

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

**ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ
КУЛЬТУРОЮ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти бакалавр

Виконав: студент 4 курсу 14-411 групи

Спеціальності: 014 Середня освіта (Фізична культура)

Освітня програма «Середня освіта (Фізична культура)»

Мацків Максим Валерійович

Керівник канд. пед. наук, доцент
Городинська І.В.

Рецензент канд. пед. наук,
доцент Шалар О.Г.

Херсон, 2020

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. Теоретичний аналіз впливу мотивів на заняття фізичною культурою	5
1.1. Поняття “мотивація” в сучасній психології фізичного виховання	5
1.2. Характеристика мотивів та їх різновиди.....	16
РОЗДІЛ 2. Організація та методи дослідження	22
2.1. Організація і контингент дослідження.....	22
2.2. Методи дослідження.....	23
РОЗДІЛ 3. Результати дослідження та їх обговорення	25
3.1.Результати вивчення мотивів учнів середнього шкільного віку до занять фізичною культурою.....	25
3.2.Шляхи формування мотивації учнів середнього шкільного віку	31
ВИСНОВКИ	35
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	37
Додаток А.....	42

ВСТУП

Актуальність Однією з найбільш найактуальніших проблем освіти є формування мотиваційних стимулів до навчальної діяльності. Данна проблема розглядається у сучасній психолого-педагогічній літературі багатьма науковцями (О.М. Леонт'єв, Л.І. Божович та ін.) Дослідниками розглянута проблема, що стосується підвищення учнів інтересу до навчання, тобто спрямована на формування мотиваційної діяльності.

Аналіз літературних джерел засвідчив, що на сьогодні стан здоров'я учнів, залежить від належної рухової активності, готовності до самостійного фізичного вдосконалення. Ця проблема вирішується через формування позитивного ставлення до фізкультурно-оздоровчої діяльності, проведення активного дозвілля тощо [2].

Проблема формування в учнів мотивації до навчальної діяльності в сучасних дослідженнях не розглядається окремо, також вирішуються питання формування в учнів потреби до систематичних занять фізичною культурою самостійно, на основі створення уявлень про здоровий спосіб життя. Набуття цих знань сприятиме зміні відношення учнів до фізичної культури, викликає інтерес до занять фізичною культурою, спонукає їх до активності у фізкультурно-оздоровчій діяльності.

Тому, актуальності набуває саме питання вивчення мотивів та інтересів до занять фізичною культурою. Теоретична і практична значущість, недостатня вивченість проблеми, зумовили вибір теми кваліфікаційної роботи: «Особливості мотивації до занять фізичною культурою учнів середнього шкільного віку».

Мета дослідження – на основі теоретичного аналізу та існуючої практики визначити мотиви та інтереси до занять фізичною культурою.

Відповідно до об'єкта, предмета та мети дослідження нами були

сформульовані наступні завдання :

1. На основі аналізу літературних джерел охарактеризувати зміст мотивів та їх різновиди.
2. Вивчити мотиви та інтереси учнів 5-9 класів до занять фізичною культурою.
3. Визначити шляхи формування мотивації учнів середнього шкільного віку.

Об'єкт дослідження – фізичне виховання учнів.

Предмет дослідження – мотиви та інтереси до занять фізичною культурою.

Для вирішення поставлених завдань ми використали такі **методи дослідження**: аналіз спеціальної та науково-методичної літератури; соціологічні методи (анкетування); методи математичної статистики.

Практичне значення дипломної роботи полягає у визначенні психологічних чинників, які мають вплив на розвиток мотивації учнів. Узагальнені висновки кваліфікаційної роботи можуть бути використані при діагностиці та корекції мотиваційної структури учнів.

Публікації. Результати кваліфікаційної роботи відображені у збірці матеріалів I туру IVX Всеукраїнської науково-практичної студентської конференції «Дидактико-методичні аспекти фізичної культури» (Херсон, 17 грудня 2019).

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних літературних джерел та додатку. Матеріали роботи викладені на 43 сторінках комп'ютерного набору, містить 1 таблицю, 1 рисунок. У кваліфікаційній роботі використано 36 літературних джерел.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВПЛИВУ МОТИВІВ НА ЗАНЯТТЯ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

1.1. Поняття “мотивація” в сучасній психології фізичного виховання

У психологічному словнику зазначено, що термін мотив означає діяти, підштовхувати, штовхати: спонукати до окремої діяльності, яка пов’язана з задоволеннями певних потреб суб’єкта; 2) Об’єктивно-спрямована діяльність, якоїсь певної сили; свідомою причиною, що лежить у змісті вибору певної дії або вчинків особистості [14].

Відомий американський вчений Роберт Френкін вказав на основні орієнтири розвитку сучасних мотиваційних теорій. Базуються вони на конкретних теоретичних засадах: теорії інстинктів; теорії потреб; теорії навчання; теорії мотивації особистісного зростання; гуманізації теорії; когнітивні теорії. Виходячи з цих положень, вчений більш зосередив увагу на мотивації досягнення і мотивації уникнення [15].

За теоретичним аналізом мотивація розглядається в наступних напрямках, а саме: поведінка як спроба адаптації; значущість визначення факторів, що активізують поведінку людини; необхідність розуміння явищ, від яких залежить спрямованість поведінки; необхідність врахування індивідуальних відмінностей; важливість наполегливості до діяльності; важливість розуміння ролі почуттів; питання саморегуляції поведінки; обмеженість сили волі, притаманної людям.

Під терміном «*інтерес*» визначають певну форму прояву пізнавальної потреби яка забезпечує спрямованість особистості на звідомлення мети діяльності.

Імпульс, вплив якого залежить від психіки, поглядів, почуттів, настрою, інтересів людини, та називаються *стимулом*.

Багато науковців, вивчаючи проблему мотивації до діяльності, багато уваги приділяють ситуативним факторам. Мотивація знаходить в собі цільну систему, яка визначає чіткі форми діяльності та поведінки людини, також мотиви, котрі притаманні у всіх видах діяльності, а найчастіше до системи дій, та до рухів. Так, науковець С.С. Занюк у мотиваційно-діяльнісному підході, розглянув два компоненти мотивації, це процесуальний та результативний [10].

Таким чином, мотивування виступає сукупністю усіх факторів які спонукають людину до активності у будь-якій діяльності, а саме особистісні та ситуативні компоненти. Проблема з'ясування прогресу мотивів у фізкультурно-оздоровчій діяльності, є однією з пріоритетних напрямів у науці. Для вирішення деяких питань з цієї теми, залучені дослідження великої кількості зарубіжних і вітчизняних вчених, а саме Є.П. Ільїна, В.Гашека, А.В. Родіонова та багато інших. Спираючись на базу вирішення цих питань, науковці виробляють нові практичні рекомендації для формування більш дієвих мотивів до занять фізичною культурою та спортом [12,13,15].

Найважливішою умовою результативності у фізичному вихованні для школярів є саме їх безпосереднє відношення до занять фізичною культурою. Відповідно до цих ознак, усі учні розподіляються на 5 основних груп, де є учні з активним позитивним ставленням, учні у пасивному але доброму стані, з байдужим ставленням, та учні, з пасивним та негативним ставленням.

Виходячи з такого розподілу, найбільшого успіху досягають учні з позитивним та більше того активним відношенням до предмету фізичної культури. Засвоєння учнями важливості занять фізичними вправами, закладено в мотиваційному опануванні предмета, що веде до зміцнення здоров'я, для свого власного фізичного вдосконалення та активному участі у повсякденному житті. Найголовнішими для

активності на уроці школярів, є формування потреб до занять фізичними вправами, це стимулювання та мотивування.

Мотивація представляє собою сукупність фактів, доказів та аргументів, які переконують учня у необхідності фізичних вправ, які вивчаються. В цьому випадку навчальна мета з'єднується з мотивом навчання, його навчальних дій та надалі вони переходять в усвідомлену навчальну діяльність.

