якостей.

Орієнтовна програма розроблена з урахуванням основної тенденції пошуку ефективних технологій поширення ЗСЖ серед дітей та підлітків, здатних формувати здорові поведінкові моделі.

Фізкультурно-спортивна діяльність, як соціально значущий вид діяльності, відповідає потребам особистості, що формується, забезпечує успішну соціалізацію та займає одне з важливих місць у системі формування ЗСЖ [1].

Максимальну можливість при проведенні освітньої роботи мають спортивно-педагогічні працівники, які мають постійний контакт з дітьми та підлітками і здатні визначити негативні сторони в поведінці, які не завжди можуть помітити батьки та спеціалісти відповідних служб.

Мета орієнтовної програми: формування знань і мотивації щодо дотримання компонентів ЗСЖ в процесі занять фізичною культурою й спортом.

Завдання орієнтовної програми:

- сприяти усвідомленню актуальних проблем при дотриманні ЗСЖ серед дітей, що займаються руховою активністю;
- формувати в дітях навичок ведення ЗСЖ;
- навчити основам ЗСЖ дітей та підлітків, що займаються руховою активністю;
- навчити дітей та підлітків методикам збереження та покращення здоров'я.

Орієнтовна програма спрямована на дітей та підлітків, які займаються фізичним вихованням в ЗЗСО та містить, як теоретичні аспекти формування ЗСЖ, так і формування практичних навиків з дотримання належного стилю життя з використанням фізкультурно-спортивних технологій. Побудовано систему навчання, програма якої реалізується у вигляді засвоєння теоретичного та самостійного матеріалу при супроводі вчителя, тренера або інструктора-методиста. Такий підхід дозволяє орієнтувати тих, хто займається фізичним вихованням, на максимальне використання здобутих знань, умінь і навичок в організації ЗСЖ [7]. Використання методів та прийомів залежить від професійних здібностей вчителя фізичної культури, його компетентності та особистої зацікавленості, від регіональних та місцевих умов.

Для визначення мотивів респондентам був запропонований перелік варіантів відповідей. Таких, як: для зміцнення здоров'я, бажання стати сильним, спілкування з друзями, бажання стати «чемпіоном», позбутися надлишкової ваги тіла, мати гарну будову тіла, відпочити від розумової праці, витратити надлишок енергії, оволодіти новими видами спорту, оволодіти різними фізичними вправами, розкрити резерви організму та виховання рис характеру. Допускалось обирати стільки мотивів, скільки респондент вважав за потрібне.

Основними мотивами школярів контрольної та експериментальної груп (КГ та ЕГ) виявились наступні: для зміцнення здоров'я (КГ – 56,6%, ЕГ – 82,1%), бажання стати сильним (КГ – 40,0%, ЕГ – 50,0%), спілкування з друзями (КГ – 33,3%, ЕГ – 53,5%) і бажання стати «чемпіоном» (КГ – 26,6%, ЕГ – 35,7%). Найнижчу позицію займають мотиви – відпочити від розумової праці та оволодіти різними фізичними вправами (табл. 1).

Таблиця 1

Перелік мотивів до занять фізичною культурою серед учнів КГ та ЕГ після формуючого експерименту, %

№	Мотиви	Загалом	
		КГ (n=30)	ЕГ (n=30)
1	для зміцнення здоров'я	56,6	82,1
2	бажання стати сильним	40,0	50,0
3	спілкування з друзями	33,3	53,5
4	бажання стати «чемпіоном»	26,6	35,7
5	позбутися надлишкової ваги тіла	13,3	14,2
6	мати гарну будову тіла	10,0	17,8
7	відпочити від розумової праці	3,3	14,2
8	витратити надлишок енергії	13,3	21,4
9	оволодіти новими видами спорту	13,3	28,5
10	оволодіти різними фізичними вправами	3,3	25,0
11	розкрити резерви організму	3,3	17,8
12	виховання рис характеру	10,0	17,8

Висновки. Отже, перелік мотивів до занять фізичною культурою серед учнів досить різноманітний. Виховання позитивної мотивації до занять фізичною культурою – одне з обов'язкових завдань ЗЗСО.

Література:

1. Антоненць В., Козак Е. Педагогічні умови формування спортивної мотивації на початковому етапі багаторічної підготовки спортсменів гирьового спорту. *Зб. наук. пр. нац. ак-мії держ. прикорд служби України. Серія: Пед. науки*. 2016. № 2(4). С. 23–37.
2. Грецький О. В. Формування мотивації до спортивної діяльності на початковому етапі підготовки: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих-ння та спорту: 24.00.01. Львів, 2019. 22 с.
3. Грищенко Т. П., Окопний А. М., Семеряк З. С., Палатний А. Л. Перспективи наукового обґрунтування формування мотивації спортсменів до занять фехтуванням на етапі початкової підготовки. *Наук. часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2019. № 3 (111). С. 44–48.
4. Круцевич Т. Ю., Нападій А. П., Трачук С. В. Періодизація фізичної підготовки школярів в умовах навчального процесу. *Спортивний вісник Придністров'я*. 2014. № 1. С. 60–67.
5. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Структура моделі ціннісних орієнтирів індивідуальної фізичної культури школярів різних вікових груп. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2018. № 5(67). С. 5–10. <https://doi.org/10.15391/snsv.2018-5.001>.
6. Круцевич Т., Марченко О. Моделі ціннісних орієнтацій у поведінкових характеристиках особистості школярів різних вікових груп. *Спортивний вісник Придністров'я*. 2018. № 2. С. 57–64.
7. Про затвердження Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/993-2008-%D0%BF#Text>.
8. Пруднікова М. С. Мотивація до занять спортом на початкових етапах тренування. *Основи побудови тренувального процесу в циклічних та екстремальних видах спорту*. 2019. № 3. С. 205–208.