До мотивації висувають деякі окремі вимоги серед яких: наочність, лаконічність, доказовість, орієнтованість на рівень розвитку школярів, врахування інтересів та статевої особливості кожного учня та наявність особистісного та корисно громадської суті.

Тож мотивація покликана до усвідомлення учнів, але також дуже важливим є завдання мотивації, які мають прояв у позитивному емоційному стані до навчання у школярів. Дуже яскраво майстерність вчителя проявляється у його здібностях виховувати у своїх учнях сталий поглиблений інтерес до вивчення нового матеріалу.

Саме інтерес є найсильнішим мотивом навчальної діяльності, оскільки саме він підштовхує дитину до дії, він спрямовує учня та скеровує його психічні процеси сприйняття, пам'яті, мислення та волі. Мотивація буде ефективною тільки тоді, коли вона буде поєднана разом із стимулюванням. Стимулювання до навчання або якоїсь діяльності спрямовується на підвищення навчальної рухомості учнів за допомогою зовнішніх збудників якими і виявляються стимули. Саме стимул передбачає особисто значимі для кожного учня заохочення, за формулою: “якщо досягнеш результатів, будеш ви нагороджений” [7].

У школярів середнього шкільного віку є так звані першочергові мотиви, які і спонукають їх до занять, а особливо до участі у позаурочних заходах, дуже часто, вони не мають на собі спеціальної значимості. Такі мотиви є особистими, побутовими причинами, дуже

важливо до такого мотиву треба підходити, треба дотримуватись певних умов в організації навчальної діяльності до уроків і враховувати вік учнів, для цього важливо:

- встановити конкретні завдання до навчальної діяльності, щоб учень спроможі їх виконати;
- кожен учень має бути забезпечений розумінням сенсу та значенню того, що він вивчає;
- кожні поставлені завдання мають відповідати потребам учня;
- учні мають отримати необхідну їм навчальну діяльність;
- кожен учень має відповісти на питання «Яке питання ти ставиш перед собою?»;
- підготовленість учня, що перевіряється саме перед засвоєнням нового матеріалу;
- в учнів повинно бути позитивне ставлення до предмету та до колективу класу;
- на уроці потрібно створювати ситуації, котрі, у подальшому допомагали застосовувати одержанні знання на практиці.

Існують загальні мотиви та конкретні мотиви до занять фізичною культурою, наприклад, бажання учнів займатися спортом або фізкультурою відносяться до загальних мотивів. Бажання виконувати конкретні фізичні вправи або бажання займатись окремим видом спорту, відносяться до конкретних мотивів. З процесом діяльності завжди пов'язані мотиви задоволення потреби, наприклад, у руховій активності, яка викликана отриманням гострих вражень від суперництва, отримання азарту, або радості від перемоги [13].

Якщо мотиви будуть пов'язані із результатом самої діяльності, викликані задоволенням власних потреб або потреб у самовдосконаленні або самовираженні і ствердженні у соціальних її потребах. На формування мотивації вплив мають і зовнішні і внутрішні

фактори. До зовнішніх можна віднести умови або ситуації, в яких опиняється дитина, до внутрішніх відноситься потяги і бажання, інтереси і переконання, які в свою чергу виражають потреби, що пов'язані з особистістю школяра.

Основним компонентом в організації навчання школярів є мотиваційна сфера, вона покликана викликати інтерес до занять у учня його активність та усвідомлене ставлення його до процесу навчання, тож дуже важливо сформувати у школяра необхідність розвитку до навчальної діяльності та підвищити ефективність педагогічних впливів, ті мотиви, що відрізняються високою сходинкою інтересу до занять і переконаність у важливості і правильності цих умінь та знань, при цьому необхідно зробити спеціальні зовнішні умови для діяльності школяра.

Як відзначив один відомий вчений І.Г. Келішев «в початкових класах інтерес до занять фізичною культурою у школярів, як правило є недиференційованим, їм подобається усе, чим старшими вони стають, тим вже частіше починає проявлятися інтерес до якогось конкретного розділу навчальної програми. Та поступово потім інтереси школярів починають вступати у суперечність із навчальною програмою, згідно з якою вони повинні займатися тим, що їм зовсім не до вподоби, це є однією з причин байдужості багатьох середніх та особливо старших класів до занять фізичною культурою у школі»[16, с 56].

За літературними даними деяких вчених тільки половина учнів старших класів, серед яких хлопці, мають позитивне ставлення до занять з фізичної культури, де лише 40% дівчат мають також позитивне ставлення до уроків, негативні причини ставлення до занять вони виокремлюють не цікавий зміст та не цікаве проведення занять, або недостатня фізична підготовка та втрата своєї впевненості.

Цілеспрямоване заняття фізичною культурою спостерігається

лише у 40% учнів, тільки вони займаються бажаючи отримати добрий фізичний розвиток рухомих якостей, а дівчата покращивши свій естетичний вигляд, свою фігуру або ходу та ін. Недостатній досить інтерес саме дівчат до занять фізичною культурою обумовлюється тим, що вимоги хлопців, більш спрямовані на уроки фізичної культури ніж вимоги дівчат.

Це підтверджують і багато інших учених, які вивчали мотивацію у школі, відвідувавши заняття з фізичної культури у дівчат старших класів, де головними причинами виявилися, формування гарного тіла і ходи. Гарно рухатись і танцювати, такий мотив був притаманний 78% дівчат, покращити рівень рухової активності був властивий 60% дівчат, навчитися грати у різні спортивні ігри, наприклад волейбол, гандбол, теніс та закріпити своє здоров'я тільки 26% дівчат.

В фізкультурно-оздоровчій діяльності мотиви не є довгостроковими, виникають та розвиваються вони у сукупності появи проблем і інтересів людини, розвиток спортивної діяльності є дуже складним процесом у якому А.Ц. Пуні виділив три лінії спонукання людини до діяльності систематичної у спорті, він сказав: «перша лінія спонукання, звичайно пов'язана з потребою людини, особливо дитини постійно рухатись. Друга лінія спонукання пов'язана з усвідомленою потребою систематичних планових занять фізичною культурою. Перша і друга лінія розвитку мотивів характеризується дифузністю інтересів до спортивної діяльності. Третя ж лінія спонукання пов'язана з потребою в конкретному виді спорту..»[25,с 63].

Родіонов А.В. подає таку низку мотивів: перший є мотив самоствердження через отримання перемоги у змаганнях, другий мотив проявляється через спортивні результати, третій мотив через задоволення матеріальних потреб, четвертий мотив оправдання сподівань тренера його надій на спортсмена, п'ятий мотив проявляється

у прагненні спортсмена до боротьби, самоперевірка його в екстремальних умовах змагань, у очікуванні радості від перемоги на змаганнях, у досягненні найвищих спортивних результатів, які гарантують йому місце у збірній команді країни та можливість встановити світовий рекорд, отримання звання чемпіона, призера та ін., естетичні і моральні відчуття спортсмена. [26].

На думку Каретті Б.Дж. є такі спортивні мотиви, як прагнення спортсменом стресу та подолання його; другий- це прагнення до само досконалості; та третій – підвищення свого соціального статусу; четвертий- у потребі бути членом спортивної команди, групи, частиною колективу та отримання матеріальних заохочень. А на думку Е.П. Ільїна «..на початковому етапі спортивної діяльності особливостями мотивації можуть бути прагнення до само досконалості, устремління до самовираження, соціальні установки, задоволення духовних і матеріальних потреб»[13,с 37].

Інший вчений І.Г. Келішев виділив мотив внутрішньо групової симпатії, як початковий мотив занять спортом. Істотний є той, що багато з тих, хто приходить в ту чи іншу спортивну секцію, не може активізувати у своїй свідомості конкретний мотив вибору певного виду спорту, але ще гірше, що ці мотиви не знають [15].

За даними Н.П. Ільїної в більшості своїх випадків вважається, що дитина почала займатися спортом тому, що її запросив тренер. Але чому багато дітей полишають спортивні секції, залишається тренерами не відомим, до речі, протягом тільки першого року занять близько 80% дітей припиняють займатися спортом. Головними причинами відсіву дітей зі спорту у перший рік заняття вважається відсутність стійкого інтересу до обраного ними виду спорту та недоліки у вихованні дітей та їх мотивації навчання, протягом наступного року знаходяться наступні причини, такі, як невідповідність віку та спортивного розряду на

кваліфікаційних змаганнях або підготовка більш здібних учнів, участь у занадто великій кількості змагань, та вже на третьому році є складність або невміння поєднувати навчання у школі з тренуваннями у секціях, та на четвертому вже постає проблема відсутності бажання досягати нових результатів, або неможливість покращення результатів, коли спортсмен починає думати і переконуватися у тому, що для занять цим видом спорту у нього не вистачає здібностей.

Один вітчизняний учений. Ю.Ф. Курамшин сказав: « що мотиви які є причиною того, що частина дітей припиняє відвідувати спортивні секції, найрідше залишали за наявності таких мотивів, як бажання бути схожим на видатного спортсмена, уподобання цього виду спорту, інші мотиви приходи юних спортсменів у спорт були, запрошення у секцію тренером, бажання здобути звання майстра спорту, чемпіоном світу або бажання буди сильним та здоровим, не забезпечивши стійкість мотиву занять цим видом спорту»[16,с 32].

Інші чеські спортивні психологи В.Гашек, М.Ванею, Б.Свобода представили динаміку мотивації спортивної діяльності:

Де для першої стадії є характерним менші вимоги до видів спорту, безпосередність та емоційне забарвлення, значна плинність складу спортивних секцій і сильний вплив зовнішніх факторів, та неперебірливість спортивних інтересів.

Для другої стадії характерним є вже наявність окремих мотивів в спортивній діяльності, серед яких є мотиви самоствердження, та де мотив суперництва превалює на простим бажанням задоволеності у руховій активності.

У третій стадії переважають мотиви самоствердження та змагання, які пов'язані з бажанням отримати великий результат у спортивній діяльності, мотиваційна структура тут вже є спеціальна, зміцнена, та закріплена.

У четвертій стадії появляється утрата мотиваційної структури, яка пов'язана зі зниженням результатів, мотиваційні компоненти перелаштовуються, де мотиви змагання і досягнення результатів відходять на задній план, а на перед виступає мотив занять спортом за для самої діяльності.

Як відзначив В.Гошек: «розвиток мотиваційної структури занять спортом в окремих випадках є дуже індивідуальним, його період в різних особистостях можуть бути різними щодо виразності й тривалості диференціації»[6,с 46].

Якоюсь мірою все вище перераховане підтверджується відомостями і інших авторів також, які казали, що співвідношення між духовними потребами та матеріальними потребами з віком та зі спортивним стажем дуже істотно змінюються[19].

По завершенні спортивної кар'єри у школярів більше ніж на початку цієї спортивної кар'єри починають домінувати матеріальні потреби, для середнього шкільного віку вони є найбільш притаманними щодо інших потреб, але що пов'язано із переходом спортсмена у його самостійне життя, іншими словами з новим етапом подорослішення.

А.В.Шаболтас вивчила мотиви спортсменів віком від 10 до 17 років і визначила, що вікова періодизація мотивів проходили дві стадії, у першій було прийняття соціальних схвалюваних навколишнім оточенням цілей їх занять окремим видом спортивної діяльності. У другій формувалося ставлення до спорту через його особистий зміст, який схилив дану дитину до заняття спортом. Надалі автор вказала, що структуризація мотивів розпочинається після двох років занять в залежності від віку, у плаванні та гімнастиці цей процес починається у десятирічному віці, а серед інших видів спорту з тринадцяти років.

Трохи пізніше авторка виокремила етапність саме в розвитку мотивів, де спочатку спостерігаються мрії щодо високі досягнення,

згодом емоційне відношення до спортивної діяльності та задоволення від неї, потім визначила практичність та раціональність відношення до виконаної діяльності, фактор статі спортсмена має вплив на важливість та структурування мотивів. Для хлопців та дівчат існують різні значимі мотиви, так для дівчат домінуючими виявилися соціально-емоційні мотиви та мотиви емоційного задоволення, для хлопців виявилися значимими соціально-моральні мотиви та мотив самоствердження. Найнезначним як для дівчат так і для хлопців опинилися мотиви фізичного розвитку і мотив підготовки до подальшої трудової діяльності.

Інша авторка Ю.В. Всеволодова визначила, що на різних етапах у спортивної діяльності проявляється цілеспрямованість діяльності, щодо цілей авторка вказує на програмні цілі які були погоджені та спрямовані різної перспективи тимчасової, тобто який обсяг праці має бути виконаний та які спортивні результати повинні бути досягнуті до визначеного терміну. Опитування щодо психоаналізу спортсменів показало, що на початковому етапі мета тренувальної та змагальної діяльності цілковито заплановує тренер, при тому, що мета ставиться на короткий проміжок часу та у загальних рисах. Більшість спортсменів досить не чітко уявляють мету своєї діяльності, цілком та повністю довірившись тренеру[3].

Якщо на етапі вищих досягнень для планування мети може брати участь і сам спортсмен, він планує вже знайомі йому якісь тимчасові цілі, але нові все ще досить ставить для нього тренер, коли ж настає етап вже завершення спортивної кар'єри тренер майже повністю відмовляється від ставлення цілей для спортсмена. Майже усі спортсмени відмічали що усі поставлені цілі, які ставили для них тренера, самими спортсменами завжди виконувалися та і були спортсмени якими зовсім ці цілі не сприймалися, таким чином у цьому процесі утворення мети є ряд недоліків, що виявляється у

недосягненню високих спортивних результатів.

Є автори які зв'язують та порівнюють ставлення до занять спортом та самі спортивні досягнення з мотивом досягнення. Л.П.Дмитрієнко у своєму дослідженні написала: «..гімнастки, у яких високий рівень на досягнення успіху, мають добре усвідомлення мети і не прагнуть тільки досягати високих результатів і утвердитися у ролі лідера, але й наділені дуже добре розвиненими почуттями обов'язку, для спортсменок з низькою потребою на досягнення успіху, навпаки притаманна відсутність чітко поставлених цілей, та у зв'язку з цим у них переважає більш непрямі мотиви занять спортом, любов до свого види спорту, естетична задоволеність і ін. Роблячи висновок автор акцентує увагу на тому, що спортсмени з високою кваліфікацією мотив на досягнення успіху є найвираженішим ніж у спортсменів із середньою кваліфікацією»[7, с.24].

Існує класифікація спортивних мотивів та їх складових за:

- За терміном поставленої мети, далекі або віддаленого порядку; перспективна мета, як в олімпійському циклі; проміжна мета, наприклад у якомусь конкретному змаганні або сезоні, та робоча мета, на занятті або заданому завданні.
- Через методи підтримки на досягнення успіху, тобто розвиток спортивних амбіцій, розголошення успіхів у пресі або по радіо та телебаченню.
- Через види наявних заохочень: збори, поїздки, змагання, грамоти, звання, значки, призи, форма, харчування, матеріальна допомога.
- Через спільні заходи для розвитку традицій у команд: зустрічі після тренувань, контакти, вивчення та наспівування пісень, віршів, прийняття спільних рішень.

- Через засоби подолання емоційності тренувального заняття: ігри, музика, методична різноманітність, спаринги та партнерство.

- Через особливості які характерні для тренера: оптимізм, фанатизм, ентузіазм, вміння спілкуватися у побуті або складних умовах, надання позитивного взірцевого прикладу, віра у вихованців, вимогливе та поважне ставлення до спортсменів.