References:

1. Antonets, V., & Kozak, E. (2016). Pedagogical conditions for the formation of sports motivation at the initial stage of long-term training of athletes in kettlebell sports. *Zb. nauk. pr. nats. ak-mii derzh. prykord sluzhby Ukrainy. Serii: Ped. nauky – Collection of scientific works of the National Academy of the State Border Service of Ukraine. Series: Pedagogical sciences*, 2(4), 23–37 [in Ukrainian].
2. Gretskey, O.V. (2019). Formuvannya motyvatsii do sportyvnoi diialnosti na pochatkovomu etapi pidhotovky [Formation of motivation for sports activities at the initial stage of training]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Lviv [in Ukrainian].
3. Hryshchenko, T.P., Okopny, A.M., Semeryak, Z.S., & Palatny, A.L. (2019). Perspektyvy naukovoho obgruntuvannya formuvannya motyvatsii sportsmeniv do zaniat fekhuvanniam na etapi pochatkovoї pidhotovky [Perspectives of scientific substantiation of the formation of motivation of sportsmen for fencing classes at the stage of initial training]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Serii 15 “Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)” – Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Drahomanov. Series 15: Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*, 3 (111), 44–48 [in Ukrainian].
4. Krutsevich, T.Yu., Napadii, A.P., & Trachuk, S.V. (2014). Periodyzatsiia fizychnoi pidhotovky shkoliariv v umovakh navchalnoho protsesu [Periodization of physical training of schoolchildren in the conditions of the educational process]. *Sportyvnyi visnyk Prydnistrov'ia – Sports Bulletin of Transnistria*, 1, 60–67 [in Ukrainian].
5. Krutsevich, T.Yu., & Marchenko, O.Yu. (2018). Struktura modeli tsinnisnykh oriientyriiv indyvidualnoi fizychnoi kultury shkoliariv riznykh vikovykh hrup [The structure of the model of value orientations of individual physical culture of schoolchildren of different age groups]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk – Slobozhan scientific and sports bulletin*, 5(67), 5–10. <https://doi.org/10.15391/snsv.2018-5.001> [in Ukrainian].
6. Krutsevich, T., & Marchenko, O. (2018). Modeli tsinnisnykh oriientatsii u povedinkovykh kharakterystykyakh osobystosti shkoliariv riznykh vikovykh hrup [Models of value orientations in

the behavioral characteristics of the personality of schoolchildren of different age groups]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprov'ia* – Sports Bulletin of the Dnieper Region, 2, 57–64 [in Ukrainian].

7. Pro zatverdzhennia Polozhennia pro dytiacho-iunatsku sportyvnu shkolu [On the approval of the Regulation on the children's and youth sports school]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/993-2008-%D0%BF#Text> [in Ukrainian].

8. Prudnikova, M.S. (2019). *Motyvatsiia do zaniat sportom na pochatkovykh etapakh trenuvannia* [Motivation to do sports at the initial stages of training]. *Osnovy pobudovy trenovalnoho protsesu v tsyklichnykh ta ekstremalnykh vydakh sportu* – Basics of building a training process in cycle and extreme sports, 3, 205–208 [in Ukrainian].

Bakiko Ihor, Dmytruk Vitaliy, Hnitetskyi Leonid, Borovska Nadiya

FORMATION OF MOTIVATION TO ENGAGE IN PHYSICAL CULTURE AMONG PUPILS OF GENERAL SECONDARY EDUCATION INSTITUTIONS

The urgency of the problem. In today's conditions, there are problems of reducing the motor activity of teenagers, the level of physical fitness, excessive fascination with gadgets and communication in social networks, lack of interest in physical education and sports. In this regard, promotion of a healthy lifestyle, formation of motivation to perform physical exercises, involvement in sports training are relevant among students of general secondary education institutions.

The purpose and task of the research is to study the motivation of schoolchildren to attend physical education lessons and sports sections.

Research methods: analysis of literary sources and the Internet, survey, generalization, systematization, methods of mathematical statistics.

Research results. The following were the main motives of schoolchildren in the control and experimental groups (CG and EG): to improve health (CG – 56.6%, EG – 82.1%), the desire to become strong (CG – 40.0%, EG – 50.0%), communication with friends (CG – 33.3%, EG – 53.5%) and the desire to become a "champion" (CG – 26.6%, EG – 35.7%). The lowest position is occupied by motives – to rest from mental work and to master various physical exercises.

Key words: motivation, schoolchildren, physical culture, sport, institution of general secondary education.