Психолог у своїй практичній роботі зі спортсменом має запропонувати їм оцінити запропоновані фактори з урахуванням значущості для спортсмена, або які найбільше йому до вподоби.

«Ю.Ю. Палайма виділив дві групи спортсменів, які відрізняються за домінуючими мотивами. Першу групу він умовно назвав «колективістами» у них переважають суспільні, моральні мотиви. Друга група «індивідуалісти» у них провідну роль відіграють мотиви самоствердження та самовираження особистості. Перші краще виступають у командних, а другі в особистих змаганнях»[19, с. 73].

Для того щоб з'ясувати мотиви до занять спортом радимо використати методику вивчення мотивів занять спортом, за В.І. Тропніковим, щоб з'ясувати ступень важливості різних обставин або причин, що спонукали та спонукають людину до занять спортом [28].

1.2. Характеристика мотивів та їх різновиди

Мотивація – це феномен, з яким достатньо часто мають справу спеціалісти, що мають справу з людьми (психологи, педагоги, юристи та ін.). Як усяке складне явище, що стосується психіки людини, мотивація має немов дві сторони. З однієї – прийнято розглядати її функцію, тобто те, яку роль вона відіграє у житті; з іншої – механізми її формування.

По першому питанню ми знаходимо повне спів падання поглядів усіх психологів, що займаються цією проблемою (О.Козленко, Е.Льїн)

[13, 11]. Вони однієї думки стосовно твердження, що мотивація – це психічне явище, яке спрямовує дії, діяльність та вчинки людей.

Свідомі дії завжди спрямовуються до певної мети, та мають усвідомлення людини, мотив же може виступати як причина установки тієї чи іншої мети. Тож мотиви та мета не схожі між собою, хоч інколи сходяться, мотиви можуть характеризуватися як комплекс зовнішніх чи внутрішніх факторів, які визивають активність людини і спрямовують її; об'єкт або предмет який схиляє і визначає вибір спрямованості діяльності; свідома причина, що покладена в основу вибору дій людини. Мотивацією називають комплекс мотивів, яка визначає певні конкретизовані форми діяльності або поведінки людини, яка в свою чергу характеризується не одним мотивом, а багатьма, одні виконують провідну роль, а другі підпорядковуються їм. Це означає, що будучи відносно сталими у кожної людини, система мотивів може мінятися в залежності від змін, які відбуваються у внутрішній будові особистості, а також у зовнішніх умовах її життєдіяльності[12].

Також ми виявили фактори проявів мотивів, вони поділяються на:

1. Потребу, як основу активності;
2. Причини які зумовлюють вибір діяльності в залежності від немічності особистості;
3. Суб'єктивні переживання, тобто емоції, як форма поведінки та діяльності. Адже саме у емоціях оцінюється зміст та результат діяльності.

Емоції змінюють загальну спрямованість , включають допоміжні компоненти спонукання , а ті тим самим посилюють вихідні. Спираючись на врахування виділених умов, мотивація забезпечує направленість та регуляцію активності людини.

У діяльності усі мотиви є результатом віддзеркалення людиною умов свого існування та сприйняття потреб, через те. Як людина

прийме потребу, мотив досягнення потрібних умов і результатів діяльності накопичує форму внутрішніх мотивів людини, тобто відображає внутрішню мотивацію. Зовнішня мотивація відображається, як зовнішні схилення працівника до якоїсь форми трудової поведінки через використання різних стимулів. Тому ефективність зовнішніх впливів забезпечується лише за умов, коли вона стає мотивом, суб'єктивно значимими для людини, та відповідає його потребам і інтересам[13].

У психології виділяють групи мотивів[10]:

1. Ситуативні мотиви, зумовлені чіткою обставиною у якій знаходиться людина.
2. Мотиви цілей, зв'язані із діяльністю, що показує предмет потреб та, як кінець напрямом стремління особистості.
3. Мотив вибору способу та засобів на досягнення поставленої цілі, та залежить від ступеня підготовки, відображення іншого бачення дій , виконуючи при цьому поставлені задачі.

Існують мотиви за ступенем суспільної значимості:

1. Мотив групового плану, який пов'язаний із життям людини в умовах колективу, членом якого вона являється.
2. Мотиви соціального плану, та відносяться до суспільства в цілому: релігійні, ідеологічні, професійні та ін.
3. Індивідуальні та особистісні за характером мотиви.

Розрізняють мотиви в залежності від структури[17]:

- 1) Первинні мотив. Або їх ще називають абстрактні, де наявна абстрактна мета.
- 2) Вторинні, у яких наявна конкретна мета.

Виділяють також мотиви за критерієм стійкості, а саме[19]:

1. Мотиви загальної стійкості (прагнення до успіху, уникнення неприємностей і не важливо в якій саме ситуації присутня невдача або успіх, адже вони виступають як абстрактна мета.

2. Узагальнені нестійкі мотиви, їм притаманна тимчасова перспектива якщо наявна тимчасова та конкретна мета.

3. Конкретні та стійкі мотиви, їм притаманний упорядкований відтворюваною активністю, наприклад коли виготовляють деталі при занятті наукою.

В залежності від ставлення людини до діяльності, мотиви бувають[19]:

1) Зовнішні мотиви, де мотиви які спонукають до діяльності не пов'язані із нею.

Зовнішні в свою чергу розподіляються на: а) громадські (мотиви обов'язків та боргу перед рідними, батьківщиною, альтруїстичні); б) особистісні (мотиви самоствердження, оцінки, успіху, добробуту)

2) Внутрішні мотиви, які пов'язані з самою діяльністю. Вони розподіляються на: а) процесуальні (зацікавленість процесом діяльності); б) мотиви саморозвитку (зادля розвитку своїх певних здібностей); в)результативні мотиви (пізнавальний мотив, зацікавленість результатом діяльності).

Також мотиви бувають усвідомленими чи неусвідомленими, головна роль у поведінковий мотивації належить усвідомленим мотивам, а саме[16]:

•***Переконання*** представляють собою стійкі мотиви, які спонукають людину вести себе відповідно зі своїми переконаннями та мотивами.

•***Прагнення*** переживання людиною почуттів які допомагають людині досягнути мети, викликаючи тим самим почуття задоволення або навпаки, та допомагає долати людині різні труднощі.

•**Ідеал** представляю форму спрямування представлену у конкретному образі у якому людина вбачає ідеал на який хоче бути схожою.

•**бажання** представляється вищою формою спрямованості де людина усвідомлює те до чого він прагне.

•**інтерес** найвища усвідомлена спрямованість людини до прагнення на пізнання.

•**схильність** відображає бажання до якоїсь діяльності. На її основі формуються ідеали.

•**установка** проявляється у внутрішньому інтересі на той чи інший об'єкт ситуації, спонукає людину діяти та надходити неосмислено або неупереджено, не критично на основі цього навіювати та наслідувати.

На нашу думку усі психологічні проблеми мають свої вирішення, насправді людина не завжди розуміє свої істинні мотиви, вони їй здаються зовсім не такими якими вони є насправді, тому треба відмовитися від навіювання усвідомлення своїх думок, вчинків та поведінки.

Насправді саме теорія мотивації щодо досягнення успіху або навпаки уникнення невдач у різноманітних видах діяльності людини не носить на собі лінійний характер, це яскраво проявляється у якості роботи. Саме якісна робота є найкращою мотивацією та. Як правило погіршується при низькій або надто високій за рівнем мотивації. Усі явища які притаманні мотивації та які багато разів повторюються, з часом перетворюються у риси особистості самої людини. До таких рис по-перше можна віднести мотив досягнення людиною успіху у різних видах діяльності або у спілкуванні з іншими людьми і мотив уникнення невдач у життєвих ситуаціях, що може бути зв'язаним із оцінкою другими людьми результатів її діяльності. Також певний вид контролю

у якому характеризується зосередженістю причин, виходячи з яких людина може пояснити причини своєї поведінки і стає відповідальною за свої дії; самооцінка людини, що показує оцінку особистості до самої себе до своїх якостей, можливостей, достоїнств або недоліків, пошук свого місця серед інших людей.

Висновки до першого розділу.

По першому питанню ми знаходимо повне спів падання поглядів усіх психологів, що займаються цією проблемою (О.Козленко, Е.Льїн) [13, 11]. Вони однієї думки стосовно твердження, що мотивація – це психічне явище, яке спрямовує дії, діяльність та вчинки людей.

Якщо вимоги є джерелом активності, то мотиви надають цій активності певний напрямок і утримують людину в межах одного шляху, мотиви дозволяють зрозуміти чому ставиться та чи інша мета, та розвивається непереможне прагнення на його досягнення.

Для з'ясування мотивації дітей середнього шкільного віку до уроків фізичної культури і визначення шляхів її формування необхідно дослідити, що спонукає і чим керуються діти у своїх вчинках, бажаннях в умовах навчальної діяльності. Формування повноцінної мотивації до занять фізичними вправами вправами – це один з шляхів збільшення ефективності системи фізкультурної освіти, та формування здорового способу життя школярів.

За даними спеціальної літератури ведеться подальший пошук оптимальних підходів до організації рухової активності школярів, яка має реалізовуватись як в рамках уроків фізичної культури, так і в позакласних та позашкільних формах організації процесу фізичного виховання.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Організація і контингент дослідження

Кваліфікаційна робота здійснювалась у три етапи упродовж з вересня 2019 року по березень 2020 року. Кожен етап вирішував певні завдання дослідної роботи.

На першому етапі (вересень – грудень 2019 року) відбувалось теоретичне осмислення проблеми, аналіз науково-методичної та спеціальної літератури з теми дослідження, що дозволило оцінити сучасний стан досліджуваної проблеми та встановити методику її вивчення.

На другому етапі (січень 2020 року) проводилась експериментально-дослідна робота з метою виявлення інтересів та мотивів до занять фізичною культурою. На цьому етапі розроблено анкету щодо визначення інтересів і мотивів до занять фізичною культурою та проведення анкетування серед учнів 5-9 класів.

Третій етап (лютий – березень 2020 року) присвячено аналізу отриманих у ході анкетування учнів даних, визначенню шляхів формування мотивації учнів середнього шкільного віку. На цьому етапі узагальнювались висновки дослідження, здійснювалось загальне оформлення кваліфікаційної роботи.

Контингент дослідження. Експериментальна робота проводилась на базі Томинобалківської ЗОШ I- III ступенів Херсонської області. У експерименті взяли участь учні 6-8 -х класів. В анкетному опитуванні прийняли участь 36 учнів з 6-8 класів (14 учнів – 6 класу; 10 учнів – 7 класу; 12 учнів – 8 класу) Томинобалківської ЗОШ I- III ступенів Херсонської області.

На кожному етапі використовувались методи дослідження.

2.2. Методи дослідження

Для досягнення поставленої мети і розв'язання завдань кваліфікаційної роботи нами були використані такі методи дослідження:

- аналіз та узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури;
- соціологічні методи;
- методи математичної статистики.

Аналіз та узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури.

В ході виконання дослідження було здійснено системний аналіз даних науково-методичної та спеціальної літератури, їх аналіз здійснювалися на всіх етапах дослідження. У зв'язку з цим, під час виконання кваліфікаційної роботи було опрацьовано 36 наукових літературних джерел з проблем мотивації до занять з фізичної культури. Аналіз сучасної психолого-педагогічної літератури дав змогу визначити сутність інтересу, за визначенням багатьох науковців. Це дозволило стверджувати, що формування інтересу до занять на уроках фізичної культури виражає мотив навчальної діяльності учня.

Соціологічні методи. Соціологічні методи дослідження були спрямовані: на визначення інтересів і мотивів, які спонукають учнів загальноосвітнього закладу до занять фізичною культурою.

На основі цього, було розроблено анкету для учнів 5-9 класів, яка містила питання за переліком типових мотивів, які спонукали б учнів до занять фізичною культурою, а саме такі як: покращення стану здоров'я підлітків, їх бажання виконувати фізичні вправи, задоволення учнями потреб у русі, прагнення школярів показати свої рухові здібності, покращання статури, збільшення фізичної підготовленості,

отримання гарної оцінки, щоб не відставати від однолітків, покращення самопочуття, спілкування з однолітками, знизити вагу.

Методи математичної статистики. В ході виконання кваліфікаційної роботи були отримані кількісні результати дослідження та проаналізовані за допомогою загальноприйнятих методів варіаційної статистики: розрахунок відсоткового значення.

РОЗДІЛ 3

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

3.1. Результати вивчення мотивів учнів середнього шкільного віку до занять фізичною культурою.

З метою визначення позитивного ставлення учнів середнього шкільного віку до занять фізичною культурою й визначення шляхів щодо формування певних мотивів, потрібно визначити, що спонукає дітей у своїх вчинках, їх бажаннях в умовах навчальної діяльності. Найчастіше мотиваційна сфера завжди складається з ряду спонукань: ціннісних орієнтацій, потреб, мотивів, цілей, інтересів тощо. Усі ці спонукання виконують різну роль у формуванні мотивації і на різних етапах вікового розвитку здобувають більшого або меншого значення, тому їх знання допоможе вчителю і батькам впливати на певні аспекти інтересу школярів до занять фізичними вправами.

На даному етапі процес фізичного виховання з дітьми середнього шкільного віку спирається на реалізацію нових підходів, щодо організації та проведення уроків фізичної культури в школі. Головне завдання полягає в тому, щоб зробити активну рухову діяльність більш осмисленою, цілеспрямованою, яка відповідає індивідуальним особливостям кожного, з тих, хто займається. Формування повноцінної мотивації до занять фізичними вправами – це один з шляхів збільшення ефективності системи фізкультурної освіти, та формування здорового способу життя школярів.

За даними спеціальної літератури ведеться подальший пошук оптимальних підходів до організації рухової активності школярів, яка має реалізовуватись як в рамках уроків фізичної культури, так і в позакласних та позашкільних формах організації процесу фізичного виховання.

З метою визначення відношення учнів 6-8 класів до занять фізичною культурою здійснено анкетування. Результати анкетування представлені в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Відношення учнів 6-8 класів до уроків з фізичної культури

Питання	Контингент 6 клас n=14	7 клас n=10	8 клас n=12
1. Чи подобається Вам урок з фізичної культури?			
Так	71,5	60	58,3
Ні	21,5	20	25
Не можу відповісти	7	20	16,7
2. З яких причин Ви відвідуєте урок з фізичної культури?			
Цікаво займатися фізичними вправами	50	40	33,4
Для отримання позитивної оцінки	21,4	40	25
Для зміцнення здоров'я	14,2	20	25
Для покращання фізичних якостей	7,1	-	16,6
Інші причини	7,1	-	-
3. Чи хотіли б Ви займатися на уроках з фізичної культури:			
- гімнастикою	21,4	20	25
- легкою атлетикою	21,4	30	16,7
- кросовою підготовкою	-	10	-
- туризмом	42,8	20	33,3
- футболом	50	40	58,3
- баскетболом	21,4	40	50
- волейболом	21,4	20	50
- фітнесом	7,1	10	33,3
- інші види	7,1	10	-

Продовження таблиці 3.1

Відношення учнів 6-8 класів до уроків з фізичної культури

Питання	Контингент	6 клас n=14	7 клас n=10	8 клас n=12
4. Чи займаєтеся Ви у спортивних секціях?				
Так		50	30	41,7
Ні		36,7	40	58,3
Не систематично		14,3	10	-
5. Чи виконуєте Ви домашні завдання з ФК?				
Так, завжди		14,3	20	25
Так, епізодично		71,4	50	58,3
Ні, не виконую		14,3	30	16,7
6. Як впливає на Вашу зацікавленість уроками з фізичної культури особистість вчителя ?				
Дуже впливає		50	60	41,7
Впливає, але це не найважливіше для мене		42,9	20	41,7
Не впливає		7,1	20	16,7
7. Як ставляться Ваші батьки до уроків фізичної культури?				
Позитивно		64,3	70	75

У ході проведення анкетування було з'ясовано, що 71,5 % учнів 6 класу, 60 % - 7 класу, 58,3 % - 8 класу відповідно подобається урок фізичної культури, при цьому слід відмітити, що цей показник зменшується з віковим періодом, тобто в учнів 6 класу цей показник вище, чим в учнів 7 і 8 класів.

Щодо причин, що спонукають учнів до відвідування уроків з фізичної культури переважною причиною є позитивне відношення до

занять фізичними вправами, на що вказують результати анкетування (50% - учнів 6 класів, 40 % - учнів 7 класу; 33,4 % - учнів 8 класу).

За даними анкетування учнів, яких приваблює урок з фізичної культури, їм цікаво займатись фізичними вправами, відвідують спортивні секції у позанавчальний час (50 % - учнів 6 класу; 30 % - учнів 7 класу; 41,7 % - учнів 8 класу).

Мотив отримання позитивної оцінки також впливає на активність учнів на уроці, про що свідчать результати анкетування, а саме: 21,4 % опитуваних учнів 6 класу, 40 % - 7 класу, 33,4 % - 8 класу. Мотив покращення здоров'я виявився пріоритетним тільки в 14,2 % учнів 6 класу; 20 % - 7 класу; 25 % - 8 класу. За даними анкетування, можна зазначити, що учні всіх класів не усвідомлюють значення занять фізичними вправами у зміцненні здоров'я і для ц

У ході проведеного дослідження визначено відношення учнів середніх класів до різних варіативних модулів навчальної програми з фізичної культури (питання № 3). У ході анкетування було запропоновано учням середнього шкільного віку, визначити розділи навчальної програми, які, на їх думку, більш цікаві і спонукають до активної навчальної діяльності на уроці.

Розділи програми, що приваблюють учнів 6-8 класів до занять фізичною культурою подано на рисунку 3.1.

На рисунку відображено, що із розділів програми (варіативних модулів), а саме: гімнастика, легка атлетика, кросова підготовка, туризм, футбол, баскетбол, волейбол, фітнес найбільшу зацікавленість у учнів шостого класу визивають футбол (50 %) і туризм (42,8 %), учні сьомого класу виявили бажання більш займатись футболом (40 %) і баскетболом (40 %), серед сподівань учнів восьмого класу до різних видів спорту 58,3% учні віддали футболу, 50 % - баскетболу і 50 % волейболу відповідно.

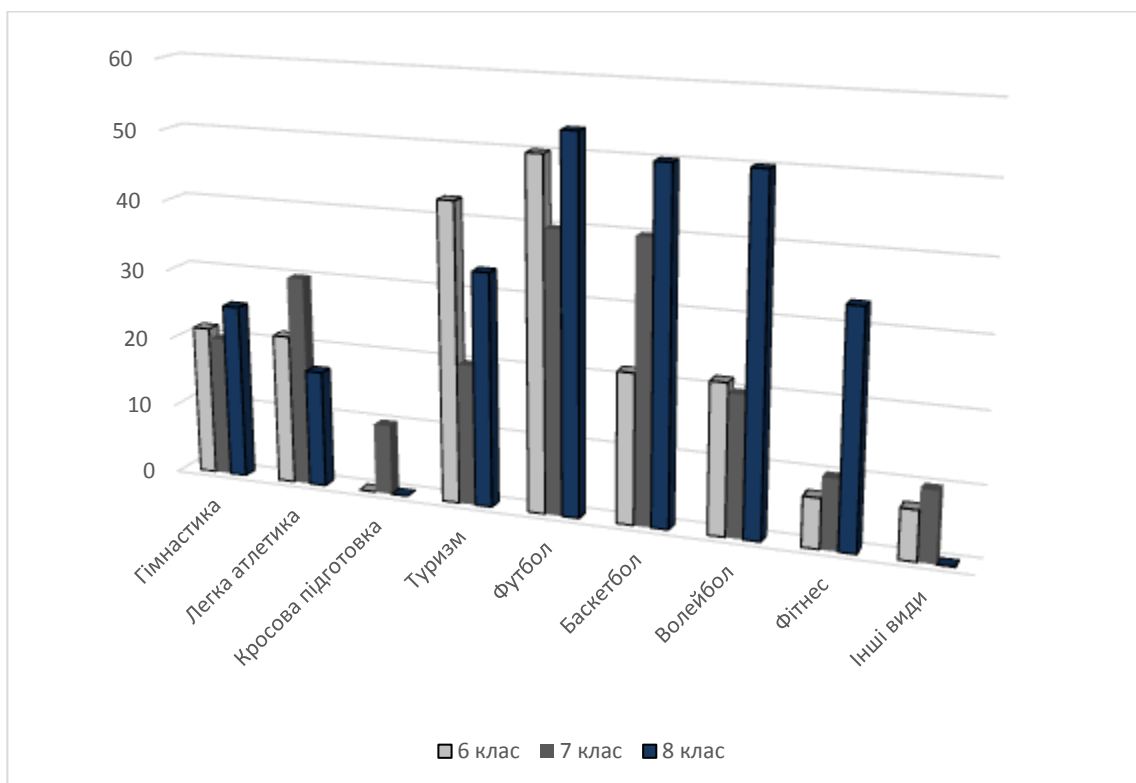


Рис. 3.1. Розділи програми, що приваблюють учнів 6-8 класів до занять фізичною культурою (%)

Для учнів 6-8 класів серед тем, які пропонуються шкільною програмою, беззаперечним лідером є футбол. Можна зазначити, що учні 8 класу більш зацікавлені спортивними іграми ніж учні 6 і 7 класів. Також у 8 класі значної зацікавленості (33,3 %) у порівнянні з іншими класами надається фітнесу.

На запитання: «Чи виконуєте Ви домашні завдання з фізичної культури?» відповіді були наступні:

- «Так, завжди» - відповіли 14,3 % учнів 6 класу; 20% учнів 7 класу і 25 % учнів 8 класу;
- «Так, епізодично» - відповіли 71,4 % учнів 6 класу; 50% учнів 7 класу; 58,3 % учнів 8 класу;
- «Ні, не виконую» - зазначили 14,3 % учнів 6 класу; 30% учнів 7 класу; 16,7 % учнів 8 класу;

За даними анкетування можна констатувати, що в основному в учнів середніх класів не має звички до систематичного виконання фізичних вправ самостійно.

Відповідаючи на питання «Чи має вплив особистість вчителя фізичної культури на Ваше бажання займатися фізичними вправами?» більшість респондентів зазначило, що «дуже впливає» (50% - учнів 6 класу; 60 % учнів 7 класу; 41,7 % учнів 8 класу); для 42,9 % учнів 6 класу 20 % учнів 7 класу; 41,7 % учнів 8 класу особистість вчителя фізичної культури впливає, але не так важливо.

Отже, аналіз анкетування свідчить, що для учнів вчитель фізичної культури має значний вплив на бажання займатися фізичними вправами на уроці. Отже, приклад вчителя, його педагогічна майстерність, зовнішній вигляд, наявність особистісних якостей впливає на фізкультурно-оздоровчу активність учнів, свідоме ставлення до занять фізичною культурою.

Також слід враховувати, що формування мотиваційних установок до діяльності починається ще у дитячому віці, і на цей процес впливає дуже велика кількість факторів.

В дослідженнях М.І. Лук'янченко було з'ясовано, що суттєвий вплив на формування здоров'я дітей має рівень освіченості батьків [12]. Тому нами і було запропоноване питання ставлення батьків учнів середнього шкільного віку до предмету «Фізична культура».

Згідно відповідей учнів, переважна більшість батьків ставляться до уроків з фізичної культури як і до інших (64,3 %; 70 %; 75 %), та незначний відсоток батьків не сприймають уроки фізичної культури як обов'язковий предмет, який має свої завдання, це пов'язано з відсутністю ціннісних орієнтацій в сім'ї на зміцнення здоров'я, формування здорового способу життя.

3.2. Шляхи формування мотивації учнів середнього шкільного віку.

В основі формування мотивації до занять фізичною культурою лежить принцип побудови педагогічного процесу свідомості й активності учнів. Сутність цього принципу полягає в такому: якщо учень розуміє суть поставленого завдання та зацікавлений у його розв'язанні – то це прискорює хід навчання.

Для розвитку інтересу до занять з фізичної культури використовують такі способи як:

1. Навчання, яке захоплює: новизна навчального матеріалу; використання цікавих прикладів чи фактів у процесі викладу нового матеріалу, історизм, показ практичного застосування знань у зв'язку із життєвими планами й орієнтаціями учнів тощо.

2. Використання нових і нетрадиційних форм навчання: застосування мультимедіа-систем; використання інтерактивних комп'ютерних засобів тощо.

3. Взаємонавчання: рецензування відповідей товаришів; допомога слабшим учням тощо.

4. Участь у дискусіях та обговореннях: відстоювання власної думки; постановка запитань до своїх товаришів й учителів фізичної культури; аналіз особистих пізнавальних і практичних дій тощо [21].

Найважливіше завдання вчителя фізичної культури – зацікавити учня предметом, а також сформувати уявлення про власне здоров'я. Тільки за умови усвідомлення дітьми реальної можливості такого впливу на власний організм стає можливим ефективно розв'язання рухових завдань, що є змістом будь-якого навчального заняття. Основними вимогами взаємодії учня й учителя повинні бути креативність; комунікативність; педагогічна діагностика для виявлення творчого потенціалу особистості кожного учня; творча співпраця

педагога й школяра, що передбачає спільну мету – формування творчої та всебічно розвиненої особистості [22].

Вивчення спортивних ігор забезпечує набуття навичок взаємодії в колективі, розвиває такі морально-вольові якості, як уміння підкорити особисті інтереси інтересам колективу, взаємодопомогу, повагу до своїх партнерів і суперників, почуття відповідальності.

Значний вплив на розвиток інтересів до навчання має осередок за спільними інтересами занять у спортивній секції, навчання в класі. Якщо заняття вподобаним видом спорту має в основі симпатію, то можна передбачити, що між симпатією, спрямованістю й силою інтересів учнів існує певний взаємозв'язок. Як правило, спільні інтереси породжують в молоді симпатію один до одного, а симпатія в процесі комунікації викликає спільні інтереси [26].

В сучасній теорії та практиці існують різні методичні прийоми, що застосовуються для формування позитивного ставлення до занять фізичною культурою: а саме: демонстрація позитивних результатів у процесі занять фізичними вправами; новітні форми проведення позакласної роботи; можливість самоствердитись в оточенні та у змаганні з іншими; мати гарне тіло; інтерес до нової діяльності; бути здоровим і зовнішньо привабливим; для розвитку кар'єрних можливостей; методи прикладу; можливість проведення, спільно з друзями, цікавого і корисного дозвілля тощо.

Для формування мотивації у школярів до фізичного вдосконалення провідне місце займає вчитель фізичної культури. Багатогранність особистості, професійної культури і педагогічної майстерності має забезпечувати такі прийоми й способи педагогічного впливу, які збагачують емоційний досвід учнів, розвивають уяву, інтерес, формують у них ціннісне ставлення до занять фізичними вправами. Залучаючи молодь до занять і підтримуючи інтерес до них

протягом тривалого часу, фахівець з фізичної культури має постійно спостерігати за поведінкою і, залежно від цього, використовувати необхідні мотиваційно-психологічні чинники.

Ефективність шкільного процесу залежить від її високо кваліфікованих учителів. Не є винятком фахівець із фізичної культури, який за допомогою набутих знань і досвіду, реалізованих у певній послідовності, здатен навчати учнів умінь і навичок із багатьох видів спорту, формувати в них інтерес до навчання, спонукати до здорового способу життя.

Висновки до третього розділу.

Вивчення та аналіз методичної літератури показав, що оцінка мотивації учнів до занять фізичною культурою та спортом є необхідною умовою їх підготовки до ефективної розумової та рухової діяльності.

Отже найважливіше значення у формуванні мотивації до занять відіграє вчитель фізичної культури, саме завдяки йому формується інтерес та цікавість до предмету, завдяки його майстерності викладати навчальний матеріал учні здобувають нові знання цілеспрямовано займаючись фізичними вправами, формує у учнів інтерес як до предмету так і до окремого виду спорту, спонукає дітей вести здоровий спосіб життя.

Основними вимогами взаємодії учня й учителя повинні бути креативність; комунікативність; педагогічна діагностика для виявлення творчого потенціалу особистості кожного учня; творча співпраця педагога й школяра, що передбачає спільну мету – формування творчої та всебічно розвиненої особистості.

Існують різні методичні прийоми, що застосовуються для формування позитивного ставлення до занять фізичною культурою які

потрібно виконувати вчителю для прищеплення любові до уроку фізичної культури, а саме: демонстрація позитивних результатів у процесі занять фізичними вправами; новітні форми проведення позакласної роботи; можливість самоствердитись в оточенні та у змаганні з іншими; мати гарне тіло; інтерес до нової діяльності; бути здоровим і зовнішньо привабливим.

Вивчення проблеми формування мотивації допоможе створити умови і виробити стимули, які сприятимуть формуванню внутрішніх мотивів діяльності учнів середнього шкільного віку, спрямованих на самовдосконалення організму засобами фізичного виховання, що дозволить вирішити як державні, суспільні, так і особисті цілі щодо підвищення психічного і фізичного здоров'я учнів.

ВИСНОВКИ

У відповідності до поставлених завдань, нами було сформовано наступні висновки:

1. Аналіз літературних джерел з теми дослідження засвідчив, що в основі будь-якої діяльності людини лежать певні мотиви. Мотив - спонукальна причина дій і вчинків людини. Мотиви дозволяють зрозуміти, чому саме ставляться ті чи інші цілі, розвивається негасиме прагнення до їх досягнення. Виховання в школярів інтересу до фізичної культури є необхідною умовою формування в них звички до систематичних занять фізичними вправами. Формування повноцінної мотивації до занять фізичними вправами – це один з шляхів збільшення ефективності системи фізкультурної освіти, та формування здорового способу життя школярів.
2. У ході експериментального дослідження встановлено, що домінуючими мотивами для учнів середнього шкільного віку є: зацікавленість до занять фізичними вправами (50% учнів 6 класів, 40 % учнів 7 класу; 33,4 % учнів 8 класу) й мотив отримання позитивної оцінки (21,4 % учнів 6 класу, 40 % - 7 класу, 33,4 % - 8 класу, відповідно). Серед серед тем, які пропонуються шкільною програмою, учнів середнього шкільного віку надають перевагу спортивним іграм, особливо футболу. Аналіз анкетних даних засвідчило, що на бажання учнів займатися фізичними вправами на уроці має значний вплив вчитель фізичної культури.
3. Аналіз теорії і практики дав змогу визначити шляхи формування мотивації учнів середнього шкільного віку, а саме: використання на уроках фізичної культури новизни

навчального матеріалу; використання яскравих прикладів і фактів у процесі викладу нового матеріалу; використання нових і нетрадиційних форм навчання; участь у дискусіях та обговореннях, відстоювання власної думки; постановка запитань до своїх товаришів й учителів фізичної культури; аналіз особистих пізнавальних і практичних дій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Айзенко Г.Н. Дослідження особистості / Г.Н. Айзенко – К.: НУФВСУ, 2004. – 256 с.
2. Андрєєва О.В. Аналіз мотиваційних теорій у сфері оздоровчої фізичної культури та рекреації / О.В. Андрєєва // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004, № 2. – С. 81-84
3. Безверхня Г.В. Формування мотивації до самовдосконалення учнів загальноосвітніх шкіл засобами фізичної культури і спорту: метод рекомендації для вчителів фізкультури / Г.В. Безверхня. - Умань: Вид-во Умань. держ. пед. ін-ту. - 2003. - 52 с.
4. Бех І.Д. Виховання особистості. / І.Д. Бех. – К.: Либідь, 2003. – Т.2. – 226 с.
5. Бойко О. Теоретичні аспекти впливу мотиваційних складових на підвищення ефективності занять із фізичної культури [Електронний ресурс] / О. Бойко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. - № 1(21), 2013. – С.94-96. Режим доступу: <http://esnuir.eenu.edu.ua/bitstream/123456789/2754/1/Wojko.pdf>
6. Гордеева, Т.О. Психология мотивации достижения: учеб. пособие / Т.О. Гордеева — М.: Академия, 2006. — 333 с.
7. Гогунов, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высш. учеб заведений / Е.Н. Гогунов, Б.П.Мартьянов – М.: «Академия», 2002. – 228 с.
8. Заброцький М.М. Основи вікової психології: навчальний посібник / М.М. Заброцький. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – 112 с.
9. Занюк С.С. Психологія мотивації: навч. посібник / С.С. Занюк – К.: Либідь, 2002. – 346 с.

10. Ильин Е.П. Мотивация и мотив / Е.П. Ильин - М.: Питер, 2000. – 512 с.
11. Ильин Е.П. Психология физического воспитания / Е.П. Ильин — М.: Просвещение, 1987. — 287 с.
12. Ильин Е.П. Сущность и структура мотива // Психологический журнал / Е.П. Ильин – М.: Просвещение, 1995. - № 2. - С. 40.
13. Коломейцев Ю.А. Социальная психология спорта: учеб.-метод, пособие / Ю.А. Коломейцев – М.: БГПУ, 2004. – 292 с.
14. Круцевич Т. Оцінка як один із факторів підвищення мотивації учнів до фізичної активності / Т. Круцевич // Фізичне виховання в школі. – 1999. - №1. – С.47-51.
15. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. – К.: Олімпійська література, 2011. – 224 с.
16. Круцевич Т. Потребово-мотиваційний підхід до управління фізичним вихованням студентів / Т. Круцевич, І. Подлесний // Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2008. - № 2. – С.69-73
17. Лисяк В.М. Визначення факторів, які сприяють формуванню інтересу до фізичної культури та спорту / В.М. Лисяк // Зб. наук. праць. – Слобожанський науково-спортивний вісник. - № 9. – Харків: ХДАФК, 2006. – С. 9-13
18. Лозова В.І. Пізнавальна діяльність та її вплив на формування особистості школяра / В.І. Лозова // Управління школою. – 2003. - №10. – С.16-23.
19. Лук'янченко М.І. Організація навчально-виховного процесу направлено на збереження здоров'я сучасних школярів / Лук'янченко М.І. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт» / Зб.наукових праць / За

ред. Г.М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. Том 1 – Випуск 7 (33). – С.478-485.

20. Лук'янченко М.І. Роль вчителя у здоров'язберігаючій діяльності школи / М.І. Лук'янченко / /Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)». Зб. наукових праць / За ред. Г.М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. – Випуск 19. – С.52–58.

21. Лук'янченко М.І. Роль мотивації у формуванні основ здорового способу життя / Степанюк С., Городинська І.// Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. „Науково-педагогічні проблеми фізичної культури/ Фізична культура і спорт/” Зб.наукових праць/ За ред. Г.М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. – Випуск 5 К (61) 15.- С.236-239

22. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник / С.Д. Максименко. – К.: Центр навчальної літератури, 2004. – 272с.

23. Малишкін А.М. Шляхи розвитку активної мотивації в учнів загальноосвітньої школи до занять фізичною культурою / А.М. Малишкін // Зб.наук.праць. – Слобожанський науково-спортивний вісник. - № 4. – Харків: ХДАФК, 2010. – С. 133-135

24. Марищук В.Л. Психология спорта: учеб. пособие /Л.В. Марищук — М.: БГУФК, 2006. — 147 с.

25. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу - М.: Питер, 2006. - 352 с.

26. Пуни А.Ц. Психология физического воспитания и спорта / А.Ц. Пуни — М.: Физкультура и спорт, 1979. – С. 50-59.

27. Родионов А.В. Психология физической культуры и спорта / А.В. Родионов. – М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2004. – 576 с.
28. Сіренко Р. Фізичне виховання як навчальна дисципліна, що формує знання про здоровий спосіб життя / проблеми формування здорового способу життя: Всеукраїнська наук.-практ. конф / Р. Сіренко. – Л.: Вид. центр ЛНУ ім. Івана Франка, 2007. – С.3-6
29. Станін М.І. Мотивація спортивної діяльності / М.І. Станін – К.: Либідь, 2002. – С. 3-5.
30. Тропніков В.І. Вивчення мотивів занять спортом / В.І.Тропніков – К.: Олімпійська література, 2003. – 264 с.
31. Уэйнберг Р.С. Основы психологии спорта та фізичної культури: [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Р.С.Уэйнберг, Д. Гоулд. – К.: Олімпійська література, 2001 . – 335 с.
32. Френкин Р. Мотивация поведения: биологические, когнитивные и социальные аспекты / Р. Френкин. – 5-е изд. – М.: Питер, 2003. – 621 с.
33. Шаболтас А.У. Мотиви занять спортом / А.У. Шаболтас – К.: Олімпійська література, 2004. – 189 с.
34. Щирба В.А Проблема формування інтересу та мотивації до занять фізичною культурою старших школярів / В.А. Щирба // Теорія та методика фізичного виховання. – 2016, № 01. – С. 16-22
35. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: АКАДЕМА, 2000. – 480 с.
36. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: [підручник] / Б.М.Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

АНКЕТА

«Відношення учнів середнього шкільного віку до уроку фізична культура»

Шановний друже!

Просимо відповісти на запитання цієї анкети, яка відображає Ваше ставлення до уроку «Фізична культура»

Уважно читайте завдання і запропоновані варіанти відповідей. Вашим завданням є той варіант відповіді, який для Вас є найбільш близьким.

Вибраний Вами варіант обведіть у коло.

1. Чи подобаються Вам заняття з фізичної культури?

- Так;
- Ні;
- Немає відповіді;

2. З яких причин Ви відвідуєте заняття з фізичної культури?

- Мені подобається займатися фізичними вправами;
- Для отримання позитивної оцінки;
- Для зміцнення здоров'я;
- Для покращення власних фізичних якостей;
- Інші причини.

4. Чи хотіли б Ви займатися на уроках з фізичної культури (виберіть найбільш цікаві види) :

- Гімнастикою;
- Легкою атлетикою;
- Кросовою підготовкою;
- Туризмом;
- Футболом;
- Баскетболом;
- Волейболом;

- Фітнесом
- Інші види (назвіть)

4. Чи займаєтеся Ви у спортивних секціях?

- Так;
- Ні;
- Не систематично, але займаюсь;

5. Чи виконуєте Ви домашні завдання з ФК?

- Так, завжди;
- Так, епізодично;
- Ні, не виконую;

6. Наскільки впливає на Вашу зацікавленість уроками з фізичної культури особистість вчителя ?

- Дуже впливає;
- Впливає, але це не найважливіше для мене;
- Не має значення.

7. Чи ставляться Ваші батьки до Ваших занять фізичною культурою так само, як до уроків з математики, фізики і т.д.?

- Так;
- Ні, фізкультура сприймається як необов'язкова дисципліна;
- Їм байдуже;

Немає відповіді

Дякую за увагу